

MŁODY MEDYK

MŁODY

Miesięcznik studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

NR 3 (74)

marzec 2009

ISSN 1643-3734

Pozdrowienia ze stażu!



W numerze obszerna
relacja ze stażu na
Wyspach -
koniecznie przeczytaj!

AMJ - Students Advisory Board¹

Dear Colleague,

We would like to draw your attention to the Australasian Medical Journal. The AMJ was launched last year with students and early career researchers very much in mind.

The AMJ is published monthly and does not charge for registration or publication. It relies on support from senior researchers as well as an army of student advisors who work tirelessly to give students a voice in research and debate on health care issues.

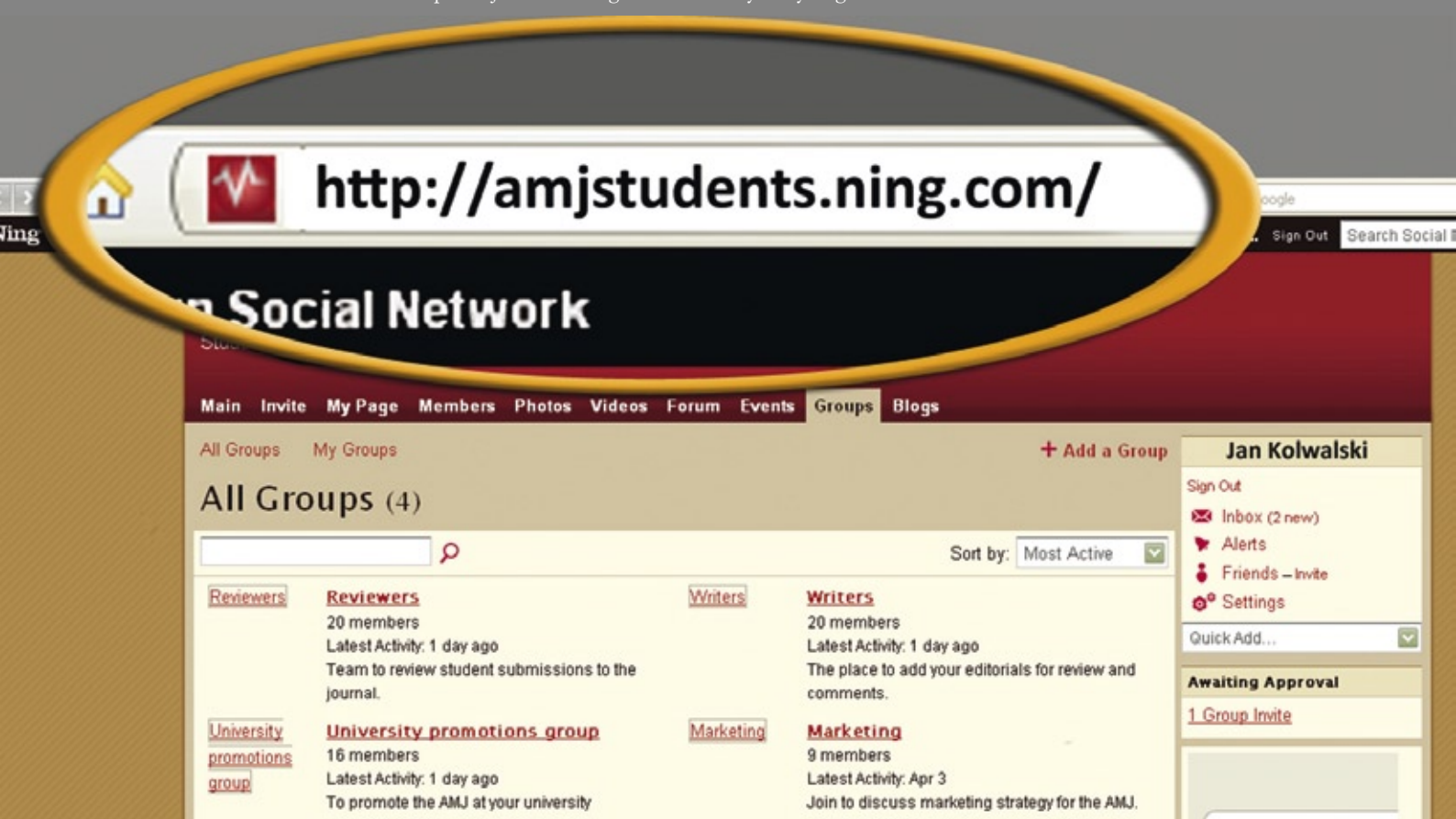
The AMJ can help you in two ways:

1. It is a forum for publishing your papers which will be fully and rapidly peer reviewed.
2. It offers an opportunity to get involved in the Student Advisory Board, coordinated by peers and working to make this an elite student resource.

The AMJ is available whether you live in New York or Sydney, Nairobi or London. The journal is partnering a number of student conferences this year and our readership is growing daily. We call to you as a valued member of our global community. Register with the AMJ today and contact the SAB coordinators now!

Best wishes,
On behalf of the AMJ SAB.

1 More information: <http://amjstudents.ning.com/> or mlodymedyk@gmail.com

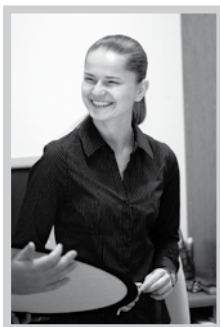


MŁODY

MŁODY

Miesięcznik studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

Przyroda budzi się do życia, pierwsze oznaki wiosny można dostrzec na każdym kroku. Pogoda zaskoczyła nas zupełnie. Niemalże tak bardzo, jak rok rocznie zima zaskakuje drogowców. Niektórzy studenci szukając złotego środka, uciekali się do starych i wypróbowanych już sposobów – topienia marzanny. Jednak czy pożądaný cel został osiągnięty? Aby dać obiektywną odpowiedź na owe pytanie polecam zapoznanie się z historią tonących „okrętów” w Parku Branickich („Z dziennika młodego medyka”).



Słońce za oknem, przyjemny lekki wietrzyk muskający twarz... Myśli skupiają się wokół pieszych bądź też rowerowych wycieczek oraz spotkań z przyjaciółmi, a tu jeszcze kolokwium z anatomii, zaległe zaliczenie bloku, które pozostało niczym pamiątka po grypie sprzed dwóch miesięcy. Można by tak wyliczać, próbując postawić się na miejscu studenta. Są jednak i tacy, którzy potrafią łączyć przyjemne z pożytecznym, którzy myślą o danym przedmiocie nie tylko poprzez pryzmat uczelni, ale również wychodzą poza nią. W tym miejscu chciałabym polecić artykuł „Anatomia z biletami wstępu”, w którym to moja młodsza koleżanka z Redakcji odnosi się do wystawy „Bodies. The exhibition”. Jednocześnie pragnę zachęcić wszystkich tych, którzy chcieliby szlifować swoje umiejętności pisania artykułów naukowych, do zapoznania się z *AMJ – Students’ Advisory Board*. Jest to jednocześnie możliwość obcowania z typowo medycznym językiem angielskim, który jak wiadomo jest nieodzowny w dzisiejszej pracy lekarza. Może dodatkowo myślisz o wyjeździe po studiach? Jeżeli tak, uważam, że jest to doskonały pomysł, aby zacząć działać już dziś. Myślisz, że jesteś na trzecim, czwartym roku i to jeszcze za wcześnie? Nic bardziej mylnego! Przeczytaj „Work as a House Officer” i przekonaj się sam jak wygląda proces aplikacyjny dotyczący stażu w UK.

Życzę miłej lektury!

Marta Marcinkiewicz

Spis treści

- » AMJ – Students Advisory Board ...2
- » Student vs Wiosna4
- » Pochwała głódówki5
- » W „Piwnicy u Jana”6
- » Z dziennika młodego medyka
odc.IV – Aaaa... tonę!7
- » Work as a House Officer – czyli
staż podyplomowy w Wielkiej
Brytanii8
- » Erasmus zmienił wszystko 10
- » Anatomia z biletami wstępu..... 12
- » Konferencja studencka
na UMB - fakty i mity 13
- » Dni Otwarte
Wydziału Nauk o Zdrowiu 14
- » Help..... 15

Skład redakcji „Młodego Medyka”

Redaktor naczelny: Marta Marcinkiewicz (tel. kom. 608293978); **Zastępca redaktora, korekta:** Dorota Czyżewska; **Członkowie:** Alicja Smalec, Ewelina Zaremba, Elwira Lewicka, Agnieszka Siemieniako, Aleksandra Wójtowicz, Mark Klukowski, Marcin Czaban, Krystian Banaszczyk;

Siedziba redakcji studenckiej:

Pałac Branickich – prawe skrzydło, pok. 112, ul. Kilińskiego 1, 15-089 Białystok 8, tel. 748-55-06

Student vs Wiosna

Miesiąc drugiego semestru za nami. Codzienne wejściówki, pierwsze kolokwia i na „deser” egzaminy poprawkowe... Pysznie. Człowiek, tj. student UMB jest w końcu młody więc powinien stawiać czoła niecodziennym wyzwaniom... ale czy one są rzeczywiście takie niecodzienne? Na „strawienie takich przysmaków” każdy z nas szuka skutecznego sposobu...

W przerwie nauki wybrałem się dziś na spacer po lesie. Wśród zasad działania liczników scyntylacyjnych z biofizyki i budowy spłotu ramiennego z anatomii poczułem, że mój mózg domaga się świeżego powietrza – tego naturalnego, przedwiosennego. To jest na Podlasiu piękne – wystarczy 5 minut jazdy samochodem, żeby znaleźć się w lesie z dala od... książek. Idąc esowatą dróżką, mijając kolejne drzewa pomyślałem, że to chyba tak, jak

z nauką na tej uczelni. Student stawia krok po kroczku, często grzęźnie w przedwiosennych roztopach i stopniowo mija kolejne drzewa na swojej drodze, żeby dojść do uprag-

nionego celu. Z tą „drobną” różnicą, że na uczelni w tym wszystkim odgrywa swoją główną rolę czas, a na leśnym szlaku jest on jedynie miarą długości naszego spaceru. Czy tak rzeczywiście jest? Czy da się przebrnąć przez te „uczelniane roztopy”? Obserwując starszych kolegów pozostaje tylko mieć nadzieję, że to możliwe.

Wiosna już tuż, tuż, ale czy wśród tego natłoku materiału do opanowania zdołamy się nacieszyć pierwszymi przebiśnięgami, krokusami i czasem spędzonym na łonie budzącej się do życia natury? Pozostaje trzymać się tej optymistycznej myśli, iż nadchodzący miesiąc będzie przypominał bardziej malowniczą dróżkę niż błotnistą drogę i nie zabraknie okazji, żeby nacieszyć oko pięknymi widokami korzystając jednocześnie ze świeżego powietrza oraz (oby!) prawdziwie wiosennej pogody.

Fotografie i tekst:

Marcin Czaban

Student I roku Wydziału Lekarskiego



Pochwała głodówki

„Kiedy pościcie, nie bądźcie posępni jak obłudnicy”¹,

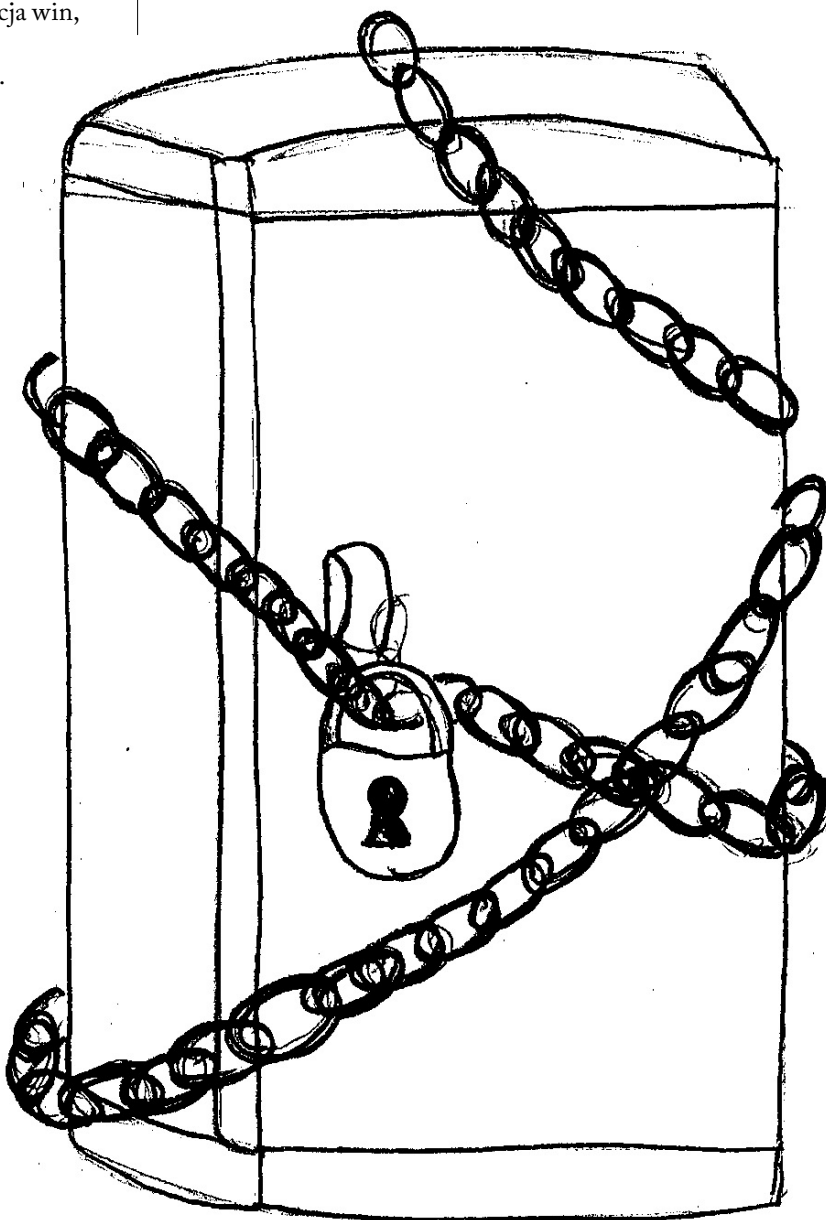
Zapewne większość z Was słyszała już o „Poniedziałkowych spotkaniach w Bibliotece”. Jest to cykl wykładów, poświęconych przeróżnym tematom, prowadzonych przez nietuzinkowe postaci naszego Uniwersytetu. Ze względu na szerokie grono odbiorców, prelekcje – mimo, że dotyczące zagadnień medycznych – są „lekkostrawne”, co pozwala nie tylko poszerzyć wiedzę, ale również odprężyć się po niełatwym pierwszym dniu tygodnia. Dodatkową atrakcją stanowi degustacja win, sponsorowana przez sklep „Alkohole Świata”.

Ostatnio, dn. 23.03.2009 r., z odczytem pt. „Co z tym postem?” wystąpił prof. Włodzimierz Buczek. Wykład podzielony był na 2 części. Pierwsza dotyczyła spojrzenia na jeźdźcę przez pryzmat kryteriów **uzależnienia** (sic!). Okazuje się, że organizm ludzki reaguje podobnie na smakołyki (albo ich brak – czyli stan głodu), jak na narkotyki lub alkohol, w sytuacji uzależnienia od tych substancji. Co ciekawe, w tkance mózgowej narkomanów czy też alkoholików, jest mniej receptorów dopaminergicznych (w dużym uproszczeniu – odpowiadających za odczuwanie szczęścia) w porównaniu z grupami kontrolnymi. Jednak mało kto wie, że ten sam problem dotyczy osób otyłych! Co gorsza, ludzie silnie uzależnieni od węglowodanów, łatwiej wpadają w inne nałogi! Ale czy to oznacza, że należy objąć czekoladę prohibicją?

Na szczęście, istota nazywana *Homo sapiens* wykazuje się od czasu do czasu sapiencją i potrafi ujarzmić kompulsywne zachowania. Temu właśnie poświęcona była druga część wykładu. Omówione zostały różne typy głodówek. Z badań naukowych wynika, że dla utrzymania dobrej kondycji wskazane są regularne, **jednodniowe posty ścisłe** (dozwolone jest tylko picie wody). Takie głodówki pozytywnie wpływają na prewencję, jak też wspomagają leczenie chorób układu sercowo-naczyniowego, a nawet procesów rozrostowych. Natomiast **długotrwałe** powstrzymywanie się od spożywania niektórych pokarmów nie tylko nie poprawia stanu zdrowia, ale wręcz może zaszkodzić.

Konkluzją niech będzie zasada „złotego środka”: można pozwolić sobie na wszystko, byle z umiarem! Nad czym, dzięki inicjatywie Biblioteki Głównej UMB, dumać mogli w pięknych wnętrzach Czytelni, z lampką wina w ręku, uczestnicy „Poniedziałkowych spotkań w Bibliotece”.

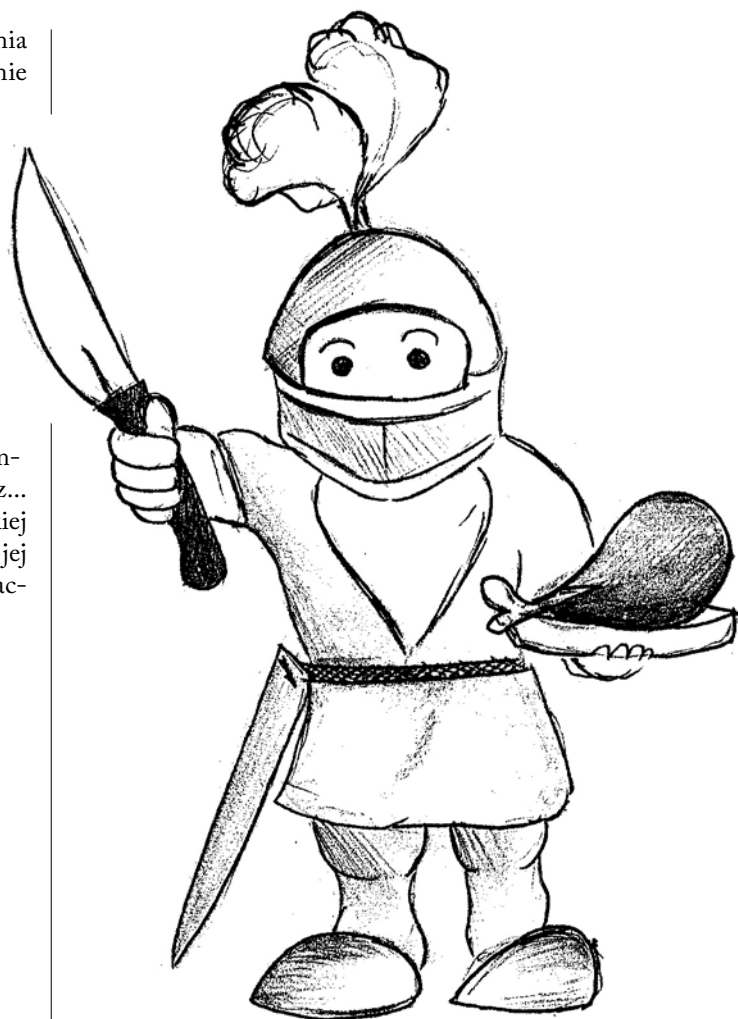
dc



¹ Mt (6,16)

W „Piwnicy u Jana”

Od połowy lutego w Pałacu otwarta jest kawiarnia „Piwnica u Jana”. Kto zajrzał, ten wie, kto nie był, niech czym prędzej odwiedzi. Lokal (nazywany przeze mnie umownie „kawiarnią”) zaprasza w swe progi od poniedziałku do soboty, w godzinach 9–17, ale właściciele zapewniają, że w razie potrzeby można zarezerwować sale również o późniejszej porze. A o jakich salach mowa? Ano, jak łatwo się domyślić, „Piwnica...” mieści się w podziemiach Pałacu Branickich. Wejście jest tuż przy szatni. Następnie kilkoma rzędami schodów wkracza się do „Piwnicy...” i... klimat wcale nie jest lochowo-zaduszny! Wręcz przeciwnie, miłą atmosferę podkreślają stylowe wykończenie wnętrz oraz niesztampowa muzyka. Do dyspozycji jest kilka stolików oraz... dość bogate menu, uwzględniające potrzeby studenckiej braci. Zamówić można np. kawę (w menu znajdziemy jej różne odmiany, jak: Espresso, Latte, Cappucino, Mac-



chiato, Mocca czy Vanilla Latte), ale też zupę czy sałatkę. Należy zwracać uwagę na „specjały dnia”, o których gość jest informowany na tablicach, rozmieszczonych w Pałacu. Dobrym pomysłem są zestawy, które można by określić, jako „małe co nieco”, tzn. kawa z croissantem lub chrupiącym tostem (5 zł).

Lokal podzielony jest na 2 pomieszczenia, zatem miejsca jest sporo. Daje to możliwość organizowania spotkań w szerszym gronie. Np. 20.03.2009 r. odbyła się tu promocja książki dr Waldemara Krynickiego pt. „Miłość jest możliwa”. Jest to jedna z wielu propozycji, skierowanych do środowiska naszej uczelni. Właściciele „Piwnicy u Jana” są otwarci na studenckie (i nie tylko) propozycje oraz... niewielką negocjację cen.

Zabiegani studenci zazwyczaj szybko przemykają z zajęć na zajęcia. Jeśli piją kawę, to z automatu – tanio i szybko. Może jednak warto czasem podnieść oczy znad podręcznika i nieco się rozejrzeć? Nie ma to jak dobra kawa w miłym towarzystwie! To pierwsze już jest, o to drugie sami musimy zadbać!

dc



Z dziennika młodego medyka

odc. IV

Aaaa... Tęę!

Opuszczam okręt. Kapitan robi to, jako ostatni. Po dogłębnym przemyśleniu sytuacji nadchodzi moment podjęcia ostatecznej decyzji. Nie ma na co czekać. Lewy but został zatopiony; prawy również. Okręt idzie na dno!

A można było wybrać względnie bezpieczną, choć nieco dłuższą trasę wzdłuż DS 1, po wybetonowanym chodniku. Ale licho jakieś podkusiło, żeby spróbować na skróty, przez park. Na początku było jeszcze znośnie, młode nogi sprawnie pokonywały kolejne metry błotnistej ścieżki. Ale po kilkunastu susach okazało się, że na dróżce nie ma już cypelków względnie twardego podłoża, na którym można by oprzeć obcas... Przechodzień, który odważy się podczas roztopów (lub po prostu po obfitych opadach) zapuścić w dżunglę parku przy Pałacu Branicznych, musi zmierzyć się z nie lada wyzwaniem. Przed nim groźne mokradła, zdradzieckie wykroty, upiorne strzygi... W połowie drogi za późno już, żeby zawrócić. Samotny wędrowiec nie ma zatem innego wyjścia, jak tylko straceńczo brnąć przed siebie. Musi iść, bo musi zdążyć na zajęcia /do dziekanatu /do biblioteki... Musi wyzbyć się wszelkich wątpliwości i jasno określić cel. Musi stawić czoła potędze Natury, która rządzi niepodzielnie na terenie pałacowego ogrodu. A że skarpety przemoczone? Że jeep z wyciągarką by się przydał? Że nogawki mokre? Że buty ubłocone? No cóż, dla rasowego, zaprawionego w bojach studenta medycyny, nie powinno to stanowić najmniejszego problemu. Prawdziwe damy przecież suną lekko kilka centymetrów nad chodnikiem (w tym nad błotnistymi kałużyskami), prawdziwi kawalerowie mają za nic topielice i mokradła!

bajka o królewiczu w żabę zaklętym

Do stu kaduków, widać nie jest mi pisane być prawdziwą damą, skoro jednak mam problem z przebrnięciem tych kilkudziesięciu metrów po parkowych dróżkach! Ba, szlachetnych i nieustraszonych rycerzy, co by gładko przeskoczyli chociażby od Collegium Universum do Pałacu, od strony parku, też „ni widu, ni słyhu”! Bo ci, którzy zabrnęli w te niegościnne okolice, jakoś nie sadzą kilkumilowych susów, nie dosiadają rącznych rumaków ani złotoskrzydłych gryfów... Nie, wszyscy oni skaczą jak żaby, (nie książęta, a szkoda... A może by spróbować którąś żabkę cmoknąć? A nuż zmieni się w cudnego królewicza...), po skrawkach względnie utwardzonego podłoża, wśród jeziorek i trzęsawisk parkowych ścieżek...

Chłupot wody w butach (*prawie* jak szum morza) nastroja do przemyśleń. Czy przez 1/3 roku doprawdy muszą tu panować warunki rodem z Rajdu 1000 Jezior? Nawet króciutki odcinek, pomiędzy Collegium Universum a wejściem do Pałacu, tuż pod oknami tegoż, potrafi dać się we znaki już po niewielkich opadach deszczu czy śniegu.

Nie tak dawno został zakończony projekt „Restauracja Pałacu Branicznych”. W jego ramach „od strony ogrodu została wykonana nowa nawierzchnia zwirowa placu” (cyt. ze strony internetowej UMB). A jakie są efekty prac? Owszem, dawna magnacka siedziba wygląda pięknie. Szkoda tylko, że zamiast podziwiać rezydencję, trzeba uważnie patrzeć pod nogi, w trosce o zdrowie i schludny wygląd... Być może za czasów Hetmana nie było takich problemów. Zapewne służba z przyjemnością wielką, uśmiechem rozkoszy i w głębokich ukłonach, rozpóściarała prędko płaszcze tudzież inszy przyodziewek, coby JWP Hetman z Małżonką nóżek nie zabrudził... Tylko, że mamy XXI wiek, i tak hetmanów, jak i uniżonych sług ze świecą szukać...

medicus iuvenilis

Work as a House Officer

- czyli staż poddyplomowy w Wielkiej Brytanii

Blackburn liczące ok. 105 tys. mieszkańców, położone jest w hrabstwie Lancashire nad rzeką Blackwater, około godzinę drogi od Manchester, Liverpool i Leeds. W nim zaś, największy szpital w tym rejonie, który został oddany do użytku w 2006 roku – Royal Blackburn Hospital – dysponujący 668 bazą łóżkową. Tak też od pół roku przedstawia się moje miejsce pracy.

Decyzję o wyjeździe na staż do Anglii podjęłam dość wcześnie, w zasadzie na piątym roku studiów. Warto mieć na względzie, iż proces aplikacyjny jest złożony i czasochłonny. Dlatego też, aby nasz wysiłek nie był daremny należy starannie postępować według protokołów ustalonych przez angielskie instytucje.

Proces aplikacyjny

Proces aplikacyjny rozpoczyna się pod koniec sierpnia, a sam staż w sierpniu kolejnego roku. Aby przystąpić do aplikacji niezbędne jest posiadanie certyfikatu znajomości języka angielskiego, danych kontaktowych dwóch osób mogących udzielić referencji, zaświadczenia z uczelni popierającego aplikację oraz analogicznego pisma z Naczelnej Izby Lekarskiej.

Znajomość języka musi być potwierdzona certyfikatem. Najbardziej przydatnym egzaminem jest IELTS, zdany minimum na 7.5 (max. – 9) z każdej, z czterech części. Akceptowane są również inne certyfikaty zdane na wymaganym poziomie.

Należy przejść przez trzy etapy. Pierwszy, polega na dokonaniu wyboru szpitala, w którym chcielibyśmy odbyć szkolenie. Odbywa się to poprzez ułożenie listy możliwych miejsc według preferowanej kolejności. Następnie dostarcza się drogą elektroniczną/pocztą wypełnione druki aplikacyjne. Ostatnim etapem jest oczekiwanie na ocenę zgłoszenia oraz ostateczną decyzję o przyznaniu miejsca szkoleniowym. Wszystkie formalności załatwiane są drogą internetową.

Dużą rolę odgrywa ewentualny dorobek naukowy oraz wszelkie ponadplanowe działania na polu medycyny (kursy, szkolenia, koła zainteresowań itd.). Rezultaty procesu aplikacyjnego ogłaszane są w połowie stycznia.

Ostatnim zadaniem jest interview, podczas którego ostatecznie podpisuje się umowę o pracę. W moim przypadku miało ono miejsce w połowie czerwca 2008 i polegało na przejściu przez pięć „stanowisk”:

1. Ogólne pytania dotyczące kariery;
2. Kliniczny scenariusz – jak należy postąpić w danej sytuacji;
3. Część praktyczna – podstawowe umiejętności z zakresu pierwszej pomocy;

4. Zdawanie raportu z poprzednich dwóch stanowisk;
5. Umiejętność przepisywania leków.

Każde oceniane było przez panel dwóch osób: lekarzy o randze konsultanta, pielęgniarki, farmaceuty.

Induction course, czyli wprowadzenie do szkolenia

Przed rozpoczęciem pierwszego stażu, wszystkie osoby przechodzą tzw. „induction course” – czyli wprowadzenie do szkolenia. Dodatkowo podczas kursu zapoznają się one z programem oraz miejscem odbywania szkolenia, a także poznają osobę, która będzie je nadzorowała.

Foundation programme, czyli staż poddyplomowy

Foundation programme trwa dwa lata. Lekarz stażysta określany jest mianem House Officer (HO). Natomiast w ciągu dalszego procesu kształcenia odpowiednio, jako Foundation Year 1 (FY1) podczas swego pierwszego roku, Senior House Officer (SHO), Foundation Year 2 (FY2) podczas drugiego roku, Senior House Officer podczas kolejnych 2–3 lat bądź też jako Registrar, czyli lekarz odbywający specjalizację.

Szkolenie obejmuje cztero miesięczną pracę w sześciu dyscyplinach klinicznych, których wyboru dokonuje się już w czasie procesu aplikacyjnego. Obowiązkowo jedno miejsce musi stanowić praca na oddziale internistycznym i jedno na oddziale chirurgicznym. Pozostałe staże mogą dotyczyć kilku z 65 specjalności np. ginekologii, pediatrii, dermatologii, neurologii, urologii itd.

W moim przypadku jest to Anestezjologia i Intensywna Terapia, Gastroenterologia, Chirurgia Naczyń – na pierwszym roku oraz Psychiatria, Medycyna Rodzinna (GP), Chirurgia – na drugim.

Przebieg szkolenia

Wards, czyli praca na oddziale.

Lekarz Stażysta w Anglii jest najmłodszym członkiem zespołu lekarskiego, na czele którego stoi doświadczony specjalista, *Consultant*. Obecnie pracuje na 23. łóżkowym oddziale gastroenterologicznym, na którym opiekę sprawuje dwóch konsultantów. Codziennie jeden konsultant odbywa obchód (*ward round*), podczas którego ustanawia plan dla każdego pacjenta. Po obchodzie opuszcza oddział, a przez resztę dnia zostaje sama lub towarzyszy mi SHO, wspólnie z którym wypełniamy zlecenia dla pacjentów, których uprzednio odwiedził konsultant lub robimy plany dla nowych chorych przyjętych w ciągu dnia. Praca trwa

od 9–17, ale wielokrotnie należy zostać nieco dłużej, aby doprowadzić wszystkie czynności do końca.

Do moich typowych zajęć należy: pobieranie krwi, zakładanie wenflonów, cewnikowanie, przepisywanie leków i płynów, zlecanie badań, zdjęć rentgenowskich, robienie wypisów. Ze względu na specyfikę mojego oddziału kilkakrotnie miałam także okazję wykonać paracentezę, początkowo wspólnie z SHO, następnie samodzielnie.

Jedną z różnic pomiędzy pracą w polskim i angielskim szpitalu jest to, że lekarze w tych drugich nie noszą fartuchów. Obowiązuje strój formalny.

On calls, czyli dyżury

Typowy dzień pracy trwa od 9 do 17, od poniedziałku do piątku. Poza tymi godzinami, opiekę nad oddziałami sprawują lekarze dyżurni. Istnieją różne typy dyżurów. Otrzymuje się tzw. „bleep” – urządzenie, przez które pielęgniarki w razie potrzeby wzywają lekarza.

Ward day, czyli praca od 9–21.30.

Po godzinie 17. (do 21.), kiedy pozostali lekarze kończą pracę, dwóch lekarzy: House Officer (HO) i Senior House Officer (SHO) sprawują opiekę nad wszystkimi (czternastoma w moim szpitalu) oddziałami medycznymi.

Ward night, czyli praca od 21–9.30.

Na dyżurze pozostaje dwóch lekarzy: HO i SHO. Pracuje się cztery noce z rzędu podczas tygodnia lub trzy noce podczas weekendu.

MAU – Medical Admission Unit, czyli medyczna izba przyjęć.

Praca trwa od 11–19 lub 14–23.30. W ciągu cztero miesięcznej medycznej rotacji, ten typ dyżuru obejmuje cztery tygodnie. Jeden HO, dwóch SHO, dwóch Registrars obecnych jest zawsze na nocnej lub dziennej zmianie. Natomiast dodatkowych dwóch Konsultantów, wyłącznie na dziennej zmianie. Na nocnej zaś, pozostają jedynie w kontakcie telefonicznym.

Ze względu na małą liczbę lekarzy, dyżury należą do najbardziej wymagającej części pracy. Pozwalają jednak na zdobycie doświadczenia, a tym samym umiejętności radzenia sobie w nagłych i jednocześnie trudnych sytuacjach oraz podejmowania własnych decyzji. Prawdziwa szkoła życia, dająca wiele satysfakcji.

FY1 Teaching, czyli dodatkowe szkolenia.

Poza pracą w szpitalu, każda osoba odbywająca szkolenie uczestniczy w zorganizowanych formach szkolenia w postaci wykładów i seminariów w ilości 5h tygodniowo. Obowiązkowo każdy, co jakiś czas, przygotowuje prezentację dotyczącą ciekawych przypadków klinicznych.

W przeciwieństwie do moich kolegów ze studiów, nie muszę obecnie przygotowywać się do LEP-u. W Anglii nie ma tego rodzaju egzaminu. Miejsce na specjalizację otrzymuje się natomiast na zasadzie aplikacji internetowej. Następnie odbywa się interview, które oceniane jest przez panel konsultantów. Wszystko to ma miejsce w połowie drugiego roku stażu.

After work...

Podczas pierwszego roku stażu zagwarantowane jest darmowe przyszpitalne zakwaterowanie. Dzięki temu, miałam możliwość poznania innych stażystów. Nigdy nie czułam się pozostawiana bez wsparcia i pomocy.

Kohila Vani Sigamoney, Hary Raj, Su Chen See i Edward Chong (Maleszja) Anil Goburdhone (Mauritius), Mazin Osman, Duaa Saeed (Sudan), Sunil Ankolekar (Indie). To tylko nieliczni z moich najbliższych przyjaciół i kolegów z pracy. Co prawda dyżury mamy w różnych godzinach i dniach, w związku z czym nie zawsze możemy spotkać się w pełnym gronie. Jednak, kiedy to tylko możliwe staram się odpowiednio zagospodarować swój wolny czas.

Kohila, moja najlepsza przyjaciółka, towarzyszyła mi podczas ostatnich wakacji w Polsce. W lipcu natomiast, wybieramy się aby wspólnie odwiedzić jej dom i kraj – Maleszję. Już teraz nie mogę się doczekać naszej kolejnej podróży...

Staż w Anglii był i wciąż jest wielkim wyzwaniem. Praca tutaj jest bardzo wymagająca, ale daje wiele satysfakcji, również finansowej. Nie żałuję swojej decyzji i nie mam w planach powrotu do Polski...

Ewa Werpachowska

Foundation Year 1 House Officer
Royal Blackburn Hospital, England



Erasmus zmienił wszystko

Hasło „Socrates-Erasmus” jest już znane niemal każdemu studentowi. Jednak dla tych niewtajemniczonych wspomnę, że Socrates-Erasmus to wymiana międzynarodowa między uczelniami, w której biorą udział studenci wszystkich lat studiów, kontynuując edukację na zagranicznej uczelni. Rozmawiam z Michałem Borowikiem i Kamilem Mazurkiem, studentami VI roku kierunku lekarskiego UMB, z którymi miałam przyjemność odbyć roczną praktykę na Medycznym Uniwersytecie w Kownie na Litwie w roku akademickim 2007/2008.

z pracy z całego bloku (obecność na wykładach, ćwiczenia, historia choroby, dyżury, wywiady, kolokwia). To sprawia, że trzeba się uczyć systematycznie. Zaletą jest zaliczanie egzaminu zaraz po bloku. Rok akademicki trwa od września do czerwca. Dłużej się studiuję, za to blok łącznie z ćwiczeniami kończyliśmy o 13. W maju i czerwcu obowiązują fakultety, które każdy sobie dobiera indywidualnie. Wszystkie prelekcje i wykłady dostawaliśmy na FlashDisc. Wykłady prowadzono w tym samym czasie, co ćwiczenia, co sprawiało, że z większym zainteresowaniem się ich



MM: TĘSKNISZ ZA ERASMUSEM?

Michał: Tęsknię za beztroskim życiem, postawą asystentów i lekarzy wobec nas. Bardzo dobrze nas traktowali i zachęcali do pracy.

Kamil: Jasne, że tęsknię. Erasmus zmienił moje życie, które rozpatruję, jako przed i po Erasmusie. Uważam, że ten wyjazd to najlepsza decyzja w życiu. Porównam go do skoku ze spadochronu – „trzeba mieć jaja”. Podobno „podróże kształca” – nigdzie, jak na Erasmusie nie jest to bardziej prawdziwe stwierdzenie. Wymiana dała możliwość skonfrontowania się z ludźmi o innych kulturach i poglądach. Nauczyłem się na niej więcej niż przez poprzednie 23 lata. To był magiczny czas – wypad, wyjazdy, wycieczki. Jeśli będę wspominał studia, to ten rok będzie najlepszy. Erasmus to niesamowici ludzie, to inny sposób myślenia.

MM: JAK WYGLĄDA SYSTEM NAUKI W KOWNIE W PORÓWNIANIU DO BIAŁOSTOCKIEGO?

Michał: Uczelnia pod względem opieki medycznej jest zbliżona do Białegostoku. System studiowania jest inny – bardziej amerykański. Stosują metody „marchewki” a nie kary. Nie ma sesji, są egzaminy na koniec każdego bloku. Ocenę końcową z egzaminu uzyskuje się na podstawie ocen

słuchało. Przed blokami mieliśmy lekcje organizacyjne, gdzie informowano nas o formie egzaminu, wymaganiach i zagadnieniach na egzamin. Zajęcia mieliśmy z samymi profesorami i docentami, spośród których wielu miało wieloletni staż w USA. Zapraszano nas na wszystkie operacje na każdym oddziale.

Kamil: Chcieć, to móc. Nigdy nie spotkałem się w Kownie z zabronieniem uczęszczania na zajęcia z powodu przepełnionej grupy, co spotkało mnie na naszej uczelni. W Białymstoku nie postrzega się studentów Erasmus, jako zdolnych, ambitnych ludzi o wysokich średnich ze znajomością języka angielskiego na poziomie zaawansowanym, tylko jak obiboków. A to nieprawda. Blok z ginekologii trwał 3 miesiące, a nie 2 tygodnie. W porównaniu z rówieśnikami z Polski umiemy więcej. Na Litwie była ogromna możli-

wość zdobycia praktycznych umiejętności. Na ortopedii Profesor grupie Erasmusów przydzielił nawet oddzielnego asystenta do opieki.

MM: NIE MIAŁEŚ PROBLEMU W KONTAKTACH Z PACJENTAMI?

Kamil: Nie, gdyż ze starszymi porozumiewałem się w języku rosyjskim, a z młodszymi po angielsku. Dzięki wymianie mówię biegle po rosyjsku, a język litewski znam w stopniu komunikatywnym.

MM: JAK SPĘDZAŁEŚ WOLNY CZAS?

Michał: Bardzo aktywnie – codziennie taniec towarzyski i siłownia z basenem oraz bardzo dużo pieszych wycieczek. Polubiłem język litewski i kulturę tego kraju, którą znam od podszewki.

Michał: Jak najbardziej, tak. Spełniłem wszystkie swoje marzenia – nauczyłem się tańca towarzyskiego, skoczyłem ze spadochronu, miałem dziewczynę cudzoziemkę.

Kamil: Tak. Żyło się mocno i efektywnie. Był to fantastyczny, mocny rok. Jak się wróci na studia jest smutno, szaro i ponuro.

MM: KTO CI ZAPADŁ GŁĘBOKO W PAMIĘCI?

Michał: Bardzo pozytywna była zabawna i ciepła Hiszpanka Tere, z którą „można konie kraść”. Świetni byli także Turek Arif, Niemiec Torben oraz Greczynka Dora. Najbardziej w pamięci utkwiła mi jednak ekipa Erasmusów z pierwszego semestru.



Kamil: Przez rok zajmowałem się wszystkim, m.in. podróżami. Znam świetnie całą Litwę. A na super zakończenie: skok ze spadochronu.

MM: CO MYŚLISZ O KOWNIE?

Michał: Zarazem najbrzydsze i najpiękniejsze miasto. Ma świetną lokalizację (parki, mosty, ogromne jezioro Kauno Marios) i stoją przed nim niesamowite możliwości inwestycyjne. Natomiast w architekturze dominują postkomunistyczne budynki. Jak przyjechałem, myślałem, że się rozplączę. Jak wyjeżdżałem, tęskniłem za krajem i ludźmi.

Kamil: Panowie – śliczne kobiety z całego świata, a Litwinki naprawdę grzeszą urodą. Wbrew stereotypom, młodzi Litwini, a szczególnie lekarze, lubią Polaków. Więc to, że studiuję w Białymstoku „otwierało wiele drzwi”.

MM: CZY ERASMUS SPEŁNIŁ OCZEKIWANIA?

Kamil: Miałem dwa związki z dziewczynami z innych krajów, które nie wytrzymały próby odległości. Jednym z moich najlepszych przyjaciół jest Litwin, Ludwikas, który nadal mnie odwiedza.

MM: CZY BYŁY JAKIEŚ PROBLEMY ZE STRONY UMB Z ZALICZENIEM PRZEDMIOTÓW?

Kamil i Michał: Gdyby nie pomoc Dziekana, nie wiemy, czy nie studiowalibyśmy siedem lat. Gorąco dziękujemy Dziekanowi Wydziału Lekarskiego z Oddziałem Stomatologii i Oddziałem Nauczania w Języku Angielskim, prof. dr hab. Andrzejowi Dąbrowskiemu za okazaną pomoc.

MM: DZIĘKUJĘ ZA ROZMOWĘ.

Alicja Smałek,
IV rok, Wydział Lekarsko-Dentystyczny.

Anatomia z biletami wstępu

Nie ma polskiego dziennika ani tygodnika, który w ostatnich tygodniach nie umieściłby wzmianki, dyskusji, czy nawet całej rozprawy na temat warszawskiej wystawy „Bodies. The exhibition”. Zainteresowanie, jakie wywołuje udostępnienie publiczności zakonserwowanych z wirtuozerią kilkunastu ciał w rozmaitych pozach oraz kilkudziesięciu organów jest niemal tak samo duże, jak towarzyszące jej kontrowersje. Komentując wystawę, sięga się do takich antropologicznych kategorii jak *fascinans* śmierci oraz dokonuje się dość kategoriycznych ocen („zabawa śmiercią” czy „pornografia śmierci” w nagłówkach). Zwracając uwagę na fakt umieszczenia eksponatów w galerii handlowej pośrednio diagnozuje się stan współczesnej świadomości i kultury. Nie dało się przejść obok tego wydarzenia obojętnie. Pojechałam do Warszawy na weekend.

Przekraczanie tabu śmierci

Jakie kontrowersje? – można zapytać po zaliczonym kursie anatomii, łzach wyciśniętych przez opary formaliny, niezliczonej ilości wbijanych w preparaty szpilek. Oglądałam eksponaty, szczerze podziwiając efekty zastosowanej techniki utrwalania zwanej plastynacją. Pozwala ona zachować kształt, strukturę a nawet barwy tkanek. Zafundowałam sobie fantastyczną lekcję anatomii i nawet poczułam trochę profesjonalnej dumy, znajdując błędnie podpisane naczynia krwionośne serca. Cóż, na studiach przechodzimy przez to wszyscy i, chcąc nie chcąc, stajemy po drugiej stronie tabu śmierci. Nikt nie kwestionuje tego „przywileju”. Częściowo przyczynia się on nawet do szacunku, jakim cieszy się zawód lekarza. Dość naturalne staje się dla nas manipulowanie przy zwłokach, choć mówimy o nich najczęściej „preparaty”. Ma nas to uodpornić na obcowanie ze śmiercią i zachowywanie wobec niej zawodowego dystansu. Wszystko to prawda, ale studenci medycyny mają swoje prosektoria, zaś wystawa jest otwarta dla wszystkich i każdy posiadacz (wcale nietaniego) biletu ma okazję na chwilę przekroczyć tabu śmierci na własną rękę. Może na tym polega problem?

Dyrygujące zwłoki

Oczywiście, rzecz nie w tym, że przeciętny człowiek z ulicy styka się ze śmiercią, a w tym, jaką to zetknięcie ma formę. Wystawie od początku towarzyszyła groźba zamknięcia przez prokuraturę. Polskie prawo nakłada specjalne warunki na organizowanie publicznych pokazów szczątków ludzkich i na wszelkie sposoby usiłowano zakwestionować legalność całej ekspozycji. Inna sprawa to powtarzane po cichu domysły: zwłoki pochodzą z chińskich uniwersytetów i możliwe, że nie zostały pozyskane legalnie. Komunistyczna partia Chin rządząca Krajem Środka, jest stale adresatem petycji organizacji działających na rzecz ochrony praw człowieka, takich jak Amnesty International. Ponieważ trudno do-



wieść czegokolwiek, można uznać, że atmosfera skandalu jest chwytem marketingowym organizatorów.

Wystawa mieści się w dużym centrum handlowym: dwie kondygnacje niżej można zrobić zakupy spożywcze, a wokół centralnej fontanny odbywał się akurat okolicznościowy jarmark rękodzieła. Tylko czy aż tak bardzo to dziwi po ceremonii ślubnej, która odbyła się całkiem niedawno w podobnym miejscu na Śląsku? Znak czasów, można powiedzieć.

Trzecia z uwag jest jednak nie do zignorowania. Kompletnie zwłoki z uwidocznionymi określonymi strukturami anatomicznymi są jakby figurami: układ nerwowy prezentowany jest na plastynacie „dyrygującym” orkiestrą, mięśnie napina rzucając się na ziemię za piłką „zawodnik drużyny siatkówki”, jest też postać upozowana dokładnie jak słynny starożytny *Dyskobol* Myrona. Kazało mi to zastanowić się, czy wystawa nie przemienia się przypadkiem w jakiś spektakl z gatunku czarnej farsy. Świetnie oglądało mi się *Gnijącą pannę młodą*, Tima Burtona, ale jest zasadnicza różnica między kreskówką a zwłokami.

Czy rozważałeś oddanie swojego ciała nauce?

Z takim pytaniem zapisanym na planszy stanąć można oko w oko pod koniec wystawy. Statystyki z Monachium

(wystawa wędruje po całym świecie) mówią, że nawet co piąty zwiedzający był skłonny zrobić odpowiedni zapis w testamencie. I trzeba tu oddać sprawiedliwość twórcom: wystawa istotnie próbuje uświadomić oglądającym rolę zdrowego stylu życia (pokazane są poszarzałe płuca palacza czy tkanka tłuszczowa otyłej kobiety), zwrócić uwagę na niebezpieczeństwo wystąpienia nowotworów (patologicznie zmienione narządy) czy wreszcie oddać piękno i złożoność ludzkiego ciała (liczne ciekawostki, artystyczne interpretacje obrazów tkanek spod mikroskopu). Sama byłam świadkiem rodzinnych i szkolnych wycieczek i, jak każdy zwiedzający, miałam możliwość zadawania pytań osobom ze specjalnymi plakietkami, przechadzającym się po salach. Prawie trzygodzinne oglądanie wystawy było dla mnie fascynującą lekcją anatomii. Nie potrafię jednak odpowiedzieć na pytanie, czy konieczne było do niej wykorzystanie zwłok. Skoro bowiem wynaleziono plastynację, czy nie można udoskonalić tworzenia modeli? Czy na wystawę modeli przychodziłyby jednak tłumy?

Wędrowka anatomicznym szlakiem

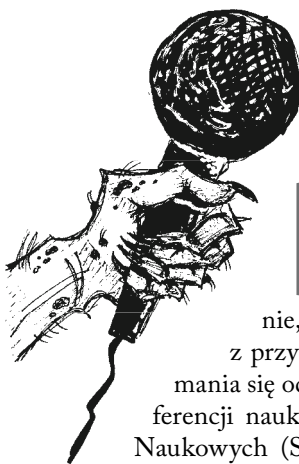
Pragnienie stawiania oko w oko z tym, co dla ludzi nieodgadnione i tajemnicze – widokiem zwłok – Platon opisuje w *Prawach* jako silniejsze od nich samych. Ciała zmarłych, znajdujące się pod murami miasta, zarazem fascynują i przerażają. Przyjmuje się, iż to właśnie widok martwego ciała był jednym z przełomowych doświadczeń młodego księcia Siddharty Gauthamy na drodze do oświecenia, którym zapoczątkował buddyzm. Tyle tradycji, a teraz fakty: w Bolonii w 1315 roku wykonano pierwszą publiczną sekcję zwłok (wykorzystano ciało skazańca), w XVIII i XIX-wiecznej Anglii powszechne były spektakle anatomiczne i pokazy niesamowitości, na które kupowało się bilety jak do teatru. Dziś słowa *dead body* i *corpse* dają w wyszukiwarce internetowej odpowiednio niemal 46 i 15 milionów wyników, mumie ze starożytnych grobowców umieszcza się w muzeach a krypty kościołów, w których chowano znamienite postaci historyczne udostępnia się zwiedzającym. Niewiele różnimy się od obywateli platońskiego państwa.

Na plan podróży w nagrodzonej nagrodą Nike powieści Olgi Tokarczuk *Bieguni* składają się muzea Wiednia, Drezna, Berlina, Lejdy, Amsterdamu, Rygi, Sankt Petersburga, Filadelfii. Sprawdziłam: nie są fikcją literacką, w każdym z nich znajdują się kolekcje preparatów anatomicznych. Ich zbiory opisywane są w książce niemal z czułością. Są znakiem przemijania zatrzymanym w czasie, trwają, gdy powstają i upadają monarchie, przeżywają konserwujących je naukowców. Do listy autorki można by dodać jeszcze kilka innych miejsc. Wyruszyć w ich kierunku czy też czekać aż objazdowa wystawa dotrze do nas – musimy zdecydować sami.

(Egzamin z anatomii mam jeszcze przed sobą...)

Aleksandra Wójtowicz
I rok – Wydział Lekarski UMB

Konferencja studencka na UMB – fakty i mity



Bardzo dziękuję za poruszenie tej żywotnej kwestii dla studentów naszej *Alma Mater*. Tak, faktycznie, w tym roku byliśmy zmuszeni, z przyczyn obiektywnych, do wstrzymania się od organizacji kolejnej edycji konferencji naukowej Studenckich Towarzystw Naukowych (STN) przy Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku. Osobiście, jako prezes STN, żywiłem względem tego wydarzenia określone nadzieje. Gdyby ta konferencja się odbyła, mielibyśmy podstawy do skromnego, ale jednak, jubileuszu – V Międzynarodowej Konferencji Studentów Medycyny i Młodych Lekarzy.

Niestety, rzeczywistość płata nieoczekiwane figle, zwłaszcza w świetle aktualnej, zaskakującej sytuacji ekonomicznej. Na wysokości lutego 2009 r. komisyjnie dokonaliśmy oglądu stanu rzeczy, tj. ilu mamy sponsorów, jakie są szanse naszych kooperantów zagranicznych z Ukrainy i Białorusi na otrzymanie na czas wizy wjazdowej do Polski (owey czas uległ ostatnio istotnemu wydłużeniu), jak też, jakie jest zainteresowanie naszą stroną internetową zachęcającą do przedłożenia streszczenia zjazdowego (pomocna funkcja licznika osób odwiedzających stronę).

W świetle zaistniałych ocen podjęliśmy decyzję, że V Międzynarodowa Konferencja Studentów Medycyny i Młodych Lekarzy przy Uniwersytecie Medycznym w Białymstoku odbędzie się w 2010 roku. Mamy już wstępne informacje, że kryzys końca 2008 r. ominął niektórych naszych sponsorów i są oni skłonni dalej uczestniczyć we wsparciu naszych działań, choć nie w 2009 roku. Koledzy z Ukrainy i Białorusi zostali poinformowani przez Internet o wymogu wczesnego ubiegania się o stosowne wizy, a kontakty z innymi krajowymi uczelniami medycznymi dowodzą, że wielu naszych kolegów – studentów medycyny – chętnie przyjedzie do naszego Uniwersytetu już za 10 miesięcy. Doświadczenia roku bieżącego będą dla nas lekcją, która już nas nauczyła, jak mamy wykonywać swoje obowiązki, by nie zawieść naszych kolegów i kadry naukowej.

Sławomir Łukjaniuk,
Prezes STN przy UMB

Dni Otwarte Wydziału Nauk o Zdrowiu

Elektroradiologia

Uniwersytet Medyczny w Białymstoku, jako pierwszy w Polsce, będzie kształcił magistrów na kierunku elektroradiologia. Uzupełniające studia magisterskie umożliwią zdobycie kwalifikacji zarówno w zakresie fachowego podejścia do pacjenta, jak również poznania tajników wykonywania mammografii, rezonansu magnetycznego, ultrasonografii, radioterapii oraz medycyny nuklearnej.

By zrozumieć wszystkie aspekty elektroradiologii, studenci muszą zdobyć również typową wiedzę medyczną z dziedziny: pediatrii, chorób wewnętrznych, chirurgii, ginekologii i położnictwa. W trakcie dni otwartych kierunek cieszył się ogromnym zainteresowaniem maturzystów. Opinia ich jest jednoznaczna, są to studia z przyszłością. Coraz to nowsza aparatura specjalistyczna wymaga bowiem odpowiednio wykształconej kadry do jej obsługi.



Fizjoterapia

Owy kierunek istnieje na naszej uczelni stosunkowo niedługo. Jednakże, co roku odnotowuje się coraz to większą ilość chętnych.

Fizjoterapia jest metodą leczenia wykorzystującą zjawisko reaktywności organizmu na bodźce. Studentom tego kierunku z pewnością nie można odmówić kreatywności. Przygotowana przez nich prezentacja, oparta na różnorodnych formach aktywizacji, wzbudziła niemałe zainteresowanie tegorocznych maturzystów.

W następnym numerze Młodego Medyka prezentacje kolejnych kierunków. Zachęcam do lektury!

Karolina Kondrat

Jan Gacko

Studenci V roku Zdrowia Publicznego



Zdrowie Publiczne

Studenci zaprezentowali kierunek Zdrowia Publicznego, objaśniając m.in.: zasady dotyczące rekrutacji, założenia wymienionego kierunku oraz perspektywy zawodowe po jego ukończeniu. Cieszy się on coraz większą popularnością i zainteresowaniem absolwentów szkół ponadgimnazjalnych.

Czynny udział w przygotowaniu Dni Otwartych brali asystenci: mgr Marzena Pawińska, mgr Magdalena Zalewska oraz Kierownik Zakładu Dr hab. n. med. Andrzej Szpak.





When bad things happen it seems to cloud our minds and thoughts. And this cloud of anger, sadness, amazement, or whatever it may be, doesn't seem to let in the light. This light I'm talking about is progress in the right direction. Sometimes you have to sit down and realize that, even if it's small, progress is there.

A few weeks back we had an unfortunate incident involving one of our students from abroad, Soskia. Soskia was with her family shopping in one of Białystok's newly found shopping centres when she was approached by 3 young men who proceeded to assault her both verbally and physically. The attack was brought on by a difference in skin colour. Soskia agreed to an interview explaining what happened. You can listen to a podcast of the interview on the Młody Medyk's website.

The incident itself occurred in the 3rd week of March, in the morning while Soskia went out with her husband and son to shop for food and toys. While out in the corridors, 3 men in their 20's, passed them by and started shouting racist slogans and using foul language. A little while later, in a different part of the shopping centre, Soskia and her family encountered them again. They repeated with the racist attacks when one of them, Rafal, blatantly punched Soskia in the face. A fight broke out involving the men and

Soskia and her husband, yet security was nowhere to be found. Luckily a Polish man also stepped in and started to help defend the family. The aggressors ran away.

One of them was caught however, Rafal Sochon, a young person just starting to enter his adulthood. He was sentenced to 3 months in arrest while awaiting further action from the courts and his picture was published in all the major Białystok newspapers.

It seems that one arrest isn't much, but it truly is. That's one more person that has to face the consequences and one less destroying society. That's one more picture in a newspaper that could deter other people and that's one more person to help show the courts that matters have to be taken seriously. There is a problem and we have to deal it. If there's one thing that we've learned as students and doctors, it's that progress is made in many small steps and must start somewhere. Failures help us move forward and should never cloud our judgment, thoughts, and actions. We should also see the light and stay positive.

I asked Soskia for her opinion on the future of not only Białystok, but on the general situation in Poland. You will have to tune into the podcast for that.

Mark Klukowski

4th Year