

## پیشنهاداتی برای مطالعه درس آناتومی

خب بریم سراغ اولین درس مهم علوم پایه وبعد از اون حتی


#آناتومی!

اول قبل از شروع به مطالعه هر قسمت بهتره هدف یادگیری خودمون رو مشخص کنیم! اینکه چرا میخوایم این مبحث رو بخونیم؟

مثلا چرا میخوایم آناتومی توراکس (قفسه سینه) رو بخونیم؟؟

بعدا کجا به کارمون میاد، با خوندن اینا چه چیزی میخوایم یاد بگیریم؟ و...

مطالب زیر حاصل تحقیق توی سایت های مختلفه:

۱- اولین کار پیش خوانی کرده! (تکراری وسخت انجام  و لی خیلییی موثر)

حالا چه جوری؟ اگه فقط همون عکسها و تیتراهارو هم نگاه کنیم خودش خیلی موثره

(برای پیشخوانی میتونیم از جزوه های سال بالایی ها که توی کانال جزوه شون قرار داده استفاده کنیم، این در صورتی هیت که استاد خودش از قبل جزوه نداده باشه)

۲- جزوه برداری ونت برداری توسط خودمون سر کلاس (یا مجازی فرقی نداره)، یا حاشیه نویسی کتاب و جزوه ای که استاد معرفی کرده

۳- نکات مهمی که استاد میگه رو حتما بنویسید.

مثلا بعضی اساتید میگن این نکته علوم پایه ای هستا دقت کنین، یا این مورد توی بالین خیلی به کارتون میاد، یا حتی میگن این حتما تو سوالای امتحانیشون میاد

۴- چک کردن مطالب با اطلس اطلس های نتر و TM، دوتا اطلس معروف و خوبن

۵- مجاورات در علوم پایه خیلی مهمه و حتی در بالین هم دونستن این مجاورات اینکه الان با این برش کدوم اعصاب، کدام عضلات ممکنه که درگیر بشن خیلی کمک کننده است.

۶- آناتومی رو در طول هفته پخش کنیم و این درس نیاز به تعداد دور مرور بالا داره. حتی توصیه شده برای امتحانات بالای ۳ دور مرور بشه!

۷- فیلم های آناتومی آکلند (@anatomy\_acland) و اسمزیس و فیلمهای دکتر نجیب (می تونیم بعضی هاشو توی یوتیوب هم ببینیم، همچین کانال تلگرامی @medicalvideos1) خیلی خیلی برای درک بهتر آناتومی و ماندگاری توی ذهن توصیه شده

۸- کاربرد در پزشکی کتاب آناتومی اسنل را حتماً بخونیم! چون خیلی بدرد میخوره و حتی در اینترنت هم در مورد این بیماری سرچ کنیم تا اطلاعات بیشتر و بهتری رو به دست بیاریم!

۹- در خوندن آناتومی باید کنجکاو باشیم. باید تفکر فعالانه داشته باشیم! نه صرفاً روخوانی و حفظ کنیم.

۱۰- تست زدن برای آزمون علوم پایه و یادگیری بهتر خیلی خوب و کمک کننده است. نرم افزارهایی هم وجود دارند که این سوالها را دارند مثل طبیبانه، دکترآباد و غیره

#آناتومی

دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان