



ERSTI-HILFE

SOMMERSEMESTER 2022



Inhalt



- »Die Vorklinik.....3
- »Deine Fachschaft Medizin7
- »Stress!?9
- »Rezensionen..... 10
- »CADS, ELAN..... 11
- »Internet und die Uni 12
- »Blutspende 13
- »Weitere Infos Vorklinik
- »Health for future
- »Medimeisterschaften
- »Teddybärkrankenhaus
- »AG Notfallmedizin
- »Medizinstudium mit Beeinträchtigung
- »Medizinstudium mit Kind

und viele weitere Infos findet ihr unter www.fsmed-muenster.de!



Impressum

Texte: Fachschaft Medizin
Layout & Design: Helena Blum
Cover design: Aron Brinker
Anzeigenplanung: Helena Blum
Ausgabe: 85 im Sommersemester 2022

Herausgeber:
Initiative Unabhängiger Mediziner e.V.
Albert-Schweitzer-Campus 1, A11
D-48149 Münster
Telefon: +49 251 / 83 - 55 4 99
Telefax: +49 251 / 83 - 55 4 98
eMail: info@fsmed-muenster.de
Web: www.fsmed-muenster.de

Die Vorklinik

Allgemeine Informationen:

- » Vorlesungen
- » Kurse, Seminare und Praktika
- » (Vor-) Namen
- » Krankenpflegepraktikum
- » Erste-Hilfe-Kurs
- » Wahlpflichtfach
- » Fremdsprachenkurse
- » Semesterabschlussklausuren

Grundsätzlich können die Lehrveranstaltungen in zwei Hauptgruppen unterteilt werden:

- 1.) Vorlesungen
- 2.) Kurse, Praktika und Seminare

Vorlesungen

Vorlesungen sind keine Pflichtveranstaltungen. Ob du von ihnen profitierst, musst du nach einer kurzen Testphase selber entscheiden.

Es gibt sehr gute Vorlesungen, die zum Verständnis der Thematik beitragen, aber für den ein oder anderen ist es leichter im Selbststudium zu lernen. Dabei empfiehlt es sich trotzdem, nicht nur in Lehrbücher zu gucken, sondern sich an den Vorlesungsfolien zu orientieren.

Gerade während der Pandemie können die Vorlesungen helfen, Struktur in den Tag zu bringen. Wenn man eine Vorlesung nicht besucht, weil man diese nicht lehrreich findet, ist es also trotzdem eine gute Idee, sich in der Vorlesungszeit hinzusetzen und sich den Stoff anzugucken.

Die Vorlesungen beginnen immer „c.t.“, „cum tempore“ (lat.), also jeweils 15 Minuten nach der vollen Stunde.

Kurse, Seminare und Praktika

Kurse, Praktika und Seminare sind

in der Regel Pflichtveranstaltungen, bei denen Anwesenheitskontrollen durchgeführt werden.

Die Praktika werden von verschiedenen Instituten organisiert, so dass die Koordination schon ganz schön kompliziert werden kann. Normalerweise wird dir dieses Problem jedoch vom IfAS abgenommen, das die Stundenpläne erstellt. Abgesehen von einigen Ausnahmen gelten im ersten Semester die Stundenplangruppen, in die du entsprechend des gewählten EKM/BFE-Projekts eingeteilt wirst.

In den meisten Pflichtveranstaltungen wird die erfolgreiche Teilnahme durch Testate (meist mündlich) oder Klausuren (schriftlich) überprüft.

Neben Praktika, Kursen und Seminaren müssen vor dem 1. Teil der ärztlichen Prüfung (ehemals „Physikum“, jetzt 1. Staatsexamen) ein Krankenpflegepraktikum, ein Wahlpflichtfach und ein Erste-Hilfe-Kurs abgeleistet und bescheinigt werden.

(Vor-) Namen

Ganz wichtig ist es, dass du schon ab dem ersten Semester darauf achtest, dass deine Namen (vor allem zweite Vornamen!), Geburtsdaten und Geburtsort auf allen Bescheinigungen immer einheitlich lauten und auf jeden Fall nichts auf den Scheinen steht, das nicht mit deiner Geburts- bzw. Abstammungsurkunde übereinstimmt! Sonst macht das LPA bei der Examensanmeldung evtl. Probleme.

Wer weitergehende, speziellere Informationen zur Vorklinik oder sogar schon zur Klinik braucht, der kann sich immer an uns wenden.

Die neusten Informationen über die Lehrveranstaltungen der Institute findest du evtl. auch auf den Homepages der einzelnen Institute.

Krankenpflegepraktikum

Das Krankenpflegepraktikum hat laut Approbationsordnung den Zweck, „den Studienanwärter oder Studierenden in Betrieb und Organisation einer Krankenanstalt einzuführen und ihn mit den üblichen Verrichtungen der Krankenpflege vertraut zu machen“. Es ist sicherlich für dich sinnvoll, die wichtigsten pflegerischen Tätigkeiten kennen gelernt zu haben, auch wenn du diese später als Arzt nicht mehr selbst ausüben wirst.

Es sollte sich niemand zu schade sein, auch einmal selbst „Bettschüßeln zu schwenken“ und einen Patienten fachgerecht zu betten, denn Verständnis und Kooperation mit dem Pflegepersonal können hiervon nur profitieren.

Das Praktikum muss auf einer bettenführenden Pflegestation in einem staatlich anerkannten Akutkrankenhaus oder (z.T.) einer Reha-Einrichtung abgeleistet werden; Ambulanz-, OP- oder Altenheim-Dienste werden nicht anerkannt.

Das Praktikum kann vor Beginn des Studiums (frühestens jedoch 2 Jahre vorher) - eventuell auch als Überprüfung des Berufswunsches - oder während der Semesterferien abgeleistet werden; jedoch nicht vor dem Abitur! Die Dauer beträgt drei Monate.

Insgesamt müssen mindestens 90 Kalendertage nachgewiesen werden. Dabei ist ein Splitting in 3 x 30 Tage oder jede andere Zweiteilung möglich, bei der jeder Teil mindestens 30 Tage dauert.

Den Platz für das Praktikum musst du selbst besorgen. Grundsätzlich ist es möglich das Krankenpflegepraktikum im Ausland zu absolvieren (aus versicherungstechnischen Gründen besser erst im Studium), jedoch ist die Organisation und die Anerkennung etwas schwieriger. Generell gilt

aber auch, dass du nicht nur zum Arbeiten, sondern auch zum Kennenlernen und Zuschauen im Krankenhaus bist. Frag also ruhig nach, ob du mit in den OP oder in spezielle Funktionsabteilungen (Ultraschall, Endoskopie, etc.) darfst.

Du wirst in den Schichtdienst des übrigen Pflegepersonals integriert. Unter Anleitung hast du dann die Möglichkeit, alle anfallenden pflegerischen Tätigkeiten zu erlernen und später selbst auszuführen. Wer ohne Eigeninitiative und Willen zur Kooperation in das Praktikum geht und darin nur eine lästige Pflicht sieht, wird sicherlich wenig Freude daran haben. Eine Entlohnung findet in der Regel nicht statt.

Krankenpflegerische Erfahrungen, die im Rahmen einer der folgenden Tätigkeiten gesammelt wurden, können (u.U. teilweise) angerechnet werden:

Sanitätsdienst-Ausbildung

Zivildienst / FSJ / BuFDi

Krankenpflegeausbildung

Vorgedruckte Bescheinigungsformulare für das Krankenpflegepraktikum findet ihr auf der Internetseite vom LPA. Wichtig bei der Bescheinigung: Sie darf nicht vordatiert sein - also erst nach Ende des Praktikums ausfüllen lassen. Es empfiehlt sich, die Bescheinigungen (evtl. zusammen mit der Bescheinigung für den Erst-Hilfe-Kurs) bereits vor dem Physikikum beim Landesprüfungsamt einzureichen, um später kurz vor dem Physikikum böse Überraschungen zu vermeiden.

Erste-Hilfe-Kurs

Der EH-Kurs soll Basisfertigkeiten in Erster Hilfe vermitteln. Er muss neun Unterrichtseinheiten umfassen. Der Schein, den du für den Führerschein gemacht hast, die sogenannten „Sofortmaßnahmen am Unfallort“, reicht also nicht aus. Darüber hinaus darf der Kurs nicht länger als zwei Jahre

vor Meldung zum Physikikum liegen.

Einmal pro Semester bietet die AG Notfallmedizin einen speziell auf Medizinstudenten zugeschnittenen EH-Kurs an, der eine Teilnahme auf jeden Fall wert ist.

Weitere Termine für EH-Kurse in Münster findest du auch auf den Seiten der Hilfsorganisationen.

Wahlpflichtfach

Als Wahlpflichtfach kannst du jede Veranstaltung wählen, die offiziell im Vorlesungsverzeichnis der Uni Münster auftauchen und die beiden folgenden Kriterien erfüllt:

1.) Stundenumfang:

Ein Kurs mit 2 SWS (SWS = Semesterwochenstunden)

2.) Benotung

Der Schein muss benotet sein. Nach Erwerb des Leistungsnachweis sind diese im IfAS einzureichen, das auch den Schein dann für das LPA prüft und stempelt.

Mehr Infos:

http://medicampus.uni-muenster.de/wahlfach_v.html

Fremdsprachen in der Vorklinik

Schon in der Vorklinik gibt es die Möglichkeit, etwas über den Tellerand zu schauen: Das Sprachenzentrum der Uni (spz.uni-muenster.de) bietet verschiedene Sprachkurse speziell für Mediziner an. Dazu gehören Englisch, Französisch und Spanisch. Diese Kurse können sich auch lohnen, wenn du ein Semester o.ä. im Ausland verbringen möchtest. Da sie im Verzeichnis der Universität aufgeführt sind und am Ende benotet werden, können sie als Wahlpflichtfach gewertet werden.

Semesterabschlussklausuren

Zum Ende jedes Semesters stehen in den vom IfAS organisierten Lehrveranstaltungen (betrifft also nicht Chemie und Physik, dort werden eigene Klausuren geschrieben!) die Semesterabschlussklausuren an. In

normalen Zeiten gilt: Diese werden an Computern im Mikroskopiersaal der Anatomie geschrieben. Dort bekommst du dann ein Fragenpaket aus allen Fächern des vergangenen Semesters vorgelegt. Für die Klausuren musst du dich rechtzeitig und verbindlich im Medicampus-Portal anmelden - eine Erinnerung dazu gibt es aber rechtzeitig per Mail.

Wie im Physikikum werden pro Frage 90 Sekunden Zeit eingeplant - so wird dir aber frei einteilen kannst - so wird nur die Gesamtprüfungszeit berechnet!). Auch wenn mehrere Fächer gleichzeitig geprüft werden - ausgewertet wird jedes Fach einzeln. Um zu bestehen muss man in jedem Fach mind. 60% der Fragen richtig beantworten oder darf nicht mehr als 22% schlechter als der Semesterdurchschnitt sein (diese „Ankerklausur“ soll einen Ausgleich bei überdurchschnittlich schwierigen Klausuren bieten).

In Pandemie-Zeiten ist der Ablauf gleich, die Klausuren werden allerdings am heimischen PC geschrieben und man ist mit einem zweiten Gerät (z.B. Handy) in einer Zoom-Sitzung, über die überprüft wird, dass man nicht schummelt.

Die Ergebnisse werden meist noch am gleichen Abend veröffentlicht - vorausgesetzt, man hatte bei der Klausur seine zertifizierte Evaluna-Bescheinigung dabei. Die Erinnerung an die Evaluation gibt es rechtzeitig vor der Klausur.

Das Programm für die Prüfungen wurde lange erprobt und funktioniert auch von Zuhause problemlos. Man kann zwischen den Fragen springen, sich Fragen „merken“ und Antwortmöglichkeiten, die man ausschließt, durchstreichen. Und um doch mal was notieren zu können darf man ein Blatt Schmierpapier nutzen.

Wichtig: CADS-Kennung wissen. Bei Klausuren vor Ort empfehlen sich Ohropax. Handys müssen am Eingang abgegeben werden. Bei Online-Klausuren sollte man den Rest der WG vorher informieren, damit niemand in der Prüfung ins Zimmer läuft.

www

- » www.drk-muenster.de
- » www.muenster.org/ab
- » www.malteser-muenster.de
- » www.juh-muenster.de



Erstes Semester

Veranstaltungen

- » Anatomie: Vorlesung
- » Biologie: Vorlesung, Praktikum
- » Chemie: Vorlesung, Seminar, Praktikum
- » EKM / BFE: Vorlesungen zu Beginn, Kurs
- » Physik: Vorlesung, Praktikum
- » Terminologie: Kurs

Wegen der Pandemie sind die Infos in diesem Heft zu den Vorlesungen, Seminaren und Praktika nicht unbedingt verlässlich. Vorlesungen werden dieses Semester grundsätzlich online gehalten. Es ist aber noch nicht abzusehen, wie viele der Veranstaltungen in Kleingruppen vor Ort stattfinden können.

EKM/BFE

Zu Beginn des Semesters bekommst du in einer Vorlesungsreihe Einblicke in verschiedene „Disziplinen“ der Medizin. Infos zu den Kursen gibt es auf der Website der Fachschaft.

Chemie

Die Chemie macht im ersten Semester den Großteil der Veranstaltungen und Klausuren aus. Neben der täglichen Vorlesung gibt es ein Laborpraktikum und ein Seminar, bei dem in Kleingruppen die Vorlesung nach- und das Praktikum vorbereitet werden. Der Stoff gliedert sich in einen AC- und einen OC-Teil (anorganische und organische Chemie). Ungefähr vier Wochen nach Vorlesungsbeginn steht die erste Klausur über die anorganische Chemie an, deren Bestehen Voraussetzung für eine Teilnahme am Praktikum und den beiden Abschlussklausuren ist. Eine Nachschreibklausur findet circa eine Woche später statt. Wenn man diese erste Hürde geschafft hat, folgt der umfangreichere Organikteil der Vorlesung. Die Einteilung der Praktikumsgruppen orientiert sich meist an den EKM-Stunden-

plangruppen des Ifas. Jeder Gruppe ist ein Tutor zugeteilt. Am Anfang eines Praktikumstages wird die Vorbereitung auf den Stoff des Tages (mehr oder weniger genau) in einem Gruppenkolloquium überprüft. Hier empfiehlt es sich, sich mithilfe des Praktikumsbuches und der Kochrezepte, die von der Fakultät zur Verfügung gestellt werden, vorzubereiten. Theoretisch ist ein Tutor dazu berechtigt, unzureichend vorbereitete Studierende von einem Praktikumstag auszuschließen, so dass dieser am Ende des Semesters nachgeholt werden muss. Die Versuche müssen in Zweiergruppen protokolliert und in der nächsten Praktikumsstunde abgegeben werden. Wenn das Praktikum vor Ort stattfinden kann, benötigt man einen Laborkittel, der zum Beispiel in der Fachschaft oder der Krankenhauswäscherei erworben werden kann. Begleitend zum Praktikum findet einmal wöchentlich ein Chemieseminar statt, das meist von Doktoranden der Chemie geleitet wird. Die meisten Tutoren sind sehr kompetent, so dass das Seminar eine gute Möglichkeit ist, Verständnisfragen zu klären. Das Seminar und das Praktikum sind Pflichtveranstaltungen.

Gegen Ende des Semesters finden im Abstand von circa drei Wochen die Abschlussklausuren über die Praktikumstage 1-4 bzw. 5-7 und die Vorlesungsinhalte statt. Zur Vorbereitung wird während des Semesters meistens ein Chemie-Intensivkurs angeboten. Dieser ist jedoch nur für diejenigen gedacht, die wenig bis kein Vorwissen in Chemie haben, Schulniveau ist als Grundlage völlig ausreichend. Zur Vorbereitung auf die Klausuren sind das Seminarskript, die Vorlesungsfolien und die Praktikumsunterlagen wichtig. Es kann auch hilfreich sein, sich mit Kommiliton*innen online zum Lernen zu treffen, so kann man sich gegenseitig über Verständnisprobleme hinweghelfen kann.

Jeder wird nach den ersten Wochen für sich selbst entscheiden können, ob er vom Besuch der Vorlesung profitiert oder nicht. Allerdings wechselt der Dozent nach der Eingangsklausur, deshalb kann man dem Ganzen auch ruhig noch eine zweite

Chance geben. Bloß keine Panik, auch wenn sie auf den erste Blick erschlagend wirken mag ist die Chemie mit vernünftiger Vorbereitung gut machbar. Das bestehen aller Chemieklausuren ist Voraussetzung für die Teilnahme am Fach Biochemie im zweiten Semester.

Physik

Auch in der Physik findet jeden Morgen eine Vorlesung statt, zusätzlich gibt es ein Praktikum. Die Vorlesung beschäftigt sich hauptsächlich mit der Herleitung der Formeln, die für das Praktikum erforderlich sind. Behandelt werden Mechanik, Optik, Energie- und Wärmelehre sowie Atom- und Kernphysik (im Ansatz). Das Praktikum ist zum jetzigen Zeitpunkt in Präsenz geplant. Jede Gruppe hat einen Assistenten, der etwa nach der Hälfte der Praktikumstage wechselt. Begleitend zum Praktikum gibt es ein von der physikalischen Fakultät erarbeitetes Skript, das ein wenig wie ein Kurzlehrbuch gestaltet ist. Auf die einzelnen Praktikumstage sollte man sich unbedingt gut vorbereiten, da zu Beginn ein sogenanntes Antestat (6 multiple Choice Fragen in 12 Minuten) zur Thematik geschrieben wird. Nur wer mindestens drei Fragen richtig beantwortet, darf am Tag teilnehmen. Als Hilfsmittel sind das Skript und ein Taschenrechner zugelassen. Viele Fragen zielen auf das genaue Lesen der Antwortmöglichkeiten und das Umformen von diversen Einheiten ab. Es empfiehlt sich also, vorher ein bisschen Umformen zu üben, häufig geben die Übungsaufgaben aus dem Skript Rückschluss darauf, welche Einheiten relevant sein könnten. Auch gerne gefragt wird nach Proportionalitäten und Abhängigkeiten verschiedener Parameter voneinander. Mit gezielter Vorbereitung sind die Fragen auf jeden Fall zu schaffen. Doch auch wenn man mal einen schlechten Tag erwischt und das Antestat vermasselt haben sollte ist das noch lange kein Beinbruch, man kann bis zu drei versäumte Tage am Ende des Semesters nachholen. Auch im Physikpraktikum muss man die Versuche protokollieren und beim Assistenten abgeben. Seit dem WiSe 15/16 wird

die Physiklausur anders als die übrigen Abschlussklausuren am Ende der vorlesungsfreien Zeit, also unmittelbar vor Beginn des zweiten Semesters geschrieben, man hat also genug Zeit, sich vorzubereiten.. Das Bestehen ist Voraussetzung für die Teilnahme an Physiologie im 3./4. Semester.

Biologie

Wenn man von den ständigen Antestaten in Physik oder den Protokollen in Chemie langsam genug hat, kann man sich auf die Biologie mit abwechslungsreichen Praktika und einem sehr engagierten Dozenten, Prof. Mußhoff, wirklich freuen. Neben den täglichen Vorlesungen macht der Professor alle zwei Wochen eine Wiederholungsstunde, die mit einem dezenten Zaunpfahl darauf hinweist, was klausurrelevant ist und was nicht. Zusätzlich gibt es neben den normalen Folien noch extra Zusammenfassungen der Vorlesungen, die hervorragend zur Klausurvorbereitung geeignet sind. Behandelt werden hauptsächlich Zellbiologie sowie ein Ausschnitt aus Genetik und Mikrobiologie. Im MiBI-Teil begegnen einem in einigen Vorlesungen noch andere Dozenten. Wer in der Oberstufe Bio belegt hat, wird vieles in vertiefter Form wiedererkennen, wenn man über wenig Grundwissen verfügt, kann man an einem Tutorium teilnehmen, dass der Professor mit einigen Studenten anbietet (dies ist jedoch WIRKLICH nur notwendig, wenn man in den ersten Wochen nur Bahnhof versteht). Die Praktika verteilen sich blockweise über das Semester, in den ersten Wochen gibt es Praktika in der Genetik (DNA, Gelelektrophorese etc.), nach einigen Wochen Pause Zellbiologie (viel Mikroskopieren), in der zweiten Semesterhälfte nochmal Humangenetik (Stammbäume, Chromosomenpuzzle) und zum Abschluss das sehr interessante Praktikum in der Mikrobiologie (Bakterien, Parasiten, selbstständiges Herstellen von Präparaten und Bakterienkulturen etc.). Protokolle und Antestate muss man hier nicht befürchten, in Mikrobiologie wird allerdings auch

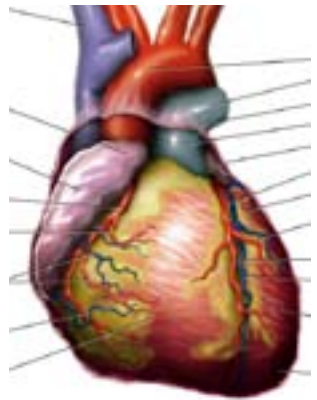
ein Kittel gebraucht (da tut es dann aber auch der schon ein wenig nach Ammoniak riechende Chemiekittel). Die Klausur wird zusammen mit der Anatomieklausur zu Beginn der vorlesungsfreien Zeit geschrieben und ist mit Hilfe von Zusammenfassungen, Altklausuren und Folien gut machbar.

Anatomie I

Unter den vorklinischen Fächern hat die Anatomie den offensichtlichsten Bezug zur Medizin. Im ersten Semester ist die Anatomie-Vorlesung neben EKM/BFE die einzige Veranstaltung, in der man merkt, was man überhaupt studiert. Es wird versucht, einen Überblick über den sehr umfangreichen Stoff der Anatomie zu geben, damit man vor allem mit den Grundbegriffen und den übergeordneten Systemen (wie z.B. Kreislauf, Atmung, Bewegungsapparat) vertraut wird. Einen großen Teil machen auch Vorlesungen zur allgemeinen Embryologie aus, die sich später für das Physikum bewähren und schon in der ersten Klausur sehr gerne abgefragt werden. Es erwarten dich motivierte Dozenten, so dass du die Zeit dieser Vorlesung sicher nicht besser nutzen kannst. Am Ende des Semesters steht eine Klausur, die jedoch keine Voraussetzung zum Präparierkurs ist. Zum Bestehen der Klausur reichen die Vorlesungsfolien beim Lernen völlig aus. Besonderes Augenmerk sollte auf den Bildern in den Folien liegen, da diese auch häufig in der Klausur verwendet werden.

Terminologie

Und wenn ich doch mal keine Lust mehr auf Naturwissenschaften habe? Dann gibt es immer noch den „Termini“-Kurs, der einmal in der Woche meist in den Abendstunden stattfindet und von Studenten der höheren Semester betreut wird. Wer ein Latinum oder ähnliches vorzuweisen hat, ist nur verpflichtet, an den ersten vier Veranstaltungen teilzunehmen und kann danach selbst entscheiden, ob ihm die Teilnahme etwas bringt, alle anderen müssen



(mit zwei möglichen Fehlterminen) wöchentlich erscheinen. Aber keine Sorge, die Tutoren sind wirklich nett, so dass es sich eher um eine gemütliche Runde handelt, die sich mit Formen und Bedeutungen lateinischer und griechischer Fachtermini auseinandersetzt. Und dann heißt es wie früher im Lateinunterricht: Vokabeln und Grammatik lernen, denn auch Fachtermini wollen dekliniert werden (jedoch zum Glück nur im Nominativ und Genitiv, so dass auch Menschen die Lateinstunden bisher nur aus „Life of Brian“ kannten nicht verzagen sollten). Was anfangs nach sehr sehr viel Arbeit aussieht ist aber ganz gut strukturiert, die Tutoren geben Hinweise, wie viel Stoff aus dem Skript für die Klausur wirklich relevant ist. In der vorletzten Stunde wird eine Übungsklausur geschrieben, die auch für Leute mit Latinum hilfreich ist, da sie auf die Art der Aufgaben gut vorbereitet. Die Abschlussklausur wird in den letzten Vorlesungswochen geschrieben und gilt mit 50% als bestanden. Auch die Terminologie ist alles andere als Hexenwerk. Und: man hat im ersten Semester selten so sehr das Gefühl sich kein unnützes Wissen anzueignen, wie hier. Wenn man auf einmal versteht, warum die Anatomiedozentin von der Vena cava superior redet oder beim Lernen feststellt, dass die ganzen Anatomiebegriffe ja wirklich Sinn ergeben, hat sich Termini und die ganzen Vokabeln wirklich gelohnt. Zusätzlicher Bonus: beim nächsten „Scrubs“-Abend mit Freunden kann man schon mal ein bisschen angeben.

Was wir für euch tun - und wie du dazu beitragen kannst:

Deine Fachschaft Medizin

Adresse:

Fachschaft Medizin Münster
Albert-Schweitzer-Campus 1
Gebäude A11
D-48149 Münster
(Keller unter der Bib)
Tel.: 02 51 / 83 - 5 54 99
Fax.: 02 51 / 83 - 5 54 98

Im Web:

www.fsmed-muenster.de

E-Mail:

info@fsmed-muenster.de

FS-Sitzung:

Aktuell über Zoom. Wenn ihr bei der Fachschaft mirmachen wollt, könnt ihr euch bei uns melden und in den Verteiler aufgenommen werden, um die Zoom-Links zugeschickt zu bekommen.

Auf Fakultätsebene sind die sogenannten Fachschaftsräte (oder einfach: „Fachschaften“) für die Interessenvertretung der Studierenden zuständig. Wir, der Fachschaftsrat Medizin, sind also eure gewählte Interessenvertretung in der Medizinischen Fakultät. Wie unsere Arbeit konkret aussieht, welche Aufgaben wir erfüllen und was vor allem du davon hast, liest du auf den folgenden Seiten.

Der Fachschaftsrat setzt sich mindestens aus dem Vorsitzenden, dessen Stellvertreter und einem Finanzreferenten zusammen. Hinzu kommen weitere Referenten für die verschiedensten Fachschaftsaufgaben – mehr Infos dazu auf unserer Homepage.

Wie der Fachschaftsrat gewählt wird, habt ihr ja bereits auf S. 41f gelesen. Vielen Leuten ist leider nicht klar, weshalb sie überhaupt wählen gehen sollten, wenn es a) „nur“ um die Fachschaftsvertretung geht

(„Was war das noch gleich?“) und b) sowieso nur eine Liste dafür antritt. Sie vergessen dabei, dass jede gewählte Interessenvertretung eine Legitimation braucht. Nur bei einer hohen Wahlbeteiligung können wir als legitime Interessenvertretung aller Medizinstudierenden auftreten und handeln. Deshalb hier unsere Bitte an dich: Geh wählen – welche Wahl sonst betrifft dich so unmittelbar?

Was wir tun

Grob zusammengefasst könnte man unsere Aufgaben in drei Kategorien einteilen:

- » Sprechstunde und Dienstleistungen für alle Medizinstudierenden
- » Hochschulpolitik und Interessenvertretung
- » ...und natürlich darf auch der Spaß nicht zu kurz kommen

Sprechstunde und Dienstleistungen

Die Sprechstunden sind der Teil der Fachschaftsarbeit, der für dich und deine Kommilitonen am offensichtlichsten ist und dementsprechend viel genutzt wird. Wir verstehen uns als eine Anlaufstelle für Probleme im und mit dem Studium. Wir helfen gerne bei Fragen aller Art oder vermitteln Ansprechpartner aus der Fakultät.

In der aktuellen pandemischen Lage bieten wir keine Sprechstunde vor Ort an, freuen uns aber über eure Mails (fsmed-muenster.de/uber-uns/ kontakt). Auf unserer Website informieren wir euch auch darüber, wenn wieder Sprechstunden stattfinden können.

Über die Fachschaft kannst du Handschuhe, Präppkittel und Präppsets erwerben – diese kaufen wir in Großbestellungen, um für euch möglichst günstige Preise raushandeln zu können. Infos dazu gibt es über den Semesterverteiler. Einmal im Jahr machen wir außer-

dem eine Visitenkittel-Bestellung – diese Kittel werden mit eurem Namen bedruckt. Wann es wieder soweit ist, erfahrt ihr rechtzeitig über euren Semesterverteiler.

Immer auf dem Laufenden!

Damit ihr wisst, was aktuell bei uns diskutiert wird, folgt uns bei Facebook oder Instagram! Dort berichten wir darüber, was gerade Thema ist!



Hochschulpolitik und Interessenvertretung

Wo es geht, setzen wir uns dafür ein, das Studium für uns alle attraktiver zu gestalten. Direkt vertreten ist die studentische Fraktion mit vier Mitgliedern im Fachbereichsrat (FBR), dem höchsten beschlussfassenden Gremium der Medizinischen Fakultät. Dazu jedoch mehr im Artikel „Hochschulpolitik“. Darüber hinaus gibt es den Ausschuss für Lehre und studentische Angelegenheiten (LSA), der sich allein mit Qualität und Qualitätsverbesserung der Lehre an der Fakultät auseinandersetzt. Hier sind wir mit drei Mitgliedern vertreten. Auch in anderen Gremien (Kommission für Forschung und wissenschaftlichen Nachwuchs (FWN), Senat, Prüfungskommissionen) sind wir mit von der Partie. Gremienarbeit mag zunächst langweilig klingen – aber genau dort werden die Entscheidungen getroffen, die unser Studium beeinflussen – ein wichtiges Feld also, um die studentischen Interessen zu vertreten. Des Weiteren haben wir die Möglichkeit, bei Stellenbesetzungen von neuen Professoren ein Votum abzugeben. Eure Verbindung in die fakultätsinterne Hochschulpolitik sind unsere Referenten für Vorklinik- und Klinik-Lehre und PJ. Hierhin könnt ihr euch

mit allen Anliegen wenden, die sich vielleicht auf hochschulpolitischer Ebene lösen lassen.

Den Kontakt zu anderen Fachschaften halten wir über die bvmd aufrecht, die Bundesvertretung der Medizinstudenten in Deutschland (mehr Infos unter bvmd.de).

Fachschafts-Veranstaltungen

Der Spaß soll natürlich auch nicht zu kurz kommen – deswegen organisieren wir über das Jahr hinweg eine Vielzahl von kleinen und großen Veranstaltungen. Dazu zählt die Einführungswoche für die Erstsemester, außerdem hoffentlich bald wieder die Ärzti-Party, der Kleinkunstabend „Performing Arzt“, der alljährliche Medizinerball, und das Teddybärkrankenhaus (bei dem du als Teddy-Doc mitarbeiten kannst) – bei uns an der Fakultät wird dir einiges geboten. Aber auch die informativen Events sind gut vertreten: Ob durch den „Tag der Lehre“, die Messe „Clinic Connect“ oder zahllose Abendveranstaltungen zu Themen wie Auslandsaufenthalt, Famulaturen und Physikum – wir sorgen dafür, dass ihr stets gut informiert seid.

We want you!

Du siehst, dass die Fachschaftsarbeit ein sehr weites Gebiet umfasst. Für all diese Aufgaben sind wir immer auf der Suche nach motiviertem Nachwuchs.

Als Ersti denkst du vielleicht, noch viel zu wenig über das Studium und unsere Fakultät zu wissen, um dich in der Fachschaft zu engagieren. Aber keine Sorge - es gibt keine bessere Möglichkeit, mehr über das

Studium zu lernen, als hier. Wir beantworten alle deine Fragen und du wirst überrascht sein, wie schnell du dich bei uns zuhause fühlst!

Dein Stundenplan sieht so voll aus und du denkst schon an die blöde erste Chemie-Klausur? Macht nichts! Bei uns gibt es keine Mindestarbeitszeit oder Pflicht-Termine – schau einfach mal vorbei und entscheide selbst, ob du dich für die Arbeit in der Fachschaft begeistern kannst.

Und – keine Sorge: Was wir hier machen ist zwar „Arbeit“, macht uns aber allen großen Spaß, was wohl nicht zuletzt daran liegt, dass wir wirklich eine nette Truppe sind - du wirst sehen!

Wir sind Studierende quer durch alle Semester. Obwohl es natürlich einen Vorstand gibt, hat die Fachschaft keine hierarchische Struktur - es ist egal, ob du seit zehn Semestern dabei bist oder gestern angefangen hast; ob du Referent*in bist oder freie Mitarbeiter*in.

Die Sitzungen finden aktuell zwei Mal wöchentlich über Zoom statt. Ihr bekommt zu Semesterbeginn über eure Verteiler eine Einladung.

Wir freuen uns auf kreative Ideen, Hände, die anpacken, neue Gesichter – kurz gesagt: Genau auf dich! Komm doch einfach in eine Fachschaftssitzung oder schreib eine Mail an ein Referat, das dich interessiert!



Deine Fachschaft 2022:

Vorstand:

Clara Eisenhardt
Linda ten Hagen
Hauke Rüther
vorstand@fsmed-muenster.de

Referat für

Erstsemester-Betreuung:

Simon Langer
ersti@fsmed-muenster.de

Referat für

Öffentlichkeitsarbeit:

Ina Fredrich
pr@fsmed-muenster.de

Referat für Publikationen:

Helena Blum
publikationen@fsmed-muenster.de

Referat für Vorklinik-Lehre:

Sofie Waimann
vorklinik@fsmed-muenster.de

Referat für Klinik-Lehre u. PJ:

Sven Kemena
klinik@fsmed-muenster.de

Referat für Dienstleistungen:

Rebecca Kolet
service@fsmed-muenster.de

Referat für Hochschulpolitik:

Pia Buthe
hopo@fsmed-muenster.de

Referat für Finanzen:

Nikita Drössel
finanzen@fsmed-muenster.de

Referat für

Auslandsangelegenheiten:

Paula Krüger
ausland@fsmed-muenster.de

Referat für

Drittmittelkoordination:

Manuel Kraft
drittmittel@fsmed-muenster.de

Referat für Experimentelle

Medizin:

Julia Kühn
experimentellemedizin@fsmed-muenster.de

Referat für IT und Digitalisierung:

Maurice Dellin



Stress!?

Drei Klausuren in einer Woche? Die Woche darauf noch schnell für's Anatomie-Testat lernen und am Tag darauf noch die Nachholklausur in Physik? Keine Panik!

Lernen, Lernen, Lernen

Für die meisten ist das Medizin-Studium die erste Uni-Erfahrung nach der Schule. Oft hört man da schon im Vorfeld Sätze wie „Traust du dir das zu?“ - „Da muss man doch so viel auswendig lernen!“ - „Das soll eines der schwersten Studienfächer überhaupt sein!“

Gerade in der Vorlinik (also den ersten vier Semester bis zum Physikum) wird den Studierenden viel „Auswendiglernen“ abverlangt. Schließlich sollen hier die Grundlagen für den späteren klinischen Studienabschnitt gelegt werden.

Hinzu kommt, dass gerade im ersten Semester viele „Schulfächer“ nochmal Teil des Curriculums sind - Biologie, Physik, Chemie. Leider ist es dann oft der Fall, dass diejenigen mit Physik-Leistungskurs verständlich nicken, wenn der Professor seine Vorlesung hält, während die Anderen Physik nach der 10. Klasse freudig abgewählt haben und für den Anfang erstmal nur Bahnhof verstehen.

Lernstrategien

Lass dich von solchen Erfahrungen nicht fertig machen!

Zunächst solltest du dir bei Vorlesungen ein Bild davon machen, inwiefern sie dir etwas bringen. Sollte dies nur begrenzt der Fall sein, kann es auch hilfreich sein, die Zeit lieber daheim oder in der Bib mit einem guten Lehrbuch zu verbringen. Die meisten Dozenten stellen ihre Folien online, so dass man nachvollziehen kann, welche Themen behandelt werden. Zeitweise wird in Vorlesun-

gen übrigens sehr viel mehr Wissen vermittelt als für das Arztsein, die Abschlussklausur oder das Physikum benötigt wird. Sich dieses anzueignen ist interessenabhängig.

Es empfiehlt sich auch, sich mit Freunden zum Besprechen des Stoffes oder offener Fragen zu treffen. Denn wo du in Chemie vielleicht noch ein großes Brett vor dem Kopf hast, sieht ein Freund alles sonnenklar, während du ihm die undurchsichtige Welt der Biologie nahebringen kannst.

Schritt halten

Einfach mal in die Vorlesung reinsetzen, sich berieseln lassen und dann zum Semesterende alles schnell für die Klausur lernen? Sorry, da machst du dir das Leben ziemlich schwer und wirst ganz schön ins Rotieren kommen! Auch wenn es im Sommer nicht immer einfach sein mag, sich mittags die Embryologie aus der Vorlesung am Vormittag nochmal anzuschauen oder die Histologiepräparate für den nächsten Tag im Lehrbuch durchzulesen - du wirst merken, dass es so erheblich leichter fällt, einer Vorlesung zu folgen und der Wiederholungsaufwand am Semesterende wesentlich geringer ausfällt (wenn zugegebenermaßen auch nicht klein).

Ausgleich

Wann soll ich bei der ganzen Lernerei auch noch Freizeit haben? - Nimm sie dir, du brauchst sie! Egal ob über den Unisport, die eigenen Jogging-Runden um den Aasee oder im Studentenorchester. Gerade wenn es viel zu Lernen gibt vergiss nicht, zwischendurch auch mal was Anderes zu machen!

Nicht den Sand in den Kopf stecken!

Prophezeiung: Jeder wird im Laufe des Studiums mal eine Phase durchmachen, in der er (es hört sich hart an, aber es ist so) am liebsten das Studium abbrechen würde.

Wichtig ist, sich nicht damit zu vergraben. Rede darüber! Mit Freun-

den, mit deiner Familie, mit den Dozenten, mit der Fachschaft. Sei sicher, dass wir alle zu irgendeinem Zeitpunkt innerhalb unseres Studiums schon ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Viele Leute verdrängen: Das Maß an Stress, mit dem wir im Medizinstudium konfrontiert werden, geht oft über das alltägliche Maß hinaus. Das kann uns kaputt machen, in einen pathologischen Zustand umschlagen. Fast jeder dritte Medizinstudent in Deutschland hat Depressionen, jeder zehnte Suizidgedanken! Wir sind also deutlich gefährdeter als der Rest der Bevölkerung.

Dies ist u. a. auf die hohe Belastung durch das Studium zurückzuführen.

Als Mediziner dürfen wir die Augen nicht vor der Möglichkeit der krankhaften, psychischen Überlastung verschließen. Achtet auf eure Kommilitonen, aber vor allem: Achtet auch auf euch selbst! Solltet ihr Anzeichen für solch eine Überlastung (auch nur kleine Anzeichen) bemerken, spricht die Person an oder holt euch professionelle Hilfe.

Bei den Juristen heißt es am Anfang: „Guckt nach rechts und nach links. Die beiden sind am Ende des Studiums nicht mehr dabei.“

Im Medizinstudium sollte es heißen: „Schaut nach rechts und nach links. Einer von euch dreien ist in psychotherapeutischer / psychiatrischer Behandlung.“

Das Problem ist so verbreitet, dass es an unserer medizinischen Fakultät eine ausgebildete Psychologin, Frau Dipl. Psych. J. Sensmeier gibt. Wir als Fachschaft können euch nur dringend raten, auf eure Psyche zu achten und euch bei Bedarf bei Frau Sensmeier zu melden. Ihre Telefonnummer lautet: 0251 / 83-53102.

Ein Psychologe unterliegt, wie ein Arzt, natürlich der absoluten Schweigepflicht.

Ein weiteres Angebot ist die „Nightline“ (0251 / 83-45400), ein Zuhör- und Informationstelefon von Studierenden für Studierende. Weitere Infos hierzu unter www.nightline-muenster.de.

Rezensionen

Zum Studieren braucht man Bücher!

Also am besten noch vor Semesterbeginn in den nächsten Buchläden und kräftig zulegen - oder?

Jeder Erstsemestler, der, verleitet durch diesen Gedanken, losstürzt, wird sicherlich die teuerste und nutzloseste Dummheit seines Studiums begehen.

Das Fachliteraturangebot auf dem Sektor Medizin ist riesig, die Preise nicht unbedingt niedrig, die Gefahr, „daneben zu greifen“ groß.

Die Professoren werden im übrigen noch in den Vorlesungen Literaturempfehlungen geben. Jeder sollte erst einmal ausführlich prüfen, welche Bücher er wirklich benötigt und welches Buch auf seinen Lernstil zugeschnitten ist. Deshalb lautet das oberste Gebot:

Kauft in den ersten Wochen keine Bücher!

Gerade am Anfang kann man den Vorlesungen auch ohne ein Lehrbuch ausgezeichnet folgen und falls nicht, helfen einem oft noch die alten Schulbücher weiter. In ihnen werden viele Zusammenhänge gut und verständlich erklärt und außerdem seid ihr diesen Stil gewöhnt, also werft sie nicht gleich weg, nur weil ihr jetzt Studenten seid...

Es gibt eine Fülle von Möglichkeiten, sich über Bücher zu informieren. Bei Bekannten und Kommilitonen lassen sich oft eine Menge Tipps einholen. In Buchläden stehen die Bücher nicht nur zum Kaufen herum. Traut euch ruhig mal, die verschiedenen Werke anzulesen und auch ohne die dicke Neuerwerbung wieder herauszugehen. Außerdem hält die Uni-Bibliothek ein großes Repertoire an Lehrbüchern bereit. Mit der Ausleihe dort lässt sich ganz hervor-

ragend testen, ob ein bestimmtes Buch für euch geeignet ist. Und vielleicht reicht ja das Ausleihen, weil das Thema danach abgeschlossen ist. Auf diese Weise spart man den kompletten Anschaffungspreis. Apropos sparen: Ältere und gebrauchte Bücher erfüllen meistens auch ihren Zweck, da sich in den verschiedenen Auflagen oft nur Details ändern. Wenn ihr nach einiger Zeit merkt, dass euch beim Lernen ein Buch fehlt und ihr es nicht ausleihen möchtet, ist es langsam an der Zeit, Geld für die ersten Bücher zu investieren.

Deswegen stellen wir euch hier kurz einige verbreitete Bücher vor. Natürlich kann in Folgendem nicht das gesamte Angebot besprochen werden. Trotzdem findet ihr hier nicht nur die Klassiker. Sicherlich existieren hier nicht erwähnte Werke, mit denen es sich auch gut oder sogar besser lernen lässt. Also haltet die Augen offen! Und – kein Lehrbuch ist so gut, dass es perfekt wäre – einen Blick in ein zweites zu werfen, kann durchaus hilfreich sein.

Wichtig:

Die Rezensionen findet ihr online auf unserer Homepage unter:

fsmed-muenster.de/service/buchrezensionen

Dort könnt ihr stöbern und Bücher vergleichen. Die Rezensionen sind hier übersichtlich nach Fächern gegliedert aufgelistet.

Zu jedem Buch findet ihr Angaben zu Umfang und Preis sowie, zusätzlich zu der ausführlichen Kritik, eine Kurzbewertung in Form von Sternen (1 Stern = schlecht bis 5 Sterne = sehr gut).



Tipp:

Kein Geld für teure Bücher, Ausleihen kommt aber auch nicht in Frage? Schau doch mal bei Facebook vorbei! Dort gibt es die Gruppe „Medizinbüchermarkt Münster“, in der im gesamten Semester Bücher neue Besitzer finden.

CADS, ELAN, ...

Typisch für die Medizin begegnen euch auch schon zu Beginn des Studiums viele Abkürzungen, hinter denen sich in diesem Fall viele Innovationen verbergen, die man (größtenteils) unbedingt kennen sollte!

CADS-Kennung

Fast alles, was mit der Organisation des Studiums zu tun hat, läuft über das Medicampus-Portal, das unter der Adresse

medicampus.uni-muenster.de zu finden ist. Um euch auf dieser Seite einloggen zu können, meldet ihr euch ein erstes Mal mit den ZIV-Zugangsdaten an, die ihr mit euren Semesterunterlagen erhaltet. Danach können die Zugangsdaten hier unabhängig von den ZIV-Daten geändert werden. Zusammen mit dem Foto, das beim Campus-Rundgang dann von jedem gemacht wird, bekommt anschließend jeder Student eine ID-Karte mit Strichcode, die unter anderem für's ELAN gebraucht wird und außerdem auch die Tür zu Medicampus-Lounge im Lehrgebäude öffnet.

Stundenplan / ELAN

Im Medicampus-Portal bekommt ihr unter Humanmedizin -> Persönlicher Stundenplan euren (wie der Name schon sagt) persönlichen Stundenplan angezeigt - dort sind von Vorlesungen über Kurse bis Praktika alle eure Veranstaltungen eingetragen. Der Plan kann als PDF heruntergeladen werden oder als ICS-Datei in einen Kalender (z.B. Outlook) importiert werden. Hier findet sich auch die Anwesenheitsübersicht. Viele Veranstaltungen sind anwesenheitspflichtig. Die Anwesenheit wird mit der elektronischen Anwe-

senheitskontrolle „ELAN“ erfasst – die Dozenten scannen während der Veranstaltung den Strichcode auf eurer ID-Karte mit einem Barcode-Scanner, damit werdet ihr als anwesend registriert. Eure Anwesenheit für eine Veranstaltung kann nur richtig erfasst werden, wenn ihr für diese angemeldet seid, d.h. diese in eurem persönlichem Stundenplan steht. Angezeigt wird die Anwesenheit durch ein Häkchen im Stundenplan. Die Anwesenheitsübersicht müsst ihr zum Semesterende kontrollieren und bestätigen.

Natürlich kann man seine Karte mal vergessen. In diesem Fall könnt ihr vom Dozenten ein Formular ausfüllen lassen, dass ihr im Medicampus findet (->Campus->Service->online Formulare), am besten immer ein paar Exemplare auf Vorrat dabei haben. Mit diesem unterschriebenen Formular könnt ihr die Anwesenheit dann in der ELAN-Sprechstunde im IfAS nachtragen lassen.

Über ELAN lassen sich auch Pflichttermine tauschen - beim Klick auf einen Termin im Online-Stundenplan erscheint diese Option, mit der man einen Wunschtermin wählen kann, dessen Teilnehmer dann automatisch angeemailt werden, ob sie zu einem (einmaligen) Tausch bereit sind.

ILIAS

Häufig muss man die Vorlesungsfolien und Materialien zu anderen Veranstaltungen auf den Internetseiten der einzelnen Institute suchen. Dieses System ist gerade im Umbruch. Die Idee: Die Vorlesungsunterlagen sollen direkt im Stundenplan verlinkt sein. Ist ein Büchersymbol neben einer Veranstaltung abgebildet, können hier direkt Folien, etc. heruntergeladen werden. Bei den Dozenten der Vorklinik hat sich das System noch nicht ganz durchgesetzt, daran wird allerdings gearbeitet.

Turning Point

Auf eurem Smartphone könnt ihr die App TurningPoint installieren. In den einzelnen Hörsälen hängt vorne an der Wand ein Zettel mit Login-Daten für den jeweiligen Raum.

Dozenten können in ihre Vorlesungen Multiple Choice-Fragen einbauen, die dann über die App, ähnlich dem „Publikumsjoker“ bei bekannten Fernsehquiz-Sendungen, beantwortet werden können. So sollen Vorlesungen abwechslungsreicher und aktiver werden. Vielleicht motiviert es ja auch einige Dozenten, ihre Folien mal wieder zu überarbeiten :) In vielen Fächern wird das System bereits mit großem Erfolg eingesetzt.

Evaluna

Ein weiteres Mittel zur Verbesserung der Lehre ist die Pflicht, alle besuchten Veranstaltungen zu evaluieren. Zum Semesterende müsst ihr unter

evaluna.uni-muenster.de

nach einer Registrierung (anonym) alle Veranstaltungen bewerten. Das lohnt sich für euch, weil Veranstaltungen dadurch noch besser werden und für die Institute, die für gute Bewertungen zusätzliches Geld bekommen. Neben denn Bewertungen auf verschiedenen Skalen sind besonders auch die Freitexte wichtig, in denen ihr schreiben könnt was gut, und was eher verbesserungswürdig war. Anschließend muss im System eine Bescheinigung erstellt werden, die ihr drucken und dann zur Semesterabschlussklausur vorlegen müsst.



Internet und die Uni

Wenn du deinen Semesterbeitrag überwiesen hast, bekommst du eine Nutzerkennung (a_bcde01) und ein Passwort für unser Universitäts-Rechenzentrum mit deinen Semesterbescheinigungen zusammen zugeschickt. Auf www.uni-muenster.de/ZIV kannst du dich unter "Mein ZIV" mit deiner Nutzerkennung einloggen. Dieses Passwort musst du bei deiner ersten Anmeldung ändern. Außerdem kannst du hier u.a. dein E-Mail-Alias ändern, dein Netzzugangspasswort anpassen (wichtig für WLAN und VPN-Verbindungen), sowie „Print & Pay“ einrichten.

Hinweis: Anleitungen zu den folgenden Nutzungsmöglichkeiten findest du im ZIV-Wiki!

www

zivwiki.uni-muenster.de

Mit der Nutzerkennung hast du automatisch auch eine Mailadresse (a_bcde01@uni-muenster.de bzw. *alias@uni-muenster.de*). Abrufen kannst du deine Mails unter **per-mail.uni-muenster.de**. Außerdem besteht natürlich die Möglichkeit, dein Mail-Konto mit einem Mailprogramm wie Thunderbird oder Outlook über POP3/IMAP und SMTP zu führen.

Du kannst auch von deinem Computer zu Hause eine Verbindung zum Uni-Server herstellen (wichtig z.B. für die E-Books aus der Bib). Das ganze heißt dann "VPN" (Virtual Private Network), Anleitungen dazu gibtes ebenfalls im ZIV-Wiki - statt dem angebotenen Programm „Cisco“ kann man das übrigens auch als Peer-to-Peer-Netzwerk einrichten - ganz ohne zusätzliche Softwareinstallation. Eine Anleitung hierfür steht ebenfalls zur Verfügung.

Eine andere tolle Möglichkeit, die dir die Uni bietet, ist WLAN. Dieses



heißt "wwu" (alt: uni-ms) und wird dir in vielen Einrichtungen der Uni angeboten, u.A. im Lehrsaalgebäude, in der Bib oder auch bei uns in der Fachschaft. Übrigens kannst du mit deiner Kennung auch das Netz „eduroam“ nutzen, dass an vielen Unis weltweit angeboten wird (hier dann an deine ZIV-Kennung „@uni-muenster.de“ anhängen)!

Print & Pay

Bei Print & Pay handelt es sich um den Druckdienst der Uni, über den du Skripte, aber auch Poster bis A0 (auch auf Fotopapier!) kostengünstig drucken kannst - die Ausdrucke musst du dann im ZIV in der Einsteinstraße abholen. Die Druckkosten werden monatlich von deinem Konto eingezogen

Drucken kannst du entweder an einem der Rechner direkt im ZIV oder über den Remotedesktop des ZIV - ein virtueller Desktop, über den du die Drucker des ZIV erreichen kannst. Die Adresse des Remote-Servers lautet zivtserv.uni-muenster.de bzw. zivtserv2.uni-muenster.de. Genauere Anleitung gibt es - richtig! - im ZIVwiki.

Außerdem stellt das ZIV dir eine Online-Festplatte von 1GB zur Verfügung. Diese ist auf den Remotedesktops automatisch eingebunden, du kannst sie aber auch von deinem Rechner zu Hause aus als Netzlaufwerk einbinden. Lohnt sich aber eigentlich nur für Dinge, die du auch auf Uni-Rechner benötigst, ansonsten ist Dropbox immer eine gute Alternative.

Kopieren und Scannen

In vielen Gebäuden der Uni findest du Kopierer, z.B. auch in der Bib. Kopien kosten in der Regel etwa 5 Cent. Außerdem kann man hier aber

auch scannen - wenn auch nur in Schwarz-weiß - und sich die Scans an eine Uni-Mail-Adresse zuschicken lassen.

In der ZBmed befindet sich außerdem ein Buchscanner, mit dem Buchseiten abfotografiert und dann direkt auf einem USB-Stick gespeichert werden.

eBooks

Viele Bücher stellt die Bibliothek auch zum Online-ansehen als eBooks zur Verfügung. Einzelne Seiten kann man meist auch als PDF speichern oder ausdrucken (abhängig vom Verlag). Um die eBooks nutzen zu können (gilt übrigens auch für viele Zeitschriften-Artikel, die über PubMed, die Artikel-Datenbank der Mediziner) musst du dich entweder an einem Rechner der Universität befinden, über das Uni-WLAN ins Internet gehen oder eben eine VPN-Verbindung herstellen. eBooks kannst du im Verzeichnis der Bibliothek gezielt suchen (Medientyp „Online-Ressourcen“) und erkennst sie in Suchergebnissen am Computersymbol. Schon in den Suchergebnissen gibt es dann rechts den Link „Volltext“, über den du zum entsprechenden eBook kommst. Übrigens: Die Zweigbibliothek Medizin der ULB bietet über das Projekt „easystudium“ kostenlosen Zugang zu zahlreichen, digitalen Lehrbüchern. Einfach dort einmal nachfragen!

Blutspende

Wichtig!

Wegen der Pandemie ist es aktuell nötig sich zur Spende telefonisch anzumelden. Auf der Website der Blutspendedienste findet ihr die entsprechenden Infos.

Ihr seid jung und gesund und wollt etwas Gutes für euch und eure Mitmenschen tun?

In Münster gibt es zwei große Blutspendezentren: Die Blutspende am UKM, die das gespendete Blut ausschließlich für die Patienten des UKM verwendet, sowie die Blutspende des Deutschen Roten Kreuz direkt in der Innenstadt. In beiden Zentren erwarten euch nettes Personal, Getränke und kleine Snacks :-)

Damit die Vorurteile etwas abgebaut werden und ihr gut informiert seid, wollen wir euch hier mit ein paar Informationen versorgen.

Weitere Infos:

Vorteile einer Blutspende:

- » regelmäßige körperliche Untersuchung
- » Auf Wunsch Aufnahme in die Knochenmarkspendeliste
- » eine Aufwandsentschädigung

Ablauf vor der Blutspende:

- » Vor der Spende am besten fettarm essen
- » Personalausweis oder Reisepass mitbringen

Ablauf bei der Blutspende:

- » Informationsblatt und Fragebogen zur Gesundheit ausfüllen
- » Bestimmung des Blutfarbstoffes sowie Blutdruck, Puls und Temperatur
- » Wenn alles in Ordnung ist: aus der Armvene werden 500ml Blut entnommen, was etwa zehn bis zwanzig Minuten dauert. Anschließend noch etwas ausruhen, bis sich der Kreislauf normalisiert hat

Spendearten und Abstände:

- » Vollblutspende
F: 12 Wochen (max. 4 x im Jahr)

- M: 8 Wochen (max. 6 x im Jahr)
- » Doppel-EK-Spende
F / M: 16 Wochen

Aufwandsentschädigung:

- » nur der tatsächliche Aufwand wird entschädigt, nicht die Blutspende bezahlt
- » aktuell gültige Aufwandsentschädigungen des UKM:
 - » Vollblut- oder Plasma : 10-30,-Euro
 - » Thrombozyten: 40,-Euro
 - » Beim DRK bekommt ihr einen Essensgutschein, den ihr direkt im Anschluss an die Spende einlösen könnt.

Wer darf spenden?

- » 18 bis 68 Jahre alt
- » völlig gesund
- » mindestens 50 kg Körpergewicht
- » keine bestehenden Grunderkrankungen (wie z. B. Diabetes, Asthma, Bluthochdruck, Herzkrankheiten, Autoimmunerkrankungen, Epilepsie usw.)
- » keine regelmäßig Medikamenteneinnahme (außer Hormonpräparate)
- » keine chronischen Infektionskrankheiten (z. B. Borreliose, Chlamidien, Sinusitis usw.) oder Tumorkrankheiten haben.
- » kein Piercing oder Tattoo innerhalb der letzten vier Monate
- » Kein Piercing im Mund- oder Intimbereich
- » Im Leben nicht an einer Malaria erkrankt gewesen sein
- » keine Operationen, Magen- oder Darmspiegelungen während der letzten vier Monate

Wann darf ich nicht spenden?

- » Nach der Einnahme von Medikamenten innerhalb der letzten 10 Tage (insbesondere ASS oder Aspirin)

- » bei Infektionen allgemein und insb. mit Hepatitis oder HIV
- » bei allgemeinem Krankheitsgefühl

Tut es weh?

- » In der Regel kaum / nicht

Das erste Mal dauert länger wegen der allgemeinen Untersuchung und dem Ausfüllen der Formulare

Zum Abschluss noch ein paar interessante Fakten:

Wusstest du dass...

- » etwa 80% aller Bundesbürger mindestens einmal im Leben Blut oder aus Blutplasma hergestellte Medikamente benötigen?
- » Opfer von schweren Unfällen meist nur unter Einsatz mehrerer Blutkonserven erfolgreich behandelt werden können?
- » auch die Behandlung krebserkrankter Patienten ohne eine stabile Blutversorgung kaum möglich wäre?
- » in Deutschland 15.000 Blutspenden pro Tag erforderlich sind, um den täglichen Bedarf zu decken.

Wo kann man spenden?

Beim UKM-Blutspendeteam

Domagkstraße 11
48149 Münster
<http://ukm-blutspende.de>

Bei der City-Blutspende

des DRK

Klarissengasse 9
48143 Münster
muenster.blutspendedienst-west.de