



گردو

ویژه‌نامه دانشجویان ترم یک پزشکی



کمیته توسعه آموزش
دانشکده پزشکی

آنچه در این شماره خواهید خواند:
چطور در کلاس استاد امجد زنده بمانیم؟
گایتون یا جزوه؟ مسئله این است
هیولاگارد کیست؟
مداد رنگی چند رنگ بخریم؟
ما چگونه ما شدیم
چرا ماست‌ها رو می‌ریزی تو قیمه‌ها؟



@gerdoo_semums



منابع کمک آموزشی

بچه‌ها... حجم جزوه استاد امجد رو دیدین و هنوز هم دارین اینجا رو میخونین؟ دستم یزاد... حالا جدای شوخی برای یادگیری بهتر حتماً از اطللس آناتومی نتر استفاده کنین همچنین سایت‌هایی مثل kenhub.com تصاویر خوبی دارن که میتونن کمکتون کنن. رفرنس اصلی درس آناتومی گری هست که میتونه براتون مفید باشه اما برای درس آناتومی اندام جزوه استاد معمولاً کامله و از گری مطالب خیلی بیشتری قرار نیست نصیبتون بشه اینجا یکبار دیگه هم تاکید می‌کنیم که مرور مطالب یادتون نره و حسابی همه چیز رو تکرار کنید.

نکات امتحانی

اولین نکته بحث تقسیم‌بندی سوالات امتحانه، معمولاً برای امتحان عملی ۲ سوال استخوان‌شناسی و ۳ سوال ماهیچه و عصبه. دوم اینکه تا جای ممکن سعی کنین که استرس‌تون رو برای جلسه امتحان مدیریت کنین. امتحان تئوری انواع مختلفی از سوالات رو شامل میشه... پس اگه سوال ۱گزینه‌ای و کوتاه پاسخ و تشریحی دیدین تعجب نکنین خیلی... سختی امتحان متوسطه و همه مدل سوال معمولاً داخلش پیدا میشه ولی با یک کم مطالعه میتونین نمره پاسی رو بگیرین و با تلاش بیشتر میتونین نمره بالا بگیرین. اگه احساس نیاز کردین، با استاد صحبت کنین که یک روز قبل امتحان فرصت بدن و با جسد مطالب رو مرور کنین.

غول مرحله آخر

سخت‌ترین سوالات آناتومی اندام سوالات بالینی هستند. مثلاً سوال به اینصورت است که یک عصب آسیب دیده است کدام حرکات یا حس‌ها مختل می‌شوند؟ دیگر موضوع سخت بحث مجاورت‌هاست. مثلاً سوال پرسیده می‌شود در مجاورت این عصب کدام شریان قرار دارد و یا این کانال چه عناصر عبور می‌کنند

چطور در کلاس استاد امجد زنده بمانیم؟

آناتومی اندام

امتحان عملی

ابتدا به گروه‌های چند نفره تقسیم میشین. حدوداً ۷ جلسه فوقانی و ۷ جلسه تحتانی در نظر گرفته میشه که شما باید حتماً داخل همشون حضور داشته باشین. این جلسات پرسش محور هستند و استاد نکاتی رو حین پرسش اضافه میکنند. نمرات این جلسات بسیار مهم هستند و تا نیمی از نمره امتحان عملی‌تون رو تشکیل میدن. پس سرکلاس‌های عملی آناتومی اندام حتماً با آمادگی کامل برید. برای یادگیری بهتر استخوان‌ها حتماً از دانشگاه استخوان بگیرید و مطالعه کنید برای بخش عضلات هم باید روی جسد تسلط داشته باشین. سعی کنین هر از گاهی به سالن تشریح سر بزنین و مباحث رو از روی جسد مرور کنید.

آداب حضور در کلاس

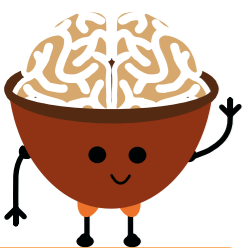
حضور غیاب برای استاد امجد خیلی مهمه. مخصوصاً کلاس‌های عملی. اینجوری بهتون بگم که اگه غیبت زیاد داشتین، افتادن تو این درس یکی از گزینه‌های روی میزه

بخش‌های مهم درس

جزوه استاد هم برای قسمت فوقانی هم برای قسمت تحتانی شامل چهار بخش استخوان، ماهیچه، شریان و اعصابه. بخش اعصاب سخت‌تر از بقیه قسمت‌هاست.

چطور نمره بالا بگیریم؟

- ۱- به نکات بالینی خیلی توجه کنین
- ۲- برآمدگی‌های استخوانی رو خوب یاد بگیرین تا فهم بقیه مباحث براتون آسون بشه
- ۳- حتماً تصویرسازی کنین و تصویر ذهنی از هر چیزی که میخونین داشته باشین
- ۴- میتونین از خلاصه ماهیچه‌های گردو هم کمک بگیرین
- ۵- تکرار، تکرار، تکرار! مباحث آناتومی حتماً نیاز به تکرار دارن و باید کلی بخونینشون
- ۶- حضور فعال در کلاس‌ها... سعی کنید سوالات رو خوب جواب بدین



روانشناسی

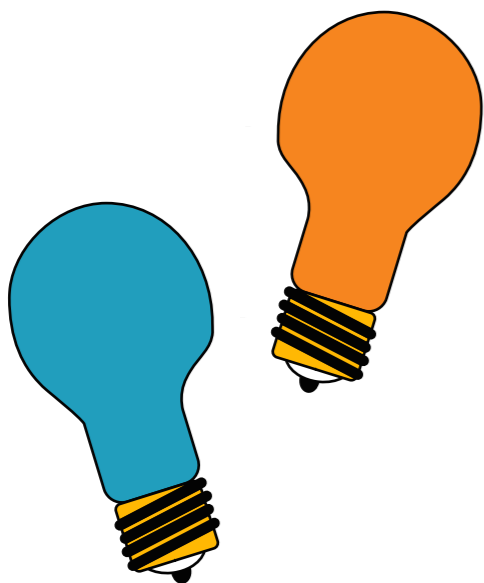
هیولاگارد

چه باید کرد؟

همونطور که احتمالاً اگه یک جلسه سرکلاس روانشناسی بوده باشین متوجه شدین، رفرنس این درس کتاب قطور و حجیم روانشناسی هیلاگارد. اما خوشبختانه نیازی نیست که همه این کتاب رو بخونین و دگتر ستوده بخش‌هایی از این کتاب رو مشخص می‌کنن که مطالعه کنین. و برای امتحان هم از همون بخش‌ها سوال میدن. اما خبر بد اینکه برای امتحان از همون بخش‌ها نمره نمیدن... در واقع ما که بعد از کلی تحقیق و تفحص متوجه نشدیم که چگونه می‌توان نمره بالاتری در این درس گرفت و کشف این موضوع رو به شما محول می‌کنیم و مشتاقانه منتظر نظراتتون هستیم.

روز حساب

در ایام قدیم امتحان این درس به صورت تشریحی بوده اما الان بیشتر به صورت تستیه. اگه امتحان تشریحی بود که سعی کنید خوش خط و کامل و جامع و مفصل بنویسید... اگه تستی بود هم توکلتون به خداوند متعال باشه!)



فیزیولوژی سلول

گایتون یا جزوه؟ مسئله این است

روز حساب

تدریس این درس تا بوده با استاد وکیلی بوده و خوب استاد وکیلی بشدت معتقد به *فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ* هستند. یعنی چی؟ یعنی امتحان سوالات سخت و ترکیبی کم نداره تا بچه‌ها کاملاً تفکیک شن و نمره‌ها واقعی باشه. این هم بگم، از اونجایی که سروکارتون با دپارتمان فیزیولوژی عه کلا ارفاق رو بیخیال شین و درس بخونین.

بخش‌های مهم درس

آخه بخش‌های مهم فیزیولوژی؟ مگه فیزیولوژی بخش غیرمهم هم داره؟ فیزیولوژی مهم‌ترین درسیه که تو دوران علوم پایه باید بهش مسلط بشین. فیزیولوژی سلول نسبت به بقیه فیزیولوژی‌های ترم‌های دیگه آسون تره با این حال بعضی جاهاش رو باید خیلی خوب یاد بگیرین. بخش ابتدای درس که در مورد ساختار سلوله با بافت‌شناسی مشابهت داره که میتونین این دو درس رو همزمان بخونین. بخش آب و الکترولیت‌ها مفهومی میشه و خیلی هم مهمه و بعدا هم در ترم سه درس فیزیولوژی کلیه بهش برمی‌گردین و بالین هم باهاش کار دارین پس حتماً این بخش رو از روی گایتون هم بخونین. بخش ساختار سلول‌های ماهیچه سختی کمتری داره و با یک کم مطالعه میتونین راحت یاد بگیرینش.

سخن بزرگان



کلا اگه می‌خوای پزشک خوبی شی فیزیولوژی رو خیلی جدی بگیر

جنین شناسی

ما چگونه ما شدیم

بافت شناسی

مداد رنگی چند رنگ بخریم؟

بافت شناسی در مورد چیه؟

تدریس این درس با استاد تقدیری هست که به نسبت سخت گیر هستند و برای مطالعه اصلا جزوه رو پیشنهاد نمیدن. رفرنس اصلی این درس کتاب بافت شناسی جان کوئیراست که خب حجم به نسبت زیادی داره و ممکنه نرسید بخونیدش. بنابراین میتونین از کتاب سلیمانی راد هم استفاده کنید که در واقع کتاب جان کوئیرا رو خلاصه کرده.

اول اینجا رو بخون

ترم یک، درسی داریم به اسم مقدمات علوم تشریح که این درس از دو بخش بافت شناسی و جنین شناسی تشکیل شده و نمره این دو درس در کارنامه برای یک درس ثبت میشه

جنین شناسی در مورد چیه؟

جنین شناسی مثل خیلی از درس های دیگه ارتباط عمیقی با آناتومی داره. این درس از همون اول بسم الله شروع میشه و وقایع مختلف تشکیل گامت ها و لقاح رو توضیح میده و یک کم شبیه فصل تولید مثل زیست دبیرستانه... اما این اشتباه رو نکنید که این درس همینجوری میمونه! در ادامه شما کلی اسامی سلولی و بافتی عجیب غریب رو باید یاد بگیرید و حجم مطالب جوریه که نمی تونین روی حافظه کوتاه مدتتون حساب کنین. یک سری بیماری های مرتبط با جنین هم بهش برمی خورین که اهمیت بالینی داره و سعی کنین یاد بگیرید

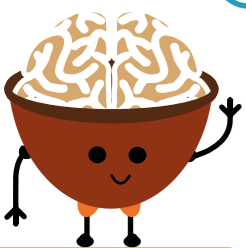
چرا مداد رنگی؟

داستان از این قراره که نمره پایانی شما به امتحان تئوری ختم نمیشه و باید به بخش عملی هم توجه کنید. بخش عملی به اینصورتیه که یک سری لام رو زیر میکروسکوپ بررسی می کنین و ازتون خواسته میشه. همچنین باید یک سری از لام ها رو نقاشی کنین. این نقاشی ها جزء نمره پایانیتون حساب میشه و برای کشیدنش میتونین از اطلس بافت شناسی دفیوره استفاده کنین.

چجوری بخونیم؟

یک کاغذ کنار دستتون بزارین و اسامی عجیب غریبی که میبینین رو همراه یک توضیح مختصر بنویسین. اینجوری اگه یک تعریف یادتون بره سریع میتونین نگاه کنین چی بود و وقتتون تلف نمیشه. رفرنس این درس جنین شناسی لانگمنه که استاد هم معمولا همین کتاب رو پیشنهاد می کنن.

برای فهمیدن بهتر جنین شناسی نیازمند تخیل قوی، تجسم و درک سه بعدی در بدن انسان هستین که همین ممکنه فهمیدن جنین شناسی رو خیلی سخت کنه. جنین شناسی تخصصی تر داخل ترم های دیگه هم میاد و اونجا بصورت بخشی از دروس علوم تشریح ارائه میشه و نمره اش هم در کنار آناتومی و بافت شناسی همون درس محاسبه میشه



دیگران کاشتند و ما خوردیم

کمیته توسعه آموزش دانشکده پزشکی تا به اینجا برسه آدمای خیلی زیادی برایش زحمت کشیدن. این مطالبی هم که براتون جمع آوری کردیم کلی از اعضای جدید کمیته برایش خون دل خوردند. تو صفحه آخر هر شماره، اسم تمام هیئت تحریریه و پیشکسوتان رو میاریم تا یادگاری باشه برای زمان و انرژی ای که دلسوزانه برای بقیه دانشجویها خرج کردند

و به رسم ادب با تشکر از

کیارش یوسفی
مهیار مهدیزاده
علی بابایی زاد
امیرحسین دهقان نیری
محمد سیف آبادی
پیمان مظاهری
فاطمه کامیار
مریم شاه نظری
و همه عزیزانی که اگر زحمات فراوانشان نبود تهیه این فایل هیچگاه میسر نمی شد

هیئت تحریریه

سمیل بلندین
امیر حسین مداح
دانیال جدی
مهدی شهری
غزاله غنیان
مهدیه ملکی زاده
صبا کریمی
هانیه کریمپور
فائزه نوری

دست اندر کاران

دبیر EDC دانشکده: رامتین نادریان

مدیر مسئول: منیژه شمیر

سر دبیر: محمد سالار یکانی

گرافیکست: کیمیا ایمانی مقدم، محمد سالار یکانی

چرا ماستها رو میریزی تو قیمه ها؟

بیوشیمی

اساتید سه گانه

برای درس بیوشیمی در دانشگاه ما سه تا استاد یافت میشه. دکتر خالقیان دکتر بندگی و دکتر خوشدل. با توجه به اینکه کدوم استاد برای ترم شما باشه، مدل مطالعه تون کمی متفاوت میشه. معمولا بیوشیمی سلول رو دکتر خالقیان و دکتر بندگی باهم تدریس می کنند.

بیوشیمی کلا چیه؟

خب توی دبیرستان شما زیست و شیمی رو خوندین. حالا اگه یک دانشمند نیت کنه فعالیتها و مولکولهای زیستی رو از نظر شیمیایی بررسی کنه به یک ارتباطی بین این دو علم نیازمنده که اسمش همیشه بیوشیمی

سوالات بخش دکتر بندگی معمولا کمی سخت تر و مفهومی تر هستند با این حال جزوه ایشان معمولا کامل و قابل فهمه و به منبع اضافی دیگه ای نیاز ندارین.

برای بخش دکتر خالقیان سوالات معمولا از همون بخشهایی که تدریس شدن طرح میشن و به پاورقیها و زیرنویس عکسها هم توجه میشه. دکتر خالقیان بیشتر به دانشجویان ارشد درس میدن و بخاطر همین ممکنه بعضی جاها رو سخت متوجه بشین که میتونین برای فهم بهتر از تدریس دکتر میثم مردسلطانی استفاده کنین

اگه حسابی شیفته بیوشیمی شدین میتونین از خلاصه لنینجر و کتابهای QR استفاده کنین

بخش های مهم درس

یک سری بخش های این درس خیلی مهمن... مثلا بخش آنزیمها و ویتامینها. این بخشها در دروس ترم های آینده تکرار میشن و حتی بعضی هاشون اهمیت بالینی هم پیدا می کنند. ولی بخش دسته بندیها معمولا داخل ترم های آتی و در نهایت برای بخشی از آینده شما به عنوان پزشک کمک زیادی نخواهند کرد.

