

Volume 7 Issue 2
October 12th 2022

SMJS
Saudi Medical
Journal for Students
Faculty of Medicine
MET
MedEd
MEDEDU TABUK

Official Newsletter of the Faculty of Medicine, University of Tabuk
Part of the SMJS-MET Publications

KINGDOM OF SAUDI ARABIA
Ministry of Education
University of Tabuk
Faculty of Medicine



Innovation @ University of Tabuk

H.E. Prof. Dr. Abdullah bin Mofarh Al-Thiabi, President, University of Tabuk and
Dr. Marai M. Alamri, Dean of Medicine
visiting student exhibition



Hegras
Drone Show



SMJS-MET



Great Mosque
of Gaza



Dr. Abdulrahman Abdulwahab Alduraywish
Dean of Medical College, Aljouf University
receiving SMJS-MET crest from **Dr. Marai M. Alamri**,
Dean of Medicine, University of Tabuk

Editorial

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

SMJS-MET and its Editors

The Saudi Medical Journal for Students-MedEdu Tabuk Unit is proud to add an Editor from Aljouf University university in its Editorial Board. This brings the number of universities to Eight.



The goal of SMJS-MET is to be a platform to express the talents of Faculty and Students of Universities across the Kingdom of Saudi Arabia and beyond. This goal set by **H.E. Prof. Dr. Abdullah bin Mofarh Al-Thiabi**, President, University of Tabuk will have a major impact in the development of student Soft skills. SMJS-MET under the leadership of Dr. Marai M. Alamri has achieved major milestones towards reaching this goal.

SMJS-MET was honored to have Dr. Abdulrahman Abdulwahab Alduraywish, Dean of Medical College, Aljouf University visit its offices at the Faculty of Medicine, University of Tabuk. He was given a brief overview of our activities. Dr. Alduraywish assured his full support towards SMJS-MET.



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



نادي الأنف و الأذن و الحنجرة ٢٠٢٢

لقاح الانفلونزا

الانفلونزا:

هي عدوى فيروسية حادة تنتشر بسهولة بين البشر، تهاجم الجهاز التنفسي حيث يصاب الانسان بالعدوى عن طريق الأنف والفم وصولاً إلى الرئتين عن طريق مخالطة المصابين عن قرب.

الأعراض:

آلام العضلات

اجهاد

حرارة

التهاب الحلق

انسداد الانف

صداع

كحة

تحتاج إلى الحصول على لقاح الإنفلونزا كل موسم لأن الفيروس يتغير كل عام

كيف تتجنب الإصابة بالأنفلونزا؟

- 1- تلقي لقاح الانفلونزا السنوي
- 2- مارس القواعد الثلاثة للنظافة الجيدة:
 - اغسل يديك
 - قم بتغطية الانف والفم اثناء السعال والعطس
 - ابق في المنزل إذا كنت مريضاً

هل تعلم أنه لا يمكن التقاط الانفلونزا من لقاح الانفلونزا؟

يحميك لقاح الإنفلونزا الموسمية من سلالات الإنفلونزا الأكثر شيوعاً المتوقعة في الموسم المقبل.



معاً ، يمكننا الحفاظ على مجتمع صحي

للتواصل مع النادي:
عبدالله الحجيلي:
391008387@stu.ut.edu.sa

عبدالرحمن العلياني:
391003024@stu.ut.edu.sa

محرم النشرة الدورية الأسبوعية: طلال الحربي

خالد الاسمري، رهام الرحيلي، سماهر الصبحي، الجوهرة النعمان

Innovation @ University of Tabuk

Dr. Marai M. Alamri

Dean of Medicine, University of Tabuk
Chairman, University Advisory Board, SMJS-MET
Email: malamri@ut.edu.sa



الابتكار هو أساس الاقتصاد والتنمية في أي وقت وفي أي بلد ومن يتتبع التاريخ يجد النتيجة البديهية غير القابلة للتشكيك أو النقد أن كل التغيرات الاقتصادية والاجتماعية على كوكب الأرض كانت مبنية على الابتكار منذ اختراع العجلة واستخدام أدوات الزراعة

والصيد وحتى وقت الواقع المعزز وسياحة الفضاء.

وحيث أن الابتكار نتاج لمحفز داخلي يبعثه الخيال الى عالم الحقيقة فإن كثيراً من تلك الخيالات المبدعة لا تخرج الى الواقع لانعدام الاقدام وغلبة التكاسل والتخاذل والخوف من الفشل مقرونة بانعدام البيئة المحفزة والإمكانات المادية والحاضنات المشجعة.

ولأن المملكة استشعرت بقيادتها الحكيمة أن الابتكار هو الأساس لاقتصاد قادر على توليد وتوظيف المعرفة ودمجها في منظومة الإنتاج وتحويلها إلى قوة منتجة لتحقيق النمو المستدام، فقد كان الابتكار أحد أهم مستهدفات برنامج التحول الوطني لتحقيق رؤية المملكة 2030 وهو ما أثمر تقدم المملكة الى المركز السادس و الستون عالميا على مؤشر الابتكار العالمي GII ووضع المؤسسات التعليمية في تحد حقيقي لتوفير رأس المال البشري القادر على استكمال ذلك المنحى التصاعدي مع المحافظة على الجودة والكفاءة وهو ما يحقق رؤية المملكة 2030 لخلق اقتصاد أكثر تنوعا واستدامة، ولذلك فإن تعزيز ثقافة الابتكار بالمجتمع، واعتماده كمؤشر رئيس لتقييم الأداء في كافة القطاعات والمؤسسات وعلى رأسها التعليم أصبح ضرورة ملحة، كون التعليم هو المورد الرئيس الذي يعول عليه لضخ المعرفة والابتكار في شرايين الاقتصاد.

وإذ نحمد الله على ما من به على بلادنا من إمكانات ومن توجه قيادة فإننا نحمد لجامعتنا ما تبذله لرفد توجهات الوطن وتحقيق رؤاه وأهدافه بتوفير حاضنات الابتكار مقرونة بالتحفيز والتشجيع والتوجيه.

وما شهدناه من ابتكارات متميزة وأفكار رائدة تصب في أهداف مخرجات التعليم للجامعة في تظاهرة مشاريع التخرج لطلبة كلية الهندسة لهذا العام 1443هـ لهو أمر يبعث على الفرح والتفاؤل بمستقبل مشرق لأبناء هذه الجامعة في هذا الجزء الغالي من وطننا الطموح ومناسبة رائعة نرفع فيها عبارات الشكر والثناء لقيادة الجامعة وعلى رأسها معالي رئيس الجامعة ووكلائه ولعميد كلية الهندسة وكافة منسوبيها لما قدموه من دعم وتحفيز وإرشاد.

ومن ضمن تلك المشاريع التي تتلج الصدر وترفع أحاسيس الفخر كان مشروعان يفرضان على من يمر بهما التوقف وامعان النظر وإعادة التفكير لما يقدمانه من قيمة مضافة للمجتمع المحلي ومشاريع التنمية وتجير مناخ وجغرافية المنطقة لإنتاج مقومات الحياة وأسباب التنمية المستدامة الخالية من التلوث



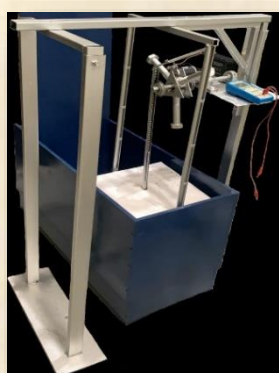
المشروع الأول



وقد كان المشروع الأول تحلية المياه المالحة في البحر إلى مياه عذبة قابلة للشرب باستخدام الطاقة الشمسية.

وقد شارك في هذا الابتكار كلا من مشعل مسفر النجراني ، عمر محمد السلمي ، نواف أحمد غبان ، ريان سعد الرشدي ، محمد نافع العنزي. فكرة المشروع: هو تحلية المياه المالحة في البحر إلى مياه عذبة قابلة للشرب باستخدام الطاقة الشمسية واستخدامها في المناطق النائية

طريقة عمل المشروع: يتكون من ثلاثة أجزاء رئيسية: الخزان يتم فيه ملأ مياه البحر المالحة يتصل فيه أنبوب إلى (السخان الشمسي) وهو عبارة عن ألياف حديدية مطلية باللون الأسود بسبب أن اللون الأسود يجذب ضوء الشمس ولا يعكسه فبالتالي ترتفع درجة حرارة المياه داخل السخان الشمسي فتكون المياه جاهزة للتبخر وعند دخولها إلى الجزء الثالث (solar-still) على ارتفاع 2 سم من الملاء تبدأ عملية التبخر ومن ثم يتكثف البخار على الزجاج البارد إلى سائل،



المشروع الثاني



ومن ثم يتم تجميع المياه العذبة الصالحة للشرب على أطراف الجهاز.

أما المشروع الثاني كان يقوم بتحويل طاقة الأمواج وهي إحدى الطاقات المتجددة (الطاقة النظيفة) من خلال جهاز يقوم بتحويل طاقة الأمواج في المحيطات إلى طاقة كهربائية بناءً على ارتفاع وتردد الموج.

وقد شارك في هذا الابتكار كلاً من حمدان قاسم العنزي، ماجد عبدا لله الحربي، فهد أحمد العطوي، محمد سلطان الدايل، باسل غانم الزهراني، ناصر محمد العطوي



جامعة الجوف
Al Jouf University



About the Al-Jouf region

Danah Fahad Hassen Albalawi

Student ID: 441210614, First year, Faculty of Medicine

Al Jouf University. Email: danafh87@gmail.com

The city of Sakaka is the administrative headquarters of the region, which includes under its banner three governorates, namely: Al-Qurayyat Governorate, Dumat Al-Jandal Governorate, and Tabarjal Governorate.

Climate: In general, the climate of the Al-Jouf region is desert and continental; cold in winter and hot and dry in summer; the average temperature in the summer is 30 degrees Celsius; the maximum temperature reaches 42 degrees Celsius; and the average temperature in winter is 5.8 degrees Celsius, which decreases in January, reaching between 2 and 7 degrees below zero, with cold periods sometimes reaching freezing.

Tourist sites and monuments: The Al-Jouf region has good tourism potential that qualifies it to achieve a distinguished position on the map of domestic tourism in the Kingdom. The region looks forward to exploiting these components in the activities of tourist attractions through the interest and encouragement of officials in the region to establish tourism projects and support investment in this field. A specialized company has been established in the region for projects. It is expected to implement many of these projects.

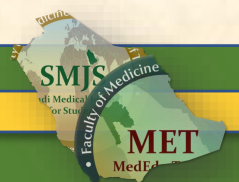
I ♥ AL JOUF

© Danah Fahad 2022

First: Archeology in Sakaka

A number of monuments dating back to different historical times are spread in the city of Sakaka and its villages, the most important of which are:

The Zaabal Palace, Tell Al-Saai, Rajajeel Columns, Mount Prince, The Well



Second: Qurayyat Governorate Castle, Kaf Madhhan Palace, Tell Al-Saidi, and Kaf Modern Antiquities.

Third: Antiquities in the Dumat Al-Jandal Governorate of Mared Palace

The ancient city of Dumat al-Jandal

The Mosque of Omar ibn al-Khattab



Photo credit: سيف الهتاري
 @saif_hetary
 Reproduced with permission

In view of the geographical and historical importance of the Al-Jouf region, Al-Jouf University was established by a decision of the Custodian of the Two Holy Mosques in 1426 AH/2005 AD to be the beacon of pioneering scientific, intellectual, and cultural radiation in the region and to be one of the most important pillars of the modern renaissance in the Kingdom.

Al-Jouf University is located in the city of Sakaka/Al-Jouf, in the form of a model university city in the example of Harvard University, and it has many scientific and administrative faculties and various university facilities, and the construction movement is still in progress.



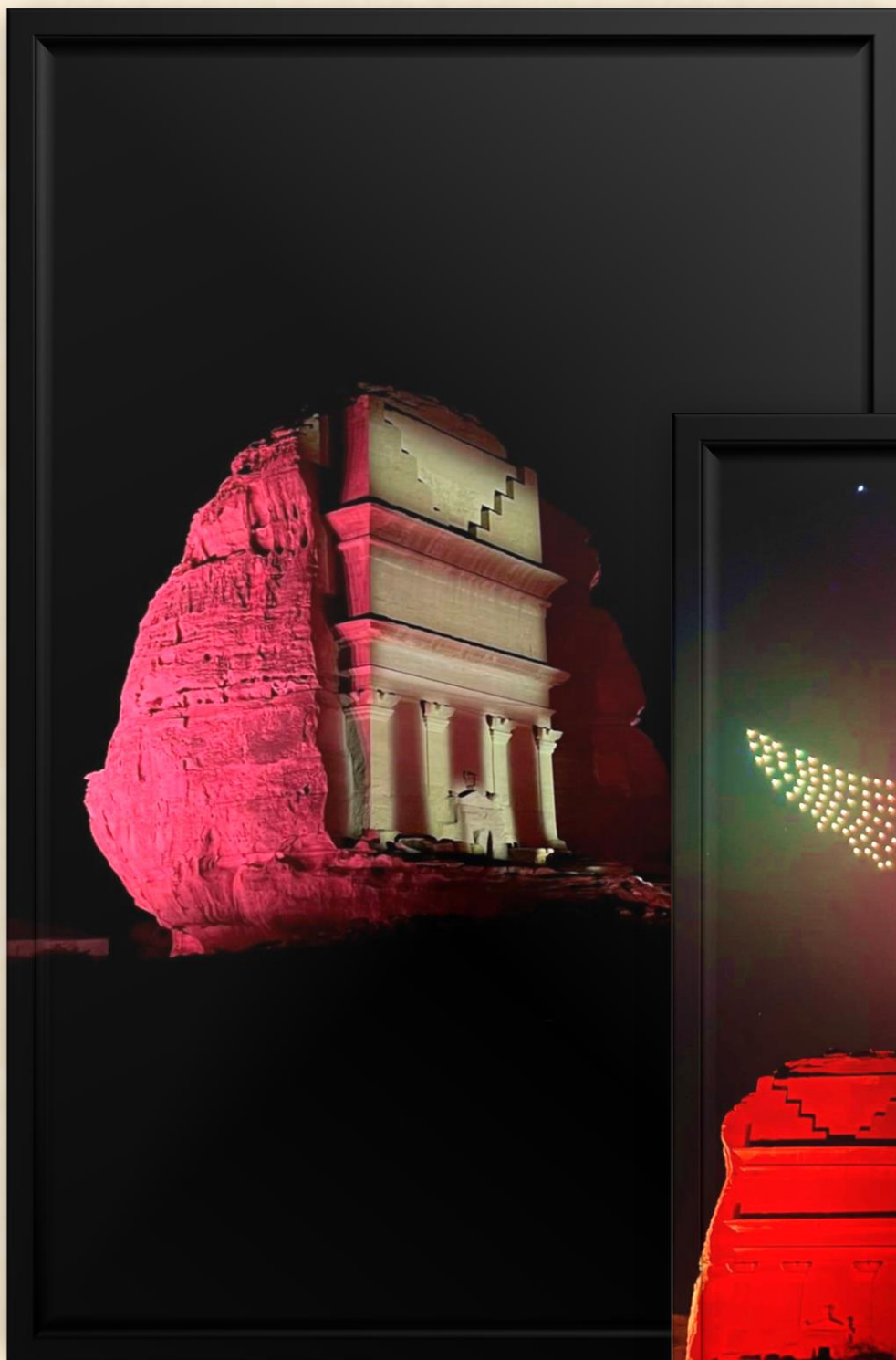
Hegra's Drone Show AlUla

Mr. Munif alfaqir

Faculty of Medicine, University of Tabuk

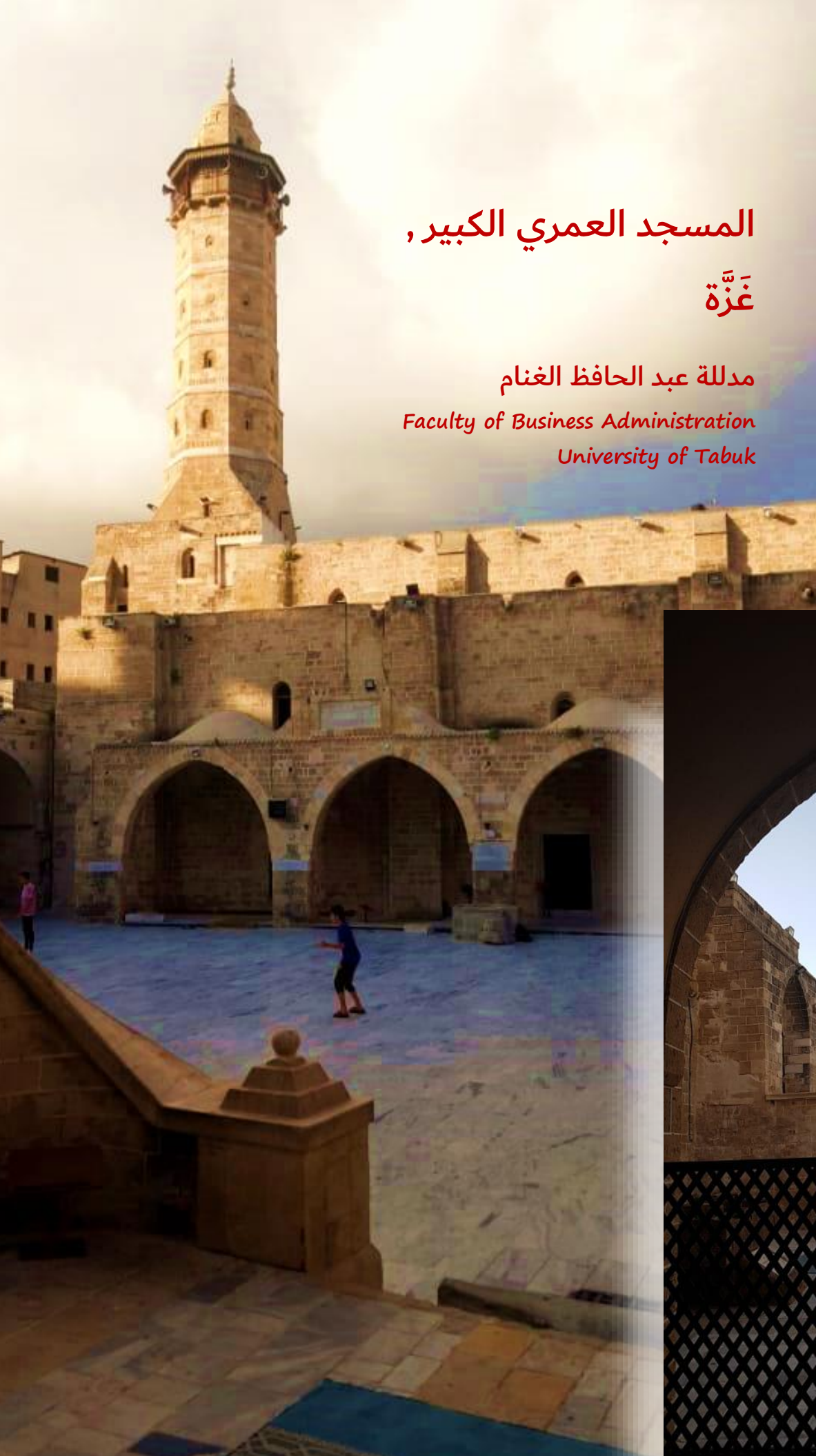
Email: malfageer@ut.edu.sa





المسجد العمري الكبير , غزة

مدللة عبد الحافظ الغنام
Faculty of Business Administration
University of Tabuk



Virtual Seminar: Guide to internship

Date: October 1, 2022

Organized by: Faisal Saeed A Al-Ghamdi, 6th yr, ID: 381007357; Raghad Fraih A Albalawi, 6th yr, ID: 381010138; Aedah Ahmad Alqrid, 6th yr, ID: 371001930; Lama A Akram Alanazi, 5th yr, ID: 391001893; Alanoud Abdulrahman Aljudayi, 5th yr, ID: 391000307

Keynote Speaker: Abdulrahman Algwaiz, PGY-1 Ophthalmology Resident at King Khaled Eye Specialist Hospital (KKESH)

The Ophthalmology Club at Tabuk University with SMJS Invites the students to the Guide to internship Seminar at 1st / Oct / 2022 5:00 PM, presented by Abdulrahman Algwaiz PGY-1 Ophthalmology Resident at King Khaled Eye Specialist Hospital (KKESH) and at the seminar he talks about:

- Introduction
- Choosing your Specialty and Hospital and why I chose Ophthalmology
- Role as an Intern
- SMLE
- SCFHS CV Points
- CV & Interviews
- Common Questions



OPHTHALMOLOGY CLUB
نادي طب وجراحة العيون

يسر نادي طب وجراحة العيون بكلية الطب في جامعة تبوك أن يدعوكم لحضور لقاء تعريفى عن سنة الامتياز وكيف تختار التخصص المناسب لك تحت رعاية المجلة الطبية السعودية للطلاب SMJS

يقدمها الدكتور عبد الرحمن طيب مقيم في مستشفى الملك خالد التخصصي للعيون

Choosing your specialty and hospital and why I chose ophthalmology
Role as an intern
SMLE
SCFHS CV Points
Common questions

Saturday
1 oct 2022
5:00 pm
Blackboard

تتوفر شهادات للحضور

Contact:
Abdulrahman Algwaiz, Abdulrahman.Algwaiz@hotmail.com, Ophthalmology R1 at KKESH,
Twitter: @Gweizer
Faisal Al-Ghamdi, Leader of Ophthalmology Club, 381007357@stu.ut.edu.s
Alshaymaa Alanazi, 381013658@stu.ut.edu.sa, Manager, Workshops Unit, SMJS-MET

TOTAL PARTICIPANTS

150

SMJS-MET Editorial Board

Dr. Marai M. Alamri

Dean of Medicine, University of Tabuk and Chairman, University Advisory Board, SMJS-MET

Dr. Md. Tanveer Raza

Editor-in-Chief, SMJS-MET, Faculty of Medicine, University of Tabuk

University Advisory Board (Alphabetically)

Dean of Medicine- Chairman of the Board: Dr. Marai M. Alamri

Dean, Faculty of Pharmacy: Dr. Ahmed Al-Jabri

Dean, Faculty of Science: Dr. Fahad Mohammed Alrabae

Dean of Faculty of Applied Medical Sciences: Dr. Hamad S. Al Amer

Dean, Deanship of Information Technology: Dr. Khaled Al-Mohammadi

Dean, Student Affairs & Supervisor of Media And Relationship: Dr. Majed Balola

Dean, Research: Dr. Mana M. Alqahtani

Dean, Community College: Dr. Manssour Habbash (Exon)

Editor in Chief, SMJS and MET- Secretary of the Board: Dr. Md. Tanveer Raza

Faculty Advisory Board

Deanship of Student Affairs, University of Tabuk: Dr. Mubarak Mohammed Aldossari

Deanship of Research, University of Tabuk: Dr. Abdullah Yahya Aldhafri

Faculty of Pharmacy, University of Tabuk: Dr. Palanisamy Amirthalingam

Institute of Languages/ Faculty of Medicine, University of Tabuk: Dr. Sean Goulding

Faculty of Medicine, University of Tabuk: Dr. Salwa Qasim Bukhari, Dr. Faris Othman A Hashem, Dr. Nosaibah Mohammed Saleh B hariri, Dr. Md. Tanveer Raza

SMJS-MET Alumni Editors

Dr. Amjad Mustafa M Altunusi, Dr. Munirah Hamdan A. Alkhersi, Dr. Lamis Altoairqi, Dr. Abdullah Mohammed Zahi, Dr. Maram Atallah Albalawi, Dr. Khalid Saad Alqarni, Dr. Abdulaziz Abdulrahman Abdulqader Bedaiwi, Dr. Hanan Mohammad H. Aljammaz, Dr. Yazeed Saeed Mushabbab Alqahtani

SMJS-MET Editorial Managers

Yousef Ali Alaenzi, Layan Hussain Alharbi, Rawan Defallah Alzahrani, Raghad Turki Asiri, Amira Abudalmohsn S Alkonani, Areej Aljohani, Ishtiyag Abdullah Abu Zayied, Amirah Abdullah Alatawi, Lama Akram Alanazi, Saif Mohammed Ali Alomrani, Mohammed Akram Ali Alanazi

SMJS-MET Editorial Board

University of Tabuk

Faculty of Medicine, Sarah Ali I Alghabban, Reham Sultan M Abubakr, Nujud Abdulqader M Albalawi, Amal Salman Eid Alhowaity, Nouf Mohammed A Albalawi, Dana Mohsen Alqasmi Albalawi, Shoug Faisal Al Bedair, Shoog Mohsen Alharbi, Omniyyah Mohammed Alatawi, Sarah Mutlq Alanzi, Asmaa Musallam M Alfuhaymani, Amjad Fasil Alharthi, Reema Abdulrahman A Alanazi, Rawiyah Abdulaziz Mohammed Alessa, Aminah Ghanem Alhwiti, Talal Hussain J Alharbi, Danah Ali H Abu Sabir, Ghada Khalid Srouer, Sarah Ali H Abu Sabir, Abdullah Mohammed AL Madshush, Rafeef fahad aljuhani, Shaden Akram A Alanazi, Jomana Khalid Aljohani, Amnah Alhazmi, Alshaymaa Akram Alanazi, Raghad Fraih A Albalawi

Faculty of Pharmacy: Waleed Salman Khubrani, Ghada Khalid Srouer, Salman Abdulrahman Alqaisi, Ghadeer Abdullah Albalawi, Alhanouf Abdullah Aljohani, Fatimah Ali Saadi Alharthi, Shayma Salamah Albalawi, Alanoud Abdullah Alkhamali

Faculty of Business Administration: Sarah Ali Alshehri, Madallah Abdelhafez Abdelrahman Yousef Alganam

Faculty of Computer Science and Information Technology: Wejdan Ahmed Alatawi

Qassim University

Faculty of Medicine.: Ibrahim Saleh Algosair, Dalal Mohammed Alruqayi, Bandar Aid Alharbi, Rana Abdullah S Alhammad, Abdulelah Saud Alharbi, Mishary Ghazzay Al-Harbi, Raghad Albarrak, Ziyad Abdullah Alsweed, Abdulaziz Hamed Alharbi, Yasmeen Abdulaziz Alfouzan, Yaqeen fahad alrubaish

King Khalid University

Faculty of Medicine.: Khaled Abdulwahab Amer

Sulaiman Alrajhi University

Faculty of Medicine: Tafe Safar Alghamdi

Imam Mohammad Ibn Saud Islamic University

Faculty of Medicine: Norah Abdullah M Albdaya, Rahaf Hamad Almutairi

King Abdulaziz University

Faculty of Medicine, Saleh Mohammed S Binmahfooz

King Abdulaziz University

Faculty of Medicine, Danah Fahad Hassen Albalawi



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