KLUKA

GAZETA WYDAWANA PRZEZ TOWARZYSTWO MIŁOŚNIKÓW RYDUŁTÓW OD 1994 ROKU

Nr 471 / 15 marzec 2025

w marcowym numerze m.in.:

- Vox Patris – największy kołysany dzwon świata powstał w Rydułtowach
- Historia Śląska – kalendarium
- Niesamowity pokaz mody firmy "Manee"
- SRH "Czuwaj" Krąg Rydułtowy
- Joseph von Eichendorff – najwybitniejszy poeta Śląska
- ZHP Hufiec Rydułtowy
- Zarząd PGG w Rydułtowach
- Kopalnia Anna odzyskuje blask – nowoczesna biblioteka otwarta dla mieszkańców
- Roman Gunia przypomina o czernickim gipsołomie
- Ciekawostki z naszego regionu
- Warto czytać
- O zdrowiu, Wele byfyja
- Moje rozważania

ISSN 146-9271 miesięcznik 2,50 zł (w tym 8% VAT)
Rydułtowy i gminy powiatu wodzisławskiego oraz rybnickiego

Dzień Kobiet w kawiarni Finezja w Brzeziu

Vox Patris – największy kołysany dzwon świata powstał w Rydułtowach

Dzwon ważący 55 ton, wykonany w Polsce, trafi do Brazylii

Vox Patris, czyli „Głos Ojca", to największy kołysany dzwon na świecie. Został odlany w krakowskiej hucie, natomiast za jego konstrukcję i automatykę odpowiada rydułtowska firma Rduch Bells & Clocks. Przez kilka dni można go było oglądać w siedzibie firmy, zanim wyruszy w długą podróż do brazylijskiego Sanktuarium Boga Ojca Przedwiecznego w Trindade.

Unikatowe dzieło sztuki inżynieryjnej

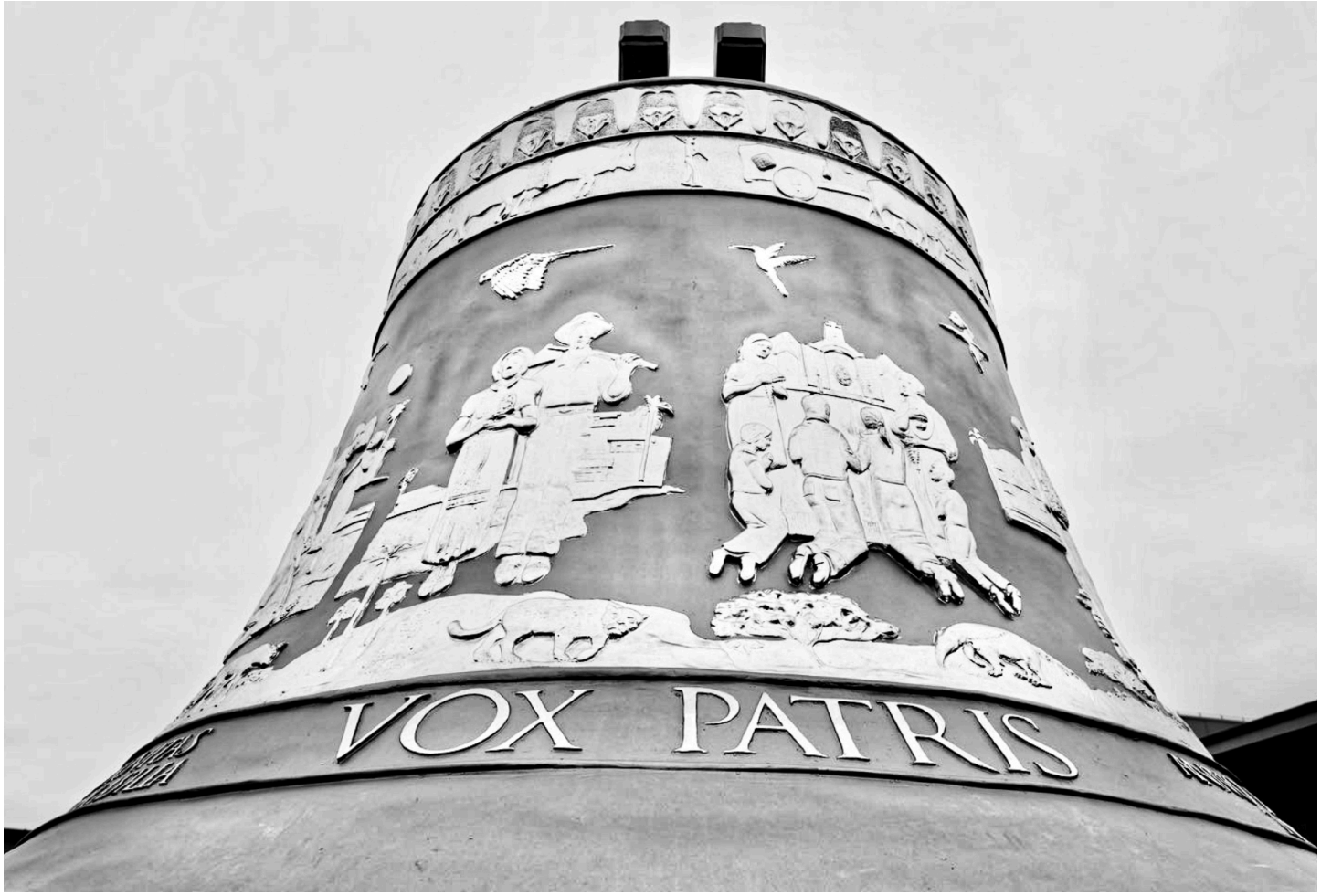
Vox Patris ma imponujące wymiary – jego wysokość wynosi 4 metry, średnica 4,5 metra, a samo serce dzwonu waży 1,6 tony. Wykonano go z brązu, będącego stopem 78% miedzi i 22% cyny, co zapewnia odpowiednie brzmienie i wytrzymałość konstrukcji. Projekt jego kopuły powstał w pracowni ludwisarskiej Jana Felsztyńskiego w Przemyślu, a odlewu dokonano w krakowskiej firmie Metalodlew, posiadającej odpowiednio duży piec i halę do tego typu realizacji.

Prace nad konstrukcją dzwonu trwały 11 lat i zaangażowało się w nie ponad 200 osób. Pierwszy odlew zakończył się niepowodzeniem, a kolejną próbę podjęto dopiero po ośmiu miesiącach. Ostatecznie dzwon udało się stworzyć, a jego bicie będzie słyszalne z kilkunastu kilometrów.

Prezentacja w Rydułtowach

15 i 16 marca mieszkańcy oraz goście mieli okazję zobaczyć Vox Patris w siedzibie firmy Rduch Bells & Clocks na terenie rydułtowskiej strefy przemysłowej. Oprócz największego dzwonu świata zaprezentowano także mniejsze dzwony, które wraz z nim utworzą dzwonnicę w brazylijskim sanktuarium. Podczas wydarzenia odbyła się również koronka do Bożego Miłosierdzia, a dzwony poświęcił proboszcz parafii św. Jerzego w Rydułtowach, ks. Witold Psurek.

Porównując rozmiary Vox Patris do największych polskich dzwonów – Maryja Bogurodzica z bazyliki w Licheniu waży 14,7 tony, Dzwon Zygmunt z Krakowa 11 ton,



a samo serce Vox Patris jest cięższe niż cały Dzwon Zygmunt.

Długa podróż do Brazylii

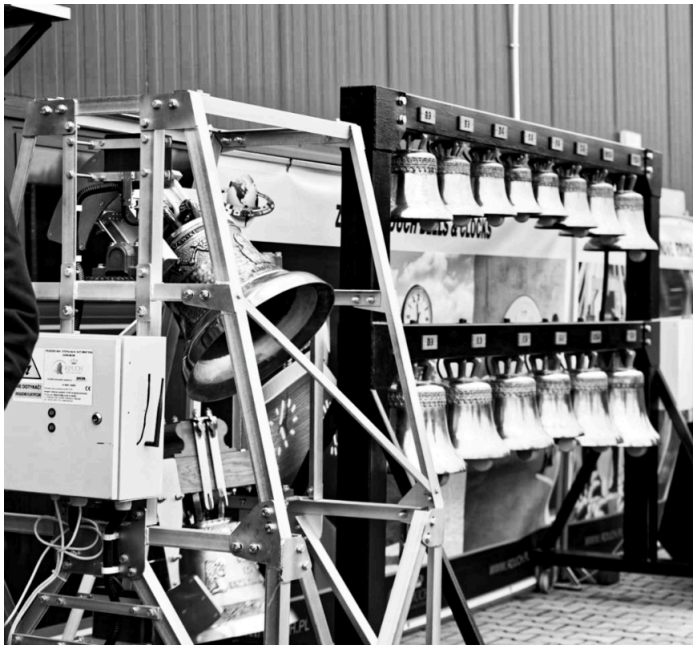
Po zakończeniu dni otwartych dzwon zostanie zapakowany na specjalną podstawę i wyruszy w podróż. Najpierw dotrze do portu w Gdańsku, skąd zostanie przetransportowany do Hamburga, a następnie na pokładzie kontenerowca popłynie do Brazylii. Jego podróż potrwa ponad miesiąc, a jeśli wszystko przebiegnie zgodnie z planem, w czerwcu zostanie umieszczony w sanktuarium w Trindade.

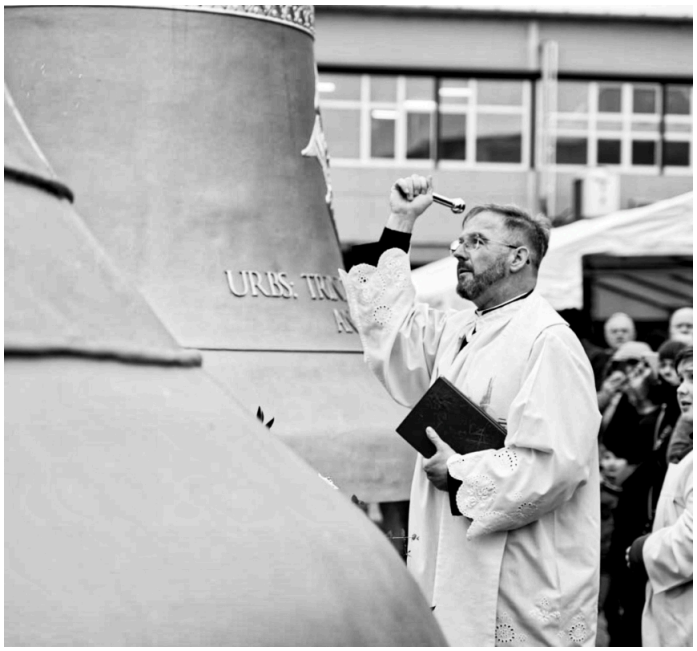
Firma z Rydułtów na światowym rynku

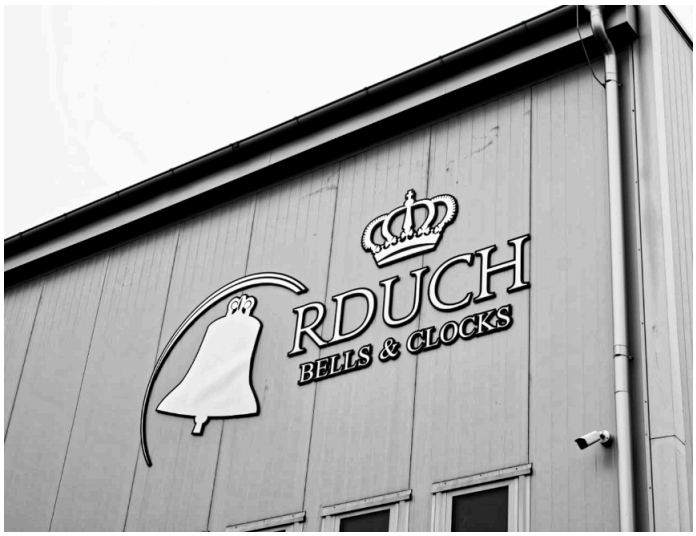
Firma Rduch Bells & Clocks, kierowana przez Grzegorza Klyszcza, od lat realizuje projekty na skalę międzynarodową. Do jej osiągnięć należą m.in. dzwon „Św. Jan Paweł II" dla Katedry na Wawelu, dzwony „Mieszko" i „Dobrawa" na 1050. rocznicę chrztu Polski oraz dzwon „Misericordia", który witał papieża Franciszka podczas Światowych Dni Młodzieży w Krakowie. Firma kontynuuje tradycje rodzinne, zapoczątkowane przez Antoniego Rducha w 1973 roku, a w 2023 roku zdobyła tytuł Powiatowego Lidera Przedsiębiorczości.

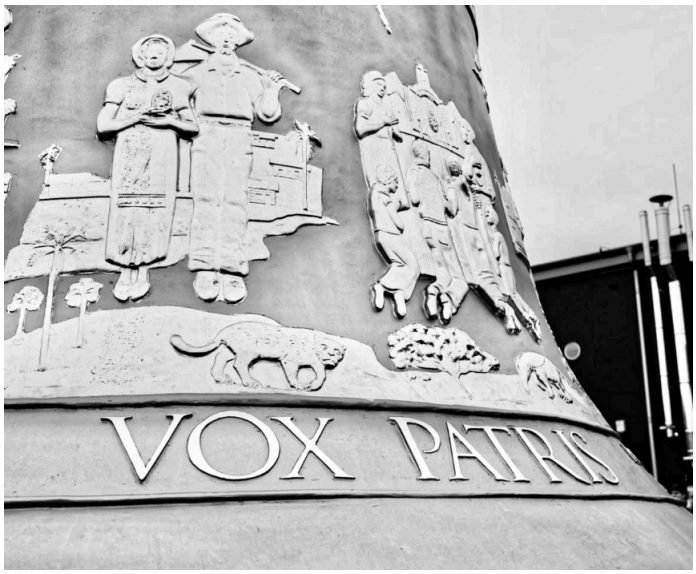
Wielkie dzieło, które zapisze się w historii

Wykonanie tak monumentalnego dzwonu wymagało ogromnej precyzji i zaangażowania wielu specjalistów. Vox Patris to nie tylko inżynieryjne osiągnięcie, ale także symbol tradycji i duchowego dziedzictwa, który będzie rozbrzmiewał nad brazylijskim sanktuarium przez kolejne pokolenia. Rydułtowy, jako miejsce realizacji tego wielkiego projektu, na stałe wpisały się na mapę światowego ludwisarstwa.






RDUCH
BELLS & CLOCKS


VOX PATRIS

VOX PATRIS
GŁOS OJCA
RDUCH
BELLS & CLOCKS
Waga dzwonu 55.000 kg
Ton muzyczny Fis(-1)
Średnica dolna 4,5 m
Waga serca 1.600 kg
Waga jarzma 10.200 kg
Waga konstrukcji 26.000 kg
Głośność 117 dB
Pobór prądu 173,5 A
Czas trwania odlewu 12 min
Data wykonania 01.08.2017
Miejsce wykonania Kraków, Metalodlew
Test automatyki 7.07.2020
Miejsce testów Kraków, Krakodlew
Waga 55 ton
Wysokość ponad 4 metry
Prędkość zalewania 150 kg/s
1500 razy szybciej niż woda w kranie
Ciśnienie na pierwszy zamek 130 ton
Ilość użytych cegieł ponad 9000 sztuk
Wykonawcy:
Pracownia Ludwisarska Jana Felczyńskiego, Przemyśl
Rduch Bells & Clocks. Rydułtowy
Metalodlew - Kraków
Więcej informacji: www.voxpatris.pl
Sanktuarium Boga Ojca Przedwiecznego
Trindade (Brazylia)

VOX PATRIS – NAJWIEKSZY KOŁYSANY DZWON ŚWIATA. WYZWANIE I SUKCES POLSKIEGO LUDWISARSTWA

Historia Śląska – kalendarium

(Śląska historia w dużej mierze różni się od historii Polski)

- Druga połowa IV wieku – 406 – Śląsk zamieszkują plemiona germańskie: Wandalowie, Silingowie.
- Pierwsza połowa VII wieku – na Śląsku pojawiają się Słowianie.
- Rok 845 – tzw. Geograf Bawarski opisuje słowiańskie plemiona na Śląsku.
- Rok 863 – misja chrystianizacyjna Osłana, ucznia Cyryla i Metodego, na ziemiach śląskich.
- 875 rok – wojska księcia Wielkich Moraw Świętopełka najeżdżają ziemie dzisiejszej Małopolski i Górnego Śląska.
- Początek X wieku – upadek państwa wielkomorawskiego, plemiona śląskie odzyskują samodzielność.
- Połowa X wieku – władcy Czech uzyskują zwierzchnictwo nad Śląskiem.
- Ok. 990 roku – Mieszko I zwycięża w wojnach z królem czeskim Bolesławem II i przyłącza Śląsk do państwa piastowskiego.
- Rok 1000 – ustanowienie biskupstwa we Wrocławiu.
- 1005, 1011, 1017 – najazdy cesarza Henryka II na Śląsk.
- Ok. 1030 roku – władzę na Śląsku przejmuje Otto, syn Bolesława Chrobrego i brat Mieszka II.
- 1039 – książę czeski Brzetysław I najeżdża na Polskę i przyłącza Śląsk do Korony Czeskiej.
- 1041 – Brzetysław I składa hołd cesarzowi Henrykowi III, który potwierdza przynależność Śląska do Czech.
- 1050 – książę polski Kazimierz Odnowiciel, syn Mieszka II, zajmuje Śląsk.
- 1146 – bunt młodszych braci przeciwko księciu seniorowi Władysławowi II, który ucieka do Niemiec. Rządy na Śląsku przejmuje Bolesław Kędzierzawy.
- 1163 – Bolesław I Wysoki i Mieszko I Plątonogi, synowie Władysława II (zmarłego w Niemczech w 1159 r.), wracają na Śląsk. Dzielnicę śląską obejmuje Bolesław Wysoki.
- 1177-1178 – bunt Mieszka Plątonogiego, Konrada oraz syna Jarosława przeciwko rządom Bolesława Wysokiego. Podział Śląska na księstwa:

Mapa Śląska z 1807 roku

1998 d 86/17

- Księstwo raciborskie – Mieszko Plątonogi,
- Księstwo opolskie – Jarosław,
- Księstwo głogowskie – Konrad,
- Księstwo wrocławskie – Bolesław Wysoki (z prawem do zwierzchnictwa nad Śląskiem).

- 1201-1202 – śmierć Jarosława Opolskiego i Bolesława Wysokiego. Jego dziedzictwo przejmuje syn Henryk Brodaty. Mieszko Plątonogi zagarnia Opolszczyznę, tworząc księstwo opolsko-raciborskie. W wojnie domowej pomiędzy księstwami zwycięża Henryk Brodaty.
- 1210 – Mieszko Plątonogi zajmuje Kraków.

(Ciąg dalszy w następnym numerze...)

Niesamowity pokaz mody firmy "Manee"

Podczas Dnia Kobiet, 8 marca, w Domu Przyjęć Kalimera w Lyskach odbył się pierwszy pokaz mody czernickiej projektantki Katarzyny Przewośnik.

Uzdolniona twórczo, pełna wyobraźni i kreatywności, z doskonałym wyczuciem stylu, kolorystyki i formy – zaprezentowała własnoręcznie zaprojektowane i uszyte ubrania damskie, które na wybiegu prezentowały piękne modelki.

Pracownia i sklep firmy "Manee" mieści się w Rydułtowach, przy ul. Raciborskiej 126.

Foto: Jerzy Kawulok | #fotospichlerz

SRH "Czuwaj" Krąg Rydułtowy

Z okazji Dnia Myśli Braterskiej wszystkim harcerzom, instruktorom i przyjaciołom harcerstwa życzymy wielu serdecznych chwil pełnych zrozumienia, wsparcia i braterskiej miłości.

Niech nasza więź będzie zawsze silna i niezłomna, a wspólne działania nacechowane wzajemnym szacunkiem i radością.

Czuwaj!

Joseph von Eichendorff – najwybitniejszy poeta Śląska

10 marca 1788 roku w Łubowicach pod Raciborzem urodził się **Joseph Karl Benedikt Freiherr von Eichendorff** (Józef baron von Eichendorff), najwybitniejszy poeta śląski, porównywany z największymi europejskimi twórcami romantyzmu.

Nasi ojcowie i dziadkowie uczyli się o nim w szkole, recytowali jego wiersze i śpiewali pieśni z jego słowami. My i nasi potomkowie najczęściej nie wiemy o nim nic. Niektórzy mają to szczęście, że trafiają na jego piękne strofy – tłumaczeń Eichendorffa jest wiele, na czele z wybitnymi przekładami Andrzeja Lama oraz, moim zdaniem kongenialnymi, tłumaczeniami ks. prof. Jerzego Szymika.

Ks. prof. Jerzy Szymik z Pszowa – sam jeden z najwybitniejszych współczesnych poetów polskich – powiedział, że ogarnęła go żałość, gdy uświadomił sobie, iż istniał wybitny poeta żyjący w pobliżu, opisujący krajobrazy oddalone zaledwie o kilkanaście kilometrów, podczas gdy pół życia należało poświęcić na uczenie się na pamięć historii litewskich dworków i urody Stepów Akermańskich.

Zacytuję tutaj ks. prof. Jerzego Szymika:
"W twórczości Eichendorffa zawiera się harmonia serca i myśli, jako oryginalnie śląska synteza śląskości, możliwa do zaistnienia w tej formie tylko w tym miejscu Europy – dzięki dziejom, stykowi narodów i kultur oraz jakiejś tajemnicy ukrytej za śląskim człowiekiem i czasem."

ZHP Hufiec Rydułtowy

Czuwaj!

W dniu 19.02.2025 r. odbył się Zjazd Nadzwyczajny, podczas którego wybrano nową komendantkę naszego hufca – **phm. Annę Zawadzką.**

Wraz z jej wyborem powstała również nowa komenda hufca, w skład której wchodzą:

dh. Marta Guzina – skarbnik,
pwd. Igor Graniczka – zastępca komendantki hufca ds. ośrodka harcerskiego w Jeleśni,
pwd. Julia Rduch – zastępczyni komendantki ds. programowych i pracy z kadrą.
Dziękujemy dotychczasowej komendantce oraz całej komendzie za ich zaangażowanie, ciężką pracę i serce włożone w rozwój naszego hufca.

Nowej komendantce życzymy odwagi, satysfakcji i wielu sukcesów.

Z błękitnym niebem!

Zarząd PGG w Rydułtowach

Gościliśmy w urzędzie przedstawicieli Polskiej Grupy Górniczej.

Mimo trudnego roku 2024 dla naszej kopalni, w grudniu zapadła decyzja o utrzymaniu funkcjonowania zakładu do 2043 roku.

Choć perspektywa ta wydaje się jeszcze odległa, już dziś rozmawialiśmy o przyszłości KWK ROW Ruch Rydułtowy oraz możliwościach, jakie stoją przed naszym miastem.

W centrum dyskusji znalazły się m.in.:
- rozwój odnawialnych źródeł energii,
- szybkie zagospodarowanie terenów pokopalnianych,
- likwidacja zapożarowania hałdy,
- wykorzystanie istniejącej infrastruktury, w tym linii i bocznicy kolejowej.

Dziękujemy za spotkanie!

Kopalnia Anna odzyskuje blask – nowoczesna biblioteka otwarta dla mieszkańców

Po czterech latach od stworzenia koncepcji i pozyskania funduszy, mieszkańcy Pszowa mogą podziwiać efekt finalny rewitalizacji budynku byłej maszyny wyciągowej szybu "Jan" Kopalni Węgla Kamiennego Anna. Nowoczesna biblioteka, która znalazła tam swoją siedzibę, otwiera nowy rozdział w historii tego miejsca.

Od historycznej kopalni do centrum kulturalnego
Rewitalizacja obiektu, który przez lata popadał w ruinę, była wyzwaniem, ale efekt końcowy spełnił oczekiwania mieszkańców i władz miasta. Podczas uroczystości głos zabrał m.in. radny sejmiku wojewódzkiego Grzegorz Wolnik, który wyraził nadzieję, że nowoczesna przestrzeń biblioteczna zachęci mieszkańców do czytania i aktywnego korzystania z oferty kulturalnej.

Szczególne słowa uznania skierował do władz miasta ostatni dyrektor kopalni Anna, Jerzy Polok. – W miejscu, gdzie przez lata pracowały maszyny wydobywcze, powstała nowoczesna instytucja kulturalna na europejskim poziomie. Niech ta biblioteka służy przyszłym pokoleniom tak, jak szyb "Jan" służył górnikom – podkreślił Polok.

Nowoczesna przestrzeń dla mieszkańców

W zrewitalizowanym budynku oprócz biblioteki swoje siedziby znalazły również Ośrodek Pomocy Społecznej oraz Zespół Obsługi Placówek Oświatowych. Koszt remontu budynku wyniósł prawie 12 mln zł, z czego około 10 mln zł pochodziło ze środków zewnętrznych. Całkowity koszt realizacji inwestycji, obejmujący także wyposażenie, wyniósł około 18 mln zł.

Dzięki tej inwestycji historyczne miejsce zyskało nowe życie, stając się przestrzenią, która łączy przeszłość z przyszłością i będzie służyć kolejnym pokoleniom mieszkańców Pszowa.

Roman Gunia przypomina o czernickim gipsołomie

Dziennik Zachodni z 1946 roku informował, że w Czernicy znajdują się słynne i niemal jedyne w Polsce gipsołomy, prowadzone przez Zjednoczenie Fabryk Cementu w Polsce. Gazeta podawała, że złoża gipsu odkryto ponad sto lat wcześniej, a ich eksploatację rozpoczęto nieco później. Początkowo produkcja wynosiła zaledwie kilkadziesiąt kilogramów dziennie, lecz wraz ze wzrostem zapotrzebowania zwiększono ją do kilku ton na dobę.

Gipsołomy rozbudowali szczególnie Niemcy w okresie II wojny światowej, zwiększając wydobycie do 60 ton dziennie. Po wojnie zakłady przejęło wspomniane Zjednoczenie, które wdrożyło dalsze modernizacje. Wybudowano nową rampę i bocznicę kolejową oraz wprowadzono mechaniczne wydobycie, co pozwoliło zwiększyć produkcję do niemal 200 ton dziennie. Planowano także budowę pieca do wypalania gipsu, gdyż surowiec musiał być wypalany dopiero w cementowniach. Jednak do realizacji tego projektu nie doszło, ponieważ złoże zaczęło się kurczyć.

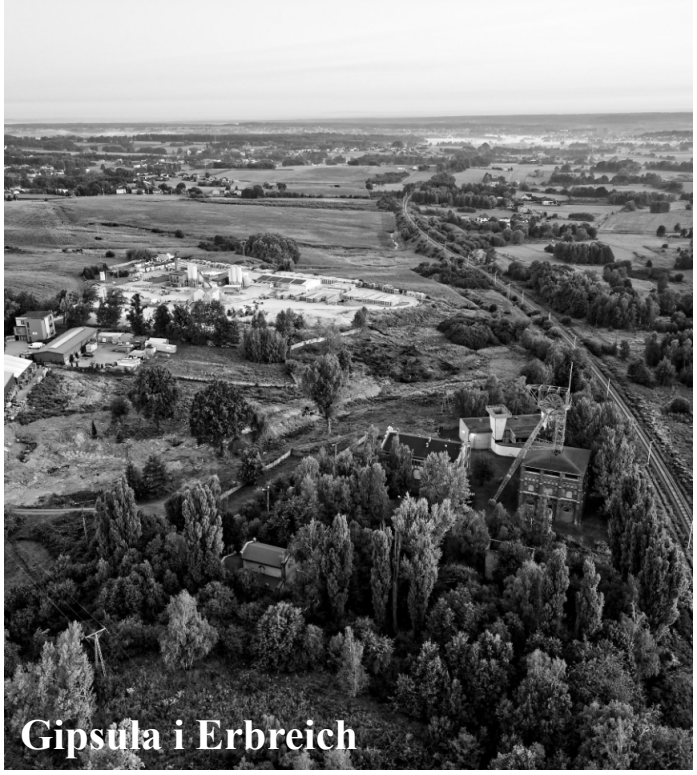
Złoża gipsu występowały w dwóch warstwach o grubości około 7 metrów, przy czym dolna warstwa składała się z czystego, krystalicznego gipsu.

Co się zmieniło? (wspomnienia własne)
Gipsołomów już nie ma. Wydobycie zakończyło się w latach 60., a w latach 80. spychacze zasypały wyeksploatowane wyrobiska. Jedynymi śladami po kopalni gipsu są nadal znajdowane na powierzchni podłużne kryształy gipsu.

Starzy mieszkańcy pamiętają, że na teren gipsołomu w marcu 1945 roku runął zestrzelony przez Niemców samolot z czeskimi pilotami. Pomnik upamiętniający lotników, którzy zginęli w wyniku wybuchu, znajduje się przy drodze prowadzącej do obecnej betoniarni.

Powierzchnia dawnego gipsołomu wynosiła ponad 22 hektary, z czego większość to obecnie nieużytki. W tym miejscu planowano budowę cmentarza, a dawne obiekty, w tym kuźnię i starą masztalnię, zagospodarowały prywatne firmy. Na obrzeżach powstało duże osiedle mieszkaniowe Na Wzgórzu i dziś niewiele wskazuje na to, że niegdyś znajdowała się tu kopalnia gipsu.

R. Gunia, H. Machnik



Ciekawostki z naszego regionu

- **Śląska mowa w Bibliotece Kongresu USA**

W Bibliotece Kongresu Stanów Zjednoczonych śląska mowa została ujęta w rejestrze języków świata. Językowi śląskiemu nadano skrót szl. Przypomnę, że według spisu nadal posługuje się nim na co dzień ponad 60 000 osób.

- **Nowe krematorium w Rybniku**

Od stycznia bieżącego roku przy ul. Rudzkiej w Rybniku działa krematorium. Inwestycja kosztowała 3,6 mln zł i jest niewątpliwie bardzo potrzebna, ponieważ brakuje miejsc na nowe cmentarze, a kremacje zwłok stają się coraz bardziej powszechne.

- **Nowy zakład montażu podzespołów elektronicznych w Kuźni Raciborskiej**

W Kuźni Raciborskiej powstanie duży zakład zajmujący się montażem podzespołów elektronicznych, w tym zespołów płytek drukowanych, które są niezwykle potrzebne w całej Europie. Ta inwestycja częściowo złagodzi problemy gospodarcze powiatu wynikające z częściowej likwidacji zakładu RAFAKO.

- **Zabytkowa Kopalnia Ignacy coraz popularniejsza**

W 2024 roku zabytkową kopalnię w Niewiadomiu odwiedziło 43 299 osób, czyli o około 2 tysiące więcej niż w roku poprzednim. Wśród zwiedzających byli nie tylko

turyści z Polski, ale także z tak odległych krajów jak Japonia, Tajlandia, Peru, Tajwan czy USA. W ubiegłym roku kopalnia otrzymała Europejską Nagrodę Dziedzictwa – Nagrodę Europa Nostra oraz tytuł Zabytek Zadbany.

- **Nowa specjalność w Zespole Szkół Technicznych w Rybniku**

W Zespole Szkół Technicznych w Rybniku uruchomiono nową specjalność – technologię wodorową. Ten kierunek kształcenia ma się również pojawić za dwa lata na Politechnice Śląskiej w Rybniku.

- **Żubry wróciły do Brzezia**

W Brzeziu znów można podziwiać zagrodę żubrów – atrakcję przyrodniczą, która przez cały ubiegły rok była niedostępna.

- **Radlin: problemy z hałdą Marcel**

W 2023 roku w Radlinie doszło do osunięcia się części skarpy hałdy Marcel, co spowodowało ogromny obłok pyłu. Dodatkowo na części hałdy występuje zapożarowanie. Problemy te były omawiane podczas sesji Rady Powiatu Wodzisławskiego, na której pełnomocnik zarządu PGG oświadczył, że przyczyną osunięcia było zbyt duże nachylenie skarpy. W celu zmniejszenia zagrożenia wykonano tzw. półki technologiczne.

Pełnomocnik PGG stwierdził również, że zapożarowana część hałdy musi zostać całkowicie usunięta i wywieziona, prosząc mieszkańców o wyrozumiałość wobec tej uciążliwości. Zapewnił także o stałym monitoringu stanu zapylenia i gazów na terenie 50-hektarowej hałdy.

Warto czytać

Dzięki koledze Mainczykowi przeczytałem książkę Fyrcok, część II, autorstwa Rudolfa Pacioka. Przypomnę, że Rudolfa Pacioka poznaliśmy w 1994 roku za pośrednictwem Janka Swobody, który był jego kuzynem. Spotkanie z panem Rudolfem odbyło się w byłej siedzibie TMR-u w kinie „Wawel". Mieliśmy wtedy okazję poznać tego niezwykłego Ślązaka, pochodzącego z Krzyżkowic, a zamieszkałego w Warszawie, gdzie działa w Stowarzyszeniu Ślązaków w Warszawie.
Rozmawialiśmy o Śląsku, tradycjach, śląskiej mowie, literaturze i poznaliśmy pierwszy tomik Fyrcoka. Niestety, drugiego tomiku nie udało nam się nabyć, a znajduje się w nim wiele odniesień do naszego miasta i dawnych dzielnic.

Oto historia Radoszów, oparta na wspomnianej książce, z okresu pobytu R. Pacioka w Klubie NOWSI:

„Dawniej była to wieś w powiecie rybnickim, zwana też Radoszowy Królewskie. Dziś została przyłączona do gminy Rydułtowy. Posiada własny herb, który nawiązuje do niemieckiego brzmienia tej nazwy (Rad – koło) i przedstawia koło pod pięciopałkową koroną. Herb ten widnieje na pieczęci gminnej z XVIII wieku, która nosi napis: G.O. Radoschau KGL. Rybniker Kreis (co oznacza Gemeinde Ober Radoschau Königliche). Pieczęć ta znalazła się na dokumentach z lat 1835 (Archiwum Starostwa Rybnickiego) oraz 1856, 1858, 1860 i 1870 (Archiwum Śląskie). W wersji kolorowej herb może mieć złotą koronę i złote koło na tle niebieskim.

Wieś Radoszowy została utworzona dopiero w 1831 roku z osad Gastrzowskiej i Dudowskiej. W tamtym czasie miała inny herb – przedstawiający dwa domy wiejskie, między którymi wyrastają trzy kłosy żyta. Taki herb widnieje na pieczęci gminnej z tamtego okresu."

I co?! Mało powodów, żeby Radoszowiki chcieli w Radoszowach o Radoszowach pogadać?

H. Machnik

Rudolf Paciok

O zdrowiu

Marzec – miesiącem świadomości endometriozy
Marzec, kojarzący się z Dniem Kobiet, ma w sobie wyraźnie kobiecą symbolikę – kwiaty, topioną w rzekach Marzannę oraz nadchodzącą, pełną optymizmu wiosnę. Właśnie dlatego miesiąc ten stał się także okazją do poruszania niezwykle istotnego tematu dla wielu kobiet – endometriozy. To choroba, która wciąż jest diagnozowana zbyt rzadko, mimo że dotyka znaczącej liczby młodych kobiet. Czym jest endometrioza i dlaczego warto o niej mówić?

Endometrioza – co to za choroba?
Endometrioza to schorzenie, w którym wyściółka macicy (endometrium) z różnych przyczyn pojawia się w innych częściach ciała i podlega cyklicznym zmianom hormonalnym. Oznacza to, że endometrium rozwijające się poza macicą okresowo zwiększa swoją grubość, co prowadzi do ucisku na okoliczne tkanki, wywołując stan zapalny i ból.

Charakterystyczne objawy endometriozy to:
- bolesne miesiączki z nasilonymi skurczami i promieniującym bólem,
- drętwienie nóg,
- ból podczas stosunku,
- ból owulacyjny,
- nasilone krwawienia i nieregularne cykle miesiączkowe,
- silne objawy zespołu napięcia przedmiesiączkowego (PMS).

Choroba może wpływać również na inne układy i narządy – objawia się m.in. problemami z układem moczowym (ból przy oddawaniu moczu, krew w moczu) oraz zaburzeniami przewodu pokarmowego (wzdęcia, biegunki, zaparcia). Często towarzyszą jej także objawy ogólnoustrojowe, takie jak przewlekłe zmęczenie, brak energii i stany depresyjne.

Jedną z najtrudniejszych do zaakceptowania konsekwencji choroby jest niepłodność.

Endometrioza – kogo dotyczy?
- Szacuje się, że nawet 15% kobiet w wieku rozrodczym (25–45 lat) cierpi na endometriozę. W Polsce milion kobiet otrzymało już diagnozę, a około 3 miliony nadal mogą pozostawać niezdiagnozowane.
- Chorobę najczęściej rozpoznaje się u kobiet po 25. roku życia, choć pierwsze objawy mogą pojawiać się już w okresie dojrzewania.
- Większe ryzyko zachorowania występuje u kobiet, które wcześnie zaczęły miesiączkować (przed 11. rokiem życia), zwłaszcza jeśli towarzyszyły temu obfite krwawienia i krótkie cykle (<27 dni).
- Endometrioza częściej dotyka kobiet z niskim BMI (niedowagą), natomiast kobiety z nadwagą mają niższe ryzyko zachorowania.
- Do czynników zwiększających ryzyko należą również częste spożywanie alkoholu, palenie papierosów oraz dieta bogata w czerwone mięso.

Endometrioza – rozpoznanie
Średni czas postawienia diagnozy wynosi od 4 do 11 lat od momentu pojawienia się pierwszych objawów! Dlaczego tak długo? Wciąż pokutuje przekonanie, że bóle miesiączkowe są „normalnym" zjawiskiem, co prowadzi do lekceważenia objawów przez lekarzy. Pacjentkom często zaleca się jedynie leki przeciwbólowe, które maskują symptomy, ale nie hamują rozwoju choroby.

Niektóre kobiety, bez dokładnej diagnozy, otrzymują leczenie hormonalne zmniejszające dolegliwości poprzez zahamowanie aktywności endometrium. Problem zaczyna się w momencie, gdy pacjentka planuje ciążę, a zaawansowana, nierozpoznana endometrioza staje się przeszkodą w spełnieniu tego marzenia.

Endometrioza – diagnostyka
Pierwszym krokiem w diagnostyce endometriozy jest dokładny wywiad lekarski. Następnie lekarz może zalecić badania obrazowe, np. USG. W niektórych przypadkach konieczne jest pobranie zmienionych chorobowo tkanek podczas laparoskopii i ich analiza pod mikroskopem – to tzw. „złoty standard" diagnostyki endometriozy.

Obecnie dostępne są również mniej inwazyjne metody, takie jak badania z krwi lub analiza fragmentu endometrium pobranego w trakcie wizyty ginekologicznej.

Endometrioza – nowoczesna, małoinwazyjna diagnostyka
1) Diagnostyka molekularna
Laparoskopia to inwazyjna metoda wymagająca znieczulenia ogólnego. Na szczęście obecnie w sieci laboratoriów Diagnostyka dostępne jest małoinwazyjne badanie, do którego materiał może pobrać lekarz w trakcie wizyty. Jest to test, który warto wykonać zarówno w celu potwierdzenia, jak i wykluczenia endometriozy.

2) Diagnostyka endometriozy wspomagana badaniem krwi – EndomKIT
EndomKIT to diagnostyka endometriozy oparta na badaniu krwi, dedykowana kobietom z podejrzeniem choroby. Przed wykonaniem testu konieczna jest konsultacja lekarska, ponieważ analiza obejmuje m.in.:
- Oznaczenie poziomu markera CA125,
- Pomiar mózgowego czynnika neurotroficznego (BDNF),
- Szczegółowy wywiad kliniczny.

Wyniki są następnie analizowane przez specjalistyczny algorytm, który generuje jednoznaczny wynik – pozytywny lub negatywny.

Nowoczesne metody diagnostyczne pozwalają znacząco skrócić czas oczekiwania na diagnozę i uniknąć inwazyjnych zabiegów chirurgicznych oraz długiej rekonwalescencji.

Endometrioza – gdzie szukać informacji o chorobie i badaniach?
Coraz częściej mówi się o endometriozie, zwłaszcza w marcu, który stał się miesiącem szerzenia świadomości o tej chorobie. Organizowane są liczne wydarzenia edukacyjne, a w internecie można znaleźć wiele wartościowych materiałów.

Na stronie internetowej Diag.pl w sekcji „Strefa Wiedzy" dostępne są szczegółowe informacje o endometriozie oraz nowoczesnych metodach jej diagnostyki. Zachęcamy do zapoznania się z artykułami oraz ofertą badań małoinwazyjnych umożliwiających wykrycie choroby.

Dr n. med. Beata Skowron

Źródło: Diag.pl

Wele byfyja

Zbijaczka, czyli świniobicie na Śląsku
Na całym Śląsku mięso wieprzowe i jego przetwory, zwłaszcza smalec, uchodziły za pożywne, zdrowe i niezwykle smaczne.

Zbijaczka, czyli świniobicie, było ważnym wydarzeniem w życiu każdej wiejskiej rodziny. Odbywało się raz w roku, w okresie jesienno-zimowym, najczęściej na przedzimiu, gdy temperatura spadała, co pozwalało na dłuższe przechowywanie mięsa i wyrobów. Wcześniej przez dziesięć miesięcy hodowano i tuczono świnię, czyli kormika, nazywanego również babuciym albo wieprzkiym. Zbijanim zajmował się masorz, jednak cała akcja była starannie zaplanowana, a każdy domownik już w przeddzień znał swoje obowiązki.

Masorz rozpoczynał pracę wcześnie rano, ponieważ przygotowanie krupnioków, żymloków, preswusztu, leberwusztu, szmalcu, a także mięsa i boczku do wędzenia było niezwykle czasochłonne. Życie na wsi było skromne, dlatego wykorzystywano wszystkie podroby, krew i jelita do przygotowywania wyrobów masarskich – nic nie mogło się zmarnować. Świeżo przyrządzone gardawę, krupnioki i kotłówkę, czyli zupę ze zbijaczki, zanoszono do sąsiadów, którzy w innym terminie odwdzięczali się tym samym. Degustacja wyrobów mięsnych była okazją do spotkań rodzinnych i towarzyskich, podczas których nie brakowało gorzołki.

W okresie świniobicia spiżarnie, komory i strychy wypełniały się mięsem i wędlinami. Niektóre wyroby, jak kotłówka czy gardawa, spożywano od razu. Inne, np. krupnioki, żymloki, preswuszt, leberwuszt, galert, jedzono na bieżąco. Resztę konserwowano i przechowywano w chłodnych, dobrze wentylowanych pomieszczeniach, by później serwować je podczas rodzinnych uroczystości, takich jak Pierwsza Komunia Święta czy Barbórka.

Wierzono, że tłuste jedzenie ma właściwości lecznicze, dodaje siły do pracy i zapewnia zdrowie. Zimą zapasy ze świniobicia dostarczały omasty do codziennych posiłków, takich jak brołtzupa, kapusta kiszono ze szpyrkami czy sznita ze szmalcym. W każdej spiżarni obowiązkowo znajdowały się szmalec i solona szpyrka, powieszona na haku.

Tradycyjne sposoby konserwacji mięsa
Śląscy gospodarze znali wiele metod przechowywania wyrobów mięsnych: peklowanie (z późniejszym wędzeniem), solenie oraz zaprawiani w krauzach, czyli wekowanie. Do przygotowania specjałów wykorzystywano różnorodne przyprawy i zioła, m.in.: sól, pieprz, saletrę, majeranek, jałowiec, cebulę, czosnek, liście laurowe, ziele angielskie, kolendrę i gałkę muszkatołową.

Niektóre tradycyjne metody konserwacji wyszły z użycia wraz z pojawieniem się lodówek. Dawniej mięso przechowywano np. w węglu drzewnym, liściach chrzanu (o właściwościach bakteriobójczych), w boncloku zasolone i owinięte pokrzywami, w lnianej ściereczce w chłodnej piwnicy lub w bańkach zanurzonych w przydomowej studni. Dzięki tym metodom świeżość mięsa można było przedłużyć nawet o tydzień.

Śląskie smaki na co dzień
Leberwuszt (pasztetówka) i preswuszt (salceson) były częstym dodatkiem do śniadania i kolacji. Leberkom smarowano kromki chleba, a preswuszt krojono w plastry i podawano z kiszonymi ogórkami.

Do dziś jednym z najbardziej charakterystycznych śląskich dań są karbinadle – kotlety mielone z mięsa wieprzowego lub wieprzowo-wołowego, podawane z ziemniakami i surówką z kiszonej kapusty. W różnych częściach Śląska nazywane są one także karminadlami lub kardinadlami.

Tradycja zbijaczki była nie tylko sposobem na przygotowanie zapasów mięsa na zimę, ale również ważnym wydarzeniem społecznym i rodzinnym, pielęgnowanym przez pokolenia. Choć dziś rzadko praktykowana w tradycyjnej formie, pamięć o niej wciąż żyje w śląskich domach i kuchniach.

Źródło: Bonclok.pl

Moje rozważania

Przeżywamy niezwykle dramatyczne polityczne rozgrywki na skalę światową. Każdy, kto obserwował spotkanie prezydentów USA i Ukrainy, oprócz zdumienia z przebiegu rozmów, na pewno wyciągnął własne wnioski. Ja również mam swoją teorię. Twierdzę, że Trump zauważył, iż nie uda się zakończyć wojny na jego warunkach, więc rozmowy poprowadzono tak, aby wyglądało na to, że to Zełenski nie chce pokoju. Wstrzymanie dostaw broni dla Ukrainy potwierdza zamysł zmuszenia jej do przyjęcia bardzo niekorzystnych warunków pokoju. Podejrzewam, że pojawią się naciski na szybkie ustąpienie prezydenta Zełenskiego. Europa, w tym Polska, znalazła się w bardzo delikatnej i niekorzystnej sytuacji – zarówno politycznie, jak i ekonomicznie. Oby nie skończyło się to tragedią i wciągnięciem Europy w wojnę.

Wypowiedzi naszych polityków powinny być bardziej wstrzemięźliwe, zwłaszcza w kontekście kampanii wyborczej. Dobrze, że obecnie z inicjatywami wychodzą Francuzi i Brytyjczycy. Obserwujmy, co będzie dalej.

W kraju również nie brakuje dramatycznych wydarzeń: oskarżenia o zamach stanu, rozliczanie afer z udziałem byłych rządzących, nierozwiązywalny konflikt na linii rząd–prezydent, nieskuteczne prawo, głęboki podział społeczeństwa, niż demograficzny – to wszystko ma wpływ na władze oraz mieszkańców naszych miast i gmin.

Niestety, nasze społeczeństwo tradycyjnie nastawione jest na „nie". Nie wierzymy specjalistom, planistom, lekarzom, ekonomistom, co skutkuje protestami przeciw budowie zapór, polderów, spalarni, przeciw szczepieniom czy zmianom w polityce energetycznej.

Na naszym rydułtowskim i powiatowym „podwórku" sytuacja wygląda podobnie. Nie chce się przyjąć do wiadomości, że naszej kopalni kończą się złoża, które można wydobywać w sposób opłacalny i bezpieczny. Wciąż dostrzega się stary dworzec kolejowy, nie zauważając pięknych zmian, jakie zaszły w tym rejonie. Biadoli się nad mizerią finansową miasta, ale nie dostrzega się ogromnych inwestycji możliwych dzięki pozyskanym przez władze miasta środkom z różnorodnych konkursów.

Ciągle wypomina się brak basenu w Rydułtowach, pomijając fakt, że miasto stało się centrum handlowym, a w regionie nie brakuje basenów. Nie dostrzega się i nie docenia starań władz szpitala oraz powiatu o to, by budynki szpitalne w naszym mieście znów tętniły życiem. Narzeka się na służbę zdrowia, mimo że opieka zdrowotna, jaką mają nasi mieszkańcy, jest obiektem zazdrości sąsiednich miejscowości.

Zdumiewa mnie fakt, że nie odczuwamy dumy z miejsca, w którym mieszkamy, i że nie angażujemy się społecznie tak, jak nas tego uczono w harcerstwie. Codzienna dbałość o czystość w mieście pozostawia wiele do życzenia.

Malejąca liczba mieszkańców, niski przyrost naturalny, starzejące się społeczeństwo, opuszczone domy i lokale, problemy z komunikacją, przepełnione cmentarze, konieczność rozbudowy kanalizacji sanitarnej – to poważne wyzwania, które musimy rozwiązywać.

Krytyka jest wartościowa, jeśli idzie w parze z propozycją rozwiązań. Kilkakrotnie zwracałem już uwagę, że na dworcu osobowym PKP, póki co, powinien stanąć Toi Toi, a na Machnikowcu wreszcie powinien zostać zrobiony porządny chodnik od drogi do ul. Ligonia. Miasto chyba stać na takie wydatki.

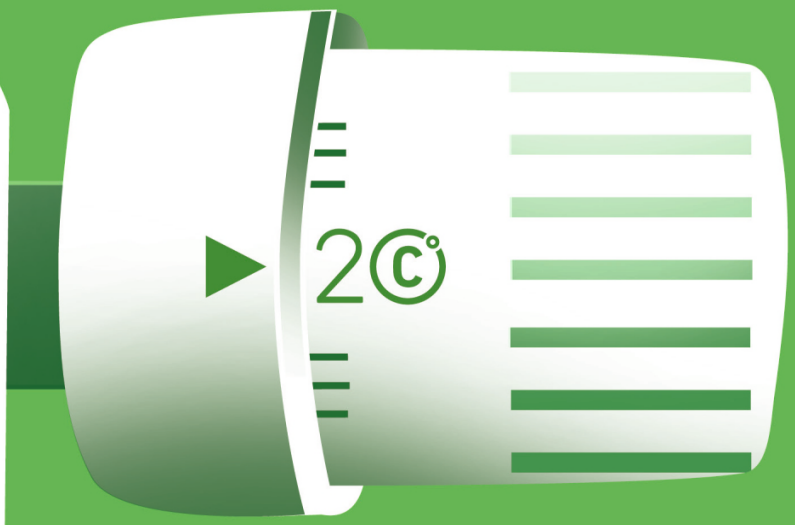
Należałoby także zareagować na bałagan i śmieci przed byłą pocztą na ul. Ofiar Terroru – ul. Leona. Warto również zastanowić się nad przywróceniem nazwy ul. Dworcowa.

Mamy wiosnę, więc z nową energią zabierzmy się za generalne porządki, by nasze miasto wyróżniało się czystością, by promieniowało aktywnością mieszkańców i byśmy wszyscy byli dumni, że żyjemy w Rydułtowach.

H. Machnik

Składamy najserdeczniejsze życzenia urodzinowe marcowym solenizantom!!!
A są to:

Marcin Połomski, Leon Przybyła, Zygmunt Aleksy, Joanna Dzierżawa, Aleksandra Wolner, Franciszka Wojtaszek, Józef Kiliszowski, Iwona Zientek, Henryk Machnik, Stanisław Brzęczek, Stanisław Dziwoki



Zmieniamy ciepło na dobre

Wszyscy chcemy, by ciepło, z którego korzystamy, pozytywnie wpływało na jakość powietrza w miastach i zasoby naszej planety. Przedsiębiorstwa ciepłownicze inwestują w transformację, tak by do 2050 roku całe dostarczane ciepło było bezemisyjne. Zanim zmieni się technologia, warto już teraz zmienić nawyki i sposób, w jaki ogrzewamy swoje domy. Zadbajmy o nasz komfort, wpuszczając do mieszkania ciepło, które dotychczas się marnowało. Ograniczmy też temperaturę do 20 stopni korzystnych dla zdrowia.

Pobierz poradnik i przekonaj się, jakie to proste.

www.20stopni.pl

Ciepłownia Rydułtowy

Izba Gospodarcza Ciepłownictwo Polskie

20°

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej Rydułtowy, ul. Tetmajera 150
tel. 32 72 94 068, 32 72 94 933

Poradnie lekarskie prowadzone w ramach podpisanych kontraktów z NFZ

Lekarza POZ, Ginekologiczno-położnicza,Dermatologiczna, Okulistyczna, Laryngologiczna, Leczenia bólu, Neurologiczna, Urazowo-ortopedyczna, Leczenia uzależnień, Medycyny paliatywnej, Hospicjum domowe

Poradnie lekarskie prowadzone w ramach usług komercyjnych (odpłatnych)
Alergologiczna dla dzieci, Medycyny pracy

„Stara Palmiarnia Mimoza" to miejsce, w którym zadbamy o to, aby Państwa wyjątkowa uroczystość na zawsze zapisała się w pamięci obecnych na niej osób.
Całkowicie odrestaurowany dziś obiekt, sięgający swoją historią lat 60tych, od zawsze był kulturalnym centrum dzielnicy Rybnik-Niedobczyce.
Dawna „Kawiarnia Mimoza" mieściła w sobie przepiękną oranżerię - palmiarnię, do której historii nawiązaliśmy po renowacji. Organizujemy przyjęcia okolicznościowe, wigilijki, komunie, wesela, spotkania biznesowe.

Zapraszamy serdecznie!

Adres:
ul. Józefa Rymera 44,
44-270 Rybnik-Niedobczyce

kontakt: +48 663 937 487

www.starapalmiarnia.pl

STARA PALMIARNIA
MIMOZA

Gabinety Specjalistyczne na ul. Strzelców Bytomskich 9 w Rydułtowach
służą pomocą tel. +48 691 101 688

Wizyty prywatne:
Chirurgia, Dermatologia
Urologia, Reumatologia
USG, Doppler, Radiologia
Kosmetologia
Trychologia, Podologia
Poradnia dietetyczna DIETIKON

Wydawca: Towarzystwo Miłośników Rydułtów, Rydułtowy, ul. Plebiscytowa 47, tel. +48 515 828 453; Kolegium Redakcyjne (tel. +48 514 430 689, +48 510 791 300); Red. Nacz. Joanna Rusok, Z-ca Red. Nacz. M. Stebel, Sekretarz: W. E. Jankowska, członkowie: H. Machnik, S. Brzęczek, J. Majer, J. Oleś, A. Kołodziej, Ł. Majer, E. Wierzbińska-Kloska, e-mail: kluka.tmr@interia.pl; nasza strona: www.tmrrydultowy.pl; Redaktor wydania: Joanna Rusok, komputerowy skład gazety: M. Połomski
Zdjęcia na zlecenie TMR wykonują: FOTO BARON Rydułtowy, FOTO SYCHA Rydułtowy, fotoreporterzy: Bernadeta Oślizły, Damian Bizoń, Roman Gunia, Monika Marszolik Druk gazety: MZ Druk Radlin