

MEDYK

MŁODY

Miesięcznik studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

NR 4 (75)

kwiecień 2009

ISSN 1643-3734

Jedziemy na MPUMy
do Wrocławia!





New employment and training opportunities for doctors and medical students in the UK. Come and meet us!

21 May 2009 - 16:00

**Pałac Branickich, Sala Kolumnowa,, ul.Kilińskiego 1, Białystok,
Poland**

**You are kindly invited to one of our mini conferences regarding
New training and employment opportunities for doctors and medi-
cal students.**

Time: 4.00 - 8.00 p.m

Mini Conference Programme:

**16.00 - 16.45 - Foundation Programme (Internship) and
specialist training opportunities in the UK**

16.45 - 16.50 Break

**16.50 - 17.30 Healthcare Assistant ? Holiday employment
opportunities for medical students in the UK**

(3-rd Year +)

17.30 - 18.00 Break

**18.00 - 18.45 Successful Medical English learning
in the Web 2.0 era**

18.45 - 18.50 Break

**18.50 - 19.50 New employment and training opportunities for
doctors of all grades and specialties in the UK**

(permanent / locum / RMO)

Free Entry.

Please register at UKLocum.pl to book

MŁODY

MŁODY

Miesięcznik studentów Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku

„Przestrzenią dla ducha, gdzie może on rozwinąć skrzydła, jest cisza.”

Antoine de Saint-Exupery.

Cisza – większości z nas kojarzy się ze stanem, w którym nie rozlegają się żadne dźwięki, ze spokojem panującym w danym miejscu. Aczkolwiek nie jest to określenie jedynie czysto fizyczne, odnoszące się wyłącznie do przyrody, środowiska, które nas otacza. To także część każdego z nas, stan ducha. Ośmielę się nawet stwierdzić, iż jeden z najbardziej pożądanых. Szczególnie w dzisiejszych czasach, w świecie, który ogłusza, z każdej strony zarzucając milionami nowych informacji, bodźców, które zasypują nasz umysł w każdej sekundzie, minucie, godzinie... Myślę, że warto nieco zatrzymać się i zastanowić nad słowami niemieckiego pisarza, Wilhelma Raabe, który stwierdził, iż „największe cuda powstają w największej ciszy”. Niestety jednak, nie zawsze potrafimy ją dostrzec i docenić.

„Gdybyśmy byli tak mądrzy, by wstuchać się w ciszę! Lecz wciąż jesteśmy ludźmi i nie potrafimy nawet słuchać własnych rozmów.”

Paulo Coelho

Wiosna – czas, w którym cała przyroda budzi się do życia. Czas, w którym pierwsze promienie ciepłego słońca padają na naszą twarz. Słońca, które pozwala spojrzeć nieco inaczej na codzienne troski, które przyczynia się do promiennego uśmiechu, pojawiającego się już po samym przebudzeniu. Słońca, które dodaje nadziei, siły, wiary w lepsze jutro. Jednocześnie jest to czas, który sprzyja częstszemu obcowaniu z przyrodą. Ta natomiast, w połączeniu z ciszą, jest niejako światłem, które wielokrotnie pozwala dostrzec w nas samych to, czego w codziennym pędzie nie zauważamy. Gdyż, jedynie „w ciszy twoje serce znajdzie odpowiedzi, których rozum znaleźć nie potrafi” (Phil Bosmans). Dlatego też, zważywszy na budzącą się do życia przyrodę, warto zatrzymać się na chwilę, złapać oddech, może nabrać nieco dystansu do tego, co wokół aby z większą wiarą i siłą ruszyć dalej na przód.

W tym miejscu chciałabym polecić artykuł mojego młodszego kolegi „My pszczoły”, będący krótkim zamyśleniem nad życiem żaka na UMB. Pozostając w ciepłym klimacie, nie oprę się również zarekomendowaniu tekstu „Lekarzem być...”, w którym to możecie się przekonać, iż „wakacyjne granice” nie znają granic. Serdecznie zachęcam do lektury!

Marta Marcinkiewicz



Spis treści

- » Prawie jak u House'a 4
- » Biblioteka w Twoim domu 5
- » Tha Vinci 5
- » Z dziennika młodego medyka
odc. V – Zielono mi 7
- » Lekarzem być 8
- » Swoisty make-up? 10
- » Stomatologiczne
Dni Otwarte 11
- » Mistrzostwa Polski Uczelni
Medycznych 12
- » My pszczoły – UMB
naszym ulem... tak? 14
- » Risky Business 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:

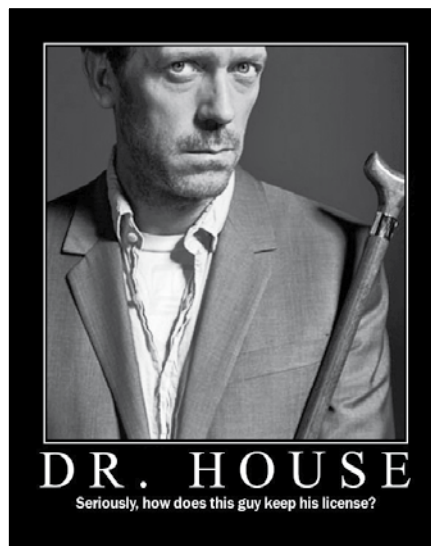
Pałac Branickich – prawe skrzydło, pok. 112, ul. Kilińskiego 1, 15-089 Białystok 8, tel. 748-55-06

Prawie jak u House'a

Studenci medycyny przyzwyczajeni są do wszelkiego rodzaju „wejściówek”, „kół” oraz innych zaliczeń. Testy i teściki to nasz chleb powszedni. Na szczęście, *testowanie* może być nie tylko nie lubianym obowiązkiem, ale też swoistą przygodą.

Od połowy maja, za pośrednictwem Biblioteki Głównej UMB, dostępna jest do użytkowania testowa baza **Clin-eguide**. Jest to narzędzie na platformie OvidSP¹, umożliwiające m.in. uzyskanie informacji o standardach diagnostyki i leczenia wielu stanów chorobowych. Powyższe wiadomości znaleźć można w części **Clinical Research**. Dużym plusem bazy jest grupowanie wyników wyszukiwania w kilku kategoriach. Są to m.in.: dane EBM, bazy książkowe czy artykuły z MEDLINE. W ten sposób już na wstępie otrzymuje się uporządkowane informacje,

- 1 Biblioteka umożliwia również testowanie innych baz na platformie OvidSP, m.in. interaktywnego atlasu anatomii 3D („**Primal Picture**”), wyposażonego w wiele niecodziennych funkcji, np. przegląd najczęstszych kontuzji sportowych czy obrazowanie miejsc do akupunktury.



co umożliwia albo skupienie się na standardach, wypracowanych w EBM, albo poszerzenie wiedzy o inne źródła.

Ciekawą sekcją bazy Clin-eguide jest też **Drug Information**. Dostępne są tu opisy preparatów, jak również co zasługuje na szczególną uwagę – system wyszukiwania interakcji między lekami. Wystarczy wpisać ich nazwy! Czujecie się już jak asystent dr. House’a? Wirtualny pacjent został zdiagnozowany, teraz czas na leczenie. Mając pod ręką kalkulator dawki leku (**Clinical Calculators**) nie ma żadnych wątpliwości przy pisaniu recepty. Dobranie dawki warfaryny? Pestka!

Wracając do tytułu tekstu – skąd słowo „prawie”? Ano, w przeciwieństwie do serialowych sytuacji, w życiu nie zawsze da się odnaleźć odpowiedzi na wszystkie pytania. Tym bardziej, że w wielu kwestiach polskie standardy różnią się od amerykańskich, czy zachodnioeuropejskich. Jednak nie ulega wątpliwości, że baza Clin-eguide może być bardzo użyteczna, szczególnie dla lekarza klinicysty, poszukującego w codziennej praktyce przede wszystkim sprawdzonych, powszechnie akceptowanych algorytmów postępowania. I tu powraca słowo „prawie” – czy kontrowersyjny dr Gregory House postępuje konwencjonalnie? Odpowiedź jest oczywista. Podejrzewam, że gdyby w którymś odcinku House, z dokładnością pruskiego urzędnika, przestrzegał norm i standardów, okazałoby się, że (nie?) przypadkiem dokużył do *Hell Hospital...*

Jak wiemy, „prawie” robi wielką różnicę. Dla pacjentów to może i lepiej...

Biblioteka w Twoim domu

Biblioteka w domu. Brzmi rewolucyjnie? Rzeczywiście, tytuł jest tylko częściową prawdą. Przecież nie każdy student może sobie na aranżację pokoju wzorowaną na wnętrzach Czytelni... Ale od niedawna każdy żak może uzyskać dostęp do przepastnych zasobów bibliotecznych baz, takich jak np. Cochrane Library czy Springer Link, korzystając z domowego komputera.

Aby tego dokonać, należy wypełnić krótki formularz. Formalności dopełnia się w sekretariacie Biblioteki, w lewym skrzydle Pałacu. Później pozostaje już tylko skonfigurować przeglądarkę internetową i... cieszyć się możliwością swobodnego przeglądania setek czasopism polskich i zagranicznych oraz książek elektronicznych.

Szczegółowe informacje znaleźć można na stronie Biblioteki Głównej UMB: www.biblioteka.umw.edu.pl, po kliknięciu na odnośnik „Dostęp do zasobów elektronicznych (...) poprzez serwer PROXY”.

Z opcji mogą korzystać studenci, doktoranci oraz pracownicy UMB.



dc

Tha Vinci

Dziś w medyku, kolejny student z pasją! Za konsolą i gramofonami, znany jako Tha Vinci, Dawid Wróblewski student IV-go roku kierunku lekarskiego mówi o muzyce, studiach i Małynie – koniecznie przeczytaj!

THA VINCI JESTEŚ KOLEJNYM STUDENTEM Z CZYMŚ NA WZÓR ALTEREGO. POZA TYM, ŻE STUDIujesz ZAJMUJESZ SIĘ RÓWNIŻ MUZYKĄ. POWIEDZ, KIEDY SIĘ TYM ZARAZIŁEŚ I CO TO ZA NURT?

Zgadza się, pierwszą styczność z gramofonami miałem w roku 2003, ale dopiero w roku 2004 zakupiłem swoje pierwsze decki. Po 2 latach ćwiczeń i wypracowywania swojego stylu, co z resztą trwa do dzisiaj, postanowiłem wyjść z tym do ludzi, aby poddać ocenie swoje umiejętności oraz gusta muzyczne i przekonać się czy mogę coś osiągnąć w tej dziedzinie. Od zawsze fascynowała mnie muzyka elektroniczna. Początkowo muzyka, na której się skupiałem oscylowała wokół house'u, takie też płyty zacząłem kolekcjonować. Oczywiście stało się poszukiwanie coraz to nowych dźwięków, brzmień, gatunków. Obecnie muzyka, którą gram obejmuje wiele gatunków elektroniki, takich jak: elektro, techno, house. Są to pojęcia bardzo sze-



rokie, zawierające w sobie wiele podgatunków. Na obecną chwilę najbardziej odnajduje się w głębokich, soczystych, ale zarazem bardzo energetycznych brzmieniach deep/tech house'u i deep techno oraz syntetycznych, prostych, inspirowanych muzyką lat 80tych dźwięków elektro. Cała ta epoka (tzw. lata 80te) wywarła duży wpływ na ukształtowanie moich gustów muzycznych i nie tylko. Staram się nie ograniczać na nowe style i na pewno z czasem lista ta będzie się wydłużać.

OPRÓCZ TEGO, ŻE GRASZ UTWORY STWORZONE PRZEZ INNYCH ARTYSTÓW KOMPONUJESZ COŚ SAM?

Jeśli chodzi o przygodę z muzyką, komponowanie – tworzenie własnej muzyki, to moje największe i wydaje mi się, że najtrudniejsze wyzwanie na najbliższy czas. Muzykę w programach komputerowych tworzę, może lepszym określeniem będzie – staram się tworzyć już od jakiegoś czasu. Jednak bardziej pociąga mnie granie z maszyn na żywo, tzw. live – act'ów. W tym celu, kilka miesięcy temu kupiłem swój pierwszy syntezator i kilka najbliższych spędzę nad odkrywaniem jego możliwości. Wiem, że przede mną długa, pracochłonna droga, ale myślę, że warto spróbować.

GDZIE MOŻNA POSŁUCHAĆ NA ŻYWO EFEKTÓW TWOJEJ PRACY?

Obecnie gram w każdą sobotę i okazjonalnie w czwartki lub piątki w pubie Antidotum. *(sam miałem okazję posłuchać – red.)*. Oprócz tego, co jakiś czas można mnie usłyszeć w klubie Metro, na imprezach organizowanych przez Audiosferę oraz w zależności od zaproszenia w innych miejscach.

MOŻNA W TEN SPOSÓB POWIĘKSZYĆ STUDENCKI BUDŻET?

Czy można z tego powiększyć budżet? Otóż chcąc się rozwijać i nie stać w miejscu, praktycznie każdą złotówkę zarobioną dzięki muzyce trzeba na muzykę przeznaczyć. Mam tu na myśli płyty, oczywiście winylowe, gdyż tylko i wyłącznie z takich gram. Nie rzadko też, a w zasadzie przeważnie trzeba też dokładać do tego z innych środków niż zarobione dzięki graniu. Jest to, więc ciągła inwestycja. Jednak widok uśmiechniętych, bawiących się, w jakimś sensie w tym momencie szczęśliwych ludzi, zatapiających się w dźwiękach, które im przekazuje i ogromna satysfakcja są tego warte.

ROZMAWIAJĄC Z TOBĄ MUSZĘ WSPOMNIEĆ O „MALYNA CREW” – MOŻESZ POWIEDZIEĆ NASZYM CZYTELNIKOM COŚ WIĘCEJ NA TEN TEMAT?

MaLYna Crew stworzyliśmy razem z przyjacielem i Dj'em – Tommym M. Pod tym szyldem organizowane są imprezy z naszym udziałem. Dzięki temu na imprezach, na których gramy można usłyszeć różne gatunki muzyki elektronicznej, którymi się nawzajem uzupełniamy. Konsekwencją tego jest też to, że ludzie interesujący się, obracający się w klubowym świecie, wiedzą w jakim klimacie będzie impreza, gdy zobaczą na plakacie czy w Internecie – MaLYna



Crew. Aczkolwiek zawsze staramy się czymś zaskoczyć, żeby każdy kolejny występ był inny od poprzedniego.

MUZYKA STANOWI WAŻNĄ CZĘŚĆ TWOJEGO ŻYCIA, CZY WIĄŻESZ Z NIĄ JAKIEŚ WIĘKSZE PLANY, NADZIEJE?

Chciałbym, aby była obecna przez całe moje życie. W przyszłości chciałbym zagrać swojego live-act'a jako producent, a jako DJ, myślę, że mam jeszcze sporo do zrobienia, gdyż tej misji jeszcze nie zakończyłem. Oprócz zagrania w kilku miejscach, z pewnymi ludźmi, chciałbym propagować muzykę elektroniczną, zachęcać do sięgania dalej niż do popularnych stacji radiowych, poprzez np. organizowanie bądź współorganizowanie imprez, na których taką muzykę będzie można usłyszeć. Oczywiście nie wszystko kończy się na muzyce. Są jeszcze studia, a raczej przede wszystkim studia i to z nimi wiąże największe nadzieje na przyszłość, jeśli chodzi o życie zawodowe. Chciałbym być kiedyś po prostu dobrym lekarzem.

I NA KONIEC STANDARDOWE PYTANIE – NIE MASZ PROBLEMU Z ŁĄCZENIEM PASJI MUZYCZNEJ Z LEKARSKĄ?

Jeśli chodzi o łączenie nauki i muzyki, różnie z tym bywa. Czasami jest tak, że jedno wygrywa kosztem drugiego i odwrotnie. Staram się jednak jakoś zbalansować, co powinno być w danej chwili ważniejsze, co może poczekać, a za co lepiej zabrać się od razu. Uważam też, że im mniej wolnego czasu tym więcej się robi, bo zazwyczaj lepiej się wówczas wszystko planuje. Tak, więc myślę, że sobie z tym w miarę dobrze radzę.

JAK WIDZICIE, MOŻNA STUDIOWAĆ I ŻYĆ „CZYMS” WIĘCEJ. DZIĘKUJĘ ZA ROZMOWĘ.

Krystian Banaszczyk,
IV rok – Wydział Lekarski.



Z dziennika młodego medyka

odc. V

Zielono mi

Piękny maj... Słońce, ciepło, zieleń – to wszystko zachęca do przechadzek na świeżym powietrzu. A gdzie miałyby spacerować student UMB, jeśli nie po Bulwarze Kościłkowskiego i okolicach? *[Informacja dla 90% Czytelników: ta trudna nazwa jest określeniem alei pomiędzy ul. Akademicką, a Parkiem Pałacowym. Sprawdzono na mapie Białegostoku].* Zresztą, może słowo „spacer” na określenie ćwierć-truchtu na trasie do szpitala (lub przeciwnie), brzmi nieco metaforycznie... Typowy spacer to przecież leniwa przechadzka, nasycanie zmysłów pięknem otoczenia, relaks dla ciała i umysłu. A jak wygląda studencki tranzyt przez park? Goniłwa myśli (fartuch spakowany?), goniłwa kończyn dolnych (już za pięć ósma!!!), włos rozwiany, a wzrok niezbyt przytomny (ach, te imprezy!).

Jedyny bodaj wspólny punkt na osi student-park, to zieleń. Z bólem serca oświadczam, co następuje: zdarza mi się, iż pędząc alejkami, próbuję zebrać strzępki wiedzy w jako tako przyzwoitą, z przeproszeniem, kupę, lecz mimo usilnych starań ZIELONEGO pojęcia nie mam, na co tak uporczywie zwracał uwagę profesor na ostatnim wykładzie. Bywa też, że z notatkami pod pachą (albo mądrym kolegą u boku) nerwowo usiłuję wbić sobie do głowy jakieś

najnowsze klasyfikacje, złote standardy albo zdumiewająco rozgałęziony algorytm postępowania diagnostycznego. Czyli – ZIELONA szkoła. Czasem zaś mój umysł ogarnia niezwykle spójność (a ściślej mówiąc – pustka...), jedyne, co by się chciało robić, to grać w ZIELONE, mówiąc krótko – ZIELONO mi, i w ogóle... króluje zieLEŃ.

Odświciwszy trudy poranka, kiedy już złapie się pierwszy oddech, warto przy okazji ponownej wizyty w parku rozejrzeć się nieco dookoła. Po południu suną bulwarami korowody dumnych babć z dziatwą w wózkach oraz przyszlętych rodziców, z potomkiem jeszcze w brzuchu. Co rusz wyprzedza cię kolejny szkrab, uczący się jazdy na 2 kółkach. Lody, wata cukrowa i baloniki... Do licha, tym szczęśliwcom to dobrze! Nie dość, że mają nieprzyzwoicie dużo wolnego czasu, to jeszcze ich beztroskiej sielanki nie mącą żadne niebezpieczne, pokrzywione zawodowo skojarzenia, związane z pewnymi instytucjami, rozlokowanymi w okolicy ul. Akademickiej...

Ach, maj!... A tymczasem – sesja za pasem! Niech no się jeszcze napatrzę na te listeczki... W końcu, zielony – to kolor nadziei...

medicus iuvenilis

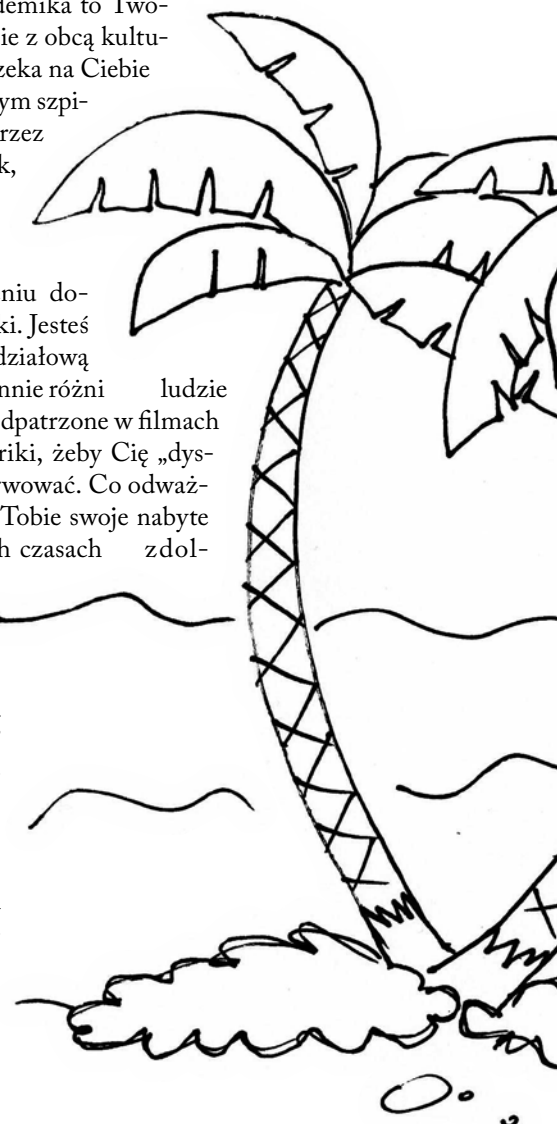
A w wakacje studentem być... Bez granic

Znam wiele granic. Granicę przyzwoitości. Zdrowego rozsądku. Wytrzymałości. Z liceum pamiętam nawet utwór pani Nałkowskiej o tym samym tytule (wstyd się przyznać, ale w tym wypadku niewiele poza tytułem kojarzę...). Od momentu rozpoczęcia swojej przygody z medycyną codziennie odkrywam, że ona też ma swoje granice, że jest moment, w którym nie można już nic zrobić. Codzienność studencka zdaje się być również granicami wypełniona... I tylko w wakacje człowiek może jeszcze posmakować wolności. To chwila na głębszy oddech, uaktywnienie wyobraźni. Wtedy właśnie można odkrywać, smakować, czuć... Nieodłącznym elementem letnich dni studenta medycyny jest jednak... Bingo! Praktyka wakacyjna! (czasami ewentualnie wrześnieowa poprawka...). Większość z nas odbywa ją w przydomowych ośrodkach. Bo wygodnie. Bo niedaleko. Gdzie zatem leży granica praktyki? I najbardziej nurtujące pytanie – co za tą granicą jest?

Dla naszych rodziców studencka praktyka zagraniczna była prawie tak egzotyczna jak pomarańcze. Albo mydełko Fa. I, nie wiedzieć czemu, choć czasy diametralnie się zmieniły, my, dzieci kapitalizmu, dalej kurczowo się tej teorii trzymamy. „Że ja?... Że do Hiszpanii na przykład?... Eeee... To się pewnie trzeba jakoś wykazać. To nie dla mnie.” Słyszałam to setki razy. Tymczasem nigdy jeszcze nie było łatwiej o taki wyjazd niż dziś. De facto potrzeba zgody dziekana i kierownika wybranej placówki medycznej. Ci jednak, którzy kontrakty zawierają indywidualnie stanowią tylko ułamek wszystkich wyjeżdżających, których rok rocznie jest coraz więcej, a których liczba w tym roku w Polsce przekroczy 350 osób. Zdecydowana większość wyjeżdża dzięki Międzynarodowemu Stowarzyszeniu Studentów Medycyny IFMSA-Poland. Być może, drogi Czytelniku, widzisz tą nazwę po raz pierwszy, ale uwierz na słowo, organizacja ta istnieje i na naszej Uczelni. Tam też działają dwa programy stałe – SCOPE (Standing Committee On Professional Exchange), czyli program praktyk wakacyjnych i SCORE (Standing Committee On Research Exchange), czyli program wymiany naukowej. To właśnie w ich ramach co roku kilkuset młodych polskich medyków wysyłanych jest do zagranicznych klinik i na najlepsze uniwersytety świata. Nie wgłębiając się zbytnio w szczegóły – zainteresowanych odsyłam na www.ifmsa.pl, a także na spotkania odbywające się na początku każdego roku akademickiego – obowiązuje jasny system. Za działalność w organizacji zdobywa się punkty, które potem upoważniają do wyjazdu. Można leczyć pluszaki w przedszkolnym „Szpitalu Pluszowego Misia”, rozmawiać z niewiele od sie-

bie młodszymi o Zaburzeniach Odżywiania, czy też pisać listy z prośbą o uwolnienie więźniów politycznych w ramach akcji Amnesty International. Możliwości jest mnóstwo, zasada dość prosta – więcej punktów = fajniejszy cel podróży. A lista krajów niewątpliwie przyprawia o zawrót głowy – od Ukrainy, Słowacji przez Włochy, Meksyk, Hiszpanię, Kanadę, Egipt, Tunezję, Bułgarię po nawet takie egzotyki jak Tajwan, Ghana czy Sudan.

A jak to wygląda „w praniu”? W zasadzie pokrywasz tylko koszty podróży, bo podczas takiego wyjazdu na pewno masz gdzie mieszkać i co jeść. To zapewnia Ci umowa międzynarodowa. Albo są to posiłki w stołówce, albo zniżki na jedzenie albo... kasa (tak, takie cuda też się zdarzają...) i wtedy żywisz się sam. Zazwyczaj ktoś odbiera Cię z lotniska lub dworca. Czasami dotarcie do akademika to Twoje pierwsze starcie z obcą kulturą. Naturalnie czeka na Ciebie miejsce w lokalnym szpitalu wybranym przez organizatorów tak, żeby praktyka jak najlepiej odpowiadała Twojemu życzeniu dotyczącemu kliniki. Jesteś niewątpliwie oddziałową atrakcją. Codziennie różni ludzie uskuteczniają podpatrzone w filmach szpiegowskich triki, żeby Cię „dykretnie” poobserwować. Co odważniejsi testują na Tobie swoje nabyte w zamierzczłych czasach zdolności lingwistyczne (naprawdę warto szybko nauczyć się zwrotu „nie rozumiem” w ich mowie ojczystej...), ale to skutkuje tym, że zabierają Cię na wiele fajnych zabiegów, pokazują przepastne bazy danych z ciekawymi



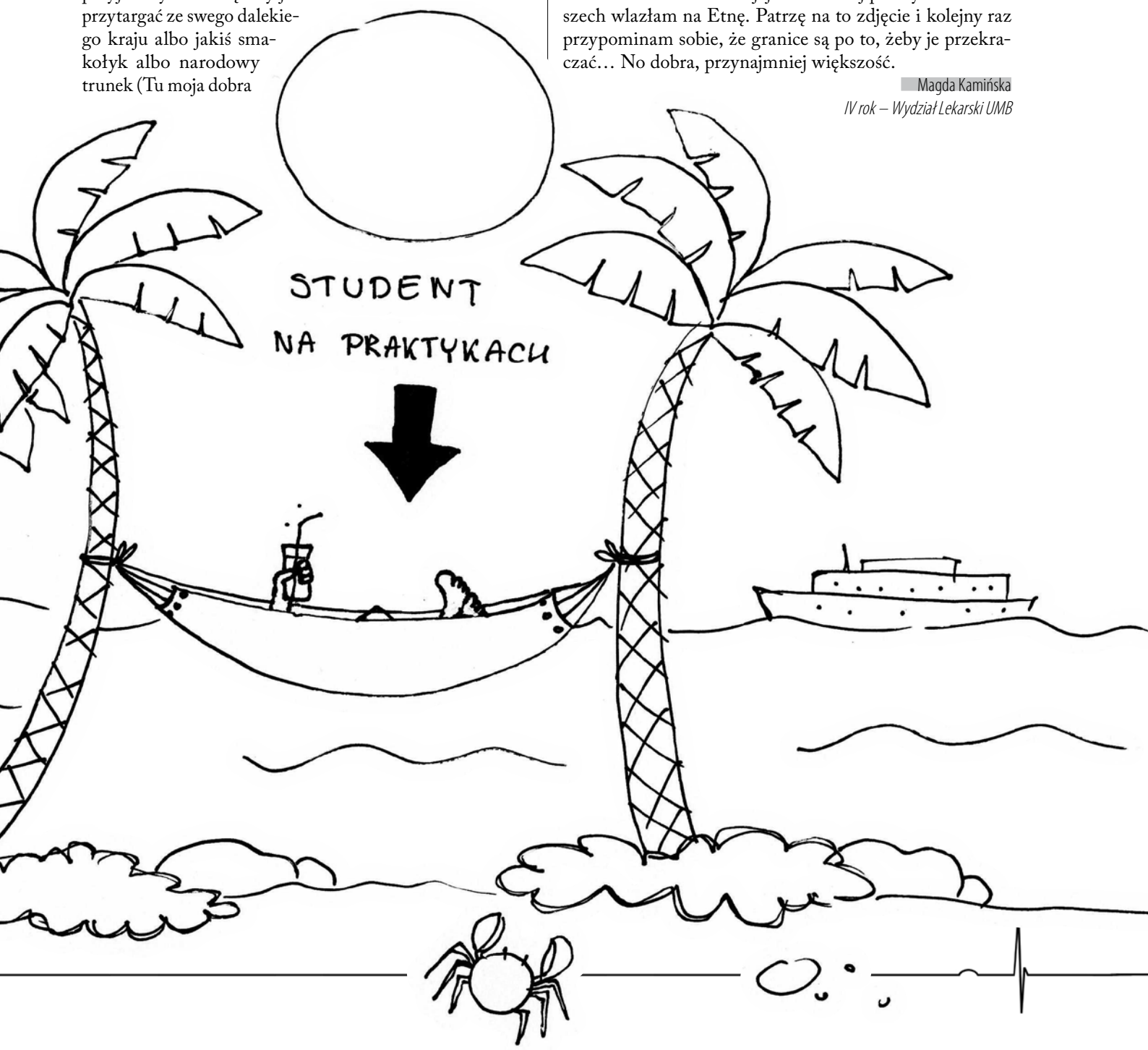
przypadkami, opowiadają – w miarę wspomnianych wcześniej możliwości – o specyfice swojej pracy. Z komunikacją bywa więc różnie – w większości wystarcza angielski, ale znam przypadki, gdzie na całym oddziale dosłownie nikt nie mówił w żadnym zachodnim języku i wtedy... po rozmowie bardzo bołą ręce. Ale to też uczy. Uśmiechu i dystansu. Nie będę mówić, że na takim wyjeździe zobaczysz niesamowitą technikę i procedury, jakich w naszym kraju długo jeszcze nie uświadczymy. Dziś te różnice naprawdę nie są duże, a jak się człowiek przejedzie do Afryki i zobaczy, jaki survival jest np. na egipskiej sali operacyjnej to można rzec, że w wielu kwestiach wypadamy nawet nieźle... Oprócz korzyści naukowych są też niezaprzeczalne profity towarzyskie. Zazwyczaj razem z Tobą swoją praktykę odbywa tam co najmniej kilku innych studentów zagranicznych. A poza tym często jest organizowany cały program socjalny, który umożliwia Ci poznanie regionu, do którego trafiłeś, a także ludzi, którzy tam studiują. Chociażby „National Food and Drink Party”, gdzie każdy przyjezdny zobowiązany jest przytargać ze swego dalekiego kraju albo jakiś smakołyk albo narodowy trunek (Tu moja dobra

rada- jeśli wiesz żubrówkę, weź też sok jabłkowy. Są kraje, w których sok jabłkowy przypomina przecier. Żubrówka z przecierem to kiepskie połączenie...). Nowa kultura otwiera oczy i uszy. Obserwujesz, analizujesz, a w efekcie uczysz się tolerancji. Paradoksalnie czasami bariera językowa uświadamia, że to nie słowa są najważniejsze. Wracasz zaś z głową pełną wspomnień, a na Boże Narodzenie dostajesz kartkę ze słoniem w czerwonej czapce od kumpla... z Bombaju.

Nasza praktyka wakacyjna, jak wszystko, ma granice. Od nas jednak zależy, gdzie je nakreślimy. Nie twierdzę, że im dalej tym lepiej, a raczej, że im dalej tym... ciekawiej. Inaczej. Że takie wyjazdy rozwijają nas w równym stopniu jako przyszłych lekarzy, ale też jako ludzi. Może w tym drugim wypadku nawet bardziej. Piszę ten tekst, a przy moim monitorze stoi drewniana ramka. W niej zdjęcie – księżycowy krajobraz, jak pustynia z ciemnym piaskiem. Na środku ja – z włosami na wszystkie strony i rękami uniesionymi w geście zwycięstwa. Za mną widać czubek wulkanu... Podczas swojej studenckiej praktyki we Włoszech włożyłam na Etnę. Patrzę na to zdjęcie i kolejny raz przypominam sobie, że granice są po to, żeby je przekraczać... No dobra, przynajmniej większość.

Magda Kamińska

IV rok – Wydział Lekarski UMB





Swoisty make-up?

Druga połowa kwietnia to piękny czas w przyrodzie. Wszystko budzi się do życia, nabiera kolorów, nasycenia. Coraz częściej wychodzimy na spacer, coraz częściej wyglądamy przez okna z sal ćwiczeniowych czy w domu zza biurka. Jest to pora, kiedy otoczenie nastraja nas pozytywnie, wystawiamy nos za oprawkę książki i mimowolnie w głowie pojawiają się myśli wykraczające poza mury uczelni.

Gdyby się dokładnie przyjrzeć to i nasza *Alma Mater* nabiera jakiegoś nowego wyrazu, kształtu, barwy wśród kwitnących drzew nadających jej charakteru. Właśnie – drzewa. Wcześniej, po ich wycinie pozostawiona pustka była rażąca, ale nie aż tak dobitnie jak teraz, kiedy wszystko się zieleni. Pojawiają się w głowie obrazy z niedalekiej przeszłości, kiedy to pałac widniał zatopio-

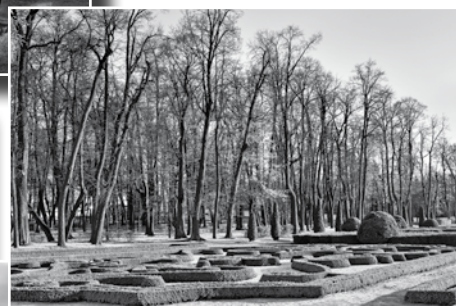
ny wśród starych drzew, pamiętających początki uczelni. Trwające teraz prace budowlane są jak operacja plastyczna kreująca nową twarz naszej uczelni. Mamy piękny park na tyłach pałacu (niczym bujna fryzura), teraz szykuje się wyrafinowane wykończenie placu przed pałacem, swoisty make-up. Prawdopodobnie ma to być kolejny karat największego diamentu wśród białostockich zabytków, jakim niewątpliwie jest Pałac Branickich. Miejmy nadzieję, że planowane fontanny godnie zastąpią wycięte drzewa, chociaż i tak wielu z nas będzie odczuwać ich brak.

Tymczasem cieszymy się tym, co mamy – kwitnącym parkiem, który jak magnes przyciąga choćby po to, aby w przerwie między zajęciami odprężyć się w czasie krótkiego spaceru z zakładu do zakładu.

Fotografie i tekst

Marcin Czaban

I rok, Wydział Lekarski



Stomatologiczne Dni Otwarte

Dnia 22.04.2009r odbyły się Dni Otwarte naszej uczelni. Nie obyło się bez udziału Polskiego Towarzystwa Studentów Stomatologii;) Atrakcjami, które przygotowaliśmy zainteresowanym licealistom i mieszkańcom miasta były: przegląd jamy ustnej, modelowanie i wypełnianie ubytków zębów akrylowych plasteliną oraz gra edukacyjna – twister stomatologiczny. Pokazaliśmy ponadto proces odlewania modeli gipsowych z wycisków. Udzieliliśmy licznych wskazówek zainteresowanym na temat: warunków rekrutacji i systemu studiowania na UMwB, możliwościach wyboru praktyk wakacyjnych lub programów wymian międzynarodowych. Wyjaśnialiśmy wszelkie wątpliwe zagadnienia z dziedziny stomatologii.

Przypominam, że rok temu liczba miejsc na kierunek lekarsko-dentystyczny wynosiła 70 z wymaganym progiem punktowym z egzaminu maturalnego 158/200. Przyjęto 72 osoby. Było 27,75 kandydatów na miejsce, gdyż rekrutację przeszły 1942 osoby.

Białe fartuchy w akcji

Stoisko pod namiotem przed pałacem Branickich prężnie działało od godziny 10. Napływały liczne grupy młodzieży. Najbardziej ciekawa atrakcją był wywiad oraz badanie podmiotowe i przedmiotowe pacjentów na fotelu dentystycznym z instruktażem higieny jamy ustnej. Każda badana osoba otrzymywała wypełnioną kartę badania pacjenta z istotnymi danymi – ubytkami próchnicy. Na koniec wybarwialiśmy płytkę nazębną tabletkami erytrozynowymi w celu pokazania efektywności mycia zębów. Każdy mógł przyjrzeć się w lusterku i obejrzeć fioletowe, niedokładnie umyte miejsca. Udzielaliśmy licznych informacji na tematy pożądane, zwłaszcza profilaktykę i wybielanie zębów. Ciekawe plakaty dydaktyczne umożliwiły nam łatwiejszy przekaz.

Przeprowadziliśmy ankietę otwartą „Przyjazny gabinet” w ramach działalności naukowej PTSS.

Ankieta na podstawie subiektywnych odczuć ankietowanych pozwala nam stwierdzić jakość i efekt leczenia



w gabinecie stomatologicznym oraz zwrócić uwagę na możliwości pozytywnych zmian.

Kolorowe zęby

Twister stomatologiczny pochłonął wszystkich i okazał się świetną zabawą. Walczący o nagrody nagimnastkowali się na wielkiej planszy. Słuchali poleceń „noga na pomarańczowego trzonowca, ręka na niebieskiego siekacza itp.” oraz odpowiadali na trudne pytania typu: czy szkliwo może się regenerować, czy małe dzieci wśród zębów mlecznych mają przedtrzonowe; które trzonowce mają więcej guzków, a które więcej korzeni; ile zębów stałych ma człowiek lub najdłuższe zęby u człowieka. Nagrodami dla najlepszych były pasty do zębów, foldery stomatologiczne i gadżety UMwB.

Stoisko IFMSA umożliwiło nam naukę szycia chirurgicznego.

Dni Otwarte były świetną okazją do promocji naszego kierunku, sprawdzeniu umiejętności i wiedzy w praktyce oraz wspaniałej zabawy. Z satysfakcją zakończyliśmy ten dynamiczny i pełen wrażeń wyjątkowy dzień.

Podziękowanie

W imieniu Polskiego Towarzystwa Studentów Stomatologii chciałabym gorąco podziękować Zakładowi Stomatologii Społecznej i Profilaktyki; Zakładowi Chorób Przyzębia i Błony Śluzowej Jamy Ustnej oraz Zakładowi Protetyki Stomatologicznej za wypożyczenie materiałów dydaktycznych, narzędzi i sprzętu. Pan Edward Cymbor był niezastąpiony w przygotowaniu modeli gipsowych z akrylowymi zębami. Dziękujemy! Serdeczne podziękowania Pani Ewie Kropiwnickiej za świetną organizację Dnia Otwartego.

Reprezentacja PTSS w składzie: N. Adamska, K. Bielska, A. Bogacewicz, K. Czarniecka, D. Darłowska, A. Dąbrowski, P. Grochala, K. Jamiołkowski, M. Ignatowicz, E. Jasiuk, P. Kardasz, E. Korbus, A. Kozak, K. Lewińska, M. Falkowski, M. Ferenc, E. Głuszuk, A. Masłowska, A. Smalec, J. Szymańska, A. Tymec, D. Wasilewicz, P. Wiesiołek, M. Wilińska, M. Złoch.

Alicja Smalec,

studentka IV roku kierunku lekarsko – dentystycznego
Prezes PTSS Oddział Białystok





MISTRZOSTWA POLSKI UCZELNI MEDYCZNYCH

Jak co roku w maju życie na UMB nabiera tempa głównie za sprawą pierwszych zaliczeń i zbliżającej się wielkimi krokami sesji letniej. Nie możemy jednak zapomnieć o aktywnie spędzonym weekendzie majowym, czy też kultowej imprezie studentów medycyny tzn. Medykaliach. W tym też okresie mają miejsce Mistrzostwa Polski Uczelni Medycznych, które w bieżącym roku akademickim zostaną rozegrane w dwóch dyscyplinach sportowych: piłce nożnej oraz koszykówce.

Już 6 maja drużyna koszykówki kobiet i mężczyzn uda się do Wrocławia, gdzie w dniach 7-10 maja wezmą udział w turnieju uczelni medycznych. Drużyna mężczyzn jest aktualnym wicemistrzem Polski wśród „medyków”. W 2007 roku, w turnieju organizowanym przez KU AZS UM w Białymstoku wywalczyli oni bowiem srebrny krążek. Warto zauważyć, że dzisiejszy zespół mgr Krzysztofa Zadykowicza opiera się w większości na zawodnikach, którzy dwa lata temu sięgali po srebro. Dlatego też oczekiwania trenera, jak i samych zawodników są wysokie i mimo słabej postawy w Podlaskiej Akademickiej Lidze Międzyuczelnianej drużyna z pewnością jedzie walczyć o najwyższe laury. Wiary w sukces naszych zawodników dodaje fakt, iż ostatnie tygodnie upłynęły na ciężkiej pracy zawodników, którzy wlewali na hali UMB litry potu. Wiadomo, iż w tego rodzaju turniejach oprócz umiejętności kluczowe znaczenie ma również doświadczenie, a to z pewnością przemawia na naszą korzyść.

O ile koszykarze jadą, jako jedni z faworytów turnieju o tyle trudno cokolwiek powiedzieć o zespole naszych Pań. Mamy nadzieję, że Panie pokażą się z jak najlepszej strony potwierdzając, iż zwycięstwo nad Politechniką Białostocką w grudniowym turnieju ubiegłego roku nie było wynikiem przypadku. Oczywiście w roli faworyta wystąpią koszykarki Uniwersytetu Medycznego w Warszawie, które są aktualnymi Mistrzyniami Polski „medyków”. Jednak, jak to w sporcie bywa, każdy turniej rządzi się swoimi prawami i kto wie, może nasze Panie okażą się objawieniem mistrzostw. Nie wolno jednak zapominać o ekipie z Wrocławia. Od dziesiątków lat wiadomo bowiem, iż czy to w sporcie profesjonalnym, czy

też w tym nieco bardziej amatorskim gospodarze imprez dysponowali silnymi zespołami, bardzo często zdobywającymi miejsce na podium.

Jako drudzy, a tym samym ostatni w tym roku, również do Wrocławia udadzą się piłkarze. Mistrzostwa w piłce nożnej zostaną rozegrane w dniach 14-17 maja, czyli tydzień po koszykówce. W 2007 roku nasza drużyna wypadła bardzo słabo w turnieju rozegranym w Krakowie, zajmując dopiero siódmą lokatę. Zdobyć mistrzostwa w 2008 roku w Łodzi w futsalu, jak i bardzo dobra postawa w tym roku w PALF (Podlaska Akademicka Liga Futsalu) dają podstawy do optymizmu. Należy jednak pamiętać, iż futsal znacząco różni się od piłki nożnej na trawie. W tym przypadku główną rolę będzie odgrywać przygotowanie fizyczne naszych zawodników. Niestety obecna drużyna prowadzona przez mgr. Bogusława Nosa składa się w znacznej mierze z zawodników bez doświadczenia turniejowego. Dodatkowo sprawę komplikuje brak boiska do treningów, dlatego braki taktyczne, jak i techniczne nasi zawodnicy będą musieli nadrobić ambicją oraz wspomnianą kondycją fizyczną. Ciekawym faktem jest, iż aktualnie nasi chłopcy trenują w pobliskim parku, dzięki czemu od czasu



do czasu, dzięki uprzejmości trenerów miejscowych drużyn, mają możliwość rozegrania sparingu. Śmiało można więc powiedzieć, że jeśli uda się naszym piłkarzom zdobyć miejsce na podium to będzie to wielki sukces, a okoliczności temu towarzyszące istotnie będą nadawały się na scenariusz do filmu.

Drażąc temat Mistrzostw Polski Uczelni Medycznych należy wspomnieć również o tych, które już miały miejsce, a mianowicie o tenisie stołowym i biegach przełajowych. Nasi tenisiści w składzie: Kamil Kołodziejczyk, Tomasz Purta, Roman Kiriczenko i Damian Kraszewski wywalczyli srebrny medal w marcu tego roku na zawodach organizowanych oczywiście we Wrocławiu. Niestety nie udało się obronić Mistrzostwa Polski z 2007 roku, ale osiągnięty wynik jest satysfakcjonujący i potwierdza, że nasi zawodnicy należą do ścisłej czołówki wśród uczelni medycznych. MPUM w biegach przełajowych w Poznaniu nie przebiegły już tak pomyślnie. Ostatecznie zajęliśmy 5 miejsce. Jednak na pojedyncze wyróżnienie zasługuje Adam Wakuluk, który zdobył najlepszy czas w klasyfikacji indywidualnej.

Warto zwrócić uwagę czytając powyższy artykuł, co z resztą specjalnie podkreślam, iż większość imprez sportowych dla studentów medycyny organizuje Akademia Medyczna we Wrocławiu. Czy tak powinno być? Kieruję to pytanie do osób, które układały kalendarz mistrzostw, czyli kierowników Studium Wychowania Fizycznego i Sportu. Pewne jest jednak, że tego rodzaju imprezy oprócz (co mam nadzieję jest głównym celem) umożliwienia rywalizacji pomiędzy uczelniami medycznymi, służą również celom zarobkowym, a fundusze pozyskane w ten sposób są przeznaczane na remont obiektów sportowych, czy też zakup sprzętu sportowego. Oczywiście, takie praktyki są zjawiskiem normalnym i zgodnym z obowiązującym prawem, umożliwiając pozyskanie dodatkowych środków na rozwój sportu akademickiego. Jak powszechnie wiadomo z problemami finansowymi boryka się m.in. nasz Klub Uczelniany AZS, jak i SWFiS. Dlatego też nie do przyjęcia jest postawa przedstawicieli SWFiS, pozwalających na organizację MPUM w tak wielu dyscyplinach jednej uczelni. Brak walki o bycie gospodarzem choć jednej imprezy zawoocował, że zamiast pozyskiwać fundusze, szukamy ich na wyjazdy, a w kasach aż piszczą od ich braku. Należy zauważyć, że perspektywy organizacyjne są ogromne dzięki dobrej infrastrukturze sportowej i zamiast zapobiegać problemom, wolimy się z nimi zmagać, a rozwiązanie jest

na pozór proste, choć tak naprawdę w pełni nie rozwiąże naszych kłopotów, ale na pewno je zmniejszy. Nie trzeba wielkiej matematyki, żeby zauważyć, że trochę chęci i walki się opłaca. Jednak do rzeczy, na organizacji MPUP, np.: w koszykówce można zarobić ok. 2000 -3000 zł. Kwota nie astronomiczna, ale po dodaniu ile można by oszczędzić na kosztach związanych z transportem naszej drużyny do innego miasta, bazą noclegową i wyżywieniem, może uzbierać się niezła suma nawet do 8 000 -10 000zł. A tak, nasza rzeczywistość jest nadal czarno-biała, a perspektywy niestety nie dodają kolorów zważywszy, że rolę dominatora w 2010 roku przejmie Uniwersytet Medyczny w Warszawie, który bez wątpienia jest w stanie dodatkowo sfinansować wyjazd naszym drużynom (o ile wyrażałby taką chęć).

Reasumując, biedny Białystok za wszystko płaci popadając w sidła kryzysu, bogatszy Wrocław zarabia by się rozwijać. Nie sposób nie przytoczyć tak dobrze znanego, szczególnie nam studentom medycyny, powiedzenia „lepiej zapobiegać niż leczyć”.

Karol Hackiewicz
III rok – Wydział Lekarski UMB

My pszczoły - UMB naszym ulem.. tak?

Ileż to razy musimy gdzieś „lecieć”, mieć wszystko zrobione na wczoraj, szybko, ale zarazem dokładnie. Ostatnio, w przerwie między zajęciami, wyszedłem do parku przewietrzyć płuca świeżym powietrzem, poczuć ciepły wiosenny powiew wiatru i najzwyczajniej w świecie pospacerować. Moją uwagę zwrócił charakterystyczny dźwięk, który wydobywał się gdzieś z głębi codziennego miejskiego hałasu. Był to bzyk pszczoł, małych robotnic uwijających się ze zbieraniem pyłku z pierwszych przylaszczy, jakie pojawiły się tej wiosny. Usiadłem na ławce i z ciekawością obserwowałem ich poczynania.

Taka pszczoła siedząca na pojedynczym kwiatku to jak student przy biurku. Szara jednostka, która sama często jest niewidoczna. Ilość pyłku, jaką zbiera to odpowiednik informacji, które student każdego dnia przyswaja mniejszym bądź większym nakładem swojej pracy. Jest jednak między

nami przynajmniej jedna duża różnica – mianowicie na wiosnę pobudza pszczoły do pracy, a nas studentów wręcz przeciwnie – rozleniwia. Czyż nie mam racji? Bądźmy szczerzy – ileż to razy człowiek się łapie na chęci wyskoczenia tu czy tam... zwykle już po fakcie, ale czy jest w tym coś złego? Udany wypoczynek przyczynia się do wydajniejszej pracy, a ona jest niemalże gwarancją osiągnięcia postawionego sobie celu. O tej porze roku różnych atrakcji nie brakuje. Natura jest „fundatorem” tej najbardziej widocznej formy – budzącej się do życia flory i fauny...

W pewnym momencie zreflektowałem się, że czas już biec na anatomię. Czas dla mnie, dla wielu moich kolegów i koleżanek. Czy tacy „lejący” na zajęcia studenci mogą wyglądać dla turystów odwiedzających Pałac Branickich, jak wiosenne brzęczące pszczoły? Owady, które tak jak my, każdego dnia pracują na swój własny rachunek, a jednocześnie razem budują jedno wspólne dzieło – potęgę ula na tle określonego ekosystemu. Suma pojedynczych sukcesów pszczoł daje sukces całej populacji. Natomiast suma pojedynczych sukcesów studentów czy daje jakąś mierzalną wypadkową? Pszczoła w pojedynkę nie przeżyje, wszystkie muszą sobie nawzajem pomagać by przetrwać. Jak to się ma z naszą społecznością? Odpowiedzmy sobie sami. Zachęcam do brania przykładu z pszczoł – w kupie siła!

Fotografie i tekst:

■ Marcin Czaban

Student I roku Wydziału Lekarskiego

Risky Business

The motorcycle season had its official opening here in the Podlaskie province around April 25th. There were literally hundreds of two-wheeled (and some three-wheeled) machines at the Branicki Palace showing off their beauty and greatness ranging in sizes from the lowly scooter to heavy weight touring bikes. As summer moves in we can expect more motorcycles to pop up.

But as we move further into the spring and summer we'll also be seeing an increasing number of these people in the hospitals...if they make it that far. "Kidney Donor" is sometimes used as a nickname, at least for the people on the sports bikes. Yet even though the risk is quite high people continue to ride motorcycles and the reasons for this are quite endless, ranging from "it gives me freedom" to just plain old "it feels awesome!" Somewhere in between I'm sure we'd be able to find the "I love the risk" reason.

I have to admit that I have fallen in love with motorcycles and spend hours daydreaming that I'm riding a nice Harley down twisty roads dressed up in biker leather and looking hard core. I even recently started a motorcycle course and have completed a few hours of riding. I have this feeling when I'm on the bike that I'm in a different world. In fact, I feel like I'm the king of that world. But I quickly pop back into reality when I realize that motorcycling is risky business.

Thinking about motorcycling and the many different reasons people participate in the activity got me thinking about the reasons we're here as medical students. We're all striving to be doctors one day, but why? What reasons do we have for wanting to be a medical professional?

Sometimes it's obvious. We may be here because our parents want us to become doctors. We may be here simply because we expect to earn a lot of money after. Sometimes in the beginning we don't know why we're here but we soon realize that we like the prestige of wearing a white coat with a stethoscope, the respect shown by patients when entering a room, or being able to use expensive equipment. I'm sure there are the ones that just want to help others. Could it also be possible that there are some of us that enjoy the risk?

When I'm in the hospital I feel as if I'm in a different world. In fact, I feel like I'm the king of that world (however tiny my kingdom may be). I like the idea of helping others, commanding respect, walking around in a white coat with a stethoscope, and using expensive equipment.

I'm sure there are many others like me that can relate to this feeling of awesomeness I have when I'm in the midst of it all. But sometimes it is possible to also get caught up in it all and forget that you can crash and burn. That you may not only hold your own life, but someone else's in your hands even as a student.

No matter how we look at it, it's a risky business and we shouldn't forget that.

Mark Klukowski
4th Year