



Since 2016

MEDEDU TABUK

A Publication of the SMJS-MET Unit. Official Newsletter of the Faculty of Medicine, University of Tabuk



All praise is due to Allah who bestows His favors and bounties upon His servants abundantly

Editorial

Can Messi make time go slower for him?

A hypothesis by Jafari and Smith (2016) states that Lionel Messi the Worlds Number one football player (I apologize to Ronaldo and Neymar fans), has the ability to make time move slower for him.

It means the record 7 Ballon d'Or recipient, and the World Cup and Copa America winner makes "things move slower for him" compared to other palyers. It gives him an added advantage. When other palyers can hardly perceive what had happened in any given moment of the football match, Messi due to his ability to slow down time, gets to think, perceive and make decision. This unique ability is thought to be present in another icon, Wayne Gretzky, the Canadian Ice Hockey player who famously said that Ice Hockey was a slow game.

The authors argue that Messi may have automatized more advanced motor skills than most other players. This has freed up so much cognitive capacity that the effect may be that things seem to "move more slowly". It may be due to more rapid firing neurons, or in neural synapses, or the nerve pathway.

What do you think? Send us your opinion at traza@ut.edu.sa



Dr. Md. Tanveer Raza

Editor-in-Chief, SMJS-MET
Faculty of Medicine
University of Tabuk, KSA
Tel: +966 53 725 1324
Email: traza@ut.edu.sa

Virtual and Augmented Reality in Medical Education



An exhibition on Virtual and Augmented Reality was held in the Exhibition Hall of the Faculty of Medicine, University of Tabuk on December 14th, 2022. Dr. Saleh bin Hamed al-Harbi, Vice Rector, University Administration, University of Tabuk witnessed the use of scope and benefit of advanced technology in Medical Education. Dr. Marai M. Alamri, Dean of Medicine, University of Tabuk encouraged students to be familiar with new technology that can facilitate their learning experience. Faculty members and students visited the exhibition.



مقابلة نسيمة ارنقي أمير و مدربة المنتخب السعودي لاعاب القوى لذوي الإعاقة

Sarah Mutlq Alanzi

5th yr, Faculty of Medicine, University of Tabuk. Email: 391000552@stu.ut.edu.sa

Abdulquddus Aljundi

1st yr, Faculty of Business Administration, University of Tabuk. Email: aqaljoundi@gmail.com

يمكن تعطينا نبذة بسيطة عنك ؟

نسيمة امير، جزائرية، رياضية سابقة في المستوى العالي، ام لثلاث أولاد، حصلت على عدة ميداليات برونزية في بطولة العالم عام ١٩٩٣ في العاب القوى ٤٠٠ متر حواجز في إيطاليا. خرجت من مجتمع محافظ. بعد تخرجي من الثانوية كانت لدي رغبة قوية في دخول كلية الطب لكني فضلت ان استمر كرياضية نظراً لعوامل عدة مع ان في ذلك الوقت كانت الرياضة النسائية في الجزائر في أضعف مراحلها لدرجة ان بعض السيدات كن يمارسن الرياضة في الخفاء. حصلت على القبول في كلية الرياضة بعد عدة مسابقات.

و دراسة الرياضة لا تختلف كثيراً عن دراسة الطب، كون المجال يتطلب معرفة واسعه بتشريح الانسان و ميكانيكا الحركة و البيولوجيا و فسيولوجية جسم الانسان.

بعد اتجاهك لمجال التدريب ما هي الإنجازات التي حققتها خلال مسيرتك هذه؟

بعد تخرجي اتجهت لمجال التدريب والتنظيم الرياضي وتفوقت فيه ولله الحمد. الحمد لله ابدعت في مجالي و الشاهد والمقياس هو النتائج. نتائج محلية إقليمية و عالمية. حققت مع المتدربين العديد من الميداليات في البطولات ولله الحمد.

بعد هذا الإنجاز الكبير مع المتدربين الاسوياء، مالذي قاد المدربة نسيمة امير لتدريب المعاقين ؟

في بداية عام 2000 ميلادي، حصلت على عرض وظيفي لتدريب المعاقين و كانت خبره الجزائرية عموماً قليلة في هذا المجال، حب التطلع و الفضول دائماً دفعني لقبول العمل في هذا المجال و التعمق فيه. بعد مده طويلة في مجال التدريب و التنظيم الرياضي. و الحمد لله انطلقنا انطلاقاً قوية في عام 2004 من أثينا اليونان في بطولة الألعاب البارالمبية و حصدنا عدة ميداليات مع المتدربين من ذوي الاعاقة، 4 ميداليات منها الفضية و البرونزية في عام 2005 في بطولة العاب القوى في ولاية كولورادو الامريكية ثلاث من المتدربين كانوا من فئة المكفوفين و الرابع من فئة ضعيفي البصر و في عام 2006 ايضاً في بطولة العالم حققنا ميداليات وأرقام

قاسية. سنة 2007 نظمنا اكبر ظهور في الجزائر للألعاب العربية و الافريقية و كانت النتائج في كل مرة الدافع لي في ان اكمل واتقدم واحقق اكثر مع المتدربين.

بعد هذه الرحلة الطويلة من التنقل حول العالم ، ماذي قاد نسيمه امير الى المملكة ؟

ابتداءً من العام 2010 كنت اتلقى عروض تدريب عديدة من الامارات العربية المتحدة و كنت أرى صعوبة شديدة في ترك وطني و كل ما بدأتها هنا بالإضافة الى مسؤولياتي تجاه ابنائي وعائلتي . في عام 2019 و بعد ان حققت تقريباً كل ما اريد و بعد ان ساهمت في الكثير من الإنجازات قررت ترك المجال لمن هم اصغر مني سنأ و اقل خبره و البداية مرة أخرى من جديد في بيئة جديدة و مكان جديد و تحديات جديدة

كيف كانت البداية ؟

بعد الاستخارة و مشورة والدي، قدمت الى المملكة العربية السعودية للعمل مع الاتحاد السعودي للألعاب البارالمبية.

كانت ممتازة ، من عدة نواحي . لم اشعر بالغرابة كون المملكة و الجزائر تتشابه في عدة جوانب . و شعب المملكة شعب كريم مضياف ف لم اشعر بتغيير كثير . التطور السريع في المملكة سهل علينا المهمة واستطعنا المواكبة في هذا المجال في 3 أعوام ما من الممكن تطويره خلال 20 عام في مكان اخر. قمنا ولله الحمد من انشاء نوادي للمعاقين و تطوير العديد من الأنشطة ، انشأنا اول نادي للرياضة المسائية للمعاقين و الان نفتخر ب 17 نادي حول المملكة.

كيف استطعتي التأثير على أولياء الأمور واقناعهم بهذا النوع من الأنشطة ؟

خلال جولتي في مناطق المملكة قابلت العديد ممن أولياء الأمور تحدثت معهم عن أهمية الرياضة و كيف تساعد أبنائهم على ان يعتمدوا على انفسهم و ينخرطوا بالمجتمع و العيش بشكل طبيعي و الزواج مستقبلاً وان يحظى ابنهم بعائلته الخاصة و بالطبع وضحت لهم اثر وخطورة الانعزال على أبنائهم و عزلهم عن المجتمع و ماقد ينتج عنه .

مالأثر الذي تركه المعاقون في نسيمه ؟

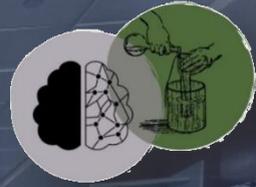
الاختلاط مع المعاقين اكسبني و اكسب ابنائي الصبر و الرحمة وحب المساعدة ، اشعر دوماً بتيسير الأمور و هذا ولله الحمد شيء اشكر الله عليه كثيراً.

ماذا تركت نسيمه امير في المعاقين ؟

تركت السمعة الطيبة و الذكر الحسن ولله الحمد ، علمتهم الانضباط و الإصرار و المحافظة على تدريباتهم لتحقيق احلامهم.

The First Researchers Meeting Scientific Research Club

Rahaf Atallah Alanzai .
3rd year Nursing Student, University of Tabuk,
Member of the Board of Directors of the Scientific Research Club
Email:421000061@stu.ut.edu.sa



The Scientific Research Club (SRC) aims to develop the research outputs of students of the University of Tabuk. That is why the SRC held the first Student Researchers Meeting at the Library of University of Tabuk from 1pm-3pm on November 3rd, 2022. It was organized with the active support of **Dr. Majed Balola**, Dean, Student Affairs & Supervisor of Media And Relationship, University of Tabuk; **Dr. Mana M. Alqahtani**, Dean of Research; Dr. Md. Tanveer Raza, Editor-in-Chief and Editors of Saudi Medical Journal for Students; and Faculty members.

The meeting aimed to answer the Researcher students' inquiries and create an interconnected environment for the researcher community within the university for various scientific disciplines.



Dr. Majed Balola, in his speech, appreciated the event and encouraged the students to hold such events more. He said that his Deanship supports students' activities.



Dr. Mana M. Alqahtani talked about the importance of research and how students can start writing researches

Sarah Saad Almuhsaini and Lama Mohammed Alayda opened the session and gave a welcome talk about SRC. The meeting included several sessions dealing with the most important topics that concern researcher students.

First session: How do you increase your chance of publishing?

It was presented by Dr. Tanveer Raza, Editor-in-Chief, Saudi Medical Journal for Students (SMJS), and answered many questions from the researcher students.



Second session: Ethical Considerations in Scientific Research

It was presented by: Dr. Reem Alshaman, Vice Dean, Faculty of Pharmacy, and the Student: Sadeem Alamri



Third session: Research Quality Criteria

It was presented by: Dr. Ahmed Mohsen and the student: Lujain Albalawi

The Scientific Research Club aspires to continue establishing such meetings to support researcher students.

(Edited by Dai Samran Almutaiti, 5th Year, Faculty of Medicine, University of Tabuk, Associate Editor, SMJS-MET)

Events at Deanship of Development and Quality

د. عمر سالم باحطاب, وكيل عمادة التطوير والجودة للتطوير

Dr. Omar S Bahattab, Vice Dean of Development and Quality for Development

Email: Obahattab@ut.edu.sa



جامعة تبوك
وكالة الجامعة للتطوير والجودة
عمادة التطوير والجودة

وعدة

يسر عمادة التطوير والجودة دعوتكم
لحضور ورشة تدريبية بعنوان
**إعداد تقرير المقرر الدراسي إلكترونياً
باستخدام منصة معيار بلس
المرحلة الثانية**

يوم : الاثنين
٥ / ٢٥ / ١٤٤٤ هـ

من الساعة ١٠.٣٠ صباحاً
إلى الساعة ١٢.٠٠ ظهراً

المكان
قاعة عمادة التطوير والجودة
في الادارة الطبية.

الفئات المستهدفة
- وكلاء التطوير والجودة بالكليات .
- منسقي البرامج في الأقسام العلمية.



U_Tabuk www.ut.edu.sa "مخوز بجامعتنا"

معتمد ACCREDITED
جامعة تبوك
University of Tabuk

2006
جامعة تبوك
University of Tabuk

رعاية من معالي
رئيس جامعة تبوك
أ. د. عبدالله بن مفرح الذيابي

يسر عمادة التطوير و الجودة
دعوتكم لحضور حفل ختام
برنامج تهيئة وإعداد أعضاء
هيئة التدريس الجدد
العام الجامعي ١٤٤٤ هـ

الثلاثاء : ١٩ / ٥ / ١٤٤٤ هـ
الساعة : ١١.٠٠ صباحاً

المكان
مسرح معالي الدكتور
عبد العزيز العنزي، رحمه الله
(كلية الطب)

U_Tabuk www.ut.edu.sa

فخور بجامعتي

UT

جامعة تبوك
وكالة الجامعة للتطوير و الجودة
عمادة التطوير و الجودة

معتمد ACCREDITED
جامعة تبوك
University of Tabuk

2006
جامعة تبوك
University of Tabuk

رعاية من معالي
رئيس جامعة تبوك
أ. د. عبدالله بن مفرح الذيابي

يسر عمادة التطوير و الجودة
دعوتكم لحضور ورشة تدريبية بعنوان
مدخل لمبادئ وأسس التعليم النشط
ضمن برنامج استراتيجيات التعلم الحديثة في التعليم

يوم : الاثنين
٢٥ / ٥ / ١٤٤٤ هـ

من الساعة ٨.٠٠ مساءً
إلى الساعة ١٠.٠٠ مساءً

تبت الورشة
عبر منصة ZOOM

الفئات المستهدفة
* أعضاء هيئة التدريس

لحضور الورشة

U_Tabuk www.ut.edu.sa

فخور بجامعتي

UT



Rankings for Scientist
University, Subject,
Country, Region, World

World Scientist and
University Rankings 2023

University of Tabuk

List based on Total H Score

Faculty of Medicine

University of Tabuk

M Ahmed Mesaik

	Scores	Rankings			
		In University of Tabuk (94)	In Saudi Arabia (6027)	In Asia (273944)	World (1087188)
Total H	30	#6	#611	#27906	#190170
Last 5 year H	23	#10	#814	#30422	#180019
Last 5 year H / total H	0.767				
Total i10	76	#7	#495	#20646	#128731
Last 5 years i10	63	#7	#484	#17350	#100902
Last 5 years i10 / Total i10	0.829				
Total Citation	2677	#13	#892	#39629	#268081
Last 5 years Citation	1585	#14	#1049	#41843	#248987
Last 5 years Citation / Total Citation	0.592				
Medical and Health Sciences *		#2 (14) *	#92 (1125) *	#2929 (23702) *	#26081 (109849) *
Immunology *		#1 (1) *	#1 (21) *	#139 (725) *	#1253 (4890) *

www.adscientificindex.com

Faculty of Pharmacy

Mansoura University

Nehal Elsherbiny

	Scores	Rankings			
		In Mansoura University (1049)	In Egypt (10863)	In Africa (54335)	World (1153395)
Total H	29	#50	#404	#1902	#207371
Last 5 year H	26	#28	#291	#1258	#140596
Last 5 year H / total H	0.897				
Total i10	59	#49	#419	#1927	#156983
Last 5 years i10	57	#29	#265	#1206	#118964
Last 5 years i10 / Total i10	0.966				
Total Citation	2083	#86	#776	#3616	#332253
Last 5 years Citation	1861	#50	#464	#2186	#219582
Last 5 years Citation / Total Citation	0.893				
Medical and Health Sciences *		#25 (425) *	#109 (2812) *	#596 (8127) *	#28151 (109829) *
Biochemistry *		#1 (8) *	#8 (162) *	#33 (584) *	#1479 (5523) *

www.adscientificindex.com

Faculty of Medicine

University of Tabuk

Mohamed Ea Mostafa

	Scores	Rankings			
		In University of Tabuk (94)	In Saudi Arabia (6027)	In Asia (273945)	World (1087188)
Total H	19	#19	#1624	#65340	#378893
Last 5 year H	16	#18	#1669	#62971	#339272
Last 5 year H / total H	0.842				
Total i10	37	#16	#1324	#53479	#303307
Last 5 years i10	34	#14	#1130	#43294	#234346
Last 5 years i10 / Total i10	0.919				
Total Citation	2579	#14	#927	#41112	#276298
Last 5 years Citation	1944	#9	#838	#33086	#203690
Last 5 years Citation / Total Citation	0.754				
Medical and Health Sciences *		#4 (14) *	#314 (1125) *	#7147 (23702) *	#48107 (109849) *
Anatomy *		#1 (1) *	#1 (11) *	#72 (251) *	#373 (963) *

www.adscientificindex.com

Distinguished Researchers @ University of Tabuk

Eidah Alqrid amd Amjad Bader, Associate Editors, SMJS-MET, 6th Year,
Faculty of Medicine, University of Tabuk

Share your Success with us, send an email to Smjs.editors@ut.edu.sa or give a call to Dr. Tanveer Rza, Edirto-in-Chief (+966 53 725 1324)

Faculty of Medicine

University of Tabuk

Mohammad Zubair

	Scores	In University of Tabuk (94)	In Saudi Arabia (6027)	In Asia (273944)	World (1087188)
		Rankings			
Total H	17	#24	#2062	#79360	#445180
Last 5 year H	15	#23	#1933	#72242	#383782
Last 5 year H / total H	0.882				
Total i10	23	#26	#2281	#86859	#463673
Last 5 years i10	20	#24	#2114	#78464	#402143
Last 5 years i10 / Total i10	0.870				
Total Citation	1454	#22	#1722	#69990	#423024
Last 5 years Citation	1080	#22	#1616	#62753	#352035
Last 5 years Citation / Total Citation	0.743				
Medical and Health Sciences		#5	#424	#8804	#55706
Medical Microbiology *		(14) *	(1125) *	(23702) *	(109849) *
		#1	#10	#89	#242
		(1) *	(28) *	(255) *	(666) *

www.adsscientificindex.com

Distinguished Researchers @ University of Tabuk

Eidah Alqrid amd Amjad Bader, Associate Editors, SMJS-MET, 6th Year, Faculty of Medicine, University of Tabuk

Share your Success with us, send an email to Smjs.editors@ut.edu.sa or give a call to Dr. Tanveer Rza, Edirto-in-Chief (+966 53 725 1324)

Faculty of Medicine

University of Tabuk

Hyder Osman Mirghani Mohamed

	Scores	In University of Tabuk (94)	In Saudi Arabia (6027)	In Asia (273945)	World (1087188)
		Rankings			
Total H	11	#51	#4002	#141321	#721375
Last 5 year H	11	#45	#3301	#117249	#590714
Last 5 year H / total H	1.000				
Total i10	13	#52	#3910	#138529	#702087
Last 5 years i10	12	#44	#3402	#121219	#603576
Last 5 years i10 / Total i10	0.923				
Total Citation	576	#49	#3883	#137686	#725872
Last 5 years Citation	545	#42	#3107	#112094	#581329
Last 5 years Citation / Total Citation	0.946				
Medical and Health Sciences *		#8	#830	#15658	#85098
Internal Medicine *		(14) *	(1125) *	(23702) *	(109849) *
		#1	#7	#107	#502
		(1) *	(8) *	(151) *	(624) *

www.adsscientificindex.com

Faculty of Pharmacy

University of Tabuk

Kousalya Prabahar

	Scores	In University of Tabuk (94)	In Saudi Arabia (6130)	In Asia (306344)	World (1153395)
		Rankings			
Total H	11	#61	#4293	#150776	#758936
Last 5 year H	11	#56	#3687	#129502	#641730
Last 5 year H / total H	1.000				
Total i10	14	#53	#3844	#135684	#644372
Last 5 years i10	12	#48	#3575	#126517	#624446
Last 5 years i10 / Total i10	0.857				
Total Citation	321	#72	#5299	#181513	#899905
Last 5 years Citation	244	#80	#5090	#177007	#848072
Last 5 years Citation / Total Citation	0.760				
Medical and Health Sciences *		#11	#873	#16626	#88334
Pharmacy & Pharmaceutical Sciences *		(14) *	(1130) *	(23710) *	(109829) *
		#1	#174	#2313	#6880
		(1) *	(192) *	(3369) *	(8903) *

www.adsscientificindex.com

Faculty of Medicine

Zagazig University

Omnia S. El Seifi

	Scores	In Zagazig University (427)	In Egypt (10430)	In Africa (49410)	World (1087188)
		Rankings			
Total H	9	#233	#5440	#20648	#847240
Last 5 year H	9	#203	#4379	#17073	#750708
Last 5 year H / total H	1.000				
Total i10	9	#230	#5352	#20187	#835040
Last 5 years i10	9	#199	#4206	#16336	#730774
Last 5 years i10 / Total i10	1.000				
Total Citation	264	#245	#5922	#22908	#922666
Last 5 years Citation	237	#220	#5018	#19763	#842865
Last 5 years Citation / Total Citation	0.898				
Medical and Health Sciences *		#102	#1847	#5565	#95756
Epidemiology and Public Health *		(160) *	(2809) *	(8125) *	(109849) *
		#2	#41	#431	#5647
		(2) *	(51) *	(597) *	(6403) *

www.adsscientificindex.com



تسمم الكحول



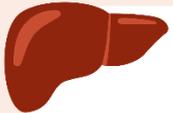
الكحول مركب كيميائي يعرف باسم الكحول الإيثيلي مع المجموعة الوظيفية (ROH). ينتج مركب الكحول من تخمر السكريات والكربوهيدرات في الأطعمة مثل الفواكه وبعض الخضار. الكحول هو مخدر الأكثر استخدامًا في العالم ، وهو مصنف على أنه مثبط للجهاز العصبي المركزي ، ويمكن أن يتغلغل فعليًا في كل عضو وأنسجة في الجسم ، مما يؤدي إلى إصابة الأنسجة واختلال وظائف الأعضاء.

ماذا يحدث للجسم عند تعرضه للكحول؟



يمتص الكحول في الفم بنسبة 0.5% ، ثم يمتص في المعدة ويوزع عبر الدم في الجسم ويمر عبر الكبد. الكبد هو خط الدفاع الأول في الجسم ، إلا في حالة التعرض للكحول ، فالكبد يستقلب 85% - 9% ، ويتحول الكحول إلى أسيتالدهيد ، وهو أكثر سمية من الكحول ، وهو مركب مسرطن ، ثم إلى الأسيتات ثم يتخلص الجسم منه كثاني أكسيد الكربون والماء في البول.

تأثير الكحول على أعضاء الجسم ، الوظائف:



الكبد الدهني Acetyl-CoA = تخليق الأحماض الدهنية



يعزز الأسيتالدهيد تلف الحمض النووي والإجهاد التأكسدي.



في حالة إدمان الكحول: يمنع الكحول تكوين السكر ، مما يسبب نقص السكر في الدم



يسبب الكحول خللاً كبيراً في وظيفة: في حالة إدمان الكحول: الكحول يثبط تكوين الجلوكوز ، مما يسبب نقص السكر في الدم في جهاز المناعة. يصعب على الجسم استهداف الخلايا السرطانية وتدميرها.



تتسبب الكحوليات في تلف الدماغ وتلف في الحزمة العصبية التي تربط الخلايا العصبية وأعصاب الجسم ، حيث قد يعاني المدمنون من وخز في الأطراف نتيجة عدم قدرة الأعصاب على نقل الإشارات.



تم ربط النساء اللواتي يشربن الكحول ويزيدن من مستوى هرمون الاستروجين بزيادة خطر الإصابة بسرطان الثدي

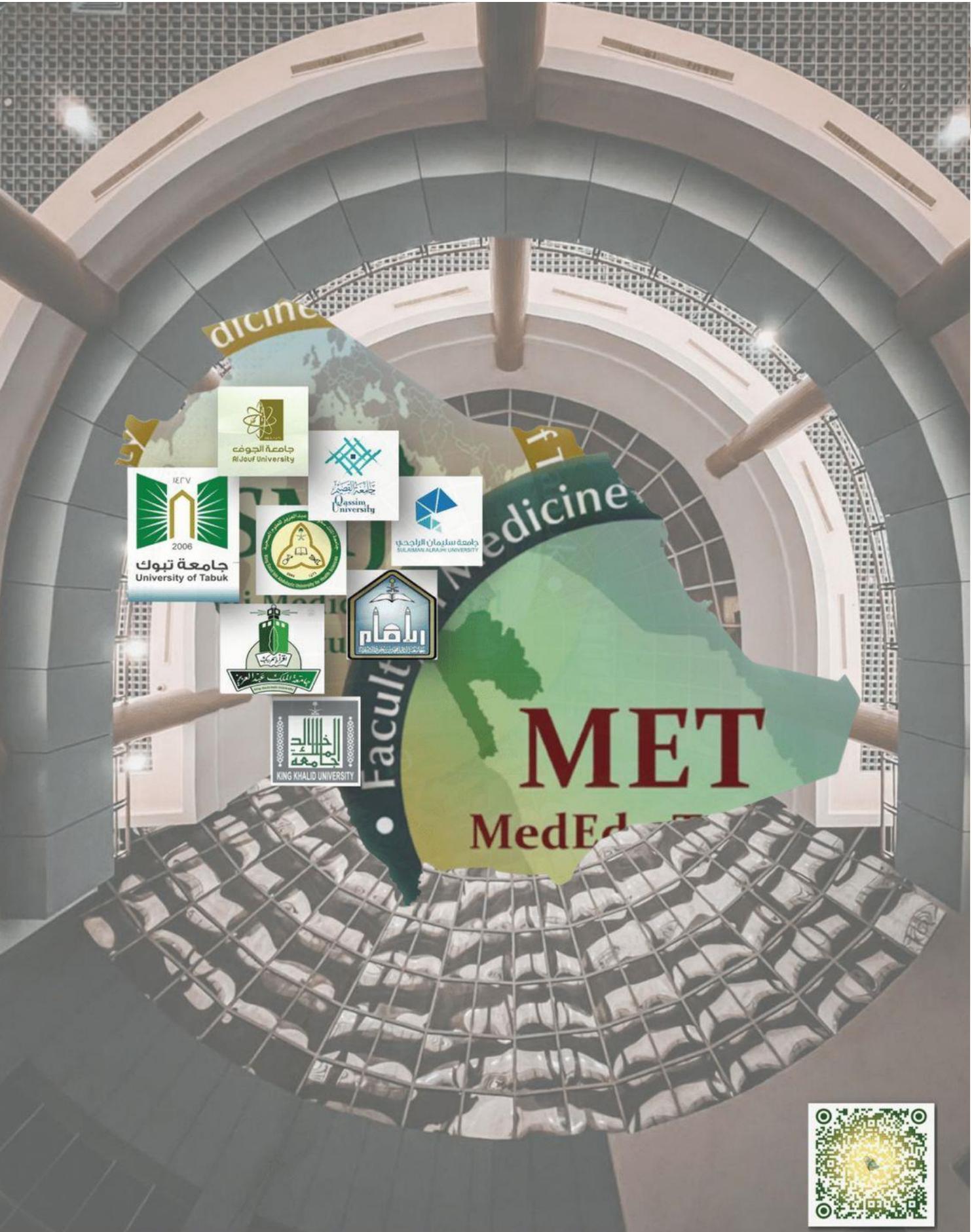


زيادة فرص الإجهاض عند النساء الحوامل. يعبر الكحول المشيمة ويسبب تشوهات خلقية. مثل حجم الجمجمة وأبعاد الأنف ، ويؤخر النمو الحركي للطفل

غدير محمد البرقي ، رنا البلوي ، ماجستير علم السموم والأدلة الجنائية ، الجامعة تبوك ، محرر مشارك ، طاقم المحررين. SMJS-MET ، البريد الإلكتروني:

ghadeer.m.albarqi@gmail.com

Ranoo14191419@gmail.com



Dr. Marai M. Alamri, Dean of Medicine and Chairman UAB SMJS-MET; Dr. Md. Tanveer Raza, Editor-in-Chief, SMJS-MET. Email: traza@ut.edu.sa

This disclaimer informs readers that the views, thoughts, and opinions expressed in MedEdu Tabuk belong solely to the author and not necessarily to MedEdu Tabuk or the Faculty of Medicine, University of Tabuk.

© 2022. MedEdu Tabuk is the official newsletter of the Faculty of Medicine, University of Tabuk, and part of the SMJS-MET publications. All right reserved