

MŁODY

MŁODY

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UNIwersYTETU MEDYCZNEGO W BIAŁYMSTOKU

Nr 02 (166)

LUTY 2019

1950

OKU



Pełnoletnia Młoda Farmacja s.5

Studenckie dylematy – odsłaniamy kulisy specjalizacji : neurochirurgia s.6



Jak się uczyć, żeby się nauczyć? s.9

Drugi rok lekarskiego - nieco inaczej s.11



Możesz więcej niż myślisz



Co jest motorem Twojej egzystencji? Może to Twoja pasja, może przyjaciele, a może wymarzone studia nadają każdemu kolejnemu dniu sens? Są ludzie, którzy żyją wyłącznie nadzieją. Nadzieją na to, że znajdzie się ktoś, kto swoim stosunkowo niewielkim wysiłkiem roznieci w nim na nowo ogień życia. Może właśnie Ty staniesz się tą iskrą?

Statystycznie, w Polsce co godzinę, a na świecie co 35 sekund ktoś dowiaduje się, że cierpi na białaczkę lub inny nowotwór krwi. Dla wielu z nich jedyną szansą na życie jest przeszczep od niespokrewnionego dawcy. Może to właśnie Ty uratujesz komuś życie?

W pierwszym tygodniu kwietnia na naszej Uczelni odbędzie się rejestracja

potencjalnych dawców szpiku organizowana przez fundację DKMS (szczegółowe informacje znajdziesz już wkrótce na naszym wydarzeniu na Facebooku, szukaj też postów oznaczonych #helpersgeneration, #dkmpolska, #dkmsumb). Jako potencjalny dawca może zarejestrować się każda, ogólnie zdrowa osoba pomiędzy 18 a 55 rokiem życia, ważąca powyżej 50kg oraz bez znacznej nadwagi. Rejestracja polega na samodzielnym pobraniu wymazu z wewnętrznej strony policzka oraz wypełnieniu kwestionariusza z danymi osobowymi. Materiał zostaje wysłany do Fundacji, gdzie oznaczane są Twoje antygeny HLA, a Ty zostajesz wpisany do specjalnego rejestru.

Co dalej? Jeśli okaże się, że znalazł się pacjent, dla którego jesteś "genetycznym bliźniakiem", otrzymasz telefon z Fundacji z prośbą o potwierdzenie chęci oddania szpiku lub komórek macierzystych. Zanim

dojdzie do pobrania, przejdiesz jeszcze badania lekarskie. Samo pobranie może odbyć dwiema metodami. Pierwsza z nich to pobranie krwiotwórczych komórek macierzystych z krwi obwodowej (wykorzystywana znacznie częściej, bo w 80% przypadków). Druga metoda polega na pobraniu szpiku z talerza kości biodrowej. Jeśli to możliwe, uwzględnią się tutaj preferencje dawcy, jednak ostatecznie o metodzie pobrania decyduje lekarz. Stan zdrowia dawcy jest monitorowany przez 10 lat od pobrania.

Nie wahaj się! Zarejestruj się, jeśli masz taką możliwość! Dla Ciebie to tak niewiele, a dla osoby chorej - wszystko. ■

AGNIESZKA RUCZAJ
STUDENCKI LIDER TEGOROCZNEJ
WIOSENNEJ EDYCJI REJESTRACJI
POTENCJALNYCH DAWCÓW SZPIKU

B REPERTUAR

Teatr Dramatyczny
im. Aleksandra Węgierki w Białymstoku
Instytucja Artystyczna
Województwa Podlaskiego
ul. Elektryczna 12
15-080 Białystok
dramatyczny.pl

Dział sprzedaży i organizacji widowni
tel. 85 74 99 184
rezerwacje@dramatyczny.pl

Kasa teatru czynna od wtorku do soboty
w godz. 14:00-20:00
w niedzielę 16:00-20:00
lub na godzinę przed spektaklem
85 74 99 175

Dyrekcja zastrzega sobie prawo do zmian
w repertuarze. Aktualny repertuar dostępny
na naszej stronie internetowej.

KWIECIEŃ 2019

5	PT	19:00	Autostrada/ Scena Kameralna
6	SOB	17.00	Obława/ Scena Duża
		20.00	Autostrada/ Scena Kameralna
7	ND	17:00	Obława/ Scena Duża
		20.00	Autostrada/ Scena Kameralna
10	ŚR	19.00	Skłodowska. Radium Girl/ Scena Kameralna/ Teatr Papahema
12	PT	18.00	Błoto/ Scena Kameralna
		20.30	Kogut w rosole/ Scena Duża
13	SOB	16.00	Kogut w rosole/ Scena Duża
		20.00	Błoto/ Scena Kameralna
14	ND	16.00	Kogut w rosole/ Scena Duża
		20.00	Błoto/ Scena Kameralna
26	PT	17.00	Leon i Matylda/ Scena Kameralna
		19.30	Mayday/ Scena Duża
27	SOB	17.00	Mayday/ Scena Duża
		19.30	Leon i Matylda/ Scena Kameralna
28	PT	17.00	Mayday/ Scena Duża
		20.00	Leon i Matylda/ Scena Kameralna

VI OGÓLNOPOLSKA KONFERENCJA
STUDENTÓW MEDYCZYNY LABORATORYJNEJ
I MŁODYCH DIAGNOSTÓW

WSCHODZĄCA DIAGNOSTYKA

13 KWIETNIA 2019

UNIwersytet Medyczny w Białymstoku
WWW.WSCHODZACADIAGNOSTYKA.UMB.EDU.PL



MŁODY MEDYK

MŁODY

MIESIĘCZNIK STUDENTÓW UNIwersYTETU MEDYCZNEGO W BIAŁYMSTOKU

1950

1950

Podmuchy wiosennego wiatru zabierają ze sobą resztki jesiennie-zimowej melancholii. Promienie słońca o poranku, śpiew ptaków i przyroda budząca się do życia – to wszystko sprzyja lepszemu samopoczuciu. Jednak wzrost temperatury nie przekłada się na odwrotnie proporcjonalną liczbę kolokwiów i zaliczeń. Piękna pogoda za oknem kłóci się z wizją kolejnych kilku godzin spędzonych przy biurku, w towarzystwie jakże wiernych podręczników. Można starać się łączyć przyjemne z pożytecznym. Świeże powietrze, książka, kocyk i termos gorącej kawy – jako alternatywa brzmi całkiem nieźle. Można również skorzystać z kilku rad, przygotowanych przez Piotra Kurzynę, aby efektywnie zaplanować naukę i cieszyć się później jej rezultatami, a tym samym znaleźć więcej czasu dla siebie.



Wybraliśmy jednak studia, na których nauka definicji i algorytmów wyuczonych na pamięć okazać się może niewystarczająca. Nie bez powodu medycynę określa się również nauką humanistyczną. Rozmowa z pacjentem wydawać by się mogła czymś oczywistym, dopóki nie przyjdzie nam stawić jej czoła samemu. W natłoku informacji - odnaleźć te najważniejsze, jednocześnie mając na uwadze całą resztę. Setki stron wyuczonych na pamięć rzadko dają gwarancję zapamiętania wszystkich faktów, którymi zasypuje nas człowiek stojący naprzeciw. Co więcej - nie można pozwolić, aby liczba godzin snu, ograniczona poprzedniej nocy do minimum wpływała na jakość tej rozmowy. To sztuka, której nie sposób nauczyć się z żadnego podręcznika. Sztuka możliwa do opanowania jedynie poprzez praktykę. Watro pochylić się nad nią podczas trwania studiów, ponieważ całość to coś więcej niż suma części.

Magdalena Rybaczek

Spis treści

- 2 AGNIESZKA RUCZAJ
Możesz więcej niż myślisz
- 4 MARTA PASŁAWSKA
Pediatria po studencku
- 4 ALEKSANDRA LUBOWIECKA
„CoNieCo”- tajna baza dla Studentów Medyk
- 5 KATARZYNA POLKOWSKA
Pełnoletnia Młoda Farmacja
- 6 MAGDALENA RYBACZEK
Studenckie dylematy – odsłaniamy kulisy specjalizacji: neurochirurgia
- 9 WIKTORIA MARIA IZDEBSKA
Ludzie lotnisk
- 9 PIOTR KURZYNA
Jak się uczyć, żeby się nauczyć ?
- 11 **Drugi rok lekarskiego - nieco inaczej**
- 12 ANNA L. PTAK
Nigdy nie mów nigdy. Część 1

.....
SKŁAD REDAKCJA MŁODEGO MEDYKA:

Redaktor naczelny: Magdalena Rybaczek
Zastępca: Wiktoria Izdebska
Sekretarz: Tomasz Charytoniuk
Skład i druk: Drukarnia Biały Kruk
Członkowie: Marianna Ciwun, Katarzyna Dłużewska, Wiktoria Izdebska, Anna Jakubowska, Mateusz Jankiewicz, Katarzyna Król, Piotr Kurzyna, Aleksandra Lubowiecka, Marta Paślawska, Katarzyna Polkowska, Anna L. Ptak, Dominika Rogowska, Agnieszka Ruczaj, Błażej Wolszczak

Siedziba Główna Redakcji: Collegium Universum,
 ul. Adama Mickiewicza 2C, 15-001 Białystok
Kontakt: tel. 573367 167 (Magdalena Rybaczek)
 facebook.com/mlodymedyk.umb;
 mlodymedyk@gmail.com

26.04-30.04.2019

**MAJÓWKA
ŻEGLARSKA**

SEKCJI ŻEGLARSKIEJ AZS UMB



Pediatria po studencku

W imieniu Studenckiego Koła Naukowego przy Klinice Pediatrii, Reumatologii, Immunologii i Chorób Metabolicznych Kości Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku zapraszam wszystkich na I edycję spotkań pediatrycznych kół naukowych działających na naszej Uczelni. Wydarzenie to zatytułowane „Pediatria po studencku” odbędzie się w **sobotę 13 kwietnia o godz. 10:00 w auli 1.6 Wydziału Nauk o Zdrowiu (ul. Szpitalna)**. Jest to konferencja, której intencją stanowi wymiana doświadczeń i dokonania poszczególnych kół oraz przekazanie wiedzy w przystępnej formie – studenci studentom. W programie

przewidziano m. in. wykład kierownika Kliniki Pediatrii, Reumatologii, Immunologii i Chorób Metabolicznych Kości UMB dr hab. Jerzego Konstantynowicza oraz prezentacje przedstawicieli pediatrycznych SKN. Konferencję zakończą interesujące praktyczne warsztaty komunikacji z pacjentem prowadzone pod kierunkiem psycholog Aleksandry Małus.

Serdecznie zapraszam w imieniu Komitetu Organizacyjnego! ■

MARTA PASŁAWSKA

„CoNieCo” – tajna baza dla Studentów Medyk

Kiedy byliśmy dziećmi, bawiliśmy się na podwórku w agentów. Wykonywaliśmy wówczas niebezpieczne, niezwołane i wymagające misje. Chowaliśmy się między drzewami i odkrywaliśmy kolejne bazy. Wielokrotnie, szczególnie latem, zastawała nas ciemna noc. Nie pomagały wówczas ostrzeżenia rodziców i zapowiadane kary, nie straszyły też komary i nietoperze. Potem powoli dorastaliśmy, zapominając o skrytkach między drzewami. Wspomnienia najmłodszych lat rozmasały się, powracając jedynie podczas oglądania rodzinnych zdjęć czy w trakcie wyjątkowej rozmowy.

Nowa nadzieja

Kiedy skupiałam się na codzienności i wykonywaniu konkretnych zadań, w pewnym momencie dopadła mnie myśl, że utraciłam coś bezpowrotnie. Wtedy, całkiem przypadkowo, odnalazłam kolejną bazę. Była to piwnica ukryta w czeluściach akademika, przy pewnym Uniwersytecie Medycznym. Zaciekawiona, zajrzałam do środka. Wtedy uświadomiłam sobie, że wciąż mogę stać się agentem, zapominając na chwilę o obowiązkach i zmartwieniach. Z tą myślą przystąpiłam do Klubu Studenckiego „CoNieCo”.

Misja specjalna

Przewodnią misją naszych agentów jest kabaret „Schodki”, którego przygotowanie trwa cały tydzień. Wówczas, od poniedziałku do piątku, zaszywamy się w piwniczce i wykonujemy masę zadań. Przede wszystkim, tworzymy skecze i piosenki do naszego programu. Opisujemy w nich uczelniane życie, parodiujemy profesorów i przytaczamy aktualne, zabawne wydarzenia. Każdego wieczora, pod wodzą ArcyAgenta Kierownika, spotykamy się na zebraniu, podczas którego nasz agent specjalny- kierownik artystyczny- podsumowuje wszystko, co już zostało przygotowane. To on czuwa nad całym kabaretem, podpowiada nowe rozwiązania i ustala kolejność występów. Jednak to nie jedyny nasz agent specjalny. Mamy kierownika technicznego, który potrafi wyczarować odpowiednie nagłośnienie i oświetlenie.



Jest też grafik, który przygotowuje plakaty oraz osoba zajmująca się promocją w mediach społecznościowych. Oprócz przygotowań do występów towarzyszy nam wiele tradycji. W czwartek, pod nadzorem bigosowej matki gotujemy potrawę o wiadomej nazwie, śpiewamy nasz hymn i oficjalnie witamy świeżo upieczonych członków Klubu. Piątek to już efekt naszej pracy. Na chwilę przestajemy być tajni, pokazując się władzom Uniwersytetu i uczelnianym kolegom. Potem bawimy się wszyscy razem przy dźwiękach muzyki tanecznej. I tak trzy razy do roku!

Inne misje

Wśród uczelnianej społeczności dajemy znać o sobie znacznie częściej. Otwieramy naszą piwniczkę dla wszystkich wędrowców podczas różnorodnych imprez, takich jak „Spotkanie pod Schodkami”, „Ogólnopolski Przegląd Kapel Studenckich” czy „Ogólnopolski Przegląd Kabaretów Studenckich Dziecioł”.

Agent-CoNieCowiec

Jak poznać naszego Klubowicza? Ujawnia się on w tygodniu schodkowym i na innych wydarzeniach. Ubrany jest w czerwoną koszulkę z kołnierzykiem. Na plecach widnieje „Hermafrodytka”, a na piersi klubowe imię. Inne cechy charakterystyczne? Lubi kreatywnie spędzać czas i bawić się, posiada szczególnie talent lub wykazuje szczególne aktywności. Oprócz wiedzy, pragnie zdobyć wspomnienia i nawiązać trwałe przyjaźnie. Nie porzuca swojego wewnętrznego, młodzieńczego ducha. I tak już na zawsze- Klubowiczem pozostaje się na całe życie.

Kiedy odbywają się tajne zebrania? Wyjawię Wam w sekrecie- nikomu ani słowa! Spotykamy się w **każdy poniedziałek o godzinie 20:00 w podziemiach Domu Studenta nr 1**. Chcesz poznać pozostałe tajemnice? Zapraszamy Cię na spotkanie. Ty także możesz stać się jednym z naszych agentów. ■

ALEKSANDRA LUBOWIECKA

Pełnoletnia Młoda Farmacja



Młoda Farmacja Białystok osiąga w tym roku pełnoletniość, co jest dobrym powodem do przybliżenia Wam naszej codziennej działalności.

Oddział w Białymstoku powstał z inicjatywy studentów oraz ze wsparciem Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego, co miało miejsce 10 kwietnia 2001 roku. Przez cały ten okres szeregi Młodej Farmacji zasilają setki studentów farmacji, których łączył jeden cel - chęć podkreślenia roli farmaceuty w systemie opieki zdrowotnej, co czynimy po dzień dzisiejszy.

Działalność w naszej organizacji daje szereg możliwości rozwoju i pozwala wdrożyć się młodym studentom w arkanach zawodu farmaceuty. Pomagamy studentom w aktywnym wkraczaniu na rynek pracy poprzez udział w konferencjach i szkoleniach branżowych. Poza tym, członkostwo w Młodej Farmacji jest świetnym sposobem na chwilę odpoczynku od nauki i rozwijanie swoich pasji oraz poznawanie ciekawych ludzi, z którymi można tworzyć nowe, rozwojowe projekty.

Od 5 lat troszczymy się również o zdrowie białostoczian, wychodząc poza mury uczelni z naszą sztandarową inicjatywą "Zapytaj Farmaceutę", której celem jest opieka, prewencja oraz edukacja w zakresie wielu chorób przewlekłych. Poza tym, przygotowywanie tego typu akcji pozwala na nawiązanie współpracy z innymi organizacjami działającymi na naszej uczelni, a także poza nią. Pragniemy również dodać, że nasza działalność społeczna cieszy się coraz większym zainteresowaniem - ludzie biorący udział w badaniach profilaktycznych zadają ogromną ilość pytań, co udowadnia, że wydarzenie to powinno być nadal kontynuowane i nagłaśniane, o czym dowodzi nasza ostatnia akcja, która miała miejsce 23.03.2019 r. w Galerii Jurowieckiej.

Staramy się również poszerzać wiedzę na tematy, które są aktualnie poruszane w mediach, dlatego organizujemy konferencje, wykłady eksperckie, szkolenia oraz warsztaty. Naszym ostatnim sukcesem okazał się wykład o medycznej marihuanie, który przykuł ogromną uwagę nie tylko wśród społeczności akademickiej. Wydarzenie

to poruszało aspekty medyczno-prawne z podkreśleniem bieżących doniesień ze świata nauki. Mogliśmy wysłuchać wystąpień pracowników naukowych naszego wydziału, zajmujących się na co dzień tą tematyką.

Dobłą inicjatywą okazała się także organizacja warsztatów z receptury aptecznej, która powstała głównie z myślą o studentach 1 i 2 roku farmacji, nie mających dotąd możliwości własnoręcznego przygotowania leków. Szkolenia te prowadzone są od 2 lat i cieszą się ogromnym zainteresowaniem wśród nowych członków Młodej Farmacji. Tematyka zajęć obejmowała recepturę maści, proszków, czopków i globulek - czyli postaci leków, które na co dzień są przygotowywane w aptekach. Zaangażowanie uczestników szkolenia oraz ich pozytywne opinie, utwierdzają nas, że była to świetna decyzja, aby stworzyć tego typu warsztaty.

Wydarzenia studenckie mają miejsce cały rok i nawet w okresie wakacyjnym mamy możliwość poszerzania horyzontów. Świetną okazją do poznania innych kultur i systemu nauczania młodych adeptów farmacji za granicą jest program międzynarodowych wymian - Student Exchange Programme (SEP), organizowanych przez International Pharmaceutical Students' Federation. Organizacja daje również okazję do uczestnictwa w europejskich i światowych sympozjach, na których omawiane są najważniejsze zagadnienia z zakresu programów kształcenia studentów oraz polityki zdrowotnej państw. Najbliższym wydarzeniem międzynarodowym, w którym nasza organizacja będzie brała udział, jest European Regional Symposium (EuRS) w Warszawie, gdzie będziemy mieli szansę przedstawienia raportu z naszej działalności.

Warto również podkreślić, że nie tylko samą nauką żyje Młoda Farmacja. Stawiamy także na integrację, organizując różnego typu imprezy i spotkania umożliwiające poznanie się studentom różnych roczników naszego kierunku, co jest wspaniałą okazją do wymiany doświadczeń. Uwzględniając różne preferencje naszych studentów oferujemy im rozmaite formy integracji - począwszy od miłego wieczoru spędzonego przy grach planszowych po niezapomniane imprezy w klubie Herkulesy, gdzie ostatnio świętowaliśmy naszą "osiemnastkę".

Korzystając z okazji, chcielibyśmy życzyć sobie kolejnych lat sukcesów, członków pełnych chęci i motywacji do budowania coraz to lepszej przyszłości Młodej Farmacji oraz tworzenia niezapomnianych wspomnień i znajomości na długie lata! ■

KATARZYNA POLKOWSKA

DOMINIKA ROGOWSKA

KOORDYNATORKI DS. NAUKI I EDUKACJI
MŁODA FARMACJA BIAŁYSTOK

Studenckie dylematy – odsłaniamy kulisy specjalizacji: neurochirurgia

Zapraszam na nowy cykl artykułów, mających na celu przybliżyć charakter pracy specjalistów, pracujących w Szpitalach Klinicznych Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

W tym numerze – kilka pytań do neurochirurgów.

Lek. Robert Chrzanowski, rezydent

Zacznę od pytania, prawdopodobnie najczęściej zadawanego przez studentów - dlaczego wybrałeś neurochirurgię ?

To chyba z całego zestawu pytań o neurochirurgię jedno z najtrudniejszych. Przede wszystkim dlatego, że odpowiedź jest zmienna w czasie – z początku była to niewątpliwie fascynacja złożonością i skomplikowaniem układu nerwowego oraz wkraczaniem na terytorium, które dostępne jest nielicznym. Było w tym coś fascynującego. Jednak muszę powiedzieć, że w miarę upływu lat i praktykowania neurochirurgii, zbliżając się do połowy mojego szkolenia specjalizacyjnego, odkrywam tę odpowiedź na nowo. Obecnie myślę, że jest to pewnego rodzaju dysonans, czy też uczucie jakie czasem pojawia się, gdy patrzę w trakcie operacji na mózg – jak taka delikatna, biała masa tętniąca w rytm pracy serca jest w stanie stworzyć coś tak ulotnego i unikalnego jak nasz umysł. Bardzo trafne jest tu porównanie jakiego użył Jurgen Thornwald tytułując swoją książkę o historii neurochirurgii - „Kruchy dom duszy”. Ciągłe ekscytuje mnie moment, gdy przy pomocy skalpela i koagulacji bipolarnej przymuszeni przez rozwijającą się w głębi mózgu patologię, musimy naruszyć ten najważniejszy dla człowieka organ. Również ciekawe przemyślenia na ten temat miał brytyjski neuropsycholog Paul Brooks, które czasem przypominają mi się na stali operacyjnej. Pewnego razu zastanawiając się nad działaniem układu nerwowego napisał on coś w rodzaju japońskiego haiku:

Prawdziwa zagadka:

„Ja” zagląda do środka i widzi

Same neurony. Nic więcej.

Czy w dzisiejszych czasach specjalizacja jaką jest neurochirurgia cieszy się dużym zainteresowaniem ?

Neurochirurgia jest dosyć specyficzną dziedziną medycyny – dynamicznie zmieniająca się sytuacja, długie zabiegi, nagle przypadki wymagające pilnej interwencji, a w tle tego wszystkiego delikatna struktura układu nerwowego, wymagająca często bardzo szybkiego i zdecydowanego działania w tak delikatnej materii sprawiają, że nie ma zbyt wielu chętnych do specjalizowania się w neurochirurgii. Do tego oczywiście sam aspekt układu nerwowego, którego anatomia i fizjologia odstrasza i męczy niejednego studenta medycyny, też ma pewnie na to jakiś wpływ. Wszystko to sprawia, że chętnych jest niewielu i z reguły wybory te kształtują w trakcie studiów. Rzeczą niewątpliwie dostrzegalną i wartą odnotowania jest coraz większy odsetek koleżanek rezydentek, które pojawiają się na kolejnych cyklach Polskiej Szkoły Neurochirurgii, gdzie raz do roku spotyka się większość szkolących się w tej dziedzinie.

Specjalizacje chirurgiczne wymagają nie tylko ogromnej fizycznej wytrzymałości, ale przede wszystkim wiążą się z wielką odpowiedzialnością. Czy uważasz, że studia medyczne mogą dać choć znikome wyobrażenie na temat tej odpowiedzialności ?

Myślę, że tak naprawdę studia czy staż nie są w stanie przygotować nikogo do odpowiedzialności jaka spada w przyszłości na barki specjalisty, zwłaszcza z tych dziedzin, gdzie bezpośrednio w rękach lekarza spoczywa życie i zdrowie człowieka. W mniejszym lub większym stopniu zawsze wisi nad nami pewien parasol ochronny i moim zdaniem, najważniejsza jest tutaj rola mentorów, nauczycieli,





starszych kolegów, którzy nie tylko przekazują młodym adeptom medycyny swoją wiedzę i umiejętności, ale też swoje przemyślenia wraz z nabytymi doświadczeniami, przygotowując szkolącego się lekarza na pełne, samodzielne wykonywanie zawodu w przyszłości i podejmowanie kluczowych decyzji. Zwłaszcza w dziedzinach zabiegowych doświadczenie starszych lekarzy jest czymś bezcennym, czego nie przeczyta się w książce, ani nie usłyszy na wykładzie. A koniec końców - i tak odpowiedzialność jest to coś, czego uczyć się będziemy przez całą naszą pracę.

Często słyszy się, że wybór specjalizacji zabiegowej obarczony jest zdecydowanie mniejszą ilością godzin spędzanych poza pracą. Jak jest w przypadku neurochirurgii ?

Wydaje mi się, że neurochirurgia nie jest jakimś bardzo mocno odstającym wyjątkiem spośród innych specjalizacji. Na każdym oddziale stan pacjenta może się pogorszyć, może pojawić się jakiś pilny przypadek, przedłużyć się operacja, czy jakaś procedura. Jest to po prostu wpisane w zawód lekarza. Tym bardziej na oddziałach chirurgicznych - często zapomina się, że chirurdzy nie tylko spędzają czas operując na bloku - my też mamy swoich pacjentów na oddziałach, którzy wymagają rozmowy, wdrożenia farmakoterapii, badań obrazowych czy laboratoryjnych. Dlatego nie jest czymś niespotykanym zostawanie „po godzinach”. Jeżeli chodzi o neurochirurgię to w zasadzie czas zabiegów jest tym, co może odróżniać ją od innych specjalizacji. Nasze zabiegi często nie należą do krótkich, a komplikacje czy nieprzewidziane trudności potrafią czasami wręcz podwoić szacowany przed rozpoczęciem czas operacji. Niestety jest to rzecz, którą trzeba zaakceptować, a przede wszystkim nauczyć się identyfikować i szacować ryzyko takich sytuacji. Mam też szczęście pracować w bardzo fajnym zespole lekarzy i w razie potrzeby czy jakiejś ważnej życiowej sytuacji jesteśmy sobie w stanie nawzajem pomóc.

Lek. Paweł Wilk, rezydent

Co mógłbyś doradzić studentom, którzy chcieliby rozwijać swoje zainteresowania w dziedzinie chirurgii ?

Musicie korzystać z każdej możliwości zdobywania wiedzy, która wam się nadarzy. Przede wszystkim, poprzez chodzenie na blok operacyjny i podpatrywanie chirurgów przy pracy. W Internecie jest na pewno mnóstwo materiałów z dziedziny, która was interesuje. Zapiszcie się do koła naukowego, bierzcie udział w pisaniu prac naukowych. Możecie także jeździć na praktyki do innych szpitali. Sam przez dwa lata jeździłem do Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie. Po raz pierwszy zetknąłem się tam z neurochirurgią dziecięcą, która mnie oczarowała.

Zjazdy, konferencje naukowe czy warsztaty - wszystko to jest w zasięgu ręki. Trzeba tylko chcieć.

Jeszcze całkiem niedawno siedziałeś na seminariach wraz z innymi studentami, teraz sam prowadzisz zajęcia - jak to jest znaleźć się po drugiej stronie ?

Staram się być nauczycielem, który chce pokazać jak najwięcej, w jak najbardziej przystępny i zrozumiały sposób. Staram się również angażować słuchaczy w tematykę podjętą podczas zajęć. Próbuje unikać tego, czego sam jako student nie lubiłem podczas przeprowadzania seminariów czy wykładów. Niestety, studenci też nie rzadko są bez winy. Brak wiedzy idący z jeszcze większym brakiem zainteresowania nie sprzyjają dobrej współpracy.

Dr n. med. Maciej Bień

Jak wyglądała neurochirurgia, kiedy rozpoczynał Pan swoją pracę ?

Kiedy zacząłem pracować w Klinice w 1976 roku, nie było tomografii komputerowej. Trudno to sobie teraz wyobrazić. Jedynymi badaniami była angiografia i wentrikulografia - wpuszczało się powietrze albo kontrast do układu komorowego i na podstawie pośredniej analizy, takich jak wtedy mówiliśmy - „chińskich cieni”, można było domyślać się co to za patologia.

A jak wyglądały wtedy badania obrazowe kręgosłupa ?

Dyskopatie operowało się w oparciu o radikulografię, której już od dawna nie stosujemy, choć to naprawdę dobre badanie i czasami powie nawet więcej niż kiepsko wykonany rezonans. Niestety, jak wiele starszych technik diagnostycznych jest inwazyjne - wymaga punkcji lędźwiowej i podania kontrastu.

Wszystkie dostępne ówczesne badania obrazowe wymagały znacznie więcej czasu na ich przeprowadzenie - jednak co wtedy, kiedy pacjent trafiał po poważnym urazie głowy na SOR ?

Był obserwowany. To tyle. Wszystko opierało się o bardzo dokładnie przeprowadzone badanie neurologiczne. Kiedy rozwijał się niedowład, czy poszerzała się źrenica - wykonywało się trepanację zwiadowczą. Nawiercało się kilka otworów w czaszce i szukało przyczyny. Pamiętam, że kiedyś nawet na Izbie Przyjęć wykonałem jedną. Pacjent bardzo szybko się pogarszał, przybiegła pielęgniarka z zestawem narzędzi i tylko tak udało się uratować życie temu pacjentowi. Tego typu doświadczenia bardzo przydały mi się później przy pracy w Libii.

Czym zajmował się Pan w Afryce Północnej ?

W 1990 roku spędziłem tam 7 miesięcy. Był to projekt rządowy, w ramach którego wielu lekarzy z Polski wyjechało do Libii na określony czas. Pracowaliśmy w nieco „polowych” warunkach i uczyliśmy jednocześnie praktycznej medycyny naszych młodych jeszcze wówczas libijskich kolegów, będących świeżo po mocno teoretycznych studiach w Anglii.

Ciekawych historii z tamtego okresu na pewno ma Pan bardzo wiele...

Oczywiście, chociażby to, że zacząłem od postrzału i skończyłem na postrzale. W środku nocy ktoś walił do moich drzwi, otworzyłem, a tam stał policjant z bronią,



krzyczał coś po arabsku i machał rękoma. Zrozumiałem, że muszę jechać do szpitala. Czekala tam młoda dziewczyna, która dostała postrzał z wiatrówki, a nabój zatrzymał się na kości jarzmowej. Środek nocy, sala operacyjna tak mała, że ledwo mieścił się w niej stół, a za moimi plecami dziesięciu napierających i chuchających na mnie uzbrojonych policjantów, którzy patrzyli co robię. Kiedy udało mi się wyjąć pocisk, po sali przeszedł tylko pomruk uznania i się rozeszli.

A kiedy wyjeżdżałem - opuściłem mieszkanie i czekałem z walizkami na chodniku. Nagle zatrzymał się przede mną samochód, z którego lekarz krzyczał, że jestem potrzebny na bloku. Mówię mu – przecież już tam nie pracuję, zaraz mam samolot. A on na to – nie ma mowy! Zawiózł mnie do szpitala, gdzie czekał pacjent ze śrutem w okolicy oczodołu. Usunąłem go, wręczyłem panu do ręki i odwieźli mnie na lotnisko.

Dr hab. n. med. Tomasz Łyson, prezes Polskiego Towarzystwa Chirurgii Podstawy Czaszki

Czym wyróżnia się Klinika Neurochirurgii na tle innych ośrodków w Polsce ?

Przede wszystkim zawsze stawialiśmy na nowe, często awangardowe techniki diagnostyczne i chirurgiczne, osiągalnymi w nich szybko poziom światowy i zawsze staraliśmy się z sukcesem publikować swoje wyniki w najlepszych światowych czasopismach neurochirurgicznych. Przykładem są badania w dziedzinie termoregulacji mózgu, diagnostyki dopplerowskiej krążenia mózgowego, czy ostatnio - małoinwazyjne techniki neurochirurgiczne, w które weszliśmy jako zdecydowanie pierwsi w Polsce. Udało nam się nabyć potrzebne umiejętności i zgromadzić bardzo dobre wyposażenie bloku operacyjnego: bardzo wiele różnych zestawów endoskopowych, z których każdy służy do konkretnej procedury w obrębie mózgu, czy kręgosłupa. Wszystko to wymagało bardzo dużo pracy, zdobywania środków i grantów, benedyktyńskiego ślęczenia przy pisaniu publikacji, ale też dało nam dość wysoką renomę w polskiej neurochirurgii.

Wspomniał Pan o małoinwazyjnych zabiegach kręgosłupa, czy w Polsce jest to już standardem ?

Przezskórne, w tym również endoskopowe zabiegi na kręgosłupie są raczej rzadko wykonywane w szpitalach publicznych – częściej można je spotkać w placówkach niepublicznych jako działalność „komercyjną”. Jesteśmy jednym z nielicznych, a może nawet jedynym miejscem w Polsce, gdzie można mieć wykonane przezskórne zabiegi w obrębie kręgosłupa, finansowane w całości przez NFZ.

Czy to prawda, że zakres świadczonych usług z wykorzystaniem endoskopii znacznie wyróżnia Białostocką Klinikę ?

Neurochirurgię endoskopową mamy rozwiniętą najbardziej w Polsce, powiem więcej – nie widziałem na świecie ośrodka, w którym jednocześnie i na jednakowo wysokim poziomie uprawiano by neurochirurgię endoskopową kręgosłupa, endoskopię komór mózgu i endoskopię podstawy czaszki. Takich miejsc po prostu nie ma. Odbiegamy w tym od przeciętności, nie tylko na skalę Polski. Jest to tzw. „key hole surgery” - chirurgia przez dziurkę od klucza. Naszą „specialite de la Maison” jest endoskopowa chirurgia oczodołu, i proszę mi wierzyć, jest to naprawdę technicznie bardzo trudne i dlatego na świecie praktycznie nie istnieje w takim zakresie jak u nas. W 2011 roku wraz z kliniką Otolaryngologii stworzyliśmy nie zawsze odpowiednio doceniany Interdyscyplinarny Ośrodek Endoskopowej Chirurgii Podstawy Czaszki, dzięki czemu naprawdę unikalną specyfiką naszej pracy jest i pozostaje ścisła współpraca neurochirurga i laryngologa w zespole, który ze względu na specyfikę endoskopii podstawy czaszki musi działać jak jeden „czteroręczny” chirurg.

Czym poza technikami endoskopowymi może pochwalić się Klinika ?

Mikrochirurgią. Profesor Mariak wykonuje operacje dekompresji nerwu trójdzielnego pacjentom z uporczywą neuralgią tegoż nerwu, którzy przyjeżdżają tutaj specjalnie do niego z całej Polski. Często odwiedzają nas także koledzy z innych ośrodków, którzy szkolą się w tego typu zabiegach i zawsze są pod wielkim wrażeniem, w jaki sposób Profesor porusza się w okolicy kąta mostowo – mózdkowego.

Oczywistym jest, że kompleksowa opieka nad pacjentem wymaga współpracy specjalistów z różnych dziedzin. Jak przebiega współpraca z innymi klinikami szpitala ?

To jest absolutnie niezbędne i mamy taką bardzo dobrą współpracę z wieloma klinikami, w szczególności z Otolaryngologią i Okulistyką, która również jest świetnie wyposażona. Współpracujemy bardzo intensywnie z Zakładem Radiologii Inwazyjnej, gdzie wykonywane są zabiegi techniką przeznaczeniową na bardzo wysokim poziomie. Zespół naszych kolegów radiologów jest bardzo doświadczony, zabiegi przeprowadzane są z ogromną precyzją, a ich liczba liczona jest rocznie w tysiącach. Równie dobrą współpracę mamy z Kliniką Neurologii, z którą nowoczesnie i kompleksowo leczymy udary mózgu techniką inwazyjnej, przezskórnej trombektomii. W ostatnim czasie nawiązaliśmy również współpracę z ortopedą – doktorem Świątkiewiczem, który wdraża w Klinice wysokie standardy chirurgii nerwów obwodowych. Na koniec, chociaż to rzecz bardzo ważna, pięknie i efektywnie współpracujemy z Panią doc. Reszeć z Zakładu Patologii, rozwijając niezwykle perspektywiczne badania w dziedzinie technik molekularnych, w zastosowaniu do opornego na leczenie glejaka mózgu. Takie właśnie, interdyscyplinarne podejście do zagadnień neurochirurgii jest naszą siłą i podwaliną naszego sukcesu. ■

MAGDALENA RYBACZEK

Ludzie lotnisk

My.

Którzy nigdy się nie przywiążemy na stałe, ale też nigdy się nie zestarzejemy, pozostając zawsze w ruchu. Mamy idealnie zapakowane bagaże podręczne, czterokołowe walizki czy skórzane torby,

Nie ruszają nas już kolejki do security checku, ani otyłe rodziny, które do samego wejścia na pokład samolotu nie wiedzą, co tu robią.

My, którzy naszym najbliższym przywozimy oliwy, perfumy i pesto zakupione bez cła, a sami nie możemy się doczekać powrotu do powietrza własnego kraju.

Nie da się nam nadać obywatelstwa, języka ani charakterystyki. Perfekcyjnie kryją nas nasze skórzane buty i nieskazitelny angielski, używany tylko wtedy, kiedy jest to niezbędne. Znamy na pamięć taniec stewardesy opowiadający historię o tym, co by było gdybyśmy się zaczęli rozbijać. Nigdy nie śpimy, z jedną ręką na rączce walizki, a drugą na telefonie, z płaszczem przełożonym przez ramię.

Nikt nie udowodni nam naszej tęsknoty za powrotami ani nie wyleczy z uzależnienia od bycia poza czasem i na granicy atmosfery. Nikt nie wie, jaki jest nasz zawód, ani kto nas zawodzi we wszystkich mailach, na które odpisujemy w kolejkach i przed rozpoczęciem procedury lądowania. Nikt nie wie, czy kogoś kochamy, ani za czym tęsknimy.

Być może da się tak przeżyć życie, w stukających butach i płaszczu pasującym do każdej strefy klimatycznej czy czasowej. Może można już zawsze żyć pomiędzy niebem i ziemią, bez uprzedzeń, otoczeni milionem języków i w idealnej anonimowości. Pomiedzy „black coffee please” oraz „for me? white wine”. Jednak ciężko musi być ludziom lotnisk bez przeglądania zdjęć z ukochanymi albo dzwonięcia do kogokolwiek po wylądowaniu.

Kim jesteśmy po opuszczeniu lotniska? Do kogo wracamy? Kto zabierze nas do domu i czyje zdrowie będzie dla nas najważniejsze? ■

WIKTORIA MARIA IZDEBSKA

Jak się uczyć, żeby się nauczyć?

Kurz po mijającej sesji już powoli opada i zbiera się nam na refleksje dotyczące przygotowań do minionych egzaminów. Jednym z pierwszych pytań, które powinniśmy sobie zadać jest:

* „Czy jestem zadowolony z wyników, które osiągnąłem?” Po udzielonej w głowie odpowiedzi, warto pomyśleć o jeszcze jednym:

* „Czy jestem ukontentowany ilością wysiłku jaki włożyłem w uzyskanie tych wyników?”

Jeśli na którekolwiek z pytań odpowiedziałeś przeczącym ruchem głowy to znaczy, że w dotychczasowych przygotowaniach trzeba coś zmienić. Owszem – dobre oceny wymagają odpowiednio dużego nakładu pracy. Ale czy można było przygotować się lepiej, uniknąć nieprzespanych nocy, hektolitrów wypitej kawy? Odpowiedź nie jest oczywista, bo każdy z nas jest inny – inaczej się uczy. Lecz jest kilka zagadnień, które mogą pomóc zoptymalizować proces nauki i właśnie te zagadnienia postaram się dzisiaj poruszyć.

1. Nastawienie na rozwój kluczem do sukcesu

Niewielu z nas zdaje sobie sprawę jak ważne w procesie nauki czy podchodzenia do egzaminów jest nasze nastawienie. Carol Dweck w swojej książce „Nowa Psychologia sukcesu” wyróżnia podział na takie dwa - na trwałość i na rozwój. Osoby nastawione na trwałość żyją w przekonaniu, że charakteryzujące nas cechy, takie jak: inteligencja, talent artystyczny, umiejętności sportowe czy żyłka do biznesu są niezmiennie i w głównej mierze ustalone przez nasze geny. Natomiast nastawienie na rozwój opiera się na przekonaniu, że podstawowe cechy można rozwijać przez pracę. Chociaż każdy różni się pod względem talentu czy umiejętności – każdy z nas może się zmieniać i doskonalić, jeśli tylko odpowiednio się do tego przyłoży.

Jakie ma to zastosowanie w praktyce?

Otóż będąc nastawionym na trwałość, celem nauki jest tylko i wyłącznie ocena, co jest dość słabą motywacją (nawet jeśli za tą oceną stoi możliwość stypendium) i sprawia, że nauka jest monotonna oraz za mało nas angażuje, bo cel wydaje się odległy. Natomiast nastawienie na rozwój charakteryzuje się chęcią zgłębienia danej wiedzy i zyskania nowych informacji, które mogą nam się przydać w przyszłości. Ocena egzaminu jest w tym wypadku sprawą drugorzędna, bo głównym celem jest self-development. Dlatego zastanów się co jest twoją motywacją przy nauce. Czy jest to bodziec wystarczająco silny, by zmusić Cię do nauki „od teraz”, czy dopiero, gdy na plecach czujesz chłód zbliżającego się kolokwium bądź egzaminu. Staraj się poszukać pozytywów płynących z nauki. Nie myśl: „Po co mi mikrobiologia? Jest tam mnóstwo nazw łacińskich bakterii, które nigdy mi się nie przydadzą.”, ale podejź do tego z innej perspektywy – „Jeśli przyłożę się teraz do mikrobiologii, zdobyta wiedza przyda mi się podczas nauki chorób zakaźnych”.

2. Wypiaj się

Chyba nie muszę podkreślać, jak bardzo ważny w codziennym funkcjonowaniu jest sen. Ale jest on też niezmiernie istotny w procesie nauki. W wielu badaniach, gdzie sprawdzano wpływ snu na efekty uczenia się, logicznego myślenia czy zapamiętywania, grupy poddane ekspozycji na sen osiągały o wiele lepsze wyniki. Jak chociażby w badaniu Ulricha Wagnera, gdzie osobom z dwóch grup przedstawiano do rozwiązania matematyczny problem w 100 próbach. Pierwsza grupa miała 12 godzin odpoczynku, ale bez możliwości snu – docelowo mieli wrócić do rozwiązywania tego problemu jeszcze tego samego dnia. Natomiast druga grupa miała możliwość wyspania się. Istota doświadczenia polegała na tym, że po przerwie badani mieli zauważyć, że cały proces przedstawionego im działania matematycznego

można znacząco skrócić. W pierwszej grupie tylko 23 % osób zauważyło tę możliwość. Natomiast spośród osób, które miały możliwość wyspania się, ten odsetek wyniósł aż 59%. Tłumaczono to tym, że w nocy mózg przetworzył informację i rozwiązał problem, z którego nie do końca zdawał sobie sprawę. W takim świetle nabiera sensu też powiedzenie „Muszę się z tym przespać” obrazujące fakt, że sen to dobry sposób na ułożenie sobie wszystkiego.

Jakie w takim razie ma to badanie odniesienie do naszej nauki na uczelni?

Ano takie, że **nie zawsze opłaca się zarywać ostatnią noc przed egzaminem, kolokwium czy wejściówką**, mając w perspektywie odespanie tego czasu od razu po napisaniu naszej powinności. Materiał, który przerobimy bezpośrednio przed taką formą zaliczenia nie zdąży się należycie ułożyć w naszej głowie, co sprawi, że będzie się mieszał i może narobić nam więcej szkody niż pożytku. **Dlatego pamiętaj, by zawsze po nauce znaleźć czas na sen w nocy.**

Rozważ też zrobienie sobie krótkiej drzemki w trakcie dnia. NASA (TAK, ta NASA!) zaleca 26 minutową drzemkę, która według badań ma zwiększyć efektywność w drugiej połowie dnia o 34%, a czujność o 54%. **Uważaj tylko, by twoja 26-minutowa drzemka nie stała się 3-4h wylegiwaniem się!**

3. Centrum Dowodzenia, czyli Twoje miejsce nauki

Gdy już usiądziesz do książek, zastanów się czy miejsce, w którym spędzasz tak dużo czasu w trakcie dnia nie rozprasza Cię zbyt mocno. Zaczynaj od porządku. Postaraj się usunąć przedmioty z których nie korzystasz w trakcie nauki, a które mogłyby Ci nasuwać niepotrzebne myśli. Pozbądź się książek, które zajmują Ci miejsce na biurku. Laptopa i telefon najlepiej odnieść do kuchni/łazienki lub na drugi koniec pokoju. Na tyle daleko, byś musiał wstać i przejść się chwilę, aby się do nich dostać. A za każdym razem, gdy będziesz chciał zejść z krzesła i sprawdzić kolejną „bardzo ważną wiadomość” **zastanów się**, czy przerwanie nauki i wybicie z rytmu jest tego warte.

Pracuj też w dobrze natlenionym pomieszczeniu. Przed nauką otwórz okno na kilka minut (nie w każdym mieście!) i poczekaj, aby znalazło się w nim trochę świeżego powietrza, które zapobiegnie uczuciu senności i poprawi wydajność mózgu.

4. Baw się nauką

Brzmi dziwnie? Trochę. Jeśli pisanie notatek lub czytanie podręcznika jest dla Ciebie męką, to zastanów się jak

mógłbyś to urozmaicić. Czasem nawet kupienie kolorowych długopisów, ładnych zeszytów czy karteczek samoprzylepnych może wpłynąć na to, że z większą chęcią będziesz kierował się ku biurku. Podobnie ma się z samą nauką. **Staraj się, by nie była ona monotonna.** Aby twoje notatki były w stanie Cię zainteresować. **Rozważ przygotowanie fiszek, rysowanie schematów lub sporządzanie map myśli.** Szczególnie te ostatnie mogą być przydatne. Ważna dla mnie osoba powiedziała kiedyś, że nie wierzy w ich fenomen. I jest w tym trochę prawdy, bo na początku potrafią być bardzo czasochłonne. Ale angażują dużo większą część mózgu niż standardowe notatki, dłużej zapadają w pamięci oraz sprzyjają kreatywności, więc jest to temat dużo obszerniejszy - być może nawet na jeden z przyszłych newsletterów.

5. Prowadź kalendarz

Kup sobie mały, poręczny kalendarz (najlepiej formatu A6 lub mniejszy) i to w nim zapisuj terminy swoich kolokwium, zajęć, oraz inne sprawy. Dlaczego papierowy, a nie ten w telefonie? Przede wszystkim ograniczy niepotrzebne sięganie po komórkę, które może skończyć się scrollowaniem i w konsekwencji marnowaniem czasu. Ponadto jest bardziej przejrzysty. **Zapisuj też w nim codziennie wieczorem co chcesz w kolejnym dniu wykonać.** Świadomość istnienia takiej listy i przypominanie sobie o niej pomoże Ci w sumiennym realizowaniu zapisanych na niej zadań.

6. Repetitio est mater studiorum

Powtarzaj, powtarzaj, powtarzaj. Dobrze wiesz, że nasze studia charakteryzują się ogromną porcją wiedzy do przyswojenia. Dlatego tak ważne jest wyrobienie sobie nawyku regularnego powtarzania. Przypominając sobie odpowiednio po 3, 10 i 20 dniach materiał, który już umiesz, skutecznie umieścisz go w pamięci długotrwałej, co sprawi, że przed samym egzaminem będzie Ci dużo łatwiej powtórzyć te zagadnienia. Zaplanuj sobie według uznania 20-40 minut dziennie na przeczytanie tematu, którego miałeś okazję uczyć się kilka dni lub tygodni wcześniej.

Jest to tylko kilka rad, które wprowadzone w życie mogą znacząco pomóc przy dobrym wejściu w nowy semestr. Jeśli chciałbyś dowiedzieć się więcej – zainteresuj się następującymi pozycjami (korzystałem z nich pisząc artykuł):

* *"Włam się do mózgu"* Radek Kotarski

* *"Rusz Głowę"* Tony Buzan

* *"Nowa psychologia sukcesu"* Carol Dweck ■

PIOTR KURZYNA

"It seems the harder I work, the more luck I have"

THOMAS JEFFERSON



Drugi rok lekarskiego - nieco inaczej

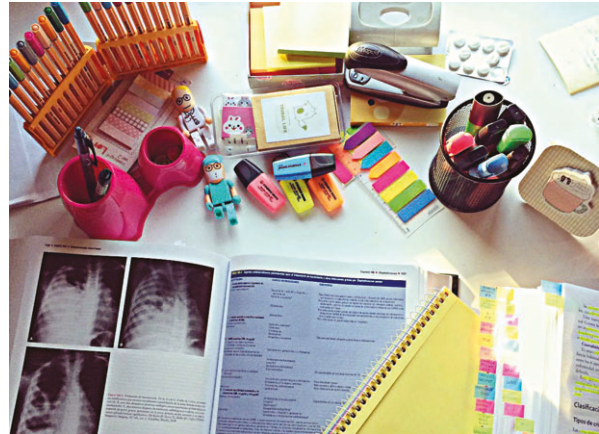
Koniec lata, październik i początek nowego roku akademickiego. Wypoczęta, z sierpniową opalenizną i gotowa do nauki – tak przekroczyłam próg WNOZu idąc na pierwszy w tym roku akademickim wykład, jakim była immunologia. Wychodziłam z przekonania, że drugi rok kierunku lekarskiego będzie wyglądać podobnie jak pierwszy – większość nocy z liczbą godzin snu poniżej normy, nieustanny pośpiech by się wyrobić z nauką na każdy przedmiot, niewiele czasu wolnego. Właściwie październik wyglądał podobnie jak pierwszy rok. Możliwe, że to była kwestia adaptacji do nowych przedmiotów, do nauki z wielostronicowego Gołębia czy potężnego Konturka..

Przez pierwszy miesiąc czas leciał, po prostu robiłam swoje. Pod koniec października coś się zmieniło.. Otworzyłam się na ludzi, bardziej skupiałam się na nauce, a co najważniejsze zaczęłam dostrzegać możliwości, jakie daje uczelnia. Nauczyłam się lepiej organizować swój czas, przez co wiele zyskałam. Zauważyłam też, że przedmioty na drugim roku są niezwykle ciekawe, począwszy od parazytologii. Moja grupa miała wspaniałego asystenta, który pokazywał nam wiele od siebie i zasypywał nas licznymi ciekawostkami. Z pewnością to był jeden z powodów dlaczego tak zainteresował mnie ten przedmiot. Dostrzegłam też, że nauka tego przedmiotu sprawia mi niezwykle dużo satysfakcji. Dlaczego? Od dziecka uwielbiam podróżować. Nauka o chorobach wywoływanych przez pasożyty w poszczególnych miejscach na świecie to był po prostu strzał w 10. Lubiłam łączyć fakty i wiedzieć jakiego pasożyta w danym regionie geograficznym powinnam się spodziewać. Inne przedmioty, takie jak fizjologia czy immunologia są także bardzo ciekawe. Ich nauka daje poczucie posiadania coraz większej wiedzy medycznej i rozumienia mechanizmów rządzących ludzkim organizmem.

UMB daje bardzo dużo perspektyw jeżeli chodzi o koła naukowe. Już od początku drugiego roku chciałam się zapisać na jedno z nich. Początkowo obawiałam się, czy powinnam pójść na spotkanie. W końcu jestem dopiero na 2 roku, no i oczywiście - czy wystarczy mi na to wszystko czasu? Postanowiłam zaryzykować i z perspektywy czasu ani trochę tego nie żałuje. Koła bardzo wiele mnie uczą. Miałam okazję oglądać różne zabiegi, przeprowadzać wywiady z pacjentem, czy też zdobywać liczne umiejętności praktyczne od moich starszych kolegów.

Będąc członkiem koła naukowego ma się również możliwość uczęszczania na dyżury, o ile lekarz wyrazi na to zgodę. W moim przypadku się poszczęściło i udało mi się pojechać na dyżur do Kliniki Ogólnopsychiatrycznej w Szpitalu w Choroszczy. Ten dyżur był jednym z większych zaskoczeń jakie mnie spotkały. Zupełnie inaczej sobie wszystko wyobrażałam.

Na dyżurze przysłuchiwałam się, jak powinno przeprowadzać się wywiad psychiatryczny z pacjentem. Po



pewnym czasie zapoznawania się z wywiadem oraz kilku innych dyżurach, doktor pozwolił nam samodzielnie przeprowadzić takowy wywiad. To było coś naprawdę niezwykłego. Początkowo czułam się nieco niepewnie, gdyż rozmowa z takim pacjentem jest nieco wymagająca. Po kilku takich wywiadach obserwowania starszych koleżanek, o co i jak mam pytać, odważyłam sama zapytać pacjenta o część informacji. Pomimo tego, że jestem właściwie na początku mojej przygody z medycyną, a moja wiedza kliniczna jest bardzo niewielka, polecam każdemu pójść tak wcześnie na koło naukowe. Z własnego doświadczenia mogę śmiało powiedzieć, że to było bardzo dobrą decyzją, bo oprócz wiedzy zyskałam także wiele niezwykle mi cennych znajomości.

Jak to mówią „nie samą nauką żyje człowiek”. Trzeba sobie czasem dać chwilę wytchnienia od codziennego pośpiechu i nauki. Doskonałym sposobem na to jest nic innego, jak impreza w klubie studenckim CoNieCo. Jedną z ciekawszych inicjatyw klubu są „Schodki”, odbywające się trzy razy do roku. Są one formą kabaretu przygotowywaną przez członków Klubu, którego tematyka nawiązuje do naszej uczelni. Po scenkach, wszyscy zbierają się w piwniczce DS nr 1 i celebrują udane występy do białego rana.

Równie obiecujące są imprezy organizowane m.in. przez grupę BUM w kultowych Herkulesach. Najbardziej znaną jest „Otwieracz”, który rozpoczyna każdy rok akademicki i zrzesza studentów UMB niezależnie od kierunku czy roku. Osobiście, bardzo lubię wydarzenia tj. „Dobre rwanie”, „MF Party”, które organizowane są przez inne kierunki. Studenci podczas tych imprez szykują wiele atrakcji, co pozwala zyskać wiele nowych znajomości i zacieśnianie więzi.

Tak czy inaczej, drugi rok jest doskonałym momentem aby zaangażować się w życie uczelni, koła naukowe czy też organizacje studenckie. Jestem przekonana, że z pewnością nikt nie będzie żałować, a bardzo wiele się przez to zyska, co zaowocuje w przyszłości! ■

A.

Nigdy nie mów nigdy. Część 1

Chłód nocy wdierał się pod płaszcz. Przyspieszyłam kroku, chowając zmarznięte dłonie do kieszeni. Nie miałam długiej drogi do przejścia. Bar znajdował się po drugiej stronie parku, przez który właśnie szłam. Aleja była szeroka i dobrze oświetlona, mimo to nie czułam się bezpiecznie. W zasięgu wzroku nie widziałam niczego oprócz latarni oraz bezlistnych drzew. Nagle wzniósł się silny wiatr. Pochyliłam głowę, ani trochę nie zwalniając tempa, wbrew ciągnącej mnie sile. Niestety przez to nie zauważyłam przeszkody. Dopiero, kiedy upadłam na ziemię, podniosłam wzrok. Przywitał mnie szeroki uśmiech i wyciągnięta w moją stronę pomocna dłoń. Po wietrze nie było już śladu.

-Mam nadzieję, że nic ci się nie stało.

-Myślę, że wszystko w porządku. Najmocniej pana przepraszam.

Uśmiechnęłam się nieśmiało, przyjmując zaoficerowaną pomoc. Po krótkiej chwili z powrotem stałam na nogach.

-Nie masz za co przepraszać. Sam powinienem uważać gdzie idę.

W odpowiedzi tylko kiwnęłam drogą, po czym zapadła niezręczna cisza.

-Miłego wieczoru.

Minęłam go i ruszyłam w dalszą drogę. Jednak po chwili, nieznamy zastąpił mi drogę.

-Wybacz nie często wpadam na ładne dziewczyny. Jestem Wiktor.

Słyszając jego słowa przewróciłam oczami. Nie ma jak "tani" tekst na podryw.

-Dobrej nocy Wiktor - powtórzyłam i ponownie zostawiłam go za sobą.

-Chociaż powiedz jak masz na imię!

Usłyszałam jeszcze za plecami. Odwróciłam tylko głowę, kątem oka zauważyłam, że wciąż stoi w miejscu.

-Ada - powiedziałaam głośno.

Nie byłam pewna czy usłyszał, ale nie obejrzałam się już ani razu. Dlatego też nie widziałam jak wymawia moje imię, jakby je smakował, ani też jak obiecuje ponowne spotkanie.

...

Moja mama zawsze mówiła, "gdy się człowiek spieszy, to się diabeł cieszy". W tym momencie byłam w stanie w to uwierzyć. Do tego na pewno nie mógł się pozbierać z podłogi przez ubaw jaki mu właśnie dostarczałam. Wszystko, co mogło pójść nie tak - poszło. Najpierw nie zadzwonił mi budzik, potem jak na złość nie mogłam znaleźć fartucha do laboratorium, ani kluczy od mieszkania. W drodze przez park potknęłam się chyba o każdy możliwy wystający kamień. Do tego prawie spadłam ze schodów, kiedy pokonywałam po dwa stopnie na raz, śpiesząc na drugie piętro. Na zakończenie weszłam na zajęcia do innej grupy, bo akurat dzisiaj mieliśmy niespodziewaną zmianę. Gdy w końcu dotarłam na swoje zajęcia, prelekcja dobiegała

już końca. Miałam nadzieję, że chociaż moja partnerka z ćwiczeń uważała. Sama nie wiedziałam jaki temat obo wiązywał, ale zwykle prezentacja asystentów ułatwiała zaliczenie wejściówek. Jeżeli ona również nie zajrzała do materiałów, to niestety czarno widziałam nasze wyniki.

-Gdzie ty byłaś? - zapytała od razu, kiedy próbowałam jak najciszej wślizgnąć się na sąsiedni stołek.

-Długa historia w skrócie? Wszechświat mnie nie lubi. Co mamy dzisiaj?

Ignorując moje pytanie, rozpoczęła swój monolog. Rzadko kiedy nasze rozmowy miały formę dialogów. Mnie to jednak nie przeszkadzało, potrafiłam wyłapać ważne szczegóły, reszta brzmiała jak szum w tle.

-Wyglądasz jakbyś właśnie przebiegła maraton. Zwiąż włosy, bo się znowu do ciebie przyczepi. - Zdjęła z nadgarstka gumkę, którą mi podała. Po czym kontynuowała nie zwracając na nic innego uwagi. - Mamy nowego. Pochodzi z Łodzi i przeniósł się z Olsztyna albo na odwrót. Nie jestem pewna. Jest od nas starszy, zrobił sobie przerwę po maturze. Z tego co wiem na pewno to jest wysoki i przystojny. Gdybyś nie przyszła pewnie pracowałabym razem z nim, ale trudno będę musiała go poznać w inny sposób.

Parsknęłam śmiechem. To było dla niej typowe. Nie byliśmy przyjaciółkami, ani nawet koleżankami. Po prostu dobrze nam się wspólnie współpracowało w laboratorium. Była to chyba najlepiej poinformowana osoba na całej uczelni, przynajmniej gdy chodziło o wiadomości towarzyskie. Kto, gdzie, kiedy, z kim. Założę się, że gdyby oddała się z taką samą pasją nauce, co plotkom, miałyby najlepsze wyniki na roku. Nie zaskoczyło mnie też ani trochę jej ostatnie zdanie. Nowy, przystojny chłopak na roku będzie sensacją przez resztę semestru. Dlatego każda informacja o nim będzie na wagę złota. Zwłaszcza dla niej.

-A czy ten tajemniczy nieznamy ma jakieś imię?

-Wiktor. Prawda że ładne?

Zastygłam z rękami we włosach, próbując doprowadzić je do porządku. Wiktor? Nigdy nie wierzyłam w przypadki. Ten wydawał się co najmniej podejrzany. Prawdopodobieństwo, że to ten sam chłopak, na którego wpadłam poprzedniego wieczoru było niewielkie, bliskie zeru, prawda? To chyba nie jest aż tak rzadkie imię?

Z rozmyślań wyrwał mnie dźwięk otwieranych drzwi. Czym prędzej związałam włosy, modląc się w duchu, aby chociaż przyzwoicie wyglądała moja fryzura.

Do środka wszedł wysoki chłopak. Miał ciemne włosy zaczesane do tyłu. Ich końce delikatnie kręciły się, ale od razu zauważyłam, że każdy lok miał swoje miejsce. Mimo fartucha i koszuli pod nim - dało się zauważyć, że jest wysportowany. W ręce trzymał chyba pismo od dziekana, sądząc po ilości podpisów i pieczętek. Po przywitaniu się z prowadzącą, podał jej jej. Miał smukłe, blade palce.

Podczas ich krótkiej rozmowy z ust nie schodził mu uśmiech. Zdawał się nie zauważać narastającego szumu rozmów innych studentów w sali. W pewnym momencie jego wzrok prześlizgnął po wszystkich. Odniosłam wrażenie, że na mnie zatrzymał je odrobinę dłużej, ale szybko odepchnęłam tą myśl. Pewnie tylko mi się wydawało. Miał ciemne oczy. Nie były jednak brązowe. Przypominały raczej dwa węgielki otoczone równie czarnymi rzęsami. Miał ostre kości policzkowe oraz długi, wąski nos. Jego twarz była smukła i mimo uśmiechu na twarzy, czy też błysku w oczach, odniosłam wrażenie, że jest poważnym człowiekiem. Jakby niejedno już widział, niejedno już przeżył.

Nagle w zaległej ciszy rozbrzmiały dźwięki elektrycznej gitary przeplatane perkusją. Błyskawicznie sięgnęłam do torebki, próbując znaleźć telefon. Gdy w końcu udało mi się wyłączyć muzykę i podniosłam wzrok, spotkałam się z morderczym spojrzeniem asystentki.

-Widzę, że jest Pani bardzo dobrze zapoznana z materiałem, może w takim razie wyjaśni go panu Wrzosowskiemu?

Przełknęłam głośno ślinę. Spanikowana spoglądałam z nadzieją na swoją sąsiadkę. Jednak ta już miała na twarzy czarujący uśmiech. Z powrotem odwróciłam wzrok, chciałam chociaż spróbować negocjacji, ale chłopak stał już obok naszego stołu.

-Pani sąsiadkę natomiast zapraszam tu do przodu na pierwszy stół.

Dodała prowadzącą odwracając się do nas plecami.

Kątem oka widziałam jak jej wyraz twarzy się zmienia. W ciszy z morderczym wzrokiem utkwionym we mnie zebrała swoje rzeczy i wykonała polecenie. Idąc, jeszcze tylko raz obróciła się w moją stronę wysyłając nieme ostrzeżenie.

-Wybacz, że przegoniłem twoją przyjaciółkę.

-Nie jest nawet moją koleżanką i nie licz, że się czegoś ode mnie nauczysz, sama mam problem z tym przedmiotem.

-Wątpię. Na pewno jesteś rewelacyjna.

W końcu podniosłam na niego wzrok. Uśmiech nadal nie zszedł mu z twarzy. Był uradowany z zaistniałej sytuacji, może nawet rozbawiony.

Teraz, kiedy był bliżej mogłam zobaczyć, że na nosie i policzkach miał piegi. Dodawały mu chłopięcego uroku. Z łatwością roztaczał na około swój czar.

-Skąd możesz to wiedzieć? - zmrużyłam oczy zadając pytanie.

-Mam przecucie - odpowiedział po prostu. - Jeszcze nigdy mnie nie zawiodło.

Zignorowałam jego wypowiedź oraz obecność. Nie było to łatwe, bo wszyscy postanowili być miłsi niż zazwyczaj. Co chwila ktoś podchodził przywitać się i porozmawiać. Nie lubiłam być w centrum uwagi, a on tego na pewno nie ułatwiał. Zamiast tego dałam pochłonąć się pracy. Szukałam odczynników, odmierzałam poszczególne składniki, mieszałam je i pisałam notatki. Bardziej szczegółowej niż zwykle, ale przynajmniej mogłam zapomnieć o tym wszystkim. Mój partner nawet nie miał okazji zaproponować swojej pomocy.

W ostatnim doświadczeniu musiałam podgrzać na koniec próbówkę, więc sięgnęłam po jeden z palników gazowych. Jednak, gdy już miałam go sobie przysunąć, uprzedził mnie.



-Pozwól, że chociaż w tym ci pomogę.

-Podziękuję, zajmij się lepiej poznawaniem nowych znajomych.

Przesunęłam palnik bliżej siebie. Nie czekając na jego reakcję, zaczęłam odkręcać przepływ. W momencie, kiedy przystawiłam zapałkę, poczułam ciepło na twarzy oraz rękę, która objęła mnie w pasie i pociągnęła do tyłu. Kilka sekund później, a miałabym poważne oparzenie. Drugą ręką zakręcił pierścień, zmniejszając wielkość płomienia. Jeszcze przez chwilę patrzyłam zszokowana. Po chwili otrząsnęłam się. Odwróciłam się do niego, przez co jego dłoń znajdowała się teraz na moich plecach. Byliśmy zdecydowanie za blisko siebie.

-Powinnaś bardziej się skupić na tym co robisz albo gdzie chodzisz.

Odepchnęłam się od niego.

-To byłeś ty!

Powiedziałam to trochę za głośno, bo parę osób odwróciło się w naszą stronę.

-Tak i dodam, że w świetle wyglądasz jeszcze ładniej.

W odpowiedzi tylko uniosłam brwi. Nie wierzę...

Musiałam stamtąd wyjść jak najszybciej. Całe szczęście zajęcia się właśnie skończyły. Chwyciłam swoją torebkę i ruszyłam w stronę drzwi, zostawiając mu całe zmywanie sprzętu. Kiedy go mijałam, chwycił mnie za ramię, zatrzymując.

-Nie chciałem cię urazić. Jeżeli to zrobiłem, to przepraszam.

-Dziękuję za uratowanie mnie, ale zrób mi przysługę. Przestań. Nie znam cię, nawet nie mam ochoty poznać. Spokojnie znajdziesz przyjaciół, już nawet to zrobiłeś. Po prostu bądźmy nieznajomymi witającymi się tylko na korytarzu, dobrze?

Nie czekałam na jego odpowiedź. Wysłam z sali. Przez resztę dnia starałam się z całej siły zapomnieć o poprzednim wieczorze, porannych zajęciach, a przede wszystkim o jego naturalnym uroku. Jednak najbardziej nie dawało mi spokoju przecucie, że coś ukrywał za tym swoim idealnym uśmiechem. Skąd niby wiedział, że palnik będzie rozkręcony i buchnie wysokim płomieniem? Miałam nadzieję, że więcej nie będę musiała z nim rozmawiać.

Nie pamiętam, kiedy ostatnio się tak myliłam. ■

ANNA L. PTAK