MEDICAL STUDENTS JIJEL

دليل السنة الأولى طب

GUIDE

1ERE ANNÉE MEDECINE

Sayoud Iyad
Zeraoulia Marouane
Ladjeroud Rami
Taleb Aya
Melit Khadidja
Merabti Souha

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

مقدمة:

أولا وقبل كل شيء نود أن نتقدم إليكم بأحر التهاني والتبريكات بمناسبة نجاحكم في شهادة البكالوريا وتخطيكم لمرحلة التعليم الأولي، وأن نرحب بكم في رحلة رائعة ومليئة بالتحديات في عالم الطب.

تعتبر السنة الأولى من الدراسة الطبية من أهم السنوات في مسيرتكم الأكاديمية، حيث يوضع الأساس الذي ستبنى عليه معرفتكم ومهاراتكم الطبية في السنوات القادمة. ومن أجل انطلاقة موفقة نضع بين أيديكم هذا الدليل الذي يقدم لكم خارطة طريق متكاملة لمساعدتكم على العمل بثقة خلال هذه المرحلة الانتقالية، من تحضير أوائل دفعة "يافا" بملحقة جيجل جزاهم الله ألف خير فلا تنسوهم ووالديهم من صالح دعائكم.

يهدف هذا الدليل إلى تزويدكم بكل ما تحتاجونه للنجاح في السنة الأولى من دراستكم الطبية. ستجدون في صفحاته شرحاً مفصلاً للمواد الدراسية التي ستتعاملون معها، بالإضافة إلى نصائح عملية لإدارة الوقت، وتحقيق التوازن والاستفادة القصوى من الموارد المتاحة.

سواء كنتم تشعرون بالحماس أو القلق بشأن هذه المرحلة الجديدة، فإن هذا الدليل سيكون رفيقكم الأمين، يساعدكم على تخطي العقبات والتأقلم مع التحديات. تذكروا أن كل بداية قد تكون صعبة، لكن بالتحضير الجيد والدعم المناسب، ستتمكنون من تحقيق أهدافكم والانطلاق نحو مستقبل مشرق في مجال الطب.

ملاحظة: توجد بعض المعلومات او الملاحظات الخاصة بملحقة الطب بجيجل ولا تنطبق على الكليات الأخرى

لمزيد من المعلومات او لطرح انشغالاتكم واسئلتكم نرحب بكم في صفحاتنا

Facebook

Telegram

مفاهيم أساسية:

مشوار طالب الطب:

تنطلق رحلة طالب الطب في عالمه الجديد بتكوين يمتد لسبع سنوات كاملة ليتخرج بعدها بشهادة الدكتوراه تمكنه من مزاولة مهنته النبيلة، وتكون مقسمة إلى:

- ثلاث سنوات من الدراسة النظرية الأساسية في العلوم الطبية (علم التشريح، علم الانسجة، علم وظائف الاحياء ...) لينتقل بعدها للتعليم السريري لثلاث سنوات أخرى مبنية على تدريبات عملية وكيفية التعامل مع المرضى في بيئة سريرية (مستشفى) تحت إشراف أطباء وأساتذة، يتم التطرق فيها لمختلف التخصصات الطبية (طب العيون، طب أمراض القلب، طب العظام ...) = Externat
- اما السنة السابعة والأخيرة فتتركز على التدريب العملي المكثف بحيث يخضع الطلاب لفترة تدريبية في المستشفيات كأطباء متربصين وبعد اجتيازها بنجاح يحصل على شهادة الدكتوراه في الطب والتي تسمح له بممارسة مهنته = Internat
- يمكن للطبيب المتخرج اجتياز امتحان التخصص (residanat) والذي يعتمد على مكتسبات السبع سنوات السابقة، تختار التخصصات على حسب أولوية الترتيب العام وينتهي الاختيار عند نفاذ المقاعد المتاحة

السنة الأولى طب:

غالبا ما تكون السنة الأولى مزيجا من الحماس والقلق وهذا نظرا لحجم المواد الدراسية الكبير بالمقارنة مع المعتاد عليها في الاطوار السابقة

- تنقسم السنة الأولى الى سداسيين يتم خلالهما التطرق الى 8 مقاييس (6 منها سنوية و2 سداسية تتغير في السداسي الثاني بمقياسين آخرين) سيتم التفصيل فيهم لاحقا في هذا الدليل، منها ما هو امتداد وتعمق أكبر لما درسناه سابقا ومنها ما هو جديد كليا، كما ان بعضها تدرس حصرا في السنة الأولى فقط لكونها ليست بالمواد الطبية 100% (كيمياء، الإحصاء ...) بل لمجرد تكوين أساس صلب لفهم ابجديات الدروس المستقبلية
- معدل السنة الأولى يحسب في نهاية السنة مع انتهاء فترة امتحانات السداسي الثاني، يحسب بالنظام التعويضي (systeme compensatoire) حيث يعتبر الطالب ناجحا إذا تحصل على معدل يساوي او يفوق 10/20 بدون حصوله على علامة اقصائية
- العلامة الاقصائية محددة ب 5/20 في معدل المقياس، مجرد الحصول على علامة أقل من 5 يعرض صاحبها لاجتياز الاختبار الاستدراكي
- الاستدراك يبرمج عادة قبل بداية السنة المقبلة (سبتمبر) ويكون لمقاييس السداسيين الأول والثاني في نفس الوقت، ويعنى الطالب بالاستدراك في حالتين: معدل العام أقل من 10، فيجتاز الطالب الامتحان الاستدراكي في المقاييس التي لم يتجاوز معدلها 10 أو في حالة العلامة الاقصائية.

اللغة الفرنسية:

يجتاز طلبة السنة أولى طب في بداية السنة امتحان تحديد المستوى في اللغة الفرنسية الذي يختلف من كلية لأخرى بحيث في السنة الماضية كان عبارة عن QCS 20 , 10 منها تخص اللغة الفرنسية وقواعدها مما تم دراسته في الطور المتوسط و الثانوي و 10 الأخرى خاصة بمفاهيم بسيطة في المجال الطبي.

يتم بعد تصحيح الإمتحان تقسيم التلاميذ حسب نتائجهم إلى مستويات تصاعديا، وهي كالتالي:

مستوى A1 et A2

مستوى B1

مستوى B2

مستوى C1

عند حصولك مثلا على مستوى B1 في هذا الامتحان فأنت مطالب بأن تجتاز هذا المستوى إلى الذي يليه فيتم برمجة دروس أسبوعية لكل مستوى من المستويات مع أساتذة متخصصين و ببرنامج محدد بهدف تحسين مستوى الطلاب ما عدا المستوى C1 (تنطلق دروس المستوى B2 في السداسي الثاني)

يعيد الطلاب اجتياز امتحان تحديد المستوى مرتين، في منتصف السنة وفي نهايتها بعد استكمال عدد ساعات الدراسة اللازم، فيعتبر الطالب ناجح بصفة نهائية عند اجتيازها للمستوى B2ونجاحه للمستوى C1 أما المستويات الأدنى فهي مطالبة باستكمال الرحلة في السنة الثانية

الإمتحان النهائي يكون عامة سهل جدا و تقريبا جميع الطلبة ينجحون في المستوى المعنيين به و يكون هناك الكتابي في شكل نص و أسئلة و وضعية إدماجية أو QCM / QCS / QROC و هناك كذلك الشفوي و الذي يخص التعبير عن الرأي حول موضوع ما يكون الهدف منه اختبار التواصل باللغة الفرنسية ومدى

تقديم الدروس:

خلال العام الدراسي يتم تقديم الدروس بطرق وعلى مستويات مختلفة بهدف تحقيق فهم شامل ودقيق بحيث تكون عبارة عن:

- **محاضرات:** يتم تقديمها في مدرجات كبيرة تحمل كل طلاب الدفعة عادة، ويتم خلالها شرح وتقديم المعلومات الأساسية والجوهرية التي يحتاجها الطالب لفهم الدرس، غالبا ما يتطلب تركيز وتدقيق كبيرين حيث يتم تغطية كمية كبيرة من المحتوى في مدة ساعتين
- **أعمال موجهة TD:** تكون في قاعات تحمل مجموعة فقط من الطلاب (حوالي 35 طالب)، يتم التركيز فيها على حل التمارين ومناقشة الأفكار والمفاهيم المعقدة، تهدف بذلك لتعزيز الفهم النظري الذي تم تقديمه في المحاضرات بحيث تتيح للطلاب فرصة للتفاعل أكثر مع المادة وذلك بطرح الأسئلة التي قد لا يتمكنون من طرحها خلال المحاضرات، تقام حصة في كل أسبوع للمقاييس التالية: Biochimie, Biostatistique, Biophysique بالإضافة الى Chimie, Cytologie ولكن بطرق خاصة تم التطرق اليها في فصل المقاييس.
- **أعمال تطبيقية TP:** تقدم في مخابر مجهزة ومخصصة بحيث تتعامل مجموعة من الطلبة (18 طالب) مع عينات وأجهزة طبية من أجل القيام بتجارب والتمكن من ملاحظة عيينات لأعضاء تم التطرق اليها في المحاضرات وتتبع في الأخير بتحضير تقرير حول الحصة (سيتم التفصيل فيه لاحقا) الذي يتم تصحيحه ويوضع كعلامة تحسب في معدل المقياس اما في بعض المواد فتقام اختبارات تقييمية في

نهاية السداسي بدلا من التقارير، تقام الاعمال الموجهة مرة في أسبوعين للمقاييس التالية:
Histologie،Embryologie Cytologie مثال:

- Forttis Sanguin: تجربة مسحة الدم، تتم بوضع قطرة دم و توزيعها على العينة و من ثم ملاحظتها على المكبر Microscope للتعرف على مختلف الخلايا المكونة للدم و اشكالها

الامتحانات:

بعد الشرح ثم الفهم يأتي التقييم، فعند نهاية كل سداسي تقام الاختبارات في كل المقاييس على مدار أسبوعين مخصصين بحيث يمتحن الطلاب كل أيام الأسبوع ماعدا الثلاثاء والسبت

- يختلف طرح الأسئلة من مقياس لآخر (تم الحديث عليهم في فصل المقاييس) ولكن سنحدثكم عن مختلف طرق طرح الأسئلة:

QCM (question à choix multiples): سؤال متعدد الخيارات، بحيث يقدم للطالب سؤال مع عدة اقتراحات و يطلب منه اختيار الإجابة او الإجابات الصحيحة و الأكثر دقة من بين الاختياريات المقترحة

QCS (question à choix simple): سؤال ذو اختيار واحد، بحيث يقدم للطالب سؤال يتضمن مجموعة من الخيارات و يطلب منه اختيار إجابة صحيحة واحدة

QROC (question à réponse ouverte courte): يتمثل هذا النوع من الأسئلة في تقديم سؤال يتطلب من الطالب تقديم إجابة مختصرة ومباشرة، تتطلب الصياغة في جملة صغيرة او مفهوم معين

- في المقابل توجد عدة طرق للتصحيح كذلك:

Tout ou rien: الكل او لا شيء، يتم منح الطالب العلامة الكاملة في حالة اذا كانت الإجابة صحيحة تماما، أما اذا كانت غبر كاملة او اختيار واحد خاطئ فان الطالب لن يحصل على أي علامة

Partielle Améliorée: التصحيح الجزئي المحسن، يتم منح الطالب نقاط جزئية في حالة الإجابات التي تكون صحيحة جزئيا او غير مكتملة (كاختيار اجابتين صحيحتين من أصل ثلاث إجابات صحيحة فيحصل الطالب على 2/3 من العلامة الكاملة) و في حالة اختيار إجابة خاطئة فيتم العمل بمبدأ "الخطأ يلغي الصواب" و يتم اختزال إجابة صحيحة لكل إجابة خاطئة تم اختيارها (مثال اختيار اجابتين صحيحتين و أخرى خاطئة فتحسب لك إجابة صحيحة واحدة فقط)

Partielle: التصحيح الجزئي، يتم منح الطالب العلامة الكاملة في حالة إجابة صحيحة مكتملة او نقاط جزئي' في حالة إجابة صحيحة غير مكتملة لكن في حالة اختيار إجابة خاطئة يلغى كل شيء و لن يأخذ الطالب أي علامة

تمثيل الطلبة في الجامعة:

يعد تمثيل الطلبة لدى الإدارة أحد اهم الأجزاء في الجامعة بحيث يمثل فرصة للطلاب للتعبيرعن آرائهم واحتياجاتهم والمشاركة في صناعة القرارات التي تؤثر على مشوارهم الدراسي

- بحيث يتم اختيار ممثلين اثنين عن كل مجموعة في بداية السنة الدراسية وبعد مشاورات بينهم يتم الاتفاق على ممثل واحد ونائب له لتمثيل زملائهم الطلبة في الدفعة وإيصال صوتهم امام إدارة الجامعة وهذا بالتشاور مع باقي ممثلي المجموعات الذين بدورهم يعملون على التشاور مع زملائهم في المجموعة

- يتم تنظيم اجتماع بيداغوجي CP : Conseil Pédagogique بين إدارة الجامعة من مسيرين وأساتذة وممثلي الطلبة من حين لآخر او بطلب من الإدارة في حالة دراسة قرارات مستعجلة تخصهم

المقاييس:

ANATOMIE:

تعريف بالمادة:

باللغة العربية علم التشريح، ركيزة التخصصات الطبية و خاصة الطب و عمادها الأول، مقياس سنوي (annuelle)مع معامل 2 , يدرس في السنة الاولى و الثانية فقط كمقياس مستقل مع وجود إضافات في السنوات الموالية سواء كمجهود شخصي أو كمتفرقات في المقاييس الأخرى و خلال التدريب أيضا .
رغم أن برنامج السنتين الأولى و الثانية من ناحية الدروس مختلف تماما إلا أنهما مكملان لبعضهما . ليبقى واجبا على الطالب تذكر تفاصيله لضرورة ذلك في المرحلة السريرية من الدراسات الطبية (السنة 4 و 5 و6) , فكل طبيب و طالب طب ملزم بمعرفة كل ما يخص علم التشريح.

نبذة عن الدروس:

يحتوي برنامج علم التشريح في السنة الأولى على عدد من الدروس مقسمة بدقة في شكل درسين ثم وحدتين خاصتين بالجهاز الحركي (l'appareil locomoteur) , و سنبسط البرنامج فيما يلي :

- **الدرس الأول**: يمثل مقدمة إلى علم التشريح، بحيث يتم التطرق الى تاريخ علم التشريح و مصطلحاته, في حين نتطرق في الجزء الثاني بالمعالم في علم التشريح (Reprers Anatomiques)و هو جزء شديد الأهمية لكونه أساس فهم الدروس و الأسئلة فيما بعد بحيث يتناول les plans ، les axes، le vocabulaire anatomique ...

- **الدرس الثاني**: درس سهل و ممتع، يتم فيه التطرق لتركيب جسم الإنسان إنطلاقا من المستوى الذري مرورا بالمستوى الجزيئي و العضيي , الخلوي و النسيجي و العضوي وصولا لأجهزة الجسم .

Atome => molécule => organite => cellule => tissu => organe => appareil ou système

سيتم التركيز على أنواع الأنسجة والأعضاء وأجهزة الجسم، هذا درس يرد في إمتحان السداسي الأول.

بالنسبة للوحدتين هما:

- **وحدة الطرف العلوي** (le membre supérieur)
- **وحدة الطرف السفلي** (le membre inférieur)

في كل وحدة يتم التطرق لخمس أجزاء وهي:

- **علم العظام l'ostéologie:** يتم فيه دراسة العظام، التعرف على شكلها، حدودها و موضعها، هذا الجزء قصير و سهل، يستلزم الفهم و القليل من الحفظ الناتج عن التكرار للمعلومات مع أهمية اللجوء للرسومات للفهم (العظم = l'os , العظام = les os)
- **علم المفاصل l'arthrologie :** يتم فيه دراسة المفاصل من ناحية أسطح التمفصل (les surface articulaires) و مدى تأثرها بالصدمات الخارجية (la stabilité) إضافة للوسائل التشريحية لاستقراره (les moyens d'union) و كذا التشريح الوظيفي (l'anatomie fonctionnelle) و هو جزء ممتع و لا يتطلب جهدا كبيرا من الطالب , فبحضور الدروس , المراجعة و الإعتماد على الفهم تتمكن منه بسهولة (المفصل = l'articulation)
- **علم العضلات la myologie:** يتم في هذا الجزء التطرق لعضلات جسم الإنسان من ناحية مناطق إرتباطها (les insertions) و وظائفها الحركية , و صراحة هو جزء يعتمد على الحفظ بشكل كبير مع القليل من الفهم و يستلزم التكرار , و هذا أكبر جزء يستوجب الإعتماد على الرسومات و التطبيقات 3 أبعاد و أنا بصراحة إعتمدت فيه على الذاكرة الكتابية , كنت أكرر كتابة المعلومات من أجل الحفظ (العضلة = le muscle)
- **علم الجهاز الوعائي l'angiologie:** يقتصر هذا الجزء على دراسة الأوردة (les veines) و الشرايين (les artères) الخاصة بالطرفين و هو جزء قصير نوعا ما ولا يتطلب مجهودا بل يعتمد على التكرار ليتم التمكن منه مع اللجوء للصور التوضيحية (الأوعية الدموية = les vaisseaux sanguins)
- **علم الأعصاب l'innervation:** هذا الجزء هو الأخير في البرنامج يتم فيه التطرق للأعصاب (les nerfs)و إبراز الشبكة الأصلية العصبية (le plexus) الذي تنطلق منه أعصاب كل جزء و من ثم التطرق لكل عصب من ناحية أصله و المناطق التي يمر منها (le trajet) و كذا المناطق المسؤولة عن الرسائل العصبية الحسية و الحركية منها و إليها les territoires sensitives et motrices), هذا الجزء ليس طويلا لكنه عنيد في تذكر تفاصيل كل عصب لذا يجب تكراره مع الملخصات .

<u>ملاحظات هامة:</u>

- في الكليات الأخرى يتم في السداسي الأول التطرق للدرسين إضافة إلى: علم العظام، المفاصل، العضلات الجهاز الوعائي و الأعصاب الخاصة بالجزء العلوي فقط و يخصص السداسي الثاني لعلم العظام، المفاصل , العضلات , الجهاز الوعائي و الأعصاب الخاصة بالجزء السفلي , لكن لملحقة جيجل نظام آخر، بحيث يتم تدريس علم العظام الخاص بالجزء العلوي و السفلي، ثم علم المفاصل الخاص بالجزء العلوي و السفلي ... والقصة هكذا
- يجدر الإشارة إلى أن الدكتور حسين يدمج الجزء الخاص بعلم المفاصل وعلم العضلات نظرا للتقارب الشديد بينهما وهو أمر جيد، ذلك أن علم العضلات عندما يدرس منفصلا يتم التطرق فيه لتفاصيل مملة لا فائدة منها.
- الكليات الأخرى عند بداية كل جزء مثلا علم العظام يتم القيام بدرس خاص بالعموميات حوله، لكننا مع الدكتور حسين لم نقم بدلك، إذ بعد القيام بالدرسين وقبل البدء في الوحدتين نتطرق لمجموعة من الدروس بشكل سطحي مع الإهتمام بالأساسيات و هي تخص العموميات حول أجهزة جسم الأنسان les systèmes et les appareils du corps humain و هي كالتالي :

الجهاز العظمي الحركي	Le système squelettique

le système digestif	الجهاز الهضمي
Le système cardio-vasculaire	الجهاز القلبي-الوعائي الدموي
Le système respiratoire	الجهاز التنفسي
Le système urinaire	الجهاز البولي
Le système génital	الجهاز التناسلي
Le système cutané	الجهاز الجلدي
Le système nerveux	الجهاز العصبي
Le système musculaire	الجهاز العضلي
Le système endocrinien	الجهاز الغددي الهرموني

نظام الدكتور حسين اعتبره افضل اذ يجعلك تدخل في جو الطب بمعرفتك لآليات عمل جسم الانسان، لكن هذه الإضافة تجعل البرنامج مثقل نوعا ما

- إذن في السداسي الأول تطرقنا للدرسين وأجهزة الجسم وكذا علم العظام للطرفين العلوي والسفلي وخلال السداسي الثاني تناولنا علم المفاصل، العضلات، الجهاز الوعائي والاعصاب لكلا الطرفين، والذي كان مشحونا لكثرة الدروس والتفاصيل

الأعمال التطبيقية:

يقوم الطلبة في حصص الأعمال التطبيقية TP مع الإستعانة بهيكل جسم الإنسان سواء العظمي أو العضلي أو غيرهما من مراجعة مكتسبات الدروس و محاولة تقريب تصورهم من الواقع و كذا التطرق لبعض الحالات المرضية ليبقى الهدف منه ترسيخ المعلومات في جو حواري.

الحضور إجباري بحيث انطلقنا في معهد التكوين شبه الطبي و تم استكمال ما بقي من الحصص في قاعات الجامعة، بالنسبة لي لا فائدة من هذه الحصص إن لم تكن ملما بدرسك حتى ولو قراءة أو قرائتين فالأستاذ في هكذا حصة لا يعطي جميع التفاصيل بل يقوم بعمل مراجعة بإستغلال الهيكل العظمي وغيره.

هناك نقطة أساسية وهي أنه قد توجد تسميات مختلة لنفس العضو أو العظم مثلا وهذا راجع لتعدد التسميات قبل وبعد توحيدها عالميا.

نصائح و توجيهات:

- طريقة الدراسة تنتقل بين الفهم و الحفظ ولا يمكن الجزم بغلبة أحدهما على الأخر, فهناك دروس تتطلب الفهم الجيد لمفاهيمها و هو كاف للتمكن منها في حين توجد دروس تستلزم الحفظ و هو ما يربك الطلبة نتيجة لتفكيرهم الخاطئ , فالحفظ هنا لا يعني حمل الكراس أو الدرس و محاولة حفظه حرفيا بشكل أعمى , و أؤكد على ما يلي , الحفظ المقصود هنا يأتي بالتكرار , يجب الحضور مع الأستاذ وتدوين ملاحظاته و إملائه مع التركيز اثناء الشرح بعدها قراءة الدرس قراءة أولية متأنية يتم خلالها

شرح المصطلحات إلى اللغة العربية والتعرف على الكلمات الجديدة مع البحث على الأنترنث و اللجوء للصور ثم القراءة الثانية , ثم تأتي خطوة أنا أحبذها بشدة و هي محاولة وضع هيكلة الدرس في مخطط لتسهيل تذكره , لتكون بهذا مدركا لدرسك، و في إنتظار وصول الحصة الموالية بعد أسبوع تكرره مرة أو مرتين مع إعتماد المصادر المختلفة , كما يجب العلم أن دروس الوحدتين مع تتاليها تصبح التفاصيل كثيرة فتجنبوا تراكمها.

- أنصح بالقيام بملخصات شخصية لتسهيل الفهم وخاصة الحفظ مع هيكلة الدروس
- هذا أكثر مقياس يحتاج إلى اللجوء للصور والفيديوهات على اليوتيوب وكذا التطبيقات التشريحية ثلاثية الأبعاد إلى جانب الكتب الطبية.

الامتحان:

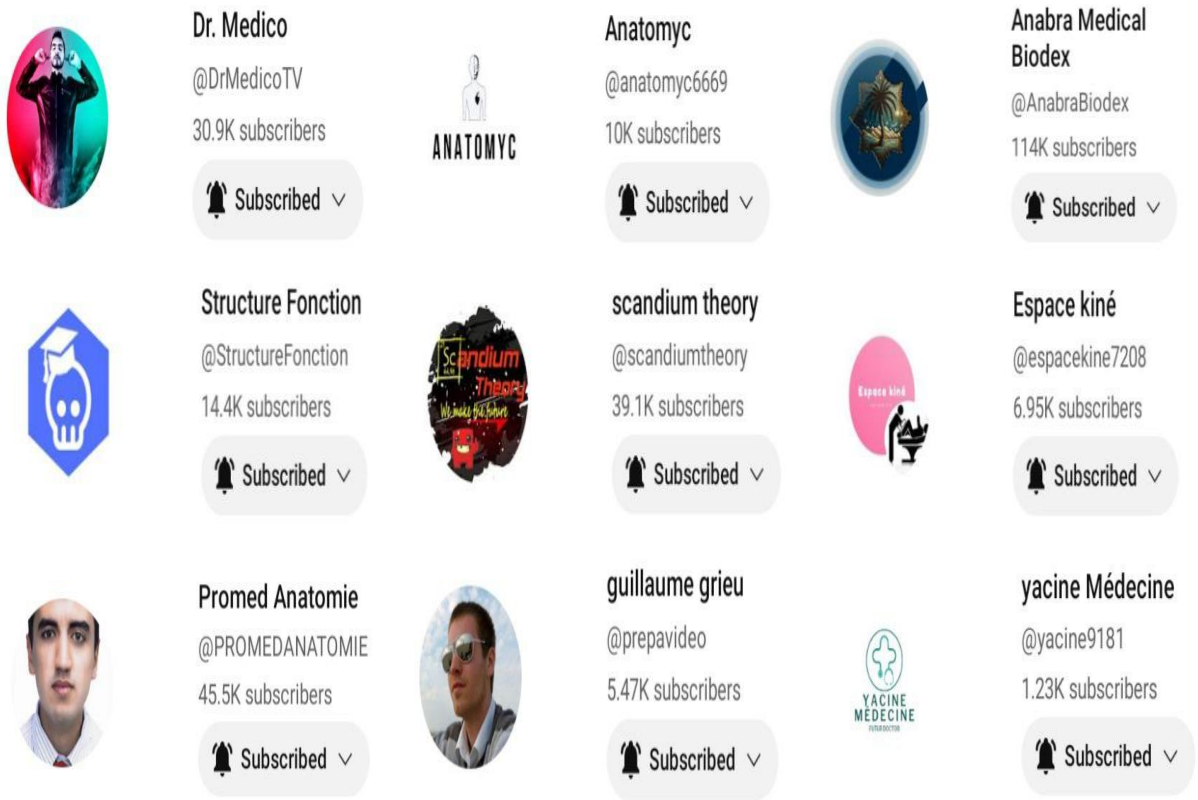
امتحان مادة علم التشريح يكون عادة عبارة عن QCM مع اختيار الإجابات الصحيحة ولكن وخصيصا في هذا المقياس قد توجد أسئلة بدون اختيارات صحيحة فيجب عليك تركها على حالها بدون اختيار. كما وجب التنبيه ان الدكتور حسين يستعمل مفردات عدة ومتنوعة لذا وجب الاطلاع والتركيز اثناء الشرح.

الامتحان التطبيقي عادة يكون شفوي بحيث يدخل كل تلميذ القاعة و يطرح عليه أستاذ الأعمال التطبيقية أسئلة مما تم التطرق لها لكننا لم نقم بذلك فتم اجتيازه مثل الإمتحان العادي في شكل 5 أسئلة (QCM) في مدة 15 دقيقة و صراحة كان سهلا بعلامات تفوق كلها 10/20

مصادر الدراسة:

المصدر الأول و الأساسي هو دروس الأستاذ و رسوماته إضافة الى:

قنوات اليوتيوب :





الكتب الطبية :

Les livres du Dr.Hammoudi du membre superieur et inferieur

الكتابان المذكوران سابقا لا يحبذهما الأستاذ لوجود بعض الخلط في المصطلحات.

Atlas Netter d’anatomie humaine – Frank H.Netter -

Anatomie clinique ; Kamina Pierre . Tom 1 – Anatomie générale et membre –

الأستاذ يحبذ هذا الكتاب بشدة بسبب معلوماته الدقيقة، و هو يلجأ للصور الواردة فيه للشرح.

Gray’s anatomie – le manuel pour les étudiants – Richard L.Drake –

Gray’s fiches d’anatomie – Richard L.Drake –

ملاحظة:

سيتم نشر الكتب الطبية و دروس كليات الطب الأخرى و كليات طب الأسنان فيما بعد .

يجب التنبيه إلى أن المصادر لا تنتهي هنا , يمكن للطلبة إيجاد مصادر أخرى خلال بحثهم سواء كانت قنوات يوتيوب أو صفحات طلبة مفيدة على مواقع التواصل الإجتماعي و حتى تطبيقات مقياس علم التشريح ب3 أبعاد، كما يمكن الاعتماد على مصادر الكليات الأخرى و حتى طب الاسنان فيما يخص أجهزة جسم الانسان.

مصادر أسئلة الإمتحانات:

- يجب حل الإمتحانات السابقة للدكتور حسين.
- يمكن التوجه لإمتحانات كلية طب أسنان فيما أسئلة يخص أجهزة جسم الإنسان
- يمكن الإستعانة بكتب يتم فيها جمع إمتحانات كليات السنوات السابقة مثل كتاب easy test الخاص بكلية الجزائر العاصمة،و كتاب testini الخاص بكلية قسنطينة .

BIOCHIMIE:

تعريف بالمادة:

الكيمياء الحيوية (Biochimie) هي فرع من العلوم يهتم بالتفاعلات الكيميائية والفيزيائية الكيميائية التي تحدث داخل الكائنات الحية. تقع الكيمياء الحيوية عند تقاطع علم الأحياء (بيولوجي) والكيمياء وتهتم بشكل خاص بالجزيئات التي تشكل الخلايا، مثل البروتينات، الدهون (الليبيدات) والكربوهيدرات (الغلوسيدات) والأحماض النووية (الحمض النووي والحمض النووي الريبي). تستكشف الكيمياء الحيوية كيفية تفاعل هذه الجزيئات وكيف تساهم في وظيفة وبنية الخلايا، وكذلك في جميع العمليات الحيوية مثل الأيض، والإشارات الخلوية، والتنظيم الجيني.

هو مقياس سنوي معامله 2 ويتم دراسته طيلة السنتين الاولى والثانية، بحيث يتم التطرق في الأولى لخمس وحدات كل على شكل جزئين (التركيبة والتفاعلات الايضية)

نبذة عن الدروس:

- **السكريات (Glucides):** المعروفة أيضا باسم الكربوهيدرات، هي جزيئات تتكون من الكربون والهيدروجين والأكسجين. تعتبر مصدرًا أساسيًا للطاقة في الكائنات الحية. تنقسم الكربوهيدرات إلى عدة أنواع، بما في ذلك السكريات الأحادية (مثل الجلوكوز والفركتوز)، والسكريات الثنائية (مثل السكروز واللاكتوز)، والسكريات المتعددة (مثل النشا، والجليكوجين، والسليلوز).
تلعب الكربوهيدرات دورًا حيويًا في عملية الأيض، حيث توفر طاقة سريعة للخلايا بهدم الجلوكوز عن طريق عمليتين اساسيتين الغليكوليز(Glycolyse)وحلقة كربس(Cycle de Krebs) أنبه انه يجب التركيز على فهم وحفظ هتان العمليتين جيدا لانهما مهمتان لفهم باقي الدروس , كما يمكن أن تخزن الكربوهيدرات كاحتياطي للطاقة (مثل الجليكوجين في الحيوانات والنشا في النباتات) وتشارك أيضًا في بنية الخلايا (مثل السليلوز في جدران الخلايا النباتية).
  - هذه الوحدة من اطول الوحدات في المقياس لدا يجب التركيز فيها جيدا وعدم تأجيل دروسها
- **الدهون (lipides):** الليبيدات هي مجموعة من الجزيئات العضوية غير قابلة للدوبان في الماء التي تشمل الدهون والزيوت و تتكون بشكل رئيسي من الكربون والهيدروجين مع كمية قليلة من الأكسجين كما تعتبر مصدرًا مهمًا للطاقة ومكونات أساسية لأغشية الخلايا. بالإضافة إلى ذلك، تعمل الليبيدات كعوازل حرارية وحافظة للحرارة، وتساهم في حماية الأعضاء الحيوية. توجد أيضًا بعض الليبيدات التي تعمل كرسل كيميائي (هرمونات) وتنظم العمليات الحيوية في الجسم
  - هذه الوحدة وحدة مملة وجافة على حسب الكثير من الطلبة ولاحظت انه يوجد الكثير الذي لم يدرسها واقصائها لأسباب لكنها تأخذ حصة الاسد في الامتحان نظرا لأهميتها في مسارنا الدراسي ووحدة قصيرة تستطيعون دراستها في يومين
- **البروتينات (protéines):** البروتينات هي جزيئات كبيرة ومعقدة تتكون من سلاسل من الأحماض الأمينية المرتبطة ببعضها البعض بواسطة روابط ببتيدية. تعتبر البروتينات جزءًا أساسيًا من جميع الكائنات الحية، وتلعب أدوارًا متعددة وحيوية في الجسم.
تساهم البروتينات في بناء الأنسجة والعضلات، وتشارك في التفاعلات الكيميائية كإنزيمات، وتعمل كمكونات رئيسية في أغشية الخلايا، وتلعب دورًا في النقل الخلوي والاتصال بين الخلايا. بالإضافة إلى ذلك، بعض البروتينات تعمل كهرمونات أو كأجسام مضادة للدفاع عن الجسم ضد الأمراض.

- هذه الوحدة وحدة ممتعة ومهمة نظرا لسهولتها والمكتسبات القبلية التي تطرقنا لها عام البكالوريا بالإضافة الى بعض التفاصيل وسيتم التركيز على اهمية هذه الجزيئات داخل الجسم
سندرس الاحماض الامينية بالتفصيل لذا نصيحتي هي انه يجب حفظهم وحفظ اصنافهم لأنها من الاسئلة المتكررة في الامتحان ولتسهيل ذلك يجب استعمال مخططات وخرائط ذهنية

- **الانزيمات (Enzymes):** الإنزيمات هي بروتينات تعمل كعوامل مساعدة حيوية تسرع التفاعلات الكيميائية في الجسم دون أن تُستهلك في هذه التفاعلات. تلعب الإنزيمات دورًا حيويًا في جميع العمليات البيولوجية تقريبًا، مثل الهضم، وتخليق الحمض النووي، وإنتاج الطاقة، وغيرها من الوظائف الأساسية
  - هذه الوحدة سهلة وخفيفة واسئلتها واضحة تحتوي على تفاصيل مضافة على المعلومات المدروسة في عام البكالوريا ونتطرق ايضا لبعض القوانين متعلقة بعمل الانزيم وتراكيز الركية وناتج التفاعل ومنحنيات بيانية للحفظ انتبهوا، يغلب على هذه الوحدة الفهم أكثر من الحفظ
- **الاحماض النووية (les acides nucléaires):** الأحماض النووية هي جزيئات كبيرة ومعقدة تشكل المادة الوراثية في الكائنات الحية. توجد بشكل رئيسي نوعان من الأحماض النووية: الحمض النووي الريبي منقوص الأكسجين (DNA) والحمض النووي الريبي (RNA).
  - هذه الوحدة لم ندرسها وبالطبع لا أستطيع المساعدة فيها لكن حسب الطلبة فإنها وحدة سهلة نظرا للمعلومات المسبقة التي لدينا لكن يجب التركيز فيها جيدا لكثرة المعلومات

توجيهات ونصائح:

- اول نصيحة ممكن أقدمها كون هذا المقياس من المقاييس المهمة جدا والممتعة ايضا نظرا لكثرة المعلومات والتفاصيل الي سنحتاجها في مشوارنا الدراسي يجب اعطائه حقه من الوقت والمراجعة والجهد، صحيح انه مقياس ضخم حسب ما هو متداول لكن عدم تأجيل دروسه والانتظام والانضباط سيجعل من ذلك سهلا.
- حسب رأيي يجب دراسة هذا المقياس بعمق والبحث عن التفاصيل وفهمها جيدا وعدم تجاهل اي معلومة لكن طبعا في حدود الدرس المقدم من طرف الاستاذ، يجب مراجعة المعلومات المدروسة كل يومين الى 3 ايام لاستذكار التفاصيل وتجديد الذاكرة وعدم نسيان اي شيء لأنه إذا لم نستذكر بعد ايام سيكون كأنه لم ندرس شيء وسيسبب هذا الاحباط
- الخطأ المرتكب من طرفي هو ان كانت نظرتي الاولية للمقياس خاطئة حسبته مقياس فهم وليس حفظ مع حل Les qcm ساخد علامة جيدة لكن لا وثانيا لم أركز جيدا على الدرس المقدم من طرف الاستاذ وكنت ادرس واراجع من مصادر وملخصات طلبة السنوات السابقة واحفظ فقط الاهم لكن كنت مخطئة تماما وكانت علامتي متوسطة فالسداسي الاول لكن اكتشفت الخطأ الحمد لله واني اخطئت في تقييمي، في السداسي الثاني قرات قراءة اولية سطحية لأخد نظرة عامة على الدرس وبعدها اشرع بتفكيك محتوى الدرس والمعلومات التي لم افهمها ابحث عنها او اشاهد فيديوهات اليوتيوب وبعدها عندما اتمكن جيدا من الدرس ابدا بحل اسئلة السنوات السابقة وهذا لمساعدتي في اختبار نفسي وايضا لمعرفة اي من المعلومات والتفاصيل التي يجب التركيز فيها وحفظها لأنها تتكرر في الامتحانات
- نصيحتي ايضا الحفظ الببغاوي من الدرس ليس له فائدة من المستحيل حفظ كل شيء بالتفصيل لا الوقت ولا الجهد يسمح بذلك فركزوا على المعلومات المكررة واؤكد على اهمية اعادة قراءة الدرس من 4 الى 5مرات قبل الامتحان وهذا للإلمام بجميع التفاصيل توقعا لورود سؤال لم يمر عليكم اثناء حلكم اسئلة الامتحانات السابقة
- يوجد عناوين في التفاعلات الكيميائية لمختلف الجزيئات التي سندرسها من الجيد لو يتم التركيز عليها وعدم تجاهلها وحفظها عن ظهر قلب مثل Le cycle de Krebs مهم جداااا في مشاوركم وخاصة

في بعض المقاييس الاخرى مثل Cytologie وايضا سنجده في بعض الوحدات الاخرى بالتالي يجب فهمه وحفظه لتسهيل فهم المعلومات المرتبطة به وعدم مواجهة اي صعوبة

- يجب التركيز على سلاسل الاعمال الموجهة وعدم اهمالها لانه يتم الاهتمام بالاهم ومن المستحسن القيام بنظرة حول الدرس او الوحدة قبل الحصة لتكون الاستفادة أكثر
- للتمكن من هذا المقياس يجب حل العديد من الاسئلة والاطلاع على الامتحانات السابقة سواء امتحانات الملحقة او الكليات الاخرى وهذا للحصول على علامات ممتازة ان شاء الله
- من الاحسن القيام بمخططات او خرائط ذهنية للرجوع اليها ليلة الامتحان لتسهيل المراجعة لكثرة المعلومات ولتفادي صعوبة استرجاعها

مصادر للدراسة:

https://youtube.com/@ayaacademy7657?si=KiUlWm3SchZYO-fn هذه القناة لتبسيط الدروس لأول مرة انصح بها

*https://youtube.com/@dr.batman1?si=254mOp221WvAjyXi*هذه القناة لطالب بارك الله فيه له طريقة في توصيل الدرس ممتعة وسلسة

*https://youtube.com/@ninjanerdofficial?si=fujEVIGgt2UGmkl1*هذه القناة خاصة للطلبة المتمكنين من اللغة الانجليزية انا شخصيا استعملتها في وحدة الانزيمات لفهم القوانين والمنحنيات البيانية في هذه الوحدة

https://youtube.com/@dr_achar?si=bdQZDBGR8gbKy_J9 ,
*https://youtube.com/@medicinewithsarah?si=kC3u-Y-HWWC8kNtC*هذه القنوات قد ساعدت بعض زملائي خاصة في وحدة الغلوسيدات

BIOPHYSIQUE:

تعريف بالمادة:

الفيزياء الحيوية هي احد الاختصاصات المتداخلة التي تقوم على تطبيق نظريات ومناهج وقوانين فيزيائية على مسائل ومعضلات ضمن علم الاحياء
و هو مقياس سنوي (معامله 2) يتم دراسته في السنة الأولى والثانية طب

نبذة عن الدروس:

- السداسي الأول يتم فيه دراسة الفيزياء الحيوية للمحاليل (Biophysique des solutions) مجال واسع يهتم بدراسة عموميات حول المحاليل والانتشار وفيزيولوجية الوذمة وفيزياء الكلى الحيوية والديناميكا الحرارية

1) Biophysique des solutions
   a) La matière et les interactions intermoléculaires

درس عادة لم يعنى بالامتحان لعدم تدريسه في بجاية

   b) Généralités sur les solutions
   c) Etats de la matière
   d) Equilibre acido-basique

- السداسي الثاني يتم فيه التطرق الى ثلاث وحدات

2) Electricité et phénomènes bioélectriques
   a) Electrostatique
   b) Electrocinétique
   c) Potentiel d'action et Potentiel de repos
   d) ECG : Electrocardiogramme

يتم فيه دراسة الكهرباء والظواهر الكهربائية الحيوية داخل العضوية مثل كمون العمل، كمون الراحة والتخطيط الكهربائي للقلب

3) Optique Géométrique
   a) Principe de l'optique
   b) Les éléments optiques
   c) Instruments optiques

يهتم بدراسة الظواهر الضوئية مثل الانكسار والانعكاس ودراسة العين وكيفية عملها بالإضافة لمختلف عيوب الرؤية وكيفية تصحيحها

4) Rayonnements
   a) Radioactivité
   b) Rayonnements Ionisants
   c) Les interactions rayonnements-matière
   d) Effets Biologiques

e) Hygiène et protection
f) Détection des rayonnements ionisants
g) Radiothérapie externe

يتم فيه دراسة الظواهر النووية والاشعاعات وتأثيرها على المادة والعضوية ومختلف استعمالات الفيزياء النووية في المجال الطبي

نصائح و توجيهات:

- هذا المقياس سهل عكس ما يظنه البعض ويمكن تحصيل علامات جيدة فيه. فقط يجب ان تعطيه حقه من المراجعة والمهم ان لا تهمل حتى درس وتركز على كل التفاصيل الموجودة فيه وان تعيد مراجعته مرارًا وتكرارً من خلال اليوتيوب وسلاسل الاعمال الموجهة وان تكون مُلِم بكل القوانين حفظا وفهما وتطبيقا
- بالنسبة للتمارين فالمرجع الأساسي هو سلاسل الاعمال الموجهة +من الأفضل الاطلاع على افكار أكثر من كتاب EasyTest وحل امتحان الأعوام السابقة
- المقياس يعتمد على الحفظ والفهم معًا فلا يجب التركيز على القوانين والحساب فقط لان الاسئلة النظرية والطبية تأخذ النسبة الأكبر في الامتحان
- الامتحان وعلى عكس باقي المقاييس يتم بإضافة اختبار الاعمال الموجهة في نفس الوقت (نحظى بورقتين واحدة للاختبار العام وأخرى لاختبار الاعمال الموجهة) والذي يأخذ نصيب من علامة المادة كما يجب التأكد من أستاذ المادة حول تقديم قيمة الثوابت العددية والوحدات من عدمه في الاختبار

مصادر الدراسة:

- درس الدكتورة آيت منصور هو المرجع الأساسي +سلاسل الاعمال الموجهة + كتاب ايزي ثاست
- بالنسبة لقنوات اليوتيوب:

- https://www.youtube.com/@doumbouyasoschimie6441
- https://www.youtube.com/@Dr.BIOPHYMAN
- https://www.youtube.com/@bacfacilecom
- https://www.youtube.com/@facultyofmedicine-bmannaba7301
- https://www.youtube.com/@physique-biophysique-medec1299
- https://www.youtube.com/@universitedeblida110

BIOSTATISTIQUE:

تعريف بالمادة:

بالعربية الإحصاء الحيوي، وهو فرع من فروع الإحصاء يتم تطبيقه في الطب وعلم الأحياء.

في السنة الأولى طب Biostatistique تعتبر مادة سنوية ذات معامل 2 (تدرس في السنة الأولى فقط) حيث تتركز حول تطبيق قوانين وأساليب إحصائية من أجل فهم وتحليل البيانات الطبية، يعتمد ويشبه بنسبة كبيرة إحصاء السنة الثانية ثانوي مع إضافة بعض القوانين والمفاهيم

نبذة عن الدروس:

يتم التطرق فيها إلى ثلاث فصول أساسية وهي:

- **Statistique Descriptive** (الإحصاء الوصفي): ستتعرفون في هذا الفصل على استعمال مختلف الطرق من أجل وصف بيانات عينة ما (serie statistique) مثلا تحليل ودراسة بيانات أطفال حديثي الولادة من حيث الوزن كدراسة متوسط الوزن، القيمة المتكررة ...
  - مختلف التمثيلات البيانية وأنواع البيانات (Discrète, Continue)
  - بعض القوانين والحسابات البسيطة (La moyenne, la variance, ecart type …)
  - تطبيق التمثيلات البيانية والقوانين سالفة الذكر في حالة وجود متغيرين (الوزن والطول كمثال) ودراسة مدى التوافق بينهما مع تمثيلها بيانيا
- **Probabilités** (الاحتمالات): نفس الدرس الذي كررناه طيلة فترة الثانوية
  - أنواع الاحتمالات، قوانينها، خصائصها ...
  - المتغير العشوائي وقوانينه ...
  - Lois de probabilités usuelles درس نوعا ما جديد ستتعرفون عليه لكنه بسيط ومجرد تطبيق لقوانين كل حسب مجال تطبيقه (loi de Bernoulli, loi de poisson ...) مثال حساب احتمال قدوم شخصين إلى الإسعافات الأولية خلال دقيقتين علما أنه عادة يأتي شخص واحد (مجرد مثال عن loi de poisson) ولكل قانون تعريفه
- **Statistique Inférentielle** (الإحصاء الاستنتاجي هو أقرب مصطلح له بالعربية): هذا الفصل يهتم باستخراج Echantillon (عينة أفراد) من Population (عدد كبير من الأفراد) ونحاول انطلاقا من واحدة نستنتج أوصاف (les parametres statistiques) الأخرى والعلاقة بينهما
  - Echantillonage: طريقة إحصائية تتضمن اختيار مجموعة فرعية من الأفراد أو العناصر، تُسمى "عينة"، من مجتمع أكبر. الهدف هو الحصول على معلومات أو استنتاجات حول المجتمع بأكمله من خلال دراسة العينة فقط، وذلك لتقليل الوقت والتكلفة والجهد المطلوب لجمع البيانات. هناك عدة تقنيات للتعيين، مثل التعيين العشوائي، والتعيين المنهجي، والتعيين الطبقي، والتعيين العنقودي، وكل منها يناسب أنواعًا معينة من الدراسات والمجتمعات
  - Estimation: التقدير، يتم باستخدام بيانات مأخوذة من عينة لحساب قيمة تقريبية لمعلومة مجهولة من المجتمع بأكمله، مثل المتوسط أو التباين. الهدف من التقدير هو توفير قيمة تقريبية قريبة من القيمة الحقيقية، مع تقديم مؤشر على دقة هذا التقدير
  - Tests d'hypothese: أحد أمتع الدروس رغم كثرة قوانينه وتشعبها، في هذا الدرس وبكل اختصار سنعمل على وضع فرضية لإشكالية ما ونمر بمراحل و حسابات من أجل التأكد من صحتها

(مثلا مقارنة قيمة متوسط وزن أطفال حديثي الولادة بقيمة مرجعية أو مقارنة متوسط ضغط الدم عند مجموعتين مختلفتين من الأفراد كل يتناول دواء مختلف وهذا لمعرفة مدى تأثير الدواء)

نصائح وتوجيهات:

- Biostatistique من المقاييس السهلة نوعا ما و سهل جدا الحصول على علامة ممتازة و كما ان معاملها 2 فتعتبر منقذة في المعدل العام و خاصة السداسي الأول الذي يعتمد على قوانين بسيطة و واضحة و معظمها تم التطرق لها من قبل في الثانوية فأنصحكم و بشدة التركيز خلال السداسي الأول لضمان علامة هذه المادة حتى تتمكن من الدراسة براحة في السداسي الثاني المعقد نوعا ما أي بالمختصر و بالعامية (أضرب ضربتك في الاول)
- كما هو معلوم Biostatistique هي رياضيات الطب معناه انها لا تتركز على الحفظ مثل المواد الأخرى بصفة كبيرة، ولكن تتضمن الاختبارات بعض الأسئلة النظرية خاصة السداسي الثاني وبالتالي لابد من الفهم الجيد
- مفتاح التمكن من الإحصاء هو التطبيق في تمارين متعددة وبأفكار مختلفة (النوعية وليس الكم) لتثبيت القوانين ولتكون ملم بالدرس جيدا
- أنصح بشدة بعمل ملخصات شخصية للقوانين على شكل مخططات (سنوافيكم بأمثلة مستقبلا باذن الله)

مصادر للدراسة:

- أهم حاجة هي حضور المحاضرات لأن الأستاذ يعلق ويركز على الأشياء التي يراها مهمة وتكون في الاختبار وبالتالي لا تفوت فرصة أنك تدون ملاحظات الأستاذ وطرح الأسئلة في حالة الابهام
- قنوات اليوتيوب (القنوات المذكورة لا تختص في Biostatistique فقط و بالتالي مجرد البحث في القناة ستجد مرادك):
  - https://www.youtube.com/@CAFE_ECO
  - https://www.youtube.com/@AmineLitaalim
  - https://www.youtube.com/@bacharinourelislam9596
  - https://www.youtube.com/@biofacile551
  - https://www.youtube.com/@MathemaTICfr
  - https://www.youtube.com/@nejhokamlin8861
  - https://www.youtube.com/@pvmath1587

CHIMIE:

تعريف بالمادة:

مقياس الكيمياء هو مقياس سنوي ذات معامل 2 ويتم تدريسه في السنة الاولى طب فقط. يضم هذا المقياس كل من الكيمياء العامة و الكيماء العضوية حيث لكل منهما استاذه الخاص.

نبذة عن الدروس:

الدروس موزعة بين الكمياء العامة والعضوية كالاتي:

الكيمياء العامة: يتم التطرق خلال السنة الدراسية الى 11 فصلا (5 فصول في السداسي الاول و 6 فصول في السداسي الثاني).
الكيمياء العضوية: تتضمن 4 فصول (فصل واحد فقط في السداسي الاول و3 فصول للسداسي الثاني).

السداسي الأول:

- **Structure de la matiere:** يعتبر هذا الفصل بمثابة المدخل الى مقياس الكمياء حيث يتناول بعض العموميات (اكتشاف الذرة، مفهوم النواة ...) و كذلك بعض المكتسبات القبلية من سنة الباكالوريا (حساب كمية المادة و التراكيز بالاضافة الى جزء بسيط من وحدة النووي).
- **La radio activité:** تعتبر تتمة للفصل السابق حيث تتناول هي الاخرى جزء النشاط الاشعاعي من وحدة النووي.
- **Modèle atomique et structure électronique des atomes:** يتناول هذا الفصل بعض المعلومات التي قد تكون جديدة بالنسبة لاغلب الطلبة رغم انه تم التطرق الى بعض المعلومات في درس حدود ميكانيك نيوتن في سنة الباكالوريا. اذ يتمحور موضوع هذا الفصل حول الذرة و مدارات الالكترونات بها و كذلك تأثير الفوتونات الضوئية على الالكترونات في مداراتها اضافة الى بعض التفاصيل الاخرى الى سيتم التعرف عليها لاحقا.
- **La classification périodique des éléments:** سوف يتم التطرق في هذا الفصل الى دراسة الجدول الدوري الذي يعد من اهم الوسائل المستعملة في الكيمياء من اجل تصنيف العناصر كما سيتم التعرف على مختلف خصائص العناصر الكيميائية في الجدول الدوري و يضاف الى هذا التعرف على العائلات الكيمائية المكونة للجدول الدوري.
- **La liason chimique:** يهتم هذا الفصل بدراسة مختلف الروابط الكيميائية التي تنشأ بين الذرات و كذلك الجزيئات و كما يتم التعرف على مختلف القوانين التي تضمن هذا الترابط .

ملاحظة: يوجد ترابط بين اخر ثلاث فصول وعليه لا يجوز التغيير في ترتيب الدروس لضمان الفهم والاستيعاب الجيد للدروس.

- **La nomenclature organique:** الفصل الوحيد من الكيمياء العضوية الذي سيتم تناوله خلال هذا السداسي يهتم بتسمية المركبات الكيميائية وفقا لقواعد محددة و هو ما يشبه ما تم التطرق اليه في السنة الثانية ثانوي لكن مع كثير من التوسع.

السداسي الثاني:

تندرج دروس الكيمياء العامة لهذا السداسي تحت 3 عناوين كبرى و هي:

- **Chimie des solutions :** تحتوي على اربع فصول يهتم بدراسة مختلف التوازنات الكيميائية وبالطبع توجد بعض المعلومات و المفاهيم التي تم التطرق اليه خلال سنة الباكالوريا (مثل ثوابت التوازن بعض الاساسيات حول الاحماض و الاسس ,اضافة الى الاكسدة و الارجاع) , عناوبين الفصول:
  - **Equilibre en solution**
  - **Equilibre acido-basique**
  - **La solubilité**
  - **Equilibre oxydoréduction**
- **La cinétique chimique:** عبارة عن فصل واحد يهتم بدراسة حركية و سرعة تفاعل كيميائي في غياب ووجود وسيط.
- **La thermodynamique chimique:** يمثل في فصل واحد فقط و القائم على دراسة انتقال الطاقة بين الاجسام خلال التحولات الكيميائية يضاف الى ما سبق دراسة القانون الاول و الثاني لانتقال الحرارة مع تطبيقاتهما.

تتمثل دروس الكيمياء العضوية في الاتي:

- **L'isomérie:** يهتم هذا الفصل مختلف انواع المتماكبات الخاصة بالعناصر الكيميائية (المتماكبات: هي جزيئات لها نفس الصيغة المجملة لكن تختلف في الصيغة المفصلة او النصف مفصلة)
- **Les effets électroniques:** يهتم هذا الفصل بدراسة تأثير التوزيع المتباين للالكترونات في الجزيء الواحد و كذلك مختلف التأثيرات الناجمة عن انتقال الالكترونات داخل الجزئي.
- **La réactivité chimique:** يعتبر هذا الفصل اقل اهمية من الفصول السابقة لكونه اخر درس وكذلك لكثرة الدروس بالنسبة لهذا السداسي و عليه تم حذف الفصل من الاختبار و كذلك هو الحال بالنسبة للدفع السابقة لطلبة كلية الطب ببجاية حيث انه لم يكن مدرجا في اختباراتهم.

ملاحظة: يوجد ترابط طفيف بين دروس الكيمياء العضوية للسداسي الاول و الثاني حيث يجب التنبيه على الفهم الجيد للقواعد الاساسية لتسمية المركبات العضوية التي سيتم دراستها خلال السداسي الاول .

الامتحان:

تندرج كل من الكيمياء العامة والعضوية تحت ظل مقياس واحد هو الكيمياء وعليه يتم تدريس مقياس الكيمياء في المدرج مرتين في الأسبوع حيث هنالك حصة خاصة بالكيمياء العامة وحصة خاصة بالكيمياء العضوية بالنسبة لحصة الاعمال الموجهة فهي على عكس بقية المقاييس لا يتم انجازها في الاقسام المخصصة لذلك بل يتم انجازها في المدرج من طرف الاستاذ المكلف بالمقياس.

بالنسبة لاختبار الكيمياء فهو عبارة عن اختبار واحد مدته ساعتان يضم جزءا للكيمياء العامة (12 نقطة من اصل 20) و جزءا للكيمياء العضوية (8 نقاط من اصل 20) يختلف عدد التمارين و الاسئلة تبعا لرغبة الاستاذ المكلف بالمقياس (الاختبار عبارة عن تمارين و ليس أسئلة بخيارات متعددة) .

نصائح و توجيهات:

على خلاف الثانوية فان الحضور الى الدروس غير اجباري وعليه هناك نمطان يمكن اتباعهما للدراسة:

- الاول والمتبع من طرف اغلب الطلبة وهو حضور الدرس في المدرج مع تدوين ملاحظات الاستاذة وبعض الامثلة التي قد يعطيها في الدرس.
- الثاني و القائم على عدم حضور الدروس شرط الاعتماد على مصادر خارجية (كمشاهدة فيديو في اليوتيوب...) ثم اللجوء مرة اخرى الى الدرس المقدم من الاستاذ(المطبوعة) و لكن من سلبيات هذه الطريقة خطر تراكم الدروس الذي يعد من الصعب تداركه.
- يرتكز هذا المقياس كليا على الاعتماد على النفس ولذلك وجب عدم التهاون معه لكونه احد العثرات التي يواجهها طلبة السنة الأولى طب
- تعتبر التمارين المدرجة في سلسلة الاعمال الموجهة الموجه الرئيسي الدي يعطي نظرة عامة حول كيفية صياغة أسئلة الاختبار اذ ان هده التمارين تحتوي على أفكار خاصة ومتنوعة عادة ما تحمل نفس الأفكار الواردة في الاختبارات وكذلك تكسب التعود على تطبيق القوانين
- ضرورة المحاولة في حل تمارين الاعمال الموجهة قبل حضور حصة التصحيح في المدرج.
- يجب تدوين الحل المقدم من طرف الاستاذ خلال الحصة (غالبا لا يقدم الحل مطبوعا في نهاية السداسي خاصة بالنسبة للكيمياء العامة).
- تعد حصة الكيمياء العضوية خاصة السداسي الاول مصدرا يغني عن جل المصادر الخارجية وذلك نظرا لكثرة الامثلة التي يقدمها الاستاذ لذا وجب استغلالها و كذلك محاولة الحل معه

مصادر للدراسة:

- https://www.youtube.com/@AmateursdeChimie
- https://www.youtube.com/@mohssineelmiski3785/playlists
- https://www.youtube.com/@user-xt1br6zi2q
- https://www.youtube.com/@dorous.
- https://www.youtube.com/@mouradamara20
- https://www.youtube.com/@prepachimie2020/playlists

CYTOLOGIE:

تعريف بالمادة:

علم الخلايا وهو العلم الذي يهتم بدراسة كل ما يخص الخلية {cellule}: أي كل العضيات{organites} المكونة لها بالتفصيل والتطرق لوظائفها في الخلية وخارجها سواءا في الحالة السليمة للخلية او في حالة مرضية. وهي عنوان لمقياس يتم دراسته في السنة الأولى طب كمقياس سنوي أي أن معامله 2

نبذة عن الدروس:

عدد الفصول: {chapitres} 13 حيث:

6: في الفصل الأول ويتم التعرف من خلالها على

- مقدمة في علم الخلايا.
- دراسة الخلايا أحادية النواة وحقيقة النواة كالخلية البكتيرية والخلية الحيوانية.
- دراسة الفيروسات.
- طرق دراسة الخلايا. {أنواع الميكروسكوب ومكوناتها}
- الغشاء السيتوبلازمي.
- النواة.

7: في الفصل الثاني ويتم التعرف من خلالها على العضيات التالية من ناحية أصلها، عملها وآثار الاختلال فيه

- الميثوكوندري: عضي مسؤول بشكل عام على تركيب الطاقة الخلوية ATP
- الريبوزومات: عضي مسؤول عن تركيب البروتينات.
- الليزوزومات: {عضيات دقيقة في الخلية}
- البيروكسيزوم: {عضي دقيق في الخلية}
- جهاز غولجي.
- الشبكة الهيولية.
- هيكل الخلية.

نصائح وتوجيهات:

- مادة cytologie من المواد السهلة والتي تتطلب فهم الوظائف والعلاقة بينها ثم حفظ الكثير من التفاصيل (حفظ الأمثلة والأمراض ...)
- من المواد البنائية التي نحتاجها كطلبة طب في المشوار الطبي يعني من الأحسن فهمها فهم جيد.
- كملاحظة الدروس والفصول الأولى تكون بعض القليل مملة وبعيدة قليلا عن التخصص الطبي (عادة ما تكون المقدمات مملة)
- طريقة دراستها تشبه دراسة مادة العلوم الطبيعية في الثانوي لكن مع الكثير والكثير من التفاصيل.
- بخصوص المصدر الرسمي للدروس تأكدوا من اتباع الأستاذ الذي يقوم بعمل الامتحان (اذا كان موحد مع طلبة بجاية استعملوا الخاصة بأستاذهم واذا كان غير موحد استعملوا الخاص بأستاذ جامعة جيجل)، الدروس متشابهة فقط التفاصيل تختلف.

- بخصوص تقرير الأعمال الموجهة اتبعوا الخطوات لإنجازها مع الاستفسار من الأستاذ المدرس في الحصة.
- اما بخصوص ملاحظات حول كيفية الدراسة: أكثروا من مراجعة الدروس لسهولة الحفظ، استعينوا بالفيديوهات التي تشرح الأليات التي تكون مبسطة ودقيقة، لا تنسوا حضور حصص الدروس لأخذ الأفكار والانتباه للأمثلة.
- الطريقة المعتمدة من طرف أغلب التلاميذ الذين تحصلوا على علامة جيدة هي: قراءة الدروس جيدا واعادتها على عدة مراحل للتمكن من الدرس كليا وتثبيت المحفوظ.
- وكنصيحة حاولوا عدم تراكم الدروس عليكم للتمكن من تناولها بالطريقة الصحيحة وعدم اهمال التفاصيل.

مصادر للدراسة:

هي مصادر عديدة ومتنوعة سواءا باللغة الفرنسية والإنجليزية (يوجد تقارب كبير بينهم لذلك طريقة الفهم سهلة) كما يوجد العديد من الفيديوهات التي تشرح مختلف الأليات الدقيقة داخل الخلية ودلك لتسهيل الفهم وبالتالي الحفظ يعني يمكنكم البحث بالعناوين مثلا: البحث عن الية تركيب الريبوزومات ...

قناة ثيليجرام فيها العديد من الامتحانات في جميع المقاييس يمكن الاستعانة بها (رائعة فيها مصادر كافية للامتحانات)

- https://t.me/anatomiechannel

بعض قنوات اليوتيوب:

- https://www.youtube.com/watch?v=PFvJRW7DpcY&list=PLbHXMwrvmvc_-Vf-4UjvbBd4nYlMyrrFU
- https://www.youtube.com/watch?v=_v3i1mkwJAQ&list=PLB3gueQInnKm1aaJHICOaeU_eySntoUIt
- https://www.youtube.com/@-ferhatabbasuniversitysetif1dz

EMBRYOLOGIE:

تعريف بالمادة:

باللغة العربية علم الأجنة، وهو ميدان يهتم بتشريح الأعضاء التناسلية و دراسة الظواهر الجنسية و الهرمونية عند كلا الجنسين، إلى جانب الحمل و التطرق لحالاته و مراحل تطور الجنين
يحظى هذا المقياس في السنة الأولى بمعامل 1 نظرا لأنه مقياس خاص بالسداسي الأول فقط

نبذة عن الدروس:

يحتوي هذا المقياس على 9 دروس وهي كالتالي:
أول حصة تخصص لمقدمة هامة نتناول فيها الانقسامات الخلوية، أنواعها و مراحلها و هو ليس درس مستقل بل مجموعة معلومات لا بد منها للشروع في الدروس .

- **الدرس الأول:** يخص تشكل الأمشاج (la gamétogénèse)عند كلا الجنسين , يتم فيه التطرق لتشكل الأمشاج الذكرية (la spermatogénèse): يتم التعرف على الأعضاء التناسلية الذكرية مع تناول مراحل تشكل الأمشاج الذكرية و التي تنقسم إلى مراحل خلوية تمثل الإنقسامات الخلوية و من ثم مرحلة النضج و دور كل عضو في هذه العملية , إلى جانب الدورة الهرمونية عند الرجل تشكل الأمشاج الأنثوية (l'ovogénèse) و تشكل الجريب (la follicullogénèse):يتم كذلك التعرف على الأعضاء التناسلية الأنثوية خاصة المبيض , مع دراسة تطور البويضات عند المرأة و كذا مراحل تشكل الجريب , إضافة للدورة الشهرية عند المرأة , الدورة الجريبية , الدورة الهرمونية و العلاقة بين الثلاثة .
- **الدرس الثاني (l'ovulation):** يخص الإباضة عند المرأة، يتم التعرف على مراحل الإباضة وأهم الظواهر البيولوجية التي تحدث على مستوى المبيض وعلى مستوى البويضة ومصير كل منهما بعد الإباضة، إضافة للتغيرات الهرمونية في مراحل ما قبل الإباضة، الإباضة، ما بعد الإباضة
- **الدرس الثالث (la fécondation):** يخص تلقيح البويضة، يتم التطرق فيه للظواهر الخلوية، العضوية والبيوكيميائية لدى الرجل والمرأة والتي تسبق عملية التخصيب، ثم شروط هذه العملية ومراحلها على المستوى الخلوي.

يتم التطرق بعدها إلى 4 دروس تمثل دراسة الأربع أسابيع الأولى من التطور الجنيني:

- **الدرس الرابع**: الأسبوع الأول من التطور الجنيني، يتم دراسة التغيرات التي تمس البويضة من هجرة نحو الرحم ومن ثم الإنقسامات المتتالية للبويضة، إضافة للتغيرات الفيزيولوجية التي تمس بعض الأعضاء التناسلية للمرأة.
- **الدرس الخامس:** الأسبوع الثاني من التطور الجنيني، يتم التعرف على التغيرات المحورية سواء التي تمس الرحم (utérus) لتؤدي لتثبت البويضة و كذا التي تلحق بالبويضة مثل التحول إلى طبقتين جنينيتين وحدوث تغيرات ملحوظة ناتجة عن ظهور الملحقات الجنينية (les annexes embryonnaires).
- **الدرس السادس:** الأسبوع الثالث من التطور الجنيني، يتم التطرق إلى التغيرات البيولوجية والطبية لدى الأم مع بداية ظهور علامات الحمل وهو ما يرافق تطور الملحقات الجنينية وكذا ظهور الطبقة الجنينية الثالثة وتشكل بعض التجمعات الخلوية التي ستتطور وتعطي أجهزة الجسم.
- **الدرس السابع:** الأسبوع الرابع من التطور الجنيني، ينقسم هذا الدرس إلى جزئين:

- الجزء الأول: يتمحور حول بداية تشكل حدود الجهاز العصبي مع بداية اتضاح شكل الجنين وكذا أعضائه مثل الأمعاء.
- الجزء الثاني: الهدف منه التعرف على الشكل المبدئي للجهاز العصبي الجنيني وكذا نواتج تمايز الطبقات الجنينية الثلاثة معطية جدران الاعضاء والتطرق لبداية تشكل القلب والدورة الدموية بين الجنين والأم.

- **الدرس الثامن:** الملحقات الجنينية (les annexes embryonnaires)، يختص هذا الدرس بشرح مجموعة من الأعضاء التي تصل الجنين بالأم من ناحية الشكل والأدوار والتي تضمن الوظائف الحيوية الضرورية للجنين، مثل المشيمة والحبل السري.
- **الدرس التاسع:** الحمل بالتوأم (la grossesse gémellaire) يتم التعرف على حالات التوائم الحقيقية وغير الحقيقة وطريقة حدوث كل واحدة مع مميزاتها وعيوب بعضها

نصائح وتوجيهات:

- محتوى المقياس ممتع وشيق ولا يحتاج جهد أو عناء كبير، فهم دقيق للمعلومات وترسيخ لها من خلال التكرار كاف لجعلك تتمكن من المقياس
- دروس المقياس ليست بالكثيرة أو المعقدة، الدروس الثلاثة الأولى يكفيها الفهم الجيد مع التكرار أما دروس التطور الجنيني فهي تحتاج تركيز في تسلسل الأحداث وضبط تواريخها وأحبذ هنا القيام بملخص شامل أما الدرسين الأخيرين فيلزمهما القليل من الفهم مع بعض التكرار
- أنصح كذلك بالتدقيق في الرسومات والبيانات جيدا والبحث عن رسومات أفضل جودة على الأنترنت
- يستحسن حل أسئلة كل درس بعد تكراره مرتين أو ثلاثة لأن ذلك يزيد من ترسيخ المعلومات واكتساب معلومات جديدة.
- فيما يخص حضور الدروس فهذا قرار شخصي كل حسب نسبة استفادته، شخصيا كنت أستفيد من شرح الأستاذ جزاه الله خيرا وكذلك رسوماته أحيانا على السبورة، فأقرأ الدرس قراءة أولية معه وأدون الشرح الزائد عن الدرس وهو ما يسهل عني كثيرا مراجعة الدرس.
- بالنسبة لحصص الأعمال التطبيقية يجب الكتابة مع الأستاذة عند الإملاء أو التدوين على السبورة لوجود معلومات زائدة عن الدرس ومن الأفضل تصوير العينات بعد مشاهدتها بالمجهر و كتابة البيانات الخاصة بكل صورة من أجل المراجعة لاحقا لامتحان الأعمال التطبيقية.

مصادر للدراسة:

دروس الأستاذ هي المصدر الأول، يمكن الاستعانة بدروس بعض الكليات الأخرى خاصة في الرسومات.
قنوات اليوتيوب:

- https://www.youtube.com/playlist?list=PLr-lCa65rwatUlJ9EdBIsKpp5k3JZfaPd
- https://www.youtube.com/playlist?list=PLSP0EC9p54wcvVABkiU3jdbQPKnRXqz7L

الكتب:

- Embryologie humaine ; Ayoub Yaici et Arab Ouail (cours + QCM)
- Atlas d'embryologie humaine de netter
- Embryologie humaine ; LARSEN.

المواقع الإلكترونية:

- https://embryology.ch/fr/

HISTOLOGIE:

تعريف بالمادة:

علم الأنسجة هو فرع من فروع علم الأحياء الذي يدرس التركيب المجهري للأنسجة البشرية. يركز على دراسة الخلايا والأنسجة التي تشكل أعضاء وأنظمة جسم الانسان، وكيفية تنظيمها وتشغيلها معًا لتكوين الأعضاء والأنظمة المختلفة.

تشمل دراسة علم الأنسجة فحص الأنسجة تحت المجهر، وتحليل بنية الخلايا، والتركيب بين الخلايا، والطرق التي تتفاعل بها هذه الأنسجة لتنفيذ وظائف محددة في الجسم. يُستخدم علم الأنسجة بشكل واسع في الطب والبحث العلمي لتشخيص الأمراض وفهم آلياتها، وكذلك في دراسات تطور الأنسجة وعلاجها.

مقياس سداسي معامله 1, سهل وخفيف يعتمد على الحفظ بشكل كبير لكثرة التفاصيل وتماثلها بين مختلف الانسجة، تم تدريسنا هذا المقياس في السداسي الثاني ولكن يوجد بعض الكليات التي تدرسه في السداسي الاول، المسؤول عن المقياس في الاغلب يكون طبيب مختص حتما ستستفيدون من خبرته

نبذة عن الدروس:

كما ذكرنا سابقا سيتم التطرق في هذا المقياس الى مختلف الانسجة المكونة لجسم الانسان ومختلف الخلايا المكونة لكل نسيج بالتفصيل والفرق بينهم مع مميزات كل نسيج وموقعه في جسم الانسان.

علما انه يوجد 4 انسجة أساسية في جسم الانسان سندرسها بالتفصيل كل على حدة

- **Tissu épithélial: il y'a 02: De revêtement et glandulaire**

رغم اشتراك النسيجين في بعض الخصائص الى انهما يختلفان في بعضها وكذا تميزهما بأنواع خاصة بهما ولهذا يدرس كل نسيج على حدا

- **Tissu musculaire : il y'a 03 types squelettiques, cardiaque (le cœur) et lisse**

هذا الدرس مهم جدا وستصادفونه ايضا في مقياس علم وظائف الأعضاء، تكون كل الانواع مجموعة في نفس الدرس لمعرفة الخصائص المشتركة والفروقات بينها لتسهيل الفهم

- **Tissu nerveux:**

هذا كان اخر درس وهو من الدروس السهلة هذا راجع للمكتسبات القبلية حوله التي تمت دراستها في عام البكالوريا، ستتطرقون لأنواع الخلايا العصبية الموجودة في الجهاز العصبي، مكونات العصبون والعصب ...

- **Tissu conjonctif (نسيج ضام):**

هذا الدرس من الدروس المهمة لاحتوائه على معلومات كثيرة ومتشابهة بين انواعه وكذا انواع انواعه، كل نوع سيدرس في درس منفصل عن الاخر وسيتم التطرق الى دراسة شكل الخلايا وابعادها ومميزاتها والاختلافات بين انواع النسيج الضام وهم :

1. **Tissu Cartilagineux**
2. **Tissu Adipeux**
3. **Tissu Osseux**
4. **Tissu Sanguin**

نصائح وتوجيهات:

- مقياس يعتمد على الحفظ والفهم يجب التركيز قدر الامكان في القراءات الاولى للدرس خاصة على التفاصيل ومن الجيد ايضا اعادة قراءة ما درست عدة مرات في الاسبوع ولو قراءة لأنه بزيادة عدد الدروس ستتشتت المعلومات والتفاصيل
- النصيحة الثانية انه يجب التركيز على الدروس المقدمة وتفادي التعمق في البحث على المعلومات او التفاصيل الغير مذكورة لأنه تضييع للوقت والجهد، لان هذا المقياس اصلا يحتوي على كم هائل من التفاصيل وبالتالي من المستحسن الاكتفاء وحفظ الدروس التي من اعداد الاستاذ فقط لأنه في نهاية المطاف اسئلة الامتحان لا تتضمن الا المعلومات المقدمة وهذا من الاخطاء التي ارتكبتها في سنتي الاولى
- بعد الفهم والحفظ الجيد للدرس يجب حل العديد والعديد من اسئلة الامتحانات السابقة لتفادي النسيان وتثبيت المعرفة المكتسبة، انا مثلا كنت اقوم بحل اسئلة كل نسيج على انفراد وهذا لتنظيم افكاري اي كنت ادرس كل درس اي كل نسيج واقوم بتفكيك افكاره وتفاصيله وحفظه بعدها ثم انتقل لحل الاسئلة الخاصة بالدرس وهذه طريقة ساعدتني في استرجاع المعلومات ليلة الامتحان لأنه كنت ملمة بجميع الدروس بجميع تفاصيله لأنني خصصت لكل درس وقته الكافي دون مراكمة الدروس والحشو في اخر دقيقة
- سيتم برمجة حصص الاعمال التطبيقية بعد دراسة كل نسيج أساسي ولهذا يجب الالمام بالدرس قبل حضور الحصة لتكون الاستفادة أكثر، ستقومون بفحص النسيج بالمجهر وكذا انواعه وهذا لترسيخ الصورة وايضا في المنزل من الاحسن الاعتماد على Google لدراسة مختلف العينات التي تم التطرق اليها في الحصة لتسهيل عليك المراجعة في الامتحان وهذا من الاخطاء التي وقعنا فيها قبل الامتحان
- بالنسبة لامتحان حصة الاعمال التطبيقية سيكون شفويا ولا يتم اجتيازه في بعض الكليات، اولا ستقومون ب la mise au point de microscope وهو اشعال المجهر وتجهيزه لوضع العينة والعمل على توضيح صورة العينة من خلال العدسة والعينة تم التطرق اليها في حصة من الحصص ولهذا يجب أخذ الصور اثناء الحصة للاحتفاظ بشكل العينات والاحتفاظ بها ليوم الامتحان وايضا من المستحسن القيام بتعريف بسيط لكل عينة لتسهيل المراجعة، ثانيا شرح للأستاذ المسؤول شفويا العينة التي تم فحصها والتركيز على نوع النسيج والخلايا المكونة لضمان النقطة الكاملة وثالثا الاجابة على سؤال يتعلق بالدرس المقدم من الاستاذ او المعلومات الملقاة في حصة الاعمال التطبيق

مصادر للدراسة:

https://youtube.com/@dr.batman1?si=224fSrnJjb5ufA6i هذه القناة ساعدتني في مقياس الكيمياء الحيوية وايضا في مقياس علم الانسجة طرحه للدرس سلس

https://youtube.com/@medicinewithsifmezaache5397?si=9lOVJoIqJKiGz8me هذه القناة ساعدتني في فهم الدرس للمرة الاولى

https://youtube.com/@edudoctors?si=Okq1nhSe1jIYUGjk هذه قناة للتحضير لامتحان حصص الاعمال التطبيقية

https://youtube.com/@mitosis.channel?si=2oZsMdbz32mNEX9a هذه القناة لتسهيل الحفظ بالخرائط الذهنية والمخططات

PHYSIOLOGIE:

تعريف بالمادة:

علم وظائف الاحياء هو العلم الذي يدرس الدور والوظائف الميكانيكية والكيميائية للكائنات الحية ومكوناتها (الأعضاء، الأنسجة والخلايا...) كما تدرس التكامل الوظيفي بين كل مكونات الكائن الحي.

وتمثل مقياس فصلي (semestrielle) يتم دراسته في السنة الأولى طب أي معاملها 1.

نبذة عن الدروس:

يتم التطرق في هذا المقياس إلى سبع فصول تكون موزعة خلال الفصل الثاني، والتي يتم فيها دراسة بعض الوظائف الأساسية في جسم الإنسان والتي تتمثل في:

- **Physiologie de la membrane plasmique:** فيزيولوجية الغشاء البلازمي يتم دراسة فيه كيفية النقل من خلالها و البروتينات المكونة له و بعض الوظائف الأخرى.
- **Interactions ligand-récepteur:** يتم فيها دراسة أنواع و كيفية التفاعلات بين المستقبل و المواد المستقبلة.
- **Bioénergétique:** يتم فيها دراسة كيف يستعمل الجسم الطاقة وكيفية الحصول عليها و طرق حساب الطاقة اليومية اللازمة لكل شخص.
- **Milieu intérieur et compartiments liquidiens:** الوسط الداخلي و المركبات السائلة و المقصود بالوسط الداخلي جميع السؤال في الجسم والتي يتم في هذا الفصل دراسة كمياتها و دورها بالإضافة أي خصائصها.
- **Physiologie du muscle:** فيزيولوجي العضلة {من أمتع الدروس بالنسبة لمعظم الطلبة} حيث يتم فيه التطرق لكيفية تقلص العضلة بالتفصيل مع بعض الإضافات.
- **Transmission synaptique:** النقل المشبكي وهو من أسهل الدروس وذلك لدراسته في الثانوية حيت ستتعرفون في هذا الفصل على الية النقل المشبكي بالتفصيل.
- **Système nerveux autonome:** النظام العصبي التلقائي وستتعرفون فيه على خصائص و دور هذا النظام كالمقر و المكونات ...

نصائح وتوجيهات:

- هذا المقياس يعتمد على الفهم أكثر من الحفظ نوعا ما حيث تحتاج مختلف الاليات والوظائف للفهم الدقيق قبل التطرق الى الحفظ.
- يحتوي المقياس على بعض التفاصيل التي يكون فها الحفظ مهما جدا حيث ستصبح بديهيات في المسار الطبي.
- لا تعتمدوا على شرح الأستاذ الخاص بالمقياس فقط وسعوا مجال البحث لكي تلموا بتفاصيل ومعلومات أكبر لأهميتها بحيث سيتم دراستها العام المقبل وتعتبر احد اهم المقاييس في الطب

مصادر للدراسة:

- https://www.youtube.com/@medicinewithsifmezaache5397
- https://www.youtube.com/watch?v=k4lXO8x1g0&pp=ygUgcGh5c2lvbG9naWUgMWVyZSBhbm7DqWUgbWVkZWNpbmU%3D
- https://www.youtube.com/@YAICI_COURSES_
- https://www.youtube.com/@NinjaNerdOfficial

SANTE, SOCIETE, HUMANITE: (SSH)

تعريف بالمادة:

مقياس يهتم بتاريخ الطب والتشريح والمستشفيات واخلاقيات المهنة وحقوق وواجبات الطبيب اتجاه المريض والمجتمع والدور الإنساني للطب ....

وهو مقياس سداسي (معامله1) يتم دراسته خلال السداسي الأول في السنة الأولى طب وهو مقياس سهل وبسيط يعتمد على الحفظ بشكل كبير جدا

نبذة عن الدروس:

1. Histoire et philosophie de la médecine
    a. Histoire de la médecine
    b. Déontologie
    c. Médecine coloniale en Algérie
    d. L'éthique
    e. Le comportement de l'étudiant en médecine
    f. Droit médicale
    g. Télémédecine (la médecine à distance)

يهتم بتاريخ الطب والفلسفة واخلاق المهنة وحقوق وواجبات الطبيب وتعتبر من اهم الدروس لطالب الطب

ملاحظة: بملحقة الطب بجيجل لم يتم التطرق لهذه الدروس لعدة ظروف لكن هذا لا يعطي للطالب تبريرا لعدم الاطلاع عليها

2. Economie de la santé
    a. Économie de la santé
    b. Les systèmes de la santé dans le monde
    c. Sécurité sociale et système de soins en Algérie

يهتم بدراسة الصحة والاقتصاد والنظام الصحي في الجزائر وفي العالم

3. Sociologie et psychologie de la santé
    a. Un cours préliminaire
    b. Décision médicale
    c. Santé et culture
    d. Relation soignant-soigné

يهتم بدراسة الصحة وعلم النفس والاجتماع وتأثير العادات والتقاليد في الطب والعلاج والعلاقة القائمة بين الطبيب والمريض

4. Santé publique
    a. Les déterminants de la santé
    b. Démarche en santé publique
    c. Indicateurs de la santé et indicateurs démographique
    d. Evolution de la santé publique en Algérie et dans le monde
    e. Iatrogénie
    f. Normalisation en santé

يهتم بنهج الصحة العامة والمؤشرات الصحية والديموغرافية وتطور الصحة العمومية في الجزائر

نصائح وتوجيهات:

- مقياس سهل غالبا ما يجتازه كل الطلبة
- يكمن العائق انه ممل نظرًا لكثرة التواريخ والتفاصيل وهنا يجب الاطلاع على أسئلة السنوات السابقة لمعرفة ما يجب التركيز عليه لتجنب تضييع الوقت او طرح السؤال على الأساتذة حول الدروس الواردة في الامتحان
- أسئلة الامتحان تتضمن الدروس المقدمة في المدرج فقط فلا انصح بمصادر أخرى
- المقياس يعتمد بشكل كبير جدا على الحفظ
- يجب تخصيص وقت له في الأسبوع ومحاولة التقدم في الدروس وتجنب اهمالها وتراكمها

مصادر للدراسة:

- الدروس المقدمة من طرف الأساتذة كافية
- ملخص هاجر صبيحي

الخاتمة:

وفي ختام هذا الدليل نأمل أن نكون قد تمكنا من إيصال نظرة شاملة وواضحة عن السنة الأولى في الطب بكل ما تحمله من تحديات وفرص

تذكروا ان السنة الأولى هي مجرد خطوة على طريق طويل، وقد تبدو مرهقة في البداية، ولكن مع الصبر والمثابرة ستجد نفسك تكتسب المعرفة والمهارات التي ستحتاجها في مشوارك الطبي. احرص على تنظيم وقتك، استثمار جهودك في الدراسة، ولا تتردد في طلب المساعدة عند الحاجة. كما أن بناء علاقات جيدة مع زملائك وأساتذتك سيكون مفتاحاً لدعمك خلال هذه الرحلة.

في النهاية، الطب ليس مجرد مهنة، بل هو رسالة إنسانية نبيلة. كل ما تتعلمه الآن سيُثمر في المستقبل، حيث ستصبح قادراً على إحداث فرق في حياة الناس. نتمنى لك التوفيق في هذه المرحلة الهامة، ونجاحاً مستمراً في مشوارك الطبي.