



# informator

o usługach medycznych

MAGAZYN ITP nr 1/171  
LUTY 2021  
ISSN 1733-4896

# 2021

bezpłatny dodatek do:

 **ŻYCIE**  
**Gostynia**

 **ŻYCIE**  
**Rawicza**



# Ortodoncja w Ars Dentica - powiedzieć, że aparat ortodontyczny zmienia życie, to wcale nie przesada!



Powodem leczenia ortodontycznego są w wielu przypadkach względy medyczne, ale dla pacjentów największe znaczenie ma efekt estetyczny. Poprawa wyglądu wzmacnia pewność siebie, a także pomaga w relacjach zawodowych i prywatnych. Od kilku lat można zauważyć, że aparat ortodontyczny to nie powód do wstydu, lecz wręcz przeciwnie - to świadectwo dbałości o swój wygląd i zdrowie.

Co jednak najważniejsze, jest to rozwiązanie dostępne dla wszystkich, gdyż tak naprawdę

nie ma górnej granicy wieku. *Przekrój wiekowy pacjentów naszego gabinetu jest bardzo szeroki. Leczymy dzieci i dorosłych. Mój najstarszy pacjent jest już na emeryturze - mówi lek. stom. Bartosz Gross.*

W gabinecie Ars Dentica wybór metod leczenia wad zgryzu jest szeroki - od aparatów zdejmowanych u dzieci, poprzez metalowe i szafirowe aparaty stałe, a także nowoczesne systemy bezligaturowe czy zestawy nakładek z tworzywa sztucznego.

Niemniej jednak podstawą planu

leczenia wad zgryzu jest dokładna diagnostyka, na którą składają się zdjęcia pantomograficzne, cefalometryczne oraz modele anatomiczne. - *To z ich pomocą jesteśmy w stanie wykonać plan leczenia dostosowany indywidualnie do każdego pacjenta. Diagnostykę w całości można wykonać w naszym gabinecie - dodaje dr Gross.*

Zapraszamy Państwa do zapoznania się z naszą ofertą. Ortodoncja to bowiem skuteczny, a przede wszystkim prosty sposób na udaną metamorfozę - zarówno dla zdrowia, jak i urody.

## ARS DENTICA CENTRUM ZDROWEGO UŚMIECHU



### lek. dent. Bartosz Gross

- specjalizuje się w leczeniu ortodontycznym dzieci i dorosłych z zastosowaniem aparatów stałych (tzw. metalowych i estetycznych) oraz zdejmowanych  
- wykonuje między innymi kompleksowe leczenie protetyczne (w tym korony, mosty, licówki pełnoceramiczne) oraz zabiegi z zakresu chirurgii stomatologicznej



### lek. stom. Aleksandra Ośnicka

- specjalizuje się w leczeniu endodontycznym z wykorzystaniem mikroskopu stomatologicznego (tzw. leczenie kanałowe pod mikroskopem)  
- zajmuje się między innymi medycyną estetyczną, tj. zabiegami z użyciem botoksu (toksyny botulinowej) i kwasu hialuronowego



### dr n. med. Ewa Zawisłak, chirurg szczękowo-twarzowy

- specjalizuje się w chirurgii stomatologicznej oraz szczękowo-twarzowej  
- przeprowadza skomplikowane zabiegi chirurgiczne, w tym implantologiczne



ul. Klasztorna 10  
Rawicz  
tel. 888 999 517  
[www.ars-dentica.pl](http://www.ars-dentica.pl)  
[gabinet@ars-dentica.pl](mailto:gabinet@ars-dentica.pl)



<b>ALERGIE</b>	<b>KARDIOLOG</b>	<b>ORTOPEDA</b>	Gabinet Medycyny Naturalnej i Rehabilitacji Domowej
RAWMED ..... 4	RAWMED ..... 4	RAWMED ..... 4	PRO-VITA ..... 25
VENTRICULUS ..... 10	VENTRICULUS ..... 10	HIPOKRATES ..... 5	
GOS-MED ..... 11	OSTOJA ..... 12	VENTRICULUS ..... 10	<b>REUMATOLOG</b>
OSTOJA ..... 12	Igor Jeremicz ..... 24	OSTOJA ..... 12	RAWMED ..... 4
BIO-STYL ..... 13		Piotr Jakubowski ..... 24	VENTRICULUS ..... 10
		Piotr Rogala ..... 25	Lucyna Szymczak-Bartz ..... 31
<b>APTEKI</b>	<b>LABORATORIUM</b>	<b>PORADNIA PRELUKSACYJNA</b>	<b>STOMATOLOG, ORTODONCJA</b>
VENTRICULUS ..... 10	LABOR ..... 5	VENTRICULUS ..... 10	ARS DENTICA ..... 2
OSTOJA ..... 12	VENTRICULUS ..... 10		RAWMED ..... 4
<b>APARATY SŁUCHOWE, BADANIE SŁUCHU</b>	GOS-MED ..... 11	<b>PEDIATRA</b>	VENTRICULUS ..... 10
Natalia Bajon ..... 34	OSTOJA ..... 12	GOS-MED ..... 11	Agnieszka Dajewska-Pachciarz ..... 22
TON-MED ..... 39		OSTOJA ..... 12	Ortodent ..... 22
<b>CHIRURG, CHIRURG STOMATOLOG</b>	<b>LARYNGOLOG, OTOLARYNGOLOG</b>	<b>PIELĘGNIARKI POZ</b>	Gabinet Stomatologiczny
ARS DENTICA ..... 2	RAWMED ..... 4	RAWMED ..... 4	Marta Mikołaj Brzósłowski ..... 22
Marek Karkos ..... 9	HIPOKRATES ..... 5	GOS-MED ..... 11	Klimkowski Stomatologia ..... 22
GOS-MED ..... 11	VENTRICULUS ..... 10		Gabinet Stomatologiczny
VENTRICULUS ..... 10	OSTOJA ..... 12	<b>POŁOŻNA</b>	Halina Dajewska-Mnich ..... 23
OSTOJA ..... 12		GOS-MED ..... 11	Centrum Stomatologii Rodzinnej
Agnieszka Dajewska-Pachciarz ..... 22	<b>LOGOPEDA</b>		WIŚNIOWA ..... 40
Piotr Rogala ..... 25	RAWMED ..... 4	<b>PSYCHOLOG, PSYCHIATRA</b>	
Piotr Leśniewicz ..... 31	HIPOKRATES ..... 5	VENTRICULUS ..... 10	<b>SPECJALISTA CHOROBY WEWNĘTRZNYCH</b>
	VENTRICULUS ..... 10	GOS-MED ..... 11	WENĘTRZNYCH
	Przemysław Woźny ..... 38	OSTOJA ..... 12	Igor Jeremicz ..... 24
<b>DIABETOLOG</b>	<b>MEDYCINA PRACY</b>	EMPATIA ..... 35	
RAWMED ..... 4	VENTRICULUS ..... 10	Paradnia Zdrowia Psychicznego	<b>UROLOG</b>
Prywatny Gabinet Diabetologiczny	Przemysław Woźny ..... 38	Karolina Górka ..... 36	RAWMED ..... 4
Michał Sroka ..... 23		Pracownia Psychologiczna	HIPOKRATES ..... 5
	<b>MEDYCINA SPORTU</b>	Bernadeta Bulińska,	VENTRICULUS ..... 10
<b>DIETETYK</b>	<b>NEUROLOG</b>	Patrycja Bulińska-Maciejewska ..... 38	OSTOJA ..... 12
GOS-MED ..... 11	RAWMED ..... 4	Pracownia Psychologiczna	
	HIPOKRATES ..... 5	PROFESJA ..... 38	<b>USG, USG 3D-4D</b>
<b>DIETOTERAPIA</b>	VENTRICULUS ..... 10	<b>PSYCHOTERAPEUTA, PSYCHODIETETYK</b>	GOS-MED ..... 11
BIO-STYL ..... 13	GOS-MED ..... 11	Paradnia Zdrowia Psychicznego	Piotr Rogala ..... 25
	OSTOJA ..... 12	Paradnia Zdrowia Psychicznego	Pracownia Diagnostyki Obrazowej ..... 28
<b>DERMATOLOG</b>	<b>OKULISTA, OPTYK, OPTOMETRYSTA, SALON OPTYCZNY</b>	Karolina Górka ..... 36	<b>WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO</b>
RAWMED ..... 4	HIPOKRATES ..... 5	Pracownia Psychologiczna	Rehabilitacyjnego
VENTRICULUS ..... 10	VENTRICULUS ..... 10	Bernadeta Bulińska ..... 38	Wypożyczalnia sprzętu
OSTOJA ..... 12	OSTOJA ..... 12		rehabilitacyjnego ..... 24
Centrum Medyczne dr Zamirskiej ..... 34	Optyk Hanna Puślecka ..... 13	<b>PULMONOLOG</b>	Sklep Medyczny, Leszno ..... 25
	Pracownia Optyczna, Gabinet	OSTOJA ..... 12	Sklep Medyczny, Gostyń ..... 29
<b>ENDOKRYNOLOG</b>	Optometryczny Bogumiła		Wypożyczalnia ŚWIAT ORI ..... 30
VENTRICULUS ..... 10	Wojtkowiak ..... 13	<b>PUNKT BADANIA KIEROWCÓW</b>	
OSTOJA ..... 12	Gabinet Okulistyczny Mariola	GOS-MED ..... 11	<b>ZDROWIE I URODA</b>
	Bandura ..... 16	Pracownia Psychologiczna	Gabinet Akupunktury i Normobaria
<b>FIZJOTERAPIA</b>	Optyk Giezek ..... 16	Bernadeta Bulińska ..... 38	Piotr Pokrywka ..... 8
Nal-Med Fizjoterapia Paweł Nalazek 23	Zakład Optyczny Beata	Pracownia Psychologiczna	BIO-STYL ..... 13
Karolina i Marcin Wawrzynowicz ..... 23	Tomaszewska ..... 16	PROFESJA ..... 38	Gabinet Medycyny Naturalnej i Rehabilitacji Domowej
	Zakład Optyczny, Gostyń ..... 17	Przemysław Woźny ..... 38	PRO-VITA ..... 25
<b>GINEKOLOG, UROGINEKOLOG</b>	VISUS ..... 17		Studio Kosmetologii
VENTRICULUS ..... 10	Salon Optyczny EOS	<b>RADIOTERAPIA</b>	Katarzyna Leśniewicz ..... 31
GOS-MED ..... 11	Mariusz Wrzesiński ..... 18	Ośrodek Radioterapii ..... 9	Gabinet Podologiczny Rawicz ..... 31
OSTOJA ..... 12	Salon Optyczny Arleta Jurkowska ..... 18	<b>REHABILITACJA</b>	Specjalistyczna Pielęgnacja Stóp ..... 31
	WIDZI MI SIĘ ..... 19	VENTRICULUS ..... 10	STÓPKA Gabinet Podologiczny ..... 33
<b>HIRUDOTERAPIA (LECZENIE PIJAWKAMI)</b>	<b>ONKOLOG</b>	NZO REHABILITACJA ..... 24	MEDBEAUTY ..... 34
MEDBEAUTY ..... 34	Onko-Med ..... 35		Centrum Medyczne dr Zamirskiej ..... 34



# RAWMED

NZOZ Przychodnia Lekarska  
„RAWMED” Sp. z o.o.  
63-900 Rawicz  
ul. Piłsudskiego 3

Przychodnia czynna od pon. do pt. od 8.00 do 18.00  
Rejestracja osobiście lub telefonicznie pod numerami:  
Poradnia Dziecięca 65 545-21-41  
Poradnia dla Dorosłych 65 546-12-91  
609-771-291

## Poradnie specjalistyczne:

1. Dermatologiczna
2. Reumatologiczna
3. Alergologiczna
4. Logopedyczna
5. Kardiologiczna
6. Neurologiczna
7. Otolaryngologiczna
8. Zdrowia Psychicznego
9. Leczenia Uzależnień
10. Gabinety Stomatologiczne:  
Rawicz, Rynek Sarnowski 1,  
Szkoła Podstawowa nr 4  
Szkoła Podstawowa nr 6 (dawne gimnazjum)

**Filie:**  
- Rawicz,  
Rynek Sarnowski 1  
tel. 65 545-37-12  
- Zielona Wieś  
tel. 65 545-12-79

Gabinet zabiegowy  
czynny od pon. do pt. od 8.00 do 18.00.

Punkt szczepień 511 465 602  
pon. – pt. od 8.00 do 18.00.

Pielęgniarki środowiskowe 605 352 252  
położne środowiskowe 508 418 663  
pon. – pt. od 8.00 do 18.00.

Punkt pobrań  
od wtorku do piątku od 7.15 do 9.00.

## Gabinety Prywatne:

- ortopedyczny
- diabetologiczny
- urologiczny
- pracownia densytometrii

## NZO SPECJALISTYCZNE PORADNIE LEKARSKIE

# HIPOKRATES SP.P.

63-800 GOSTYŃ, ul. PRZY DWORCU 4 A (I piętro)

PORADNIE SPECJALISTYCZNE W RAMACH UMOWY Z 

### PORADNIA NEUROLOGICZNA

*lek. med. Halina Czyhin-Laskowska*

### PORADNIA LARYNGOLOGICZNA

*lek. med. Zbigniew Lewandowski*  
*lek. med. Renata Mikstacka*

### PORADNIA ORTOPEDYCZNA

*lek. med. Adam Białokórski*  
*lek. med. Stefan Andersz*  
*lek. med. Radosław Śniatała*

### PORADNIA OKULISTYCZNA

*lek. med. Elżbieta Adamczak*  
*lek. med. Maciej Jędrzejczak*

### PORADNIA UROLOGICZNA

*lek. med. Radosław Biernacki*  
*lek. med. Maciej Pawlik*

### PORADNIA LOGOPEDYCZNA

*mgr Katarzyna Górkowska*  
*mgr Bożena Ratajczak-Glura*

REJESTRACJA OD GODZ. 7.30 - TEL. (65) 572-01-35

## LABOR Laboratorium Medyczne

mgr Anna Jahnz - Krawiec



**Gostyń, ul. Przy Dworcu 4**  
**tel. 65 572 07 96**

**Laboratorium:**  
**ul. Przy Dworcu 4**

Pobieranie materiału do badań: 7.30 - 11.00  
Odbiór wyników: 14.00 - 18.00

**Dodatkowe punkty pobrań:**

Gostyń - ul. Graniczna 6 ef  
Piaski - ul. Leśna 3  
Pogorzela - ul. Elizy Orzeszkowej 13  
Pępowo - ul. Mycielskiego 2  
Krobia - ul. Powst. Wlkp. 95e

*Oferujemy szeroki zakres badań.*  
*Większość wyników w dniu pobrania.*

**COVID-19**  
**Przeciwciała IgG**

**Wykonujemy badania bez skierowania lekarskiego**  
**oraz na podstawie skierowań z gabinetów prywatnych**





# NIE DAJ SIĘ CHOROBOM!

***Dzięki regularnemu monitorowaniu stanu zdrowia można wykryć we wczesnym etapie wiele chorób, zanim jeszcze pojawią się typowe objawy (np. bólowe).***

Od tego, ile mamy lat, jaką mamy kondycję, jakim zdrowiem się cieszymy, zależy to, jakie badania profilaktyczne powinniśmy wykonywać. Z wiekiem uważniej musimy przyglądać się temu, jak funkcjonuje nasz organizm. Badania pomagają wykryć choroby we wczesnym stadium ich rozwoju, ale to nie jedyny ważny aspekt. Mogą nam również wskazać, jak tryb życia wpływa na nasz organizm. Jeśli sami z siebie nie jesteśmy w stanie zmusić

się do rzucenia palenia lub zmiany diety, być może pomogą nam w podjęciu takiej decyzji wyniki badań.

Każdy dorosły człowiek powinien raz w roku wykonać takie podstawowe badania, jak: pomiar ciśnienia tętniczego krwi, morfologię krwi z rozmazem, OB, poziom cukru we krwi, badanie ogólne moczu, badanie ginekologiczne i cytologię (kobiety) oraz rentgen klatki piersiowej (osoby palące papierosa).

(akf)

JAKIE BADANIA, W JAKIM WIEKU?

## Wiek 20-30 lat

- **WSZYSTCY**
- podstawowe badania profilaktyczne: morfologia, OB, stężenie glukozy we krwi oraz badanie ogólne moczu - **raz w roku**
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty - **raz w roku**
- pomiar poziomu elektrolitów we krwi (potas, sód, magnez, fosfor, wapń) - **raz na 3 lata** (ewentualne niedobory w organizmie powodujące np. przemęczenie, drżenie mięśniowe, nadciśnienie)
- lipidogram, czyli pomiar stężenia cholesterolu we krwi oraz jego frakcji HDL i LDL, a także trójglicerydów - **raz na pięć lat**
- USG jamy brzusznej - **co 3 do 5 lat**
- RTG klatki piersiowej - **raz na pięć lat** (szczególnie - osoby palące)
- kontrola stomatologiczna - **raz na pół roku**
- jeśli masz wiele znamion, zgłoś się do dermatologa w celu ich kontroli.



- **KOBIETY**
- badanie ginekologiczne i cytologia - **raz w roku** (co 2 lata warto rozważyć USG przezpochwowe)
- samobadanie piersi - **raz w miesiącu, między 6. a 9. dniem cyklu**

W przypadku obciążenia rodzinnego chorobami nowotworowymi - od dwudziestego roku życia, co pół roku USG sutków, a co rok - mammografia. Raz do roku poprosz lekarza o zbadanie palpacyjne piersi.

- **MĘŻCZYŹNI**
- samobadanie jąder - **raz w miesiącu**
- badanie jąder przez lekarza (pod kątem raka jądra) - **co 3 lata**
- badanie proktologiczne (w przypadku mężczyzn będących w grupie ryzyka chorób prostaty)

## Wiek 30-40 lat



### ■ WSZYSCY

- podstawowe badania profilaktyczne: morfologia, OB, stężenie glukozy we krwi oraz badanie ogólne moczu - **raz w roku**
- pomiar poziomu elektrolitów we krwi (potas, sód, magnez, fosfor, wapń) - **raz na 3 lata** (ewentualne niedobory w organizmie powodujące np. przemęczenie, drżenie mięśniowe, nadciśnienie)
- lipidogram, czyli pomiar stężenia cholesterolu we krwi oraz jego frakcji HDL i LDL, a także trójglicerydów - **raz na pięć lat** (w przypadku chorób krążenia w rodzinie - co roku)
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty - **raz w roku**
- badanie USG jamy brzusznej - **co 3 do 5 lat**
- RTG klatki piersiowej - **raz na pięć lat** (w szczególności osoby palące)
- kontrola dentystyczna - **raz na pół roku**
- kontrola wzroku u okulisty i badanie dna oka - **raz na pięć lat** (w przypadku wady wzroku zgodnie z zaleceniami lekarza)
- jeśli masz wiele znamion, zgłoś się do dermatologa w celu ich kontroli.

### ■ KOBIETY

- comiesięczne samobadanie piersi, regularne wykonywanie badań ginekologicznych oraz cytologii - **raz w roku**
- USG piersi - **raz w roku**
- USG przezpochwowe narządów rodnych

### ■ MĘŻCZYŹNI

- samobadanie jąder - **minimum co sześć miesięcy**
- badanie jąder przez lekarza (pod kątem raka jądra) - **co 3 lata**
- badanie proktologiczne (w przypadku mężczyzn będących w grupie ryzyka chorób prostaty)

## Wiek 40-50 lat

### ■ WSZYSCY

- podstawowe badania profilaktyczne (morfologia, OB, poziom glukozy we krwi i ogólne badanie moczu)
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty - **raz do roku**
- lipidogram (cholesterol, frakcje, trójglicerydy) - **raz na dwa lata** (przy obciążeniu rodzinnym ryzykiem miażdżycy i chorób krążenia, nadwadze lub paleniu papierosów - **co roku**)
- kontrola wzroku u okulisty i badanie dna oka oraz ciśnienia śródgałkowego - **raz na dwa lata**
- EKG - **raz na trzy lata**
- RTG klatki piersiowej **raz na pięć lat** (osoby palące papierosy - **co roku**)
- USG jamy brzusznej - **co 3 do 5 lat**
- gastroscopia - **raz na 5 lat** (w ramach profilaktyki nowotworów jelita grubego warto również raz w roku wykonywać test na obecność krwi utajonej w kale)
- badanie densytometryczne (gęstości kości) - **raz w ciągu dziesięciolecia**
- badanie stomatologiczne i czyszczenie zębów z osadu - **raz na pół roku**
- kontrolowanie stanu znamion i pieprzyków

### ■ KOBIETY

- badanie ginekologiczne i cytologia - **raz w roku**
- USG przezpochwowe narządów rodnych - **raz na dwa lata**
- samobadanie piersi - **raz w miesiącu**
- USG piersi i mammografia - **raz na dwa lata**
- badanie poziomu hormonów tarczycy



### ■ MĘŻCZYŹNI

- kontrola prostaty za pomocą badania per rectum - **raz w roku**
- prześwietlenie płuc - **co 2 lata** (palacze według wskazań lekarza)
- samobadanie jąder - **raz w miesiącu**

## Wiek 50+

### ■ WSZYSCY

- podstawowe badania profilaktyczne (morfologia, OB, stężenie glukozy we krwi, ogólne badanie moczu) oraz lipidogram - **raz w roku**
- pomiar ciśnienia tętniczego, kontrola wagi oraz ogólne badanie u lekarza internisty - **raz w roku**
- USG jamy brzusznej - **raz w roku**
- RTG klatki piersiowej **raz na pięć lat** (osoby palące papierosy RTG klatki piersiowej - co roku)
- badanie densytometryczne (gęstości kości) - **raz w ciągu dziesięciolecia**
- EKG - **raz w roku**
- badanie okulistyczne (badanie dna oka, pomiar ciśnienia śródgałkowego) - **raz w roku**
- badanie stomatologiczne i czyszczenie zębów z osadu - **raz na pół roku**
- kontrolowanie stanu znamion i pieprzyków
- po ukończeniu 50. roku życia należy przynajmniej **raz na 5 lat** poddawać się kolonoskopii. W ramach profilaktyki nowotworów jelita grubego warto również raz do roku wykonywać test na obecność krwi utajonej w kale

### ■ KOBIETY

- badanie ginekologiczne i cytologia oraz USG narządów rodnych - **raz w roku**
- mammografia - **raz na dwa lata**
- samobadanie piersi - **co miesiąc**
- oznaczenie poziomu hormonów płciowych we krwi - **raz na kilka lat**
- badanie poziomu hormonów tarczycy - **co roku**

### ■ MĘŻCZYŹNI

- oznaczenie antygenu PSA - **raz w roku**
- badanie jąder przez lekarza - **raz na 3 lata**
- samobadanie jąder - **raz w miesiącu**
- Po 50-tce wzrasta ryzyko zmian w gruczole krokowym, dlatego każdy mężczyzna w tym wieku powinien odwiedzić urologa, poddać się badaniu prostaty per rectum i powtarzać je od tego momentu **raz na dwa lata**.



**Pomoc  
Opiekunom**

**620 zł**

**Opiekujesz się osobą o ZNACZNYM stopniu niepełnosprawności?**

**Pobierasz 620 zł bądź przekroczyłeś kryterium dochodowe i nie otrzymujesz NIC?**

**1971 zł**

**Prawnie należy się Tobie 1971 zł!**

 **788 351 362**

**Jeśli potrzebujesz pomocy**

**999**  
TELEFON  
ALARMOWY



**112**  
JEDNOLITY OGÓLNOEUROPEJSKI  
NUMER ALARMOWY



**AKUPUNKTURA - PIOTR POKRYWKA**  
Gabinet Akupunktury i Normobaria

**NORMOBARIA**




**AKUPUNKTURA**

**Uruchom naturalne procesy zdrowienia i podnieś odporność swojego organizmu w sprzyjającej atmosferze.**

Normobaria Bojanowo ulica Kopernika 10 B, niedaleko DWORCA PKP.

**tel. 508 359 101**

 **facebook / Normobaria Bojanowo** [www.akupunkturapokrywka.pl](http://www.akupunkturapokrywka.pl)



# PRAKTYKA IMPLANTOLOGICZNA

## MAREK KARKOS

### POLSKIEGO STOWARZYSZENIA IMPLANTOLOGICZNEGO

LICENCJA PSI NR 6/2014/2

[WWW.PSI-ICDI.PL/BAZA-SPECJALISTOW/WOJEWODZTWO/WIELKOPOLSKIE](http://WWW.PSI-ICDI.PL/BAZA-SPECJALISTOW/WOJEWODZTWO/WIELKOPOLSKIE)

PRACOWNIA RENTGENOWSKA

TOMOGRAFIA KODAK 9000 3D

PANORAMA CYFROWA

[WWW.IMPLANTY.KARKOS.PL](http://WWW.IMPLANTY.KARKOS.PL)

#### OŚRODEK RADIOTERAPII W KALISZU

jest obok Piły, filią Wielkopolskiego Centrum Onkologii w Poznaniu. Kameralny, przyjazny dla pacjentów obiekt został wybudowany w oparciu o nowoczesne i innowacyjne rozwiązania. Zespół wyspecjalizowanych lekarzy leczy przy wykorzystaniu dwóch wysokiej klasy akceleratorów do radioterapii, symulatora i tomografu komputerowego. Personel medyczny składający się ze specjalistów radioterapii onkologicznej, onkologii klinicznej, elektroradiologii, fizyki medycznej i pielęgniarstwa wspiera pacjentów w poradnictwie onkologicznym i monitorowaniu ich stanu zdrowia po przebytych leczeniu. Organizacja pracy Ośrodka oraz administrowanie bazą danych pacjentów oparte są na komputerowych systemach zarządzania, planowania i weryfikacji. System planowania leczenia jest połączony sieciowo z Wielkopolskim Centrum Onkologii w Poznaniu, co zapewnia pełną spójność procesu planowania i wykonywania terapii. Placówka dysponuje własnym hostelem z 20 łózkami dla pacjentów w komfortowo urządzonych dwuosobowych pokojach.

Radioterapia to metoda leczenia chorób nowotworowych przy pomocy promieniowania jonizującego. Jest to jedna z podstawowych metod leczenia nowotworów złośliwych mająca zastosowanie u ponad połowy chorych. Celem radioterapii jest zabicie komórek nowotworowych przy jednoczesnej ochronie zdrowych, otaczających tkanek.



Zakład Radioterapii III w Kaliszu  
- Filia Wielkopolskiego Centrum Onkologii  
ul. Kaszubska 12, 62-800 Kalisz

Rejestracja : 62 33 22 589, 62 33 22 590  
Pracownia Mammografii : 62 33 22 572



Leszczyńskie Centrum Medyczne Sp. z o.o.

[www.ventriculus.pl](http://www.ventriculus.pl)

☎ 65 520 65 80

☎ 65 547 69 99

Leszno, ul. Słowiańska 41  
sekretariat@ventriculus.pl

## LESZNO

### PORADNIE SPECJALISTYCZNE

☎ 65 529 70 19 lub 65 547 69 99

ALERGOLOGICZNA  
CHIRURGII OGÓLNEJ DLA DZIECI I DOROSŁYCH  
CHIRURGII ONKOLOGICZNEJ  
CHIRURGII SZCZĘKOWO-TWARZOWEJ  
CHOROBY METABOLICZNYCH  
CHOROBY NACZYŃ  
ENDOKRYNOLOGICZNA  
GASTROENTEROLOGICZNA DLA DZIECI I DOROSŁYCH  
GINEKOLOGICZNO-POLAZNICZA  
KARDIOLOGICZNA  
LARYNGOLOGICZNA  
LOGOPEDYCZNA  
NEUROLOGICZNA  
OKULISTYCZNA DLA DZIECI I DOROSŁYCH  
ORTOPEDYCZNA DLA DZIECI I DOROSŁYCH  
PSYCHOLOGICZNA  
PRELUKSACYJNA  
REUMATOLOGICZNA  
UROLOGICZNA

### ODDZIAŁY SZPITALNE

☎ 65 529 78 23 lub 65 547 69 95

CHIRURGII OGÓLNEJ I CHIRURGII NACZYŃ  
GASTROENTEROLOGICZNY  
GINEKOLOGICZNY  
OKULISTYCZNY  
ORTOPEDYCZNY  
OTOLARYNGOLOGICZNY  
UROLOGICZNY

### LABORATORIUM

☎ 65 529 78 22 lub 65 547 69 94

PEŁEN ZAKRES BADAŃ WYKONYWANYCH NA MIEJSCU  
KRÓTKI CZAS OCZEKIWANIA NA WYNIKI  
WYNIKI DOSTĘPNE ON-LINE

### PORADNIE DIAGNOSTYCZNE

☎ 65 520 80 14 lub 65 547 69 98

REZONANS MAGNETYCZNY  
TOMOGRFIA KOMPUTEROWA  
KOLONOSKOPIA I GASTROSKOPIA  
RTG  
USG  
MAMMOGRAFIA  
RTG PRZEGLĄDOWE SZCZĘKI  
DENSYTOMETRIA  
PROFILAKTYKA RAKA PIERSI I RAKA SZYJKI MACICY  
PROFILAKTYKA RAKA JELITA GRUBEGO

### REHABILITACJA

☎ 65 520 93 28 lub 65 547 69 96

FIZJOTERAPIA AMBULATORYJNA I DOMOWA  
ODDZIAŁ DZIENNY REHABILITACJI OGÓLNOUSTROJOWEJ

### STOMATOLOGIA

☎ 65 520 93 28 lub 65 547 69 96

PROFILAKTYKA I STOMATOLOGIA ZACHOWAWCZA  
STOMATOLOGIA ESTETYCZNA  
PROTETYKA  
CHIRURGIA STOMATOLOGICZNA I IMPLANTY  
RTG I TOMOGRFIA KOMPUTEROWA  
RTG PANORAMICZNE

### PORADNIA MEDYCyny PRACY

☎ 65 520 56 59 lub 65 547 69 93

BADANIA: PROFILAKTYCZNE (WSTĘPNE, OKRESOWE,  
KONTROLNE), DIAGNOSTYCZNE, WIBRACYJNE,  
PSYCHOLOGICZNE BADAŃ DLA KIEROWCÓW,  
AUDIOMETRIA, SPIROMETRIA

### SALON OPTYCZNY

☎ 65 520 80 39 / 510 082 423



## KOŚCIAN

Polub nas na 

### SPECJALISTYCZNE GABINETY LEKARSKIE

CHIRURGICZNY, ORTOPEDYCZNY,  
KARDIOLOGICZNY, ALERGOLOGICZNY,  
GASTROENTEROLOGICZNY,  
OKULISTYCZNY

### DIAGNOSTYKA OBRAZOWA

TOMOGRFIA KOMPUTEROWA, USG, RTG

### STOMATOLOGIA

### LABORATORIUM

### MEDYCINA PRACY

KONTRAKTY Z  
**NPFZ**

☎ 65 547 65 99 ☎ 506 227 484

Kościان, ul. Ks. Józefa Surzyńskiego 11B (obok Netto)

# ZESPÓŁ PRZYCHODNI LEKARZA RODZINNEGO GOS-MED

ISO 9001:2008 [www.gosmed.com.pl](http://www.gosmed.com.pl)

## Przychodnia Lekarza Rodzinnego GOS-MED

**Gostyń ul. Graniczna 4 tel. (65) 572-14-13, 572-54-48**

- lek. med. Alina Korach, specjalista chorób wewnętrznych
- lek. med. Karol Woźniak, internista
- lekarze pomocniczy:
- lek. med. Renata Mikstacka
- lek. Jędrzej Grześkowiak
- lek. Jędrzej Skorupka

## Poradnia Pediatryczna

**Gostyń, ul. Graniczna 4, tel. (65) 575-15-32**

- lek. med. Emilia Rymkiewicz, specjalista pediatra
- lek. med. Ewa Ciszak, pediatra

## Pielęgniarki POZ (Środowiskowo-Rodzinne):

Ewelina Kubiak, Aneta Regulska

*W/w przychodnie czynne są w godz. 8.00-18.00 od poniedziałku do piątku w dni robocze.*

*Nadal istnieje możliwość zapisania się do większości w/w lekarzy i pielęgniarek.*

*Posiadamy własne zaplecze diagnostyczne:*

*laboratorium, USG - jamy brzusznej, tarczycy, piersi, naczyń szyjnych oraz naczyń kończyn dolnych, (Doppler kolorowy), EKG, KTG, Spirometria. - w/w badania nie wymagają skierowania*

**Laboratorium** - punkt pobrań od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-9.00

*(nie jest wymagane skierowanie, cennik badań na stronie [www.gosmed.com.pl](http://www.gosmed.com.pl))*

**Nasza przychodnia prowadzi szczepienia populacyjne przeciwko COVID-19**

**Ponadto na terenie przychodni GOS-MED ul. Graniczna 4 działają:**

**Poradnie specjalistyczne w ramach umowy z NFZ:**

### Alergolog:

- lek. med. Z. Dobrzyński

### Neurolog:

- lek. med. S. Brol
- lek. med. O. Gorgoń-Dezor

### Psychiatra (bez skierowania od lekarza rodzinnego):

- lek. med. M. Młodyszewski
- dr M. Proch

### Ginekolog (bez skierowania od lekarza rodzinnego):

- lek. med. R. Kurczab
- lek. med. M. Frykowski
- lek. med. W. Zielińska-Kochanowska
- lek. med. R. Migas

### Psycholog:

- mgr psychologii M. Matuszczak-Gmyrek
- mgr psychologii A. Petrych

### Położna:

- I. Tarnowska
- D. Sperling

**Gabinety prywatne - Gostyń, ul. Graniczna 4:**

Punkt Badania Kierowców - lek. med. K. Woźniak  
Psychiatra - dr M. Proch  
Poradnia dietetyczna - dr A. Kostrzewa-Tarnowska  
(przyjęcia w II i III wtorek miesiąca)

Psycholog - mgr M. Matuszczak-Gmyrek  
Neurolog - lek. med. S. Brol  
Chirurg - lek. med. A. Rymkiewicz  
Alergolog - lek. med. Z. Dobrzyński

*Świadczymy usługi w ramach prywatnych ubezpieczeń dla firm:  
**MEDICOVER, MEDICA POLSKA, ENEL-MED, FALCK, OPTIGEN,  
MEDICARE, AVIVA, UNIQA, LUX-MED, PZU ŻYCIE POMOC S.A.***

# APTEKA NASZA

Gostyń, ul. Graniczna 4 (wejście od ul. Podleśnej)  
tel. (65) 572-50-53

Zapraszamy: pon.-pt. 8.00-20.00, sob. 8.00-14.00

**„OSTOJA” sp. c.**  
**Centrum Medyczne**

ul. Energetyka 2a  
 63-800 Gostyń



tel. 510 921 916

603 074 874

godziny otwarcia:

pn - pt 8.00-20.00

*Profesjonalizm w służbie Pacjenta*



**P**

posiadamy  
 duży parking

## NASI SPECJALIŚCI

- |                      |                 |                |
|----------------------|-----------------|----------------|
| ✓ Alergolog          | ✓ Ginekolog     | ✓ Ortopeda     |
| ✓ Dermatolog         | ✓ Kardiolog     | ✓ Pediatria    |
| ✓ Chirurg dziecięcy  | ✓ Laryngolog    | ✓ Psycholog    |
| ✓ Chirurg naczyniowy | ✓ Neurolog      | ✓ Pulmonolog   |
| ✓ Chirurg onkolog    | ✓ Neurologopeda | ✓ Urolog       |
| ✓ Endokrynolog       | ✓ Okulista      | ✓ Laboratorium |

**WWW.OSTOJA-GOSTYN.PL**

**ostojacmgostyn@gmail.com**

**APTEKA „OSTOJA”**

tel. 517 379 011

godziny otwarcia: pn - pt 8.00 - 20.00



# Pracownia Optyczna Gabinet Optometryczny Bogumiła Wojtkowiak



## W ofercie:

- badanie wzroku (przy zakupie okularów - **BEZPŁATNE**)
- dobór i aplikacja soczewek kontaktowych
- bardzo duży wybór opraw oraz szkieł okularowych
- okulary przeciwsłoneczne
- galanteria optyczna (etui, łańcuszki, ściereczki, płyny do pielęgnacji itp.)
- na miejscu wszelkie naprawy okularów oraz serwis gwarancyjny

GOSTYŃ, ul. Przy Dworcu 4a

REJESTRACJA TELEFONICZNA: 65 572 08 07

lub na miejscu Pracownia Optyczna I piętro pok. 15  
pn, śr. od 8.00 do 18.00, wt, czw, pt. od 8.00 do 16.00  
e-mail: optykwojtkowiak@wp.pl



**Przyjdź, a zobaczysz!**

[www.optykgostyn.pl](http://www.optykgostyn.pl)

[www.biostyl.pl](http://www.biostyl.pl)

[gabinet@biostyl.pl](mailto:gabinet@biostyl.pl)



**bio** STYL

GABINETY  
LECZNICZE

## MARIUSZ JAGODZIŃSKI

Gostyń, ul. Graniczna 6F  
(w przychodni ALTUS)  
rejestracja:  
601 744 956, 602 744 956

Rawicz  
ul. Z. Ryblewskiej-  
-Cichońskiej 2B

### ALERGIE!

bezbolesne testy (bez naktuwań), odczulanie bez leków (komputerowo)

### BAKTERIE!

skuteczne usuwanie zakażeń dróg moczowych i oddechowych (gronkowiec złocisty, candida i in.)

### NIE PAL!

skuteczne leczenie uzależnień nikotynowych i alkoholowych

### PASOŻYTY!

testy i usuwanie (gięsta ludzka, lamblia, toksoplazmoza i inne)

### ODCHUDZANIE!

akupresura ucha metodą biozonansową, bez efektu Jo-Jo, bez głodówek

### WSPOMAGANIE LECZENIA:

zespoły bólowe, cukrzyca, choroby: jelit, serca i układu krążenia, dróg oddechowych, kości, skóry i tarczycy, migreny, nerwice, celiakia - nietolerancje glutenu

**"ALERGIE SĄ ULECZALNE"**

**OPTYK** Hanna Puślecka

**BEST OPTIC**

## Hanna Puślecka

ul. 3-go Maja 41,  
63-900 Rawicz  
tel. 65 545 52 26,  
kom. 501 434 241

Salon Optyczny Bestoptic  
Ul. Paprotna 7,  
51-117 Wrocław  
Centrum Handlowe Marino

### W ofercie znajdują Państwo:

- markowe oprawy okularowe
- szkła korekcyjne
- okulary przeciwsłoneczne
- okulary korekcyjne do pływania
- soczewki kontaktowe
- krople do oczu oraz płyny pielęgnacyjne do soczewek kontaktowych
- galanterię oftalmiczną

### W naszym gabinecie

#### Optometryści wykonują:

- kompleksowe badanie ostrości wzroku
- dopasowanie soczewek kontaktowych



**BEZPŁATNE  
BADANIA  
WZROKU**

Prawie 85% badanych Polaków przyznaje, że nie ma wystarczającej wiedzy na temat cyfrowego zmęczenia wzroku, a połowa z nich nigdy nie słyszała o tej dolegliwości. Nie powinniśmy bagatelizować problemu - szczególnie teraz, kiedy przez COVID-19 spędzamy przed komputerem coraz więcej czasu, a nasze oczy są jeszcze bardziej narażone na szkodliwe działanie światła niebieskiego.

### ŚWIATŁO NIEBIESKIE

Światło niebieskie nie jest czymś nowym dla człowieka - występuje naturalnie w promieniowaniu słonecznym. Niestety, emitowane przez urządzenia elektroniczne sztuczne światło niebieskie jest szkodliwe dla naszego wzroku. Nadmierna ekspozycja na nie może powodować bóle głowy, oczu, a nawet bezsenność.

- W fotoreceptorach siatkówki znajduje się melanopsyna, pigment wrażliwy na światło, który bierze czynny udział w regulacji cyklu dobowego i przez to ma duży wpływ na funkcjonowanie naszego organizmu. Światło niebieskie emitowane przez urządzenia cyfrowe aktywuje melanopsynę, prowadząc m. in. do hamowania uwalniania melatoniny - hormonu snu. W efekcie może dojść do zaburzeń rytmu snu - mówi Szymon Grygierezyk, zastępca dyrektora generalnego Hoya Lens Poland - producenta soczewek okularowych oraz innych produktów optycznych. Nasze samopoczucie jest związane z tym, ile czasu spędzamy przed ekranami emitującymi światło niebieskie i jak się przed nim chronimy. Nie bagatelizujmy problemu - bezsenność i chroniczne zmęczenie utrudniają nam codzienne funkcjonowanie.

# CYFROWE ZMĘCZENIE WZROKU - coraz częstsza dolegliwość

Fot. Adobe Stock

### CYFROWE ZMĘCZENIE WZROKU

Już dwie godziny dziennie spędzone przed komputerem, tabletem czy telefonem mogą mieć negatywny wpływ na nasze zdrowie. Według badań 40% z nas spędza przed komputerem ponad 8 godzin dziennie. W obecnej sytuacji epidemicznej praca i nauka zdalna to dla nas konieczność, a w czasie wolnym chętnie przeglądamy serwisy społecznościowe, gramy w gry i oglądamy ulubione serie.

Nic dziwnego, że cyfrowe zmęczenie wzroku, nazywane też syndromem widzenia komputerowego, dotyczy coraz większej części społeczeństwa. Co również ważne - nie ogranicza się jedynie do zmęczenia

oczu, ale też daje szereg innych objawów.

### OBJAWY CYFROWEGO ZMĘCZENIA WZROKU

Jednym z podstawowych objawów cyfrowego zmęczenia wzroku jest ból głowy - najczęściej skarżymy się na bóle w części skroniowej lub w okolicach oczodołu. Warto też zwrócić uwagę na pieczenie i uczucie suchości oczu - w normalnych warunkach mrugamy około 20 razy na minutę, co ma za zadanie przede wszystkim nawilżać powierzchnię oka. Kiedy korzystamy z komputera, liczba ta spada do 10, a podczas używania telefonu czy tabletu nawet do 6-8 mrugnięć na minutę, co ma realny wpływ na podrażnienie narząd-



du wzroku. Pogorszenie widzenia w nocy i rozmycie obrazu w odległościach bliskich to kolejne sygnały, które wskazują na cyfrowe zmęczenie wzroku. Ponadto objawy, które mogą mu towarzyszyć to obniżona koncentracja, ogólne zmęczenie organizmu i nadwrażliwość na światło. Urządzenia cyfrowe mają silny wpływ na nasze przyzwyczajenia wzrokowe. Niekiedy nie zdajemy sobie sprawy, jak często w naszych dłoniach znajduje się telefon komórkowy. W przerwie od pracy przed komputerem sięgamy po smartfon, aby sprawdzić media społecznościowe. W rezultacie nasz narząd wzroku jest nieustannie narażony na kontakt ze światłem niebieskim.

(akf)

## SOS dla oczu

Trudno wyobrazić sobie funkcjonowanie bez komputera, laptopa czy telefonu komórkowego, dlatego warto pamiętać o profilaktyce. Warto wiedzieć, że objawy cyfrowego zmęczenia wzroku możemy złagodzić.



■ W miejscu pracy zadbajmy o odpowiednią odległość monitora od oczu. Powinna ona wynosić 40-75 cm - to mniej więcej długość ręki.

■ Wiele urządzeń oferuje obecnie tryb ochrony wzroku czy filtr światła niebieskiego, co pozwala na zmniejszenie nadmiaru tego światła emitowanego przez nasze urządzenia. Warto też sprawdzić, ile czasu spędzamy przed ekranem i ustalić limit, który pozwoli nam na wprowadzenie zdrowych nawyków podczas korzystania z urządzeń cyfrowych.

■ Najlepszą ochroną dla oczu będą okulary z soczewkami, które posiadają funkcjonalną strefę wsparcia wzroku. Innowacyjna generacja soczewek wspomaga nasz narząd wzroku w procesie akomodacji, czyli w patrzeniu na odległości pośrednie i bliskie. Specjalna konstrukcja zapewnia komfortowe i zrelaksowane widzenie w cyfrowym świecie, ułatwiając uzyskanie ostrego obrazu i łagodząc objawy wysiłku wzrokowego.

■ W okularach, które będą chronić wzrok podczas pracy, nauki i spędzania wolnego czasu warto wykorzystać powłokę antyrefleksyjną BlueControl. Neutralizuje ona nadmiar światła niebieskiego, emitowanego przez ekrany i sztuczne oświetlenie, co poprawia komfort wykonywanych czynności, ale także zapobiega pojawieniu się objawów cyfrowego zmęczenia wzroku.

■ Pomocne jest też mruganie. Warto pamiętać o fackie, że przed ekranem komputera czy smartfona nasze oczy nie mrugają tak często jak podczas spaceru. Należy pamiętać o nawilżeniu naszych oczu podczas korzystania z urządzeń cyfrowych.

■ Stosuj zasadę 20/20/20 - co 20 minut skieruj wzrok na obiekty oddalone o 20 stóp - 6 metrów na co najmniej 20 sekund, to pozwoli na odpoczynek Twoich oczu i zredukuje zmęczenie wywołane pracą w bliży.

■ Ulgę naszym oczom przyniosą także krople nawilżające, które pozwolą na zmniejszenie uczucia podrażnienia i suchości narządu wzroku po długotrwałej pracy wzrokowej.

# ZAKŁAD OPTYCZNY

Beata Tomaszewska



 ul. Ks. Fr. Olejniczaka 6  
63-800 Gostyń

 **65 572 50 45**

Pon, śro, pt 10:00 - 18:00  
Wtorek, czwartek 10:00 - 16:00  
Przerwa 13:00 - 14:00



- Realizacja recept NFZ
- Fachowe doradztwo
- Szeroki wybór opraw i soczewek okularowych
- Krótkie terminy realizacji
- Przystępne ceny

 **OPTYK  
GIEZEK**

## Gabinet okulistyczny

- Lek. med. spec. chorób oczu  
**Danuta Chojnowska**
- Lek. med. okulista  
**Mariola Bandura**

ul. Rynek 10 | tel. 65-545-23-74  
**63-900 Rawicz**

## **GABINET OKULISTYCZNY** *lek. med. MARIOLA BANDURA*

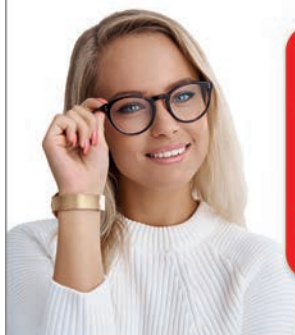


63-920 Pakość, ul. Parkowa 2a  
**tel. 65 547 86 03**

W celu umówienia wizyty obowiązkowa  
rejestracja telefoniczna.



# Zadbaj o swój WZROK!



**MOŻLIWOŚĆ  
DOJAZDU  
KOMUNIKACJA  
MIEJSKĄ**

**POSIADAMY  
WŁASNY, DUŻY  
PARKING**

## Nasza oferta obejmuje:

- **BEZPŁATNE** badanie optometryczne obejmujące dobór okularów do dali i do bliży,
- badanie widzenia obuocznego, zdjęcie dna oka
- **NAJWIĘKSZY I NAJMODNIEJSZY** wybór opraw okularowych i przeciwsłonecznych,
- akcesoria okularowe,
- okulary ochronne BHP z korekcją,
- okulary do pływania z korekcją,
- **FACHOWY** dobór soczewek okularowych,
- **SOCZEWKI KONTAKTOWE**
- dobór soczewek, nauka zakładania i ściągania,
- zestawy próbne i startowe
- **FACHOWA MIŁA OBSŁUGA**



## ZAKŁAD OPTYCZNY

63-800 Gostyń, ul. Poznańska 54  
tel. (65) 572 13 36, 667 342 447

Godziny otwarcia:  
pon. - pt. 10.00 - 16.00

po godz. otwarcia gabinet czynny  
po uzgodnieniu telefonicznym



MAŁGORZATA OWSIŃSKA

# Z E S P Ó Ł

## OKULISTYCZNO – OPTYCZNY

ul. 1 Maja 9 (deptak), 63-800 Gostyń, tel. 603 092 006

# 3 x "O" DLA TWOICH OCZU

**OKULISTA**  
diagnostyka i leczenie  
chorób oczu

*dr Elwira Wolniak*  
*dr Agnieszka Guzikowska*

**OPTOMETRYSTA**

*mgr Eugeniusz Owsieński*

- specjalistyczne badanie ostrości wzroku oraz dobór najlepszej korekcji okularowej
- PRZY ZAKUPIE OKULARÓW  
BADANIE WZROKU BEZPŁATNE!**
- dobór soczewek kontaktowych

**OPTYK**

- szeroki wybór opraw i soczewek okularowych
- soczewki kontaktowe
- okulary przeciwsłoneczne
- naprawa okularów
- recepty NFZ



**EOS**  
SALON OPTYCZNY

**NAJWAŻNIEJSZE  
SĄ TWOJE OCZY!**

**DORADZTWO  
EKSPERTA OPTYKA**

- profesjonalny dobór soczewek,
- fachowa pomoc przy indywidualnym doborze oprawek

**KORZYSTNE CENY  
I WYSOKIE RABATY**

- każdy klient otrzymuje u nas rabat

serdecznie zapraszamy!

63-800 Gostyń, Rynek 25  
Tel. 690 515 248



**SPECJALISTYCZNY GABINET OKULISTYCZNY**

**Mariusz Wrześciński**

63-800 Gostyń, Rynek 25  
Tel. 65 572 19 93

Przyjęcia prywatne oraz w ramach umów z firmami LUX MED i POLMED

**ZAKRES USŁUG**

- diagnostyka i leczenie chorób oczu
- dobieranie korekcji okularowej
- dobieranie soczewek kontaktowych
- badania okulistyczne pracowników



**Salon Optyczny Arleta Jurkowska**  
Optometrysta, Okulista

**JURKOWSKA**  
Salon Optyczny

**Oferuje:**

- Szeroki wybór opraw okularowych
- Najwyższej jakości szkła korekcyjne (jednoogniskowe, dwuogniskowe, progresywne, fotochromowe, barwione - przeciwsłoneczne, pocieniane, asferyczne)
- Soczewki kontaktowe
- Okulary przeciwsłoneczne z filtrami UV i polaryzacją
- Badanie ostrości wzroku i dobór soczewek kontaktowych
- Badania okulistyczne

**Nasze salony**

Krobica, Rynek 14      Pogorzela, E. Orzeszkowej 9  
65 573 86 64      730 096 992

**Nasi specjaliści**

**Krobica:**

**lek med. Elwira Wolniak**  
specjalista chorób oczu

**lek med. Izabela Mordzak-Gabrysz**  
specjalista chorób oczu

**mgr Andrzej Jurkowski**  
optometrysta

**Pogorzela:**

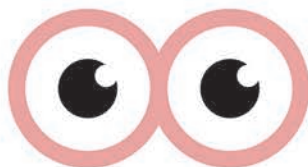
**dr n med. Wojciech Adamski**  
specjalista chorób oczu

**lek med. Jacek Idziak**  
specjalista chorób oczu

**mgr Andrzej Jurkowski**  
optometrysta



Zapisy do specjalistów  
pod numerem telefonów salonów



**WIDZI MI SIĘ  
OPTYK**

L.M. Koszarek

**ul. Kolejowa 5a  
63-800 Gostyń**  
(Naprzeciwko poczty)

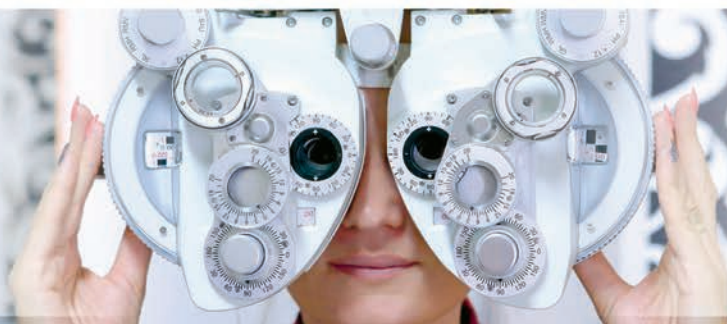
**Rejestracja na badanie:**

**Tel. 534 365 762**

**ul. 3 Maja 8  
63-900 Rawicz**  
(Tuż obok banku PKO BP)

**Rejestracja na badanie:**

**Tel. 507 017 824**



**Bezpłatne, profesjonalne  
badanie wzroku  
dla Klientów**



**Najnowsze  
kolekcje opraw  
okularowych**



**Porady  
stylisty opraw  
okularowych**

**Przyjdź do naszych salonów i sprawdź nasze aktualne promocje!**

**[www.widzimisieoptyk.pl](http://www.widzimisieoptyk.pl)**

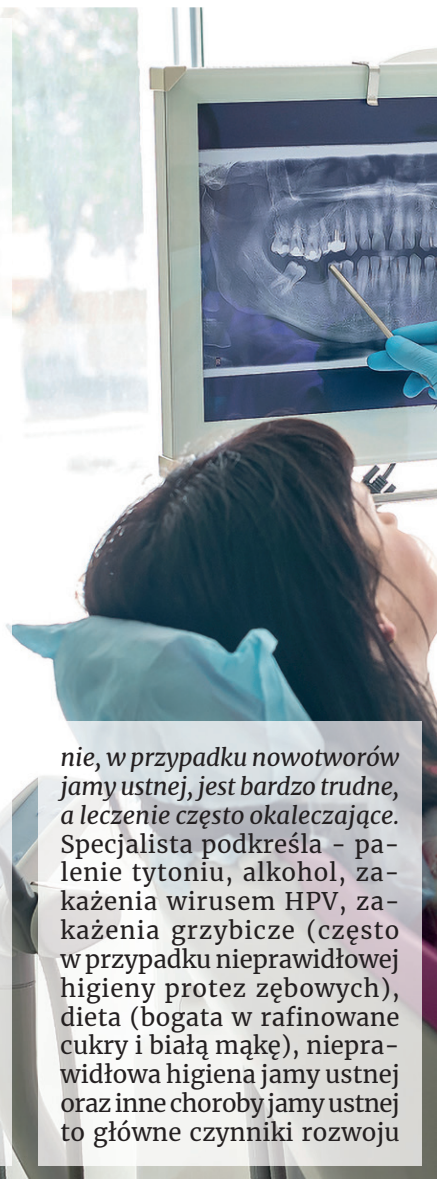
# Zęby nie poczyna koniec ep

**Brak dbałości o stan uzębienia może zwiększać ryzyko zachorowalności na nowotwory. W związku z doniesieniami naukowców profilaktyka antynowotworowa powinna obejmować również prawidłową higienę jamy ustnej.**



Obecność patologicznej flory bakteryjnej rozwijającej się w przypadku próchnicy i chorób przyzębia ma związek z wywoływaniem miejscowego oraz ogólnoustrojowego stanu zapalnego. Patogeny prowadzą do stanów zapalnych jamy ustnej, a w efekcie do rozprzestrzeniania się procesu na cały organizm pacjenta.

Infekcje i stany zapalne uważane są za jedną z przyczyn rozwoju różnych postaci raka, ponadto bakterie odpowiedzialne za choroby przyzębia zaostrzają przebieg miażdżycy, cukrzycy, reumatoidalnego zapalenia stawów, a także zwiększają ryzyko powikłań chorób sercowo-naczyniowych, takich jak zawał mięśnia sercowego i udar mózgu. - W naszym gabinecie zauważam wzrost ilości przypadków nowotworów jamy ustnej. Często można by tego uniknąć, gdyby pacjenci przywiązywali większą wagę do profilaktyki - zauważa chirurg stomatolog lek. med. Witold Siwek. - Pozostawione korzenie, ostre brzożki wypełnień, próchnica, parodontoza w łatwy sposób mogą stać się przyczyną inicjacji rozwoju nowotworu. Niestety, wylecze-



*nie, w przypadku nowotworów jamy ustnej, jest bardzo trudne, a leczenie często okaleczające. Specjalista podkreśla - palenie tytoniu, alkohol, zakażenia wirusem HPV, zakażenia grzybicze (często w przypadku nieprawidłowej higieny protez zębowych), dieta (bogata w rafinowane cukry i białą mąkę), nieprawidłowa higiena jamy ustnej oraz inne choroby jamy ustnej to główne czynniki rozwoju*

# czekają epidemii



nowotworów. Bardzo groźną chorobą jest leukoplakia, sklasyfikowana w pewnym stadium jako stan przedrakowy.

- Pierwsze objawy leukoplakii to jedynie biały nalot na błonie śluzowej jamy ustnej, którego nie da się w żaden sposób usunąć. Obserwuje się go przede wszystkim na policzkach. Powierzchnia zmian może być gładka lub nierówna. Ta druga forma częściej wykazuje tendencję do zezłośliwienia. Zmia-

na ta dotyka szczególnie palaczy - dodaje lek. med. Witold Siwek. Podkreśla, że dlatego bardzo ważne są regularne wizyty w gabinecie stomatologicznym. - Ponadto, wykonując chociażby podstawowe zdjęcie panoramiczne, możemy wykryć różne inne schorzenia np. torbiele, które również mogą osiągać duże rozmiary, będąc sporym zagrożeniem dla naszego zdrowia - dodaje chirurg stomatolog. (akf)



Fot. Adobe Stock

## PROFILAKTYKA MA ZNACZENIE

W obecnych warunkach - trwającej epidemii często zapominamy o profilaktyce. Podstawowymi elementami profilaktyki jamy ustnej są:

- szczotkowanie zębów po głównych posiłkach, a przynajmniej dwa razy dziennie; również częste używanie nitki dentystycznej,
- regularne wizyty u stomatologa - raz na pół roku kontrolnie, leczenie próchnicy oraz profesjonalne czyszczenie zębów z kamienia nazębnego i płytki nazębnej (tak często, jak jest to potrzebne),
- leczenie wad zgryzu, a w przypadku ubytków zębowych - uzupełnienia protetyczne, dzięki czemu odtwarza się prawidłową funkcję zucia,
- zdrowa dieta, która nie zawiera zbyt dużo cukrów, szczególnie prostych oraz sacharoz powszechnie obecnych w dużych ilościach w słodyczach; unikanie napojów gazowanych i używek; dieta lekkostrawna, bogata w witaminy i minerały,
- leczenie zaburzeń odżywiania i łaknienia (bulimia, anoreksja i inne) ma znaczenie dla zdrowia jamy ustnej.

Fot. Adobe Stock

## GABINET STOMATOLOGICZNY

lek. dent. Agnieszka Dajewska-Pachciarz



tel. 605 458 412  
ul. Zdzeska 1/2  
63-810 Borek Wlkp.

Kompleksowa opieka stomatologiczna z zakresu:

- higiena i profilaktyka dentystyczna
- stomatologia zachowawcza
- stomatologia estetyczna
- stomatologia dziecięca
- endodoncja
- protetyka stomatologiczna
- chirurgia stomatologiczna
- zabiegi z użyciem lasera



*gabinet przyjazny dzieciom  
stosujemy znieczulenia komputerowe*



# ORTODENT

## PORADNIA STOMATOLOGICZNA


# Pełen zakres usług stomatologicznych

*Gostyń  
ul. Kolejowa 1  
tel. (65) 572-02-09*



## www.ortodent-gostyn.pl

*Leczymy w ramach umowy z NFZ  
oraz prywatnie*



## GABINET STOMATOLOGICZNY

*Marta Mikołaj Brzósłowski S.C.*

63-820 Piaski, ul. Gostyńska 11  
tel. 65 571 92 31, kom. 696 023 965

- ◆ bezpieczne usuwanie wypełnień amalgamatowych
- ◆ zabiegi z użyciem ozonu
- ◆ możliwość leczenia zębów za pomocą lasera
- ◆ leczenie kanałowe pod mikroskopem

Szelejewo Drugie 10A, 63-820 Piaski  
(Dom Zdrowia i Spokoju)  
tel. 666 747 101

- ◆ leczenie ortodontyczne



## KLIMKOWSKI STOMATOLOGIA

+48 (65) 572 68 08  
+48 517 422 010

<b>8.00 - 12.00</b>		<b>13.00 - 19.00</b>
<b>PN</b>	lek. stom. Dominik Przybyłski	
<b>WT</b>	lek. stom. Dominik Przybyłski	lek. stom. Robert Klimkowski
<b>ŚR</b>	lek. stom. Robert Klimkowski	
<b>CZ</b>	lek. stom. Robert Klimkowski	lek. stom. Dominik Przybyłski
<b>PT</b>	lek. stom. Dominik Przybyłski	lek. stom. Robert Klimkowski
<b>SO</b>	<b>INNE GODZINY</b> 8.30 - 13.00	lek. stom. Dominik Przybyłski

GOSTYŃ  
UL. WROCŁAWSKA 68A  
WWW.KLIMKOWSKI.COM.PL




**GABINET  
STOMATOLOGICZNY  
Z CERTYFIKATEM**

**Halina Dajewska-Mnich**

lek. dentysta stomatologii ogólnej

CERTYFIKAT



0597

**Kompleksowe leczenie  
dorosłych i dzieci**

**Gabinet przyjazny dziecku**

- Estetyczna odbudowa zębów
- Zabiegi z użyciem lasera
- Komputerowe bezbolesne znieczulanie
- Ultradźwięki
- Wybielanie zębów
- Protetyka w pełnym zakresie

Gostyń, ul. Willowa 53, rejestracja telefoniczna  
tel. (65) 572-03-49, kom. 602 720 319



**PRYWATNY GABINET DIABETOLOGICZNY**

**Dr n. med. Michał Sroka**

**Diagnostyka i leczenie:**

- ◆ cukrzycy
- ◆ cukrzycy ciężarnych
- ◆ stanów przedcukrzycowych
- ◆ zespołu metabolicznego

**RAWICZ, ul. Przyjmy-Przyjemskiego 6a**  
(przy Aptece Osiedlowej)

**Rejestracja: tel. 666 115 586**  
w godzinach 10.00 - 18.00

**Nal-Med Fizjoterapia  
mgr Paweł Nalazek**



*Terapia manualna  
Diagnostyka narządu ruchu  
Masaż leczniczy  
Masaż limfatyczny  
Rehabilitacja  
Kinematic taping*

**Tel. 667-142-474**

*Rynek 25, Gostyń*

**Karolina i Marcin  
Wawrzynowicz**

**FALA Uderzeniowa ESWT**  
Pierwsza terapia w powiecie



Medycyna SPORTOWA  
Rehabilitacja  
Leczenie przewlekłego bólu  
Bezoperacyjna  
likwidacja zwągnięć

**Krobia, ul. Rynek 8**  
**667-542-000**  
**www.krobia.com**

Polecamy profesjonalne naświetlania  
UVB 290-315nm na niedobory witaminy D  
SŁONECZNA WITAMINA przez cały rok.

**TECAR Terapia**

Fizjoterapia bez kolejek.  
Fachowa pomoc i duże doświadczenie.

**tel. 667-542-000 tel. 607-426-062**

**TECAR** terapia falą radiową.

Jest to, obok fali uderzeniowej,  
jeden z najskuteczniejszych zabiegów  
współczesnej fizykoterapii.

Zabiegi TECAR już dostępne  
w naszym gabinecie.



**NZOZ REHABILITACJA,  
FIZYKOTERAPIA, MASAŻ LECZNICZY**  
*Gierczyńska i wspólnicy* Gostyń, ul. Łokietka 3, tel. 609-520-375

 Certifikat  
ISO 9001:2008



**REHABILITACJA:**

- terapia manualna wg metod neurofizjologicznych
- wyciągi • neuromobilizacja • mobilizacja tkanek miękkich:  
• Kinesiology Taping • Trigger points (punkty spustowe)

**MASAŻ:**

- leczniczy • limfatyczny • segmentarny • tkanek głębokich • Aquavibron

**FIZYKOTERAPIA - pełen zakres:**

- elektroterapia • magnetoterapia • ultradźwięki • laser • krioterapia

**HYDROTHERAPIA - pełen zakres**


INFORMUJEMY O MOŻLIWOŚCI WYKONYWANIA ZABIEGÓW W NASTĘPUJĄCYCH GABINETACH  
Gostyń, ul. Łokietka 3, tel. (65) 572-43-23  
Gostyń, ul. Przy Dworcu 4a, tel. (65) 572-39-70  
Leszno, ul. Prochownia 25a, tel. (65) 520-43-15

Gabinety czynne od pon. do pt. 8.00 - 18.00

**ZABIEGI BEZPŁATNE:**

- Umowa z NFZ • Umowa z LUX MED
- Program Rządowy dla II i III grupy inwalidzkiej (Bez skierowania do 31.XII.2021)

**lek. med. Igor Jeremicz**  
specjalista chorób wewnętrznych  
**kardiolog**



**DIAGNOSTYKA I LECZENIE  
CHOROBY UKŁADU KRAŻENIA  
EKG  
ECHOKARDIOGRAFIA**

RAWICZ, ul. Przyjmy-Przyjemskiego 6a  
(przy Aptece Osiedlowej)

Rejestracja: tel. **666 115 586**  
przyjmuje w wyznaczone dni,  
po wcześniejszej rejestracji telefonicznej

**GABINET LEKARSKI**  
*Piotr Jakubowski*  
chirurg  
specjalista ortopedii i traumatologii

 **TALUS** CM  
PRYWATNE GABINETY LEKARSKIE  
Gostyń, ul. Przy Dworcu 3a



tel. kom. **600 027 076**  
Przyjęcia po telefonicznym uzgodnieniu terminu

**WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU  
REHABILITACYJNEGO**

 **601 167 379**  
**536 599 973**



**www.rehabilitacja-eledi.pl**

- Łóżka rehabilitacyjne
- Podnośniki pacjenta
  - Schodofazy
- Rotory elektryczne
- Koncentratory tlenu

**Jarocin, ul. Paderewskiego 11**  
(przy bankomatach Santander)



**GABINET MEDYCYNY NATURALNEJ I REHABILITACJI DOMOWEJ**



Rawicz, ul. Wojska Polskiego 16 (deptak)  
e-mail: rehabilitacja\_domowa@wp.pl  
www.facebook.com/GabinetMedycynyNaturalnejProVita

☎ 605 542 404  
☎ 606 713 132



**Oferujemy:**

- **MASAŻ:** leczniczy, klasyczny, głęboki, sportowy, odchudzający, bańkami chińskimi, bańkami bezogniowymi
- **ELEKTROAKUPUNKTURA** (bez zastosowania igieł)
- **ŚWIECOWANIE USZU**
- **BADANIE KOMPUTEROWE** (po kanałach energetycznych)
- **ĆWICZENIA Z ZAKRESU KINEZYTERAPII**
- **SUPLEMENTY DIETY CALVITA**
- **VIBROAKUSTYKA (VITAFON)**
- **KRĘGARSTWO**

🏠 **WSZYSTKIE ZABIEGI DOSTĘPNE SĄ TAKŻE W DOMU PACJENTA**

**Prof. dr hab. n. med. Piotr Rogala**

**specjalista w chirurgii urazowej i ortopedycznej dzieci i dorosłych**

- ♦ leczenie zachowawcze i operacyjne zmian zwyrodnieniowych narządu ruchu
- ♦ ortopedia dziecięca
- ♦ skrzywienia kręgosłupa i wady postawy (profilaktyka, leczenie)
- ♦ wady wrodzone narządu ruchu
- ♦ urazy, zmiany pourazowe i urazy sportowe
- ♦ złamania kości, urazy stawów



przyjęcia w środy od 16.00 do 19.00  
rejestracja 603 775 625  
Gostyń, ul. Powstańców Wlkp. 2

**USG stawów biodrowych u dzieci i niemowląt  
USG narządu ruchu**



## SKLEP MEDYCZNY

ul. 17-go Stycznia 52  
ul. Szybowników 53  
64-100 Leszno

tel. 601-784-647  
tel. 882-538-039 (sklep)

*Możliwy dowóz do chorego*

### Wypożyczalnia i sprzedaż sprzętu medyczno-rehabilitacyjnego

W ofercie między innymi:

- **łóżka dla chorych**
- materace p/odleżynowe
- wózek inwalidzkie
- wózek elektryczne
- **koncentraty tlenu**
- kule
- chodźniki, balkoniki
- laski, trójnogi, czwórnogi
- aparaty do mierzenia ciśnienia
- inhalatory
- ssaki medyczne do odsysania
- asortyment do opieki nad chorym (pielucho-majtki, worki na mocz, kaczki, baseny sanitarne, podkłady, prześcieradła, itp.)

Godziny otwarcia:  
Pn-Pt 9:30-17:00  
Sob 9:30-13:00



[www.dla-chorych.pl](http://www.dla-chorych.pl)

**- Zachęcam, żeby pani też teraz wstała - mówi z uśmiechem Filip Olejnik, fizjoterapeuta, kiedy zaczynam nagrywać jego wypowiedź. Wiem, że to dobra rada.**

Czas pandemii to czas różnych wyzwań. Ruch, aktywność fizyczna, które zawsze były ważne, teraz nabrały szczególnego znaczenia. Czy dla wszystkich? Czy rozumiemy, że dzięki temu stajemy się zdrowsi?

- Osoby, które są tego świadome, nie mają problemu - zawsze znajdują jakąś formę aktywności, niezależnie od tego, gdzie są - czy na dwóch metrach kwadratowych w domu, czy wyjdą pobiegać, czy pójdą na spacer do lasu - mówi Filip Olejnik, mgr fizjoterapii, terapeuta manualny. - Osoby, które potrzebują bata nad sobą, zaczynając swoją aktywność od kupowania odzieży sportowej i karnetu na siłownię, już mają gorzej. To taki słomiany zapał - w momencie kiedy zamknięte zostały siłownie, fitness kluby, poddali się i zostali w domu.

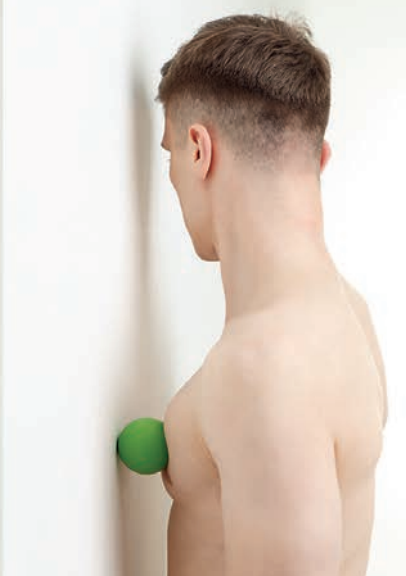
Fizjoterapeuta zachęca, by nie tłumaczyć się tym, że „zamknęli mi siłownię i basen”. - Wszystko, co robimy, by aktywować nasz narząd ruchu, jest z korzyścią dla nas. Nie ma na co czekać, tylko trzeba zastąpić basen, siłownię jakąś inną aktywnością - dodaje.

Jeśli nie chce nam się przygotowywać jedzenia, możemy zamówić je z dowozem, możemy sobie „załatwić” catering. Ćwiczeń, aktywności nikt za nas nie załatwi. Ci, którzy się poddali, zostają w domu, na pewno odczują konsekwencje swojego rozleniwienia. - Każdy staw musi być ruszany, aktywowany, aby był sprawny funkcjonalnie. Nic nas do

# Zrób sobie przeciągnij



# kawę, się!



tego, kiedy siedzimy za biurkiem, nie zmusza. Musimy to sami na sobie wymusić. Nikt tego za nas ręką, nogą nie ruszy – mówi fizjoterapeuta. – Pytam pacjentów: – Jak długo twoje biodro jest w zgięciu w ciągu dnia? Ile czasu spędzasz w pozycji siedzącej, a ile czasu byłeś w maksymalnym rozkroku? Słyszysz wtedy odpowiedź: – W maksymalnym rozkroku to ja byłem... dziesięć lat temu. Z czasem, z przyzwyczajeniami wachlarz naszych możliwości ruchowych się kurczy, a zestaw możliwości funkcjonalnych jest coraz uboższy. Mamy coraz mniej ruchu, bo nikt, nic nas nie zmusza, żeby się ruszać. Przyzwyczajenie usprawiedliwiane jest w ten sposób: – Ja już mam przecież tyle lat! Mam już taki pesel! Itd. – Nie zgadzam się z tym – dlaczego 70-letni pan nie może stanąć w rozkroku? Jeśli jest aktywny, plastycznie motywuje cały czas swoje ciało, ugniata je, rozciąga, wykonuje różne ruchy, jest mu łatwiej – mówi Filip Olejnik. – Natomiast osoby młode 35-, 40-latkowie, już siedzą po 10 lat za biurkiem, pracują w biurach, korporacjach, już nie robią rozkroku. Nikt ich nie zmusza, więc – po co? Sami przyklejają sobie taškę „Ja już jestem w tym wieku...” Wiek nie ma tu nic wspólnego, raczej – czas nieużywania. Dla świadomości używania wiek nie jest przeszkodą, nie jest problemem. Problemem jest przyzwyczajenie.

Teraz, kiedy zostaliśmy zamknięci czy ograniczeni, jeśli chodzi o możliwości przemieszczania się, wypoczywania, uprawiania sportu, musimy wewnątrz siebie znaleźć motywator. Kiedy zamknięte są kluby fitness, siłownie, baseny, należy ćwiczyć w domu, na podwórku, na ogródku. – Powiedzmy sobie: – Mój los w moich rękach, moje zdrowie w moich rękach – namawia Filip Olejnik. Przyznaje, że w ostatnich miesiącach,

w czasie pandemii coraz częściej do gabinetu zgłaszają się po pomoc pacjenci uskarżający się na bóle na obręczach barkowych, bóle w rękach, w ramionach, na drętwienie kończyn. Nasze ciało jest stworzone do ruchu. Nie służy nam statyka, czyli długie siedzenie, długie przebywanie w jednej pozycji przy napięciu statycznym mięśni. – Nawet jak stoimy, przeciwdziałamy grawitacji, napinamy mięśnie. Rosnące napięcie w mięśniach wywołuje w konsekwencji ból – mówi fizjoterapeuta. – Zalecałbym częste wstawanie, oderwanie się od krzesła, oderwanie się od biurka, żeby przejść chociaż parę metrów – zrobić kawę, herbatę, pójść do toalety, przeciągnąć się. To rozproszy energię, która się kumuluje w różnych miejscach w ciele. Będzie nam wygodniej pracować dalej. To nie jest strata czasu takie oderwanie się od pracy. Zachęcam, żeby pani też teraz wstała – uśmiecha się Filip Olejnik. – To pomaga skupić nam się na pracy, a nie na tym, że po jakimś czasie zaczyna nam coś dokuczać, jakiś ból. Jak sobie taki ból „wyhodujemy”, ileś procent skupienia nam ucieka na myśli o tym.

Fizjoterapeuta zaleca też stosowanie mobilizacji uciskowych – przy pomocy kauczukowej piłeczki. Należy stanąć przy ścianie, położyć piłeczkę między siebie a ścianę i kulać ją po sobie. Znaleźć takie miejsca, które są wrażliwe, bolesne i wyciszać je. Można tę piłeczkę kulać pod stopą lub po ręce. – Takich miejsc, punktów bolesnych na naszym ciele jest mnóstwo. Przez to, że nie są aktywowane, napięcie narasta, potęgując ból. To może zaburzać funkcjonalność np. całej kończyny, głowy lub szyi. A wystarczy, że te punkty zlikwidujemy – radzi Filip Olejnik. Stosując taką autoterapię, możemy sobie bardzo pomóc, poprawić swoje samopoczucie.

## ZAPRASZAMY DO Pracowni Diagnostyki Obrazowej Sikora, Drężek Sp.j w Rawiczu



budynek i gabinety przyjazne  
dla osób niepełnosprawnych

W nowej lokalizacji:  
ul. 11 Listopada 1  
(Budynek B)  
63-900 Rawicz



### WYKONUJEMY

Dla pacjentów posiadających skierowania,  
badania są bezpłatne!

#### Badania rentgenowskie:

- zdjęcia klatki piersiowej, zdjęcia kostne kręgosłupa, kości i stawów, czaszki i zatok itp.,
- zdjęcia pantomograficzne (panoramiczne) szczęki, żuchwy i stawów skroniowo-żuchwowych,
- telerentgenogram głowy,
- zdjęcia zębów.

#### Badania ultrasonograficzne:

- jamy brzusznej wraz z układem moczowym,
- tarczycy i narządów szyi (m. in. ślinianek),
- przeciemieniowe mózgowia u noworodków i niemowląt,
- moszny (jąder),
- badanie dopplerowskie przepływów w naczyniach krwionośnych - kodowane kolorem.

Pracownia rentgenowska stosuje technikę cyfrową, która pozwala na zmniejszenie dawki promieniowania jonizującego do 50% - co zapewnia bezpieczną diagnostykę.



**Pacjenci są przyjmowani  
wyłącznie po uprzedniej  
rejestracji telefonicznej**

**Rejestracja telefoniczna: 537 080 080**

od poniedziałku do piątku w godzinach 08.00-17.00



# SKLEP MEDYCZNY

Gostyń, ul. Witosa 16/3

Godziny otwarcia: pn.-pt. 9.30-17.00, sob. 10.00-13.00

## SPRZEDAŻ

- wózki inwalidzkie
- balkoniki, podpórki, kule, laski
- materace i poduszki przeciwoleżynowe
- sprzęt toaletowy
- ortozy, pasy, sznurówki
- ciśnieniomierze, inhalatory, termometry
- artykuły przeciwżylakowe
- pieluchomajtki
- inny sprzęt rehabilitacyjny



## WYPOŻYCZALNIA

- łóżka rehabilitacyjne
- koncentratory tlenu
- wózki inwalidzkie
- balkoniki



## SPRZEDAŻ ORAZ WYPOŻYCZALNIA SPRZĘTU REHABILITACYJNEGO

Zapraszamy do kontaktu.  
Udzielamy informacji oraz pomagamy  
w załatwieniu formalności

 663 652 585 / 65 572 59 90

 sklepmedycznygostyn@o2.pl



## WYPOŻYCZALNIA SKLEP MEDYCZNY

Szyna CPM Artromot  
K1, K2, Ortoflex

**20 zł\***

najnowszej generacji, bez kaucji



Pieluchomajtki



Łóżko

**99 zł**

rehabilitacyjne

najnowszej generacji, bez kaucji

**DOWÓZ  
GRATIS**

na terenie  
Gostynia i Rawicza\*

**Pieluchomajtki  
Refundacja NFZ**


**Zamów przez telefon 509 554 300**

\*szczegóły pod numerem  
telefonu 509 554 300

# REUMATOLOG

## SPECJALISTA CHOROÓB WEWNĘTRZNYCH

### Lucyna Szymczak-Bartz



Borek Wlkp.,  
ul. Zdieska 59  
czwartki od  
godz. 17.00

rejestracja:  
**tel. 600 219 365**

### Studio Kosmetologii mgr Katarzyna Leśniewicz

**Zabiegi podologiczne:**

- Korekta wrastających paznokci
- Usuwanie modzeli i odcisków
- Pedicure klasyczny i specjalistyczny
- Terapia wspomagająca w leczeniu grzybicy paznokci i brodawek wirusowych
- Pobieranie materiału do badania mikologicznego
- Regeneracja płytki paznokciowej
- Wizyty domowe

Rej. telefoniczna: **605 245 695**

Leszno, ul. Niepodległości 27, pok. 18

---

### Prywatna Praktyka Lekarska lek. Piotr Leśniewicz specjalista chirurgii ogólnej

- Porady z zakresu chirurgii ogólnej
- Kwalifikacja do operacji
- Drobne zabiegi chirurgiczne w znieczuleniu miejscowym (znamiona, brodawki) z badaniem histopatologicznym
- Wizyty domowe
- Leczenie ran przewlekłych

Rej. telefoniczna: **509 145 545**

Leszno, ul. Niepodległości 21/27

### Specjalistyczna Pielęgnacja Stóp

Natalia Marchewka - Bruscia  
Gabinet Podologiczny



**ZABIEGI PODOLOGICZNE**

- ☞ Podstawowy zabieg podologiczny
- ☞ Pedicure kosmetyczny, pedicure specjalistyczny dla diabetyka
- ☞ Modzele, Nagniotki (Odciski)
- ☞ Oczyszczenie paznokci zmienionych chorobowo
- ☞ Wrastające i wkręcające paznokcie
- ☞ Brodawki wirusowe (kurzajki)
- ☞ Rekonstrukcja płytki paznokciowej
- ☞ Pielęgnacja skóry z rogowcem
- ☞ Paznokcie zrogowaciałe
- ☞ Ortezy indywidualne, odciążenia
- ☞ Taping podologiczny (kinezotaping)
- ☞ Badanie mykologiczne



**tel. 691 894 929**  
Gostyń, ul. Wiosny Ludów 4/1a

### Gabinet podologiczny Rawicz



W trosce  
o Twoje stopy

**Cierpisz z powodu:**

- wrastającego lub wkręcającego paznokcia?
- braku wzrostu lub zdeformowanych paznokci?
- grzybicy paznokci?
- pourazowych paznokci?
- przerośniętych wałów okołopaznokciowych?
- bólowych odcisków i modzeli?
- pękających pięt?
- brodawek (kurzajek)?

**UMÓW SIĘ NA WIZYTĘ**  
**+48 609 358 037**  
ul. Przyjemskiego 20, 63-900 Rawicz

# Stopy - poświęćmy im trochę uwagi

**Większość problemów ze stopami „zawdzięczamy” sobie sami - nosząc nieodpowiednie obuwie i skarpetki z tworzyw sztucznych oraz zapominając o podstawowych zasadach higieny. W takiej sytuacji nie zawsze pomogą domowe zabiegi, czasem konieczna jest wizyta u specjalisty.**

## Jakie błędy popełniamy?

- brak nawyku codziennego mycia i dokładnego osuszania stóp (zwłaszcza między palcami),
- noszenie skarpet z tworzyw sztucznych,
- noszenie zbyt ciasnych rajstop, skarpet czy butów,
- nieprawidłowe obcinanie paznokci,
- usuwanie rogowaciejacego naskórka pumeksem (znakomite warunki do rozwoju bakterii!) lub tarką (szarpie skórę, przyczynia

się do powstania nierówności na jej powierzchni),

- stosowanie kosmetyków „uniwersalnych” przeznaczonych do pielęgnacji ciała czy twarzy lub nie stosowanie żadnych,
- lekceważenie drobnych skaleczeń czy otarć naskórka (zwłaszcza w przypadku chorych na cukrzycę).
- Nadmierna dbałość o stopy jest równie szkodliwa jak jej brak. Zbyt częste mycie czy moczenie stóp, nadużywanie preparatów pielęgnacyjnych

nieuchronnie prowadzi do zaburzenia równowagi hydrolipidowej skóry, co bywa przyczyną poważnych dolegliwości. Kolejnym złym nawykiem jest zbyt głębokie wycinanie zrogowaciałego naskórka - skutkuje ono uszkodzeniem głębiej położonych warstw skóry, uniemożliwia prawidłową regenerację naskórka - prowadzi do powstania poważnych, często nieodwracalnych defektów kosmetycznych.

## Czym zajmuje się podolog?

- fachowym skracaniem paznokci,
- zabiegami na paznokciach wrastających, zawiniętych, grzybiczych i zgrubiałych,
- zabiegami na zrogowaciałym naskórku, usuwaniem hiperkeratozy (pogrubienie warstwy rogowej naskórka) oraz modzeli (odcisków),
- fachowym rozpoznaniem i usuwaniem odcisków i kurczaków,

- ortonyksją, czyli sporządzaniem indywidualnych klamer korygujących na wrastający lub zakręcony paznokieć,
- fachowym przeprowadzaniem badania i zabiegu na stopie cukrzycowej,
- zabiegami przy schorzeniach grzybiczych stóp i paznokci,
- określaniem wskazań ze względu

na zmiany architektury stopy,

- konsultacjami z lekarzem i producentem butów ortopedycznych,
- doraźną pomocą przy schorzeniach kończyn dolnych.

**Podologia**  
to dziedzina medycyny zajmująca się badaniem wad, zniekształceń i zaburzeń funkcji stopy.

• Badanie podologiczne powinien wykonać każdy, ponieważ często nie uświadomiamy sobie, że dolegliwości jakie odczuwamy są spowodowane defektami stóp. Na stopach znajdują się receptory organów całego ciała, dlatego tak ważna jest dbałość o ich zdrowie i kondycję.

• Założenie indywidualnej klamry na paznokieć wrastający lub w innych sytuacjach np. po mechanicznych uszkodzeniach (do tej pory jedynym rozwiązaniem było chirurgiczne usunięcie paznokcia) umożliwi korekcję paznokcia bez potrzeby jego usuwania.

## Badaniu podologicznemu powinni się poddać szczególnie:

- sportowcy,
- osoby z nadwagą, uskarżające się na dolegliwości w obrębie kręgosłupa lub kończyn dolnych,
- chorzy na cukrzycę,
- wykonujący pracę fizyczną, wymagającą długiego stania czy chodzenia,
- dzieci do szóstego roku życia.





# STÓPKA

GABINET PODOLOGICZNY

ul. Podmiejska 8, Rawicz  
(Przychodnia „Puls”)  
naprzeciwko cmentarza  
[www.rawicz-podolog.pl](http://www.rawicz-podolog.pl)  
tel. 519 628 200

Jeśli masz jakiś problem ze swoimi stopami,  
umów się na wizytę do doświadczonego podologa.

### Kim jest podolog?

To interdyscyplinarny specjalista od stóp  
posiadający wiedzę z zakresu m.in:

- dermatologii,
- diabetologii,
- flebologii,
- ortopedii,
- fizjoterapii.

Podolog współpracuje z wieloma specjalistami.

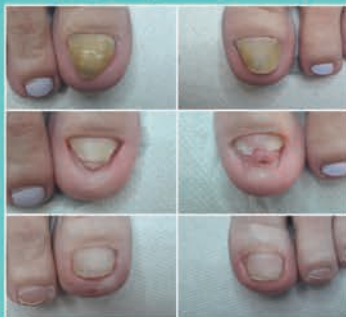
### OTO ZARYS NASZYCH USŁUG:

- terapia wrastających i wkręcających się paznokci,
- terapia pękających pięt,
- terapia infekcji grzybiczych stóp i paznokci,
- terapia brodawek wirusowych (kurzajek),
- zabieg usuwania odcisków, modzeli, hiperkeratoz,
- zabieg rekonstrukcji paznokcia,
- odbarczenie krwiaka podpaznokciowego,
- pielęgnacja stopy diabetyka,
- pielęgnacja stopy z ZSC i RZS

Zapraszamy po wcześniejszej rezerwacji  
terminu przez telefon 519 628 200

*Twoje stopy  
waszą pasją*

### Oto przykłady naszych terapii:



terapia paznokcia  
straumatyzowanego



usunięcie  
odcisku



terapia przeciwgrzybicza  
paznokci



Do każdego pacjenta dobieramy  
indywidualną terapię



Na każdego pacjenta czeka sterylny pakiet narzędzi  
Stosujemy nowoczesne, a co najważniejsze, przynoszące ulgę terapie

*Bezpieczeństwo  
pacjenta jest  
waszym priorytetem.*

**APARATY SŁUCHOWE**

Natalia Bajon

**ZAPRASZAMY NA  
BEZPŁATNE BADANIE SŁUCHU**

W OFERCIE POSIADAMY:

- NOWOCZESNE APARATY SŁUCHOWE
- DARMOWE TESTOWANIE APARATÓW
- NAJWYŻSZEJ JAKOŚCI SPRZĘT DO PRZEPROWADZANIA BADAŃ SŁUCHU
- BATERIE I AKCESORIA
- OBSŁUGA I SERWIS
- DOFINANSOWANIE I RATY

PROTEKTYK SŁUCHU  
PRZYJMUJE:

PN. - PT. 9:00-16:00

UL. GRUNWALDZKA 27  
63-900 RAWICZ

TEL. 797 318 944

**mB**  
medbeauty**Gabinet medbeauty  
zaprasza na zabiegi****hirudoterapii  
- leczenie pijawkami****dietoterapii****zabiegi kosmetologii**

Więcej informacji na

**[www.medbeauty.org.pl](http://www.medbeauty.org.pl)**

tel. 531 141 141

Gostyń, ul. Modlibowska 12/2

CENTRUM  
MEDYCZNE*dr Zamirskiej*Centrum Medyczne dr Zamirskiej  
ul. Konwaliowa 14  
56-300 Milicztel. 507-555-624  
[www.zamirska.com](http://www.zamirska.com)  
e-mail: [gabinet@zamirska.com](mailto:gabinet@zamirska.com)*Komfortowo  
i na najwyższym  
poziomie.***Centrum Medyczne dr Zamirskiej to największe Centrum Dermatologii,  
Chirurgii i Medycyny Estetycznej od Wrocławia po Poznań.**

# Onko-Med

*Onkologiczny Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej*

- diagnostyka nowotworów*
- leczenie nowotworów*
- opieka paliatywna*

*Wszystkie świadczenia w ramach NFZ:*

*Poradnia Onkologiczna (bez skierowania)*

*Poradnia Chemioterapii*

*Poradnia Medycyny Paliatywnej*

*Oddział Dzienny Chemioterapii*

*Hospicjum Domowe*

*Leszno, ul. Słowiańska 41 w siedzibie CM VENTRICULUS*

**tel. 65 525 8696 / godziny rejestracji telefonicznej:**

*poniedziałki, wtorki i środy 8.00-19.00 oraz w czwartki i piątki 8.00-18.00*

## Zakład Terapii Nerwic **EMPATIA**

*Przyjmuje chorych w ramach NFZ*

*w Poradni Zdrowia Psychicznego (bez skierowania)*

*w Poradni Uzależnień (osoby uzależnione - bez skierowania,  
osoby współuzależnione - wymagane skierowanie)*

*Prowadzimy*

*Oddział Dzienny Psychiatryczny dla Dorosłych*

*Leszno, ul. Królowej Jadwigi 4,*

**tel. 65 5202634**

# Prywatne Gabinety Specjalistyczne Poradnia Zdrowia Psychicznego

## Karolina Górka

Przy Dworcu 4, 63-800 Gostyń  
Rejestracja tel. 65 572 27 27, 695 823 788

### KAROLINA GÓRSKA

specjalista psychologii  
klinicznej  
psychoterapeuta  
tel. 607 143 404

poniedziałek 8.00-20.00  
wtorek 8.00-16.00

**Karolina Górka** - specjalista psychologii klinicznej, psychoterapeuta certyfikowany między innymi przez Europejskie Stowarzyszenie Psychoterapii. Od 2005 roku absolwentka licznych całościowych szkoleń psychoterapeutycznych rekomendowanych przez Polskie Towarzystwo Psychologiczne i Polskie Towarzystwo Psychiatryczne w zakresie pracy z osobami dorosłymi, parami i rodzinami oraz dziećmi i młodzieżą. Posiada 20-letnie doświadczenie w obszarze diagnozy, pomocy psychologicznej i psychoterapii. Wieloletni dyrektor Poradni Zdrowia Psychicznego.

### MARCIN FRENCHEL

lek. med. specjalista  
psychiatra

wtorek 15.00-20.00

**Marcin Frenchel** - specjalista psychiatra. Ukończył studia medyczne na Wydziale Lekarskim Uniwersytetu Medycznego im. K. Marcinkowskiego w Poznaniu. Szkolenie specjalizacyjne odbył w Wojewódzkim Szpitalu Neuropsychiatrycznym w Kościanie, gdzie kontynuuje pracę jako lekarz psychiatra w jednym z oddziałów ogólnopsychiatrycznych. Posiada doświadczenie zawodowe również w obszarze pracy w Poradni Zdrowia Psychicznego.



Lęk o przyszłość, praca zdalna, ograniczona aktywność fizyczna, częstsze sięganie po używki sprzyjają zaburzeniom snu. – *Leki nasenne nie rozwiążą problemów* – przestrzega prof. dr hab. Adam Wichniak z III Kliniki Psychiatrycznej, Ośrodka Medycyny Snu Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie. Podkreśla, iż o sen trzeba zadbać kompleksowo. Największy wpływ na własny sen mamy my sami. – *Co wpływa na jakość snu? Oczywiście, podstawową kwestią jest stan naszego zdrowia. Najprostszym przykładem: nie sprzyja wysypianiu się choćby nadciśnienie tętnicze – powszechny problem zdrowotny dorosłych Polaków* – podkreśla prof. Adam Wichniak.

#### BEZSENNE COVIDOWE NOCE

Trudno także dobrze spać, gdy jest się zestresowanym. Badania dowodzą, że każdego dnia silny stres odczuwa w Polsce 20 procent dorosłych, a co druga osoba – przynajmniej raz w tygodniu. Pandemia COVID-19 spotęgowała te problemy. Jej pojawienie się, a teraz gwałtowne nasilenie, u wielu osób wywołuje silny niepokój. Na co dzień wywołującej stresuje nas praca, teraz jednak problemy z terminami, szefem czy współpracownikami często zeszyły na drugi plan. W okresie pandemii u wielu osób pojawił się lęk o utratę pracy lub ograniczenie dochodów. Niektórzy pracę stracili. Niestety, obawy o przyszłość ekonomiczną mogą być znacznie silniejsze niż strach przed infekcją. – *Lęk o bezpieczeństwo zdrowotne i ekonomiczne powoduje utrzymujący się stan niepokoju* – stwierdza prof. Wichniak.

#### ZMIANA STYLU ŻYCIA

Za szczególnie ważny uznaje się dziś styl życia, który także w czasie pandemii bardzo się zmienił, i to na naszą niekorzyść. U wielu osób zakłóceniu uległ naturalny, okołodobowy rytm snu – kiedy pracuje się zdalnie, pracę często można zacząć o dowolnej porze. Przez długi czas rodzice nawet nie musieli zrywać się rano z łóżka, by wyprowadzić dzieci do przedszkola i szkół. A jeśli nie trzeba rano wstać, można spokojnie zarwać noc, np. przed telewizorem czy komputerem, których światło także zaburza rytm snu. Niestety, również

# Bezsenne noce

Zaburzenia snu są obecnie najczęstszym problemem zdrowotnym mieszkańców krajów wysokorozwiniętych. Okresowe kłopoty z wysypianiem się zgłasza ponad połowa dorosłych Polaków. Pandemia COVID-19 jeszcze je nasiliła.



energooszczędne żarówki, LED-owe, bardziej niż stare żarówki żarowe oddziałują na nasz naturalny zegar biologiczny.

#### CO ROBIĆ, ABY W NOCY SPAĆ?

Specjaliści mają dla nas zalecenia. Minimalizowaniu lęku przed wirusem służy „oderwanie się” od serwisów informacyjnych – nieustanne śledzenie wskaźników zachorowalności i zgonów na COVID-19 negatywnie wpływa na psychikę. Na poczucie zagrożenia ekonomicznego trudniej zaradzić, ale należy próbować zająć myśli czymś innym. Pracujący zdalnie muszą pamiętać, by nie łączyć sypialni z pracą. A jeśli już sytuacja mieszkaniowa zmusza do aktywności zawodowej w sypialni czy pokoju, w którym także śpimy, stwórzmy sobie warunki, które wyraźnie rozdziela funkcję miejsca do spania od miejsca pracy. Starajmy się także zachować rytm dnia, regularne pory wstawania i snu, dbajmy o aktywność fizyczną. Na kilka godzin przed snem nie sięgajmy po kawę czy ciężkostrawny posiłek, a już na pewno nie uśpi nas na długo i dobrze alkohol.

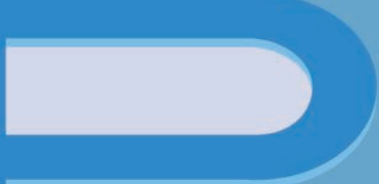
#### PIGUŁKA NA BEZSENNOŚĆ?

– *Leki nasenne nie wzmacniają*

mechanizmów regulujących sen. Należy je traktować trochę jak leki przeciwbólowe, doraźne. Na zakłócenia rytmu okołodobowego snu – ten jeden czynnik ryzyka bezsenności – pomoże melatonina i leki melatoninergiczne. Leki melatoninowe nie tylko regulują rytm snu, ale mają też szereg innych zalet. Przede wszystkim są bezpieczne, stąd część ekspertów wskazuje melatoninę jako podstawową interwencję wzmacniającą sen w czasie pandemii – mówi prof. Wichniak.

Melatonina może być szczególnie pomocna dla osób po 55. roku życia, kiedy to bardzo wyraźnie spada endogenne wydzielanie tego hormonu. Zbyt niski poziom melatoniny u tych pacjentów może być przyczyną bezsenności z zaburzeniami zasypiania i/lub złej jakości snu, objawiającej się problemami z zasypianiem, częstym wybudzaniem, płytkim snem. Bezsporna zaleta melatoniny w leczeniu bezsenności jest bezpieczeństwo jej stosowania. Nie jest też ona substancją uzależniającą, nawet przy długotrwałym stosowaniu.

Warto pamiętać, że nawet ta tabletką nie wygra z nocną ekspozycją na światło płynące z komputera czy smartfonu.



**PRACOWNIA PSYCHOLOGICZNA**  
mgr Bernadeta Bulińska  
tel. 608 078 442, 606 170 253  
mgr Patrycja Bulińska-Maciejewska  
tel. 605 902 407  
ul. Gostyńska 11, 63-820 Piaski  
mgr Anna Jagła Przychodnia Cer-Medic  
tel. 502 432 131  
ul. Przemysłowa 21, 63-700 Krotoszyn

**OFERUJE:**

- badania kierowców (wszystkie kategorie), kandydatów na kierowców, operatorów wózków widłowych, kierowców skierowanych przez Wydział Komunikacji
- diagnoza psychologiczna dzieci, młodzieży, dorosłych, również dla potrzeb orzecznictwa lekarskiego
- badania na broń
- badania pracowników ochrony fizycznej
- konsultacje dla par i małżeństw w kryzysie, dla osób uzależnionych i ich rodzin, rozwiązywanie problemów osobistych, porady wychowawcze dla rodziców, itp.




Specjalistyczna  
Praktyka Lekarska

**Poradnia Medycyny Pracy**

**lek. med. Przemysław Woźny**  
specjalista medycyny pracy

- Badania profilaktyczne pracowników: wstępne, okresowe, kontrolne
- Badania do celów sanitarno-epidemiologicznych
- Badania kandydatów i kierowców wszystkich kategorii
- Badania lekarskie kandydatów, uczniów i studentów
- Badania lekarskie dla osób ubiegających się i posiadających pozwolenia na broń
- Kompleksowa informacja na temat zagrożeń związanych z podróżami, kwalifikacja i szczepienia ochronne, dobór profilaktyki i wykonywanie badań narzuconych przez kraj docelowy, kwalifikowanie do nurkowania

**Przyjęcia codziennie Gostyń, ul. Wielkopolska 1  
tel. 65/572 19 05, Leszno, tel. 601 637 241**



**Pracownia Psychologiczna**  
**PROFESJA**

**ul. Kamińskiego 26,  
63-900 Rawicz**

**od poniedziałku do piątku  
(wymagana rejestracja  
telefoniczna)**

**Rejestracja: 607 272 152**

**współpraca z lekarzem  
medycyny pracy  
dr. J. Walniczek  
(Rawicz, ul. Łąbędzia 11;  
Miłicz, ul. Krotoszyńska 29)**

**OFERUJE SZEREG USŁUG PSYCHOLOGICZNYCH:**

- badania osób ubiegających się o uzyskanie lub przedłużenie uprawnień do kierowania pojazdami kategorii C1, C1+E, C, C+E, D1, D1+E, D i D+E
- badania osób ubiegających się o uzyskanie lub przedłużenie uprawnień do wykonywania pracy na stanowisku kierowcy (wszystkie kategorie)
- badania po przekroczeniu limitu 24 punktów karnych, po spowodowaniu wypadku oraz po spożyciu alkoholu
- badania instruktorów i egzaminatorów nauki jazdy
- badania kierowców pojazdów uprzywilejowanych lub przewożących wartości pieniężne
- badania osób starających się o przywrócenie uprawnienia w zakresie prawa jazdy wszystkich kategorii
- badania kierowców skierowanych przez lekarza, jeżeli w wyniku badania lekarskiego została stwierdzona możliwość istnienia poważnych przeciwwskazań psychologicznych do kierowania pojazdami
- badania na potrzeby medycyny pracy: kierowców wszystkich kategorii, operatorów wózków widłowych, ciężkich maszyn budowlanych, drogowych, maszyn w ruchu, osób pracujących na wysokości powyżej 3 metrów oraz osób kierujących pojazdem w ramach pełnienia obowiązków służbowych
- osób starających się lub posiadających pozwolenie na posiadanie broni
- porady i konsultacje psychologiczne
- badania powypadkowe



**TON-MED**  
 APARATY SŁUCHOWE

# Masz problem ze słuchem?

Zapraszamy na **bezpłatne** badania słuchu i konsultacje oraz możliwość bezpłatnego wypożyczenia

- dofinansowanie NFZ i PCPR
- bezpłatne badania słuchu
- dobór aparatów słuchowych renomowanych firm
- wkładki uszne, baterie, środki czyszczące
- serwis gwarancyjny i pogwarancyjny
- raty 0%
- 5-letnia bezpłatna opieka akustyczna
- wizyty domowe



Gostyń, ul. Przy Dworcu 4  
 Gostyń, ul. Przy Dworcu 4a  
 Borek Wlkp., ul. Droga Lisia 1  
 Krobia, ul. Powstańców Wlkp. 95e

gabinet nr 11, ☎ 664 994 437  
 gabinet nr 14, ☎ 530 210 120  
 gabinet nr 3, ☎ 664 994 437  
 gabinet nr 3, ☎ 664 994 437



# WIŚNIOWA

CENTRUM STOMATOLOGII RODZINNEJ

**lek. dent.**

**Jakub Jędrzysek**  
**- STOMATOLOGIA**  
**OGÓLNA**

**tel. 724 350 567**

**lek. dent.**

**Aleksandra Dytko**  
**- STOMATOLOGIA**  
**DZIECIĘCA**

**tel. 661 520 687**

**NOWY ADRES**  
**GABINETU:**

**RAWICZ - SIERAKOWO**  
**ul. Wiśniowa 6**

