

PORADNIK REPORTERA ▼

POD NASZYM PATRONATEM ▼

Wkładki urologiczne



Aldona Kalukin
Sklep Medyczny
„AL-BO DENT”
ul. Kolejowa 8,
Sędziszów Małopolski
tel. 882 740 453

Gdy zdarzają ci się chwile „słabości” podczas śmiechu, niespodziewanego kichnięcia lub przy wysiłku, te kilka kropelek może odebrać pewność siebie. Nietrzymanie moczu najczęściej dotyka kobiety po menopauzie. Pojawia się także u młodszych pań oraz u mężczyzn.

Głównym objawem jest bezwiedne i niekontrolowane wyciekanie moczu. Przyczyny tego schorzenia mogą być różne. Zawsze dolegliwość ta wiąże się ze skrópowaniem dotkniętych nią osób. Schorzenie to występuje bardzo często. Kuracja prowadzi do jego wyeliminowania, ale w jej trakcie można zastosować wkładki urologiczne, niwelujące objawy zewnętrzne.

Wkładki urologiczne zapobiegają poplamieniu i zamoczeniu bielizny, pochłaniają również przykry zapach. Zapewniają to pacjentowi komfort fizyczny oraz psychiczny i eliminuje strach przed krępującą sytuacją. Wkładki urologiczne przypominają z wyglądu podpaski, są jednak bardziej chłonne, a boczne osłonki chronią przed przeciekami nawet przy obfitym wycieku moczu. Oddychający materiał zapewnia poczucie świeżości, a specjalna włóknina wewnątrz wkładki utrzymuje wilgoć z dala od skóry, dając długotrwałe poczucie suchości. Zawarta we wkładkach specjalna substancja neutralizuje nieprzyjemny zapach. Anatomiczna forma idealnie dopasowuje się do kobiecego, jak i męskiego ciała, zapewniając dyskrecję i wygodę użytkownika. Wkładki są miękkie i miłe w dotyku, nie zawierają lateksu, minimalizują ryzyko podrażnień i uczuleń. Odpowiedni dobór wkładki pod względem wielkości, jak również skali chłonności, zapewni użytkownikowi maksymalny komfort. Wszelkie informacje dotyczące doboru takich wkładek uzyskać można w gabinetach lekarskich, aptekach i specjalistycznych sklepach medycznych.

Metamorfozy

FOTO: A. KOCHAŃSKA (2)



PRZED ▲

Po wizycie w Zespole Szkół Techniczno-Weterynaryjnych w Trzcielanie pani Danuta z Borku Wielkiego nie ma już jednolicie czarnych włosów. Zadbaly o to uczennice klasy III Technikum Usług Fryzjerskich i ich nauczycielka Agnieszka Majka, które przeprowadziły „Metamorfozę” mieszkanki naszego powiatu.

- Pani Danucie zrobiono rudo-złote pojaśnienie, jako trójkątny panel na grzywce. Wykonana została też krótka, asymetryczna fryzura – wyjaśnia Agnieszka Majka. Za fryzurę odpowiedzialna

była Katarzyna Kontek. Jej koleżanka Wioleta Gola zrobiła pani Danucie makiżaż dzienny. **so**

Do udziału w projekcie „Metamorfozy” zapraszamy kolejne czytelniczki, które chciałyby coś zmienić w swoim wyglądzie. Oferta obejmuje wykonanie nowej fryzury i makiżażu. Zajmują się tym uczennice ZST-W w Trzcielanie pod okiem nauczycieli. Usługi wykonywane są bezpłatnie, a jedynym kosztem klientki jest dojazd do Trzcielany. Żeby poddać się metamorfozie, wystarczy umówić się telefonicznie na wizytę, dzwoniąc do ZST-W w Trzcielanie pod numer telefonu 17 851-40-77. Można zrobić to w dowolny dzień roboczy, w który pracuje szkoła. Sama wizyta w Trzcielanie możliwa jest w poniedziałki, wtorki i środy, w godz. od 8:00 do 15:00. Warunkiem skorzystania z usług jest podpisanie zgody na wykorzystanie swojego wizerunku przez organizatorów „Metamorfoz”, czyli tygodnik Reporter Gazeta oraz ZST-W w Trzcielanie. Każda uczestniczka „Metamorfoz” jest fotografowana przed i po wykonaniu usług fryzjerskich i kosmetycznych, a zdjęcia wraz z opisem są publikowane na naszych łamach.



PO ▲

PORADNIK REPORTERA ▼

Jak zapobiegać zaparciom



Dietetyk
Karolina Drobot
Poradnia Dietetyczna
Siła Zdrowia
w Ropczycach

Przy dzisiejszej wysoko przetworzonej żywności, ogromnej ilości sztucznych barwników, spulchniaczy, zapychaczy i konserwantów, coraz częściej zaczynamy borykać się z problemami żołądkowo-jelitowymi i uciążliwymi zaparciami. Jak sobie z tym radzić?

Pierwszym pogromcą problemów z wypróżnianiem jest błonnik pokarmowy. Wyróżniamy jego dwie frakcje – rozpuszczalną i nierozpuszczalną. Ta druga przyczynia się do przyspieszenia pasażu jelitowego czyli wypróżnień. Produktami zawierającymi duże ilości błonnika nierozpuszczalnego są otręby pszenne, mąka pełnoziarnista, warzywa kapustne, orzechy, fasola, groch, kukurydza. Duże jego ilości zawiera też siemię lniane, suszone figi, morele i śliwki, nasiona słonecznika i dyni, produkty pełnoziarniste, porzeczki, maliny, jabłka.

Wprowadzając do swojego jadłospisu produkty bogate w błonnik, należy jednak pamiętać, aby robić to stopniowo. Można zacząć od warzyw w wersji gotowanej, owoców przetartych, a następnie dolożyć surówki. Z wyżej wymienionych produktów polecam suszone śliwki, które namoczone przez noc i zjedzone na czczo, popite wodą, potrafią zdziałać cuda. Jednak dla osób, które chcą codzienną dietę, bez większych modyfikacji jadłospisu, wpłynąć na poprawę pasażu jelitowego zaleca się spożywanie produktów nabiałowych np. jogurty naturalne, kefiry, maślanki, pieczywo pełnoziarniste lub graham, kasze, ryż brązowy, owoce ze skórką oraz warzywa.

PRZYCHODNIA RODZINNA LIDER

(umowa z NFZ)
Lek. Katarzyna Nowak-Folta
Lek. Małgorzata Flis
Lek. Agnieszka Jaśniewicz-Moroń
Lek. Dorota Grabowska
Lek. Paweł Urban
Czynne: Poniedziałek - Piątek
8:00-18:00
Rejestracja: 8:00-16:30
Tel. 17 22 27 043
Sędziszów, ul. 3 Maja 29

CENTRUM LECZENIA KRĘGOSŁUPA I REHABILITACJI ROBERT RAŚ

Leczymy: - u dzieci: dysfunkcje kręgosłupa m.in. skoliozy
- u dorosłych: rwy kulszowe, dyskopatie, inne schorzenia
Otwarte od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-18.00 W soboty wizyty umówione;
adres: Ropczyce ul. Rynek 1/10, II piętro wyjazd windą)
(budynek Restauracji Słoneczko) www.lecznikregoslupa.pl
Tel. 697 615 008

Prywatny Gabinet Stomatologiczny

lek. dent. Dorota Piwowarska-Gierek

Ropczyce ul. Seweryna Udzieli 13
(os. Św. Barbary)

Wtorek-Środa-Czwartek 12.00-18.30

Rejestracja tel. 668 292 250

(Wtorek-środa-czwartek w godzinach pracy gabinetu)

Prywatny Gabinet Ortopedyczny

lek. med.

Marcin Dec

specjalista ortopedii i traumatologii, chirurg
USG narządu ruchu, stawów, mięśni i ścięgien, bioderek u noworodkówSędziszów Młp.,
ul. 3-go Maja 29
(budynek przychodni Lider)
Rej. tel. 603 757 452

PRACOWNIA PROTETYCZNA AL-BO DENT

mgr inż. Aldona Kalukin
Sędziszów Młp.
ul. Prof. Kota 1

(obok parkingu kościoła parafialnego)

Naprawiamy protezy w ciągu godziny!

pon.- czw. 9.00-16.00 pt. 8.30-12.00
(inne godziny po uzgodnieniu telefonicznym)Tel. 604 78 73 20
17 22 26 330

USG

ul. 3-go Maja 29,
Sędziszów Młp.

lek. med.

Jerzy Machowski

zaprasza w poniedziałki od 15:30 na kompleksowe badanie USG noworodków oraz USG dzieci i dorosłych (brzuch i tarczycę)
Rejestracja od pon. do pt. w godz.: 7:00-9:30 oraz 14:30-16:00,
Tel. (17) 222 68 09; 792 591 915

Prywatny Gabinet Psychiatryczny

lek. med.

Anna Czarnicka-Ożóg

specjalista psychiatra

przyjmuje:
w piątek od godz. 15:00
Sędziszów Młp. ul. 3-Maja 29
(budynek przychodni Lider)
rejestracja: pon.- pt.
Tel. 536 308 387

Daniel czwarty w Wiśniowej

Skoczek Sędziszów i TG Sokół Ropczyce miały swoich reprezentantów w rozegranym w Wiśniowej VII Otwartym Turnieju Szachowym. Najlepiej w kategorii open zaprezentował się Daniel

Lusio ze Skoczka, zajął czwarte miejsce. W grupie B juniorów Różański, a w grupie C juniorów dwunasty był Karol Rzeszuto (obaj Skoczek). Reszta zawodników zajmowała miejsca poza zaprezentował się Daniel **jas**

OBWIESZCZENIE

z dnia 13 kwietnia 2017 r.

Na podstawie art. 11f ust.3 ustawy z dnia 10 kwietnia 2003 r. o szczególnych zasadach przygotowania i realizacji inwestycji w zakresie dróg publicznych (t.j. Dz.U. z 2015r., poz.2031 ze zm.), stosownie do art. 49 ustawy z dnia 14 czerwca 1960r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jedn. Dz. U z 2016r., poz. 23 z późn. zm.)

STAROSTA ROPCZYCKO – SĘDZISZOWSKI
ZAWIADAMIA,

ze na wniosek Burmistrza Sędziszowa Małopolskiego, ul. Rynek 1, 39-120 Sędziszów Młp. w dniu 10 kwietnia 2017r. została wydana decyzja nr 2/2017/ZRID o zezwoleniu na realizację inwestycji drogowej pn.: "Rozbudowa ulicy prof. Stanisława Kota wraz z budową chodnika, kanalizacji deszczowej i oświetlenia ulicznego" na działkach w obrębie ewid. Sędziszów Młp., w jednostce ewid. Sędziszów Młp. - miasto:

I. Działki położone w liniach rozgraniczających teren inwestycji o nr ewid.: 695/31, 697/36, 2986, 2987

II. Działki, z których korzystanie podlega ograniczeniom o nr ewid.: 697/34, 2988 - dla budowy kanalizacji deszczowej.

Z treścią decyzji strony mogą zapoznać się w siedzibie Starostwa Powiatowego w Ropczycach, ul. M. Konopnickiej 5, I piętro, pokój 216, w godzinach pracy Urzędu. Poupewnienie o przysługujących środkach zaskarżenia zawarte jest w decyzji.

(-) z up. Starosty mgr inż. arch. Danuta Gałarska Dyrektor Wydziału Architektury, Budownictwa i Gospodarki Przestrzennej

Z okazji
Świąt Wielkanocnych,
życzymy wszelkich łask Bożych,
pogodnych, zdrowych świąt
i pomyślności w życiu osobistym
i zawodowym

FWAM
SYSTEMY OKIENNE

Ropczyce, ul. Grunwaldzka 6, tel. 17 22 28 420
Ostrów 419a, tel. 533 222 180

