



Tab H? Since 2016 Official newsletter of the Faculty of Medicine, University of Tabuk

مركزلقاحاتكورونا 19-<u>-</u>________ VACCINE CENTER COVID-19









Volume 5 Issue 13 March 17th, 2021

Cover page by : Sarah Alquayr, Faculty of medicine, 4th year



MedEdu Tabuk





DR. TANVEER RAZA

Editor-in-Chief, Saudi Medical Journal for Students (SMJS) & MedEdu Tabuk **Faculty of Medicine**





traza@ut.edu.sa +966537251324

The Saudi Ministry of Health reported that the COVID-19 vaccine has been administered to more than 2.6 million people across the Kingdoms 500 vaccine centers. One such vaccine center is the University of Tabuk vaccination center. University staff and faculty can easily get their jab by registering through the MOH "Sehhaty" application and choose the vaccination center to get vaccinated. We at MedEdu Tabuk encourage all our readers (Faculty, Staff and Students of University of Tabuk) to get vaccinated as early as possible. We would like to share your vaccination stories and photos. Please send them to us at mededutabuk@ut.edu.sa



Editors of MedEdu Tabuk

Dr. Md. Tanveer Raza, Editor-in-Chief, MedEdu Tabuk (MET) Rawan D Alzahrani, Manager MedEdu Tabuk Faculty of Medicine: Ishtiyaq A Abu Zayied, Khaled A Alasmari, Sarah M AlQuayr, Lena D Alzahrani, Maram A Albalawi, Raghad T Asiri, Raghad S Alamri Faculty of Pharmacy: Mariam M Al-Balawi, Tala T Alkindy, Abdulelah T Al Ahmare, Hameed M Alahmadi Faculty of Science: Razan H Alasiri, Ahmed N Albalawi, Shahad S Alrigabi

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.

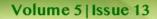
© 2020. MedEdu Tabuk is the official newsletter of the Faculty of Medicine, University of Tabuk. All rights reserved

RazaSmjs

www.ut.edu.sa

mededutabuk@ut.edu.sa

+996 53 725 1324





The Student Skill Transcript

Dr. Marai M. Alamri Dean of Medicine, University of Tabuk Email: malamri@ut.edu.sa نسب المفاضلة والترشيح للمقابلات سيتم بناء على التوزيع التالي

للمعدل التراكمي GPA للقبول الشامل / اختبار القبول للدراسات العليا لنموذج السيرة الذاتية

نسب المفاضلة والترشيح للمقابلات سيتم بناء على التوزيع التالي

- للمعدل التراكمي GPA - للقبول الشامل / اختبار القبول للدراسات العليا - لنموذج السيرة الذاتية

6 years of work
SMLE
?



The SMLE is an exam that assesses the student readiness to practice and/or proceed to postgraduate training.

- It consists of 300 MCQs with (20 pilot questions)
- Six-hour MCQ examination.
- Divided into three sections of 100 questions each with time allocation of 120 minutes for each part.
- There are two scheduled breaks between section one-two and section two-three with a pool total time of 45 minutes to be divided between these two breaks based on candidate preference.
- These MCQs have four options with one best answer.

• The examination shall contain recall questions that test knowledge and questions with scenarios that test other skills (interpretation, analysis, decision making, reasoning and problem solving)

• The pass score of SMLE is 560 on the reporting scale of 200-800.

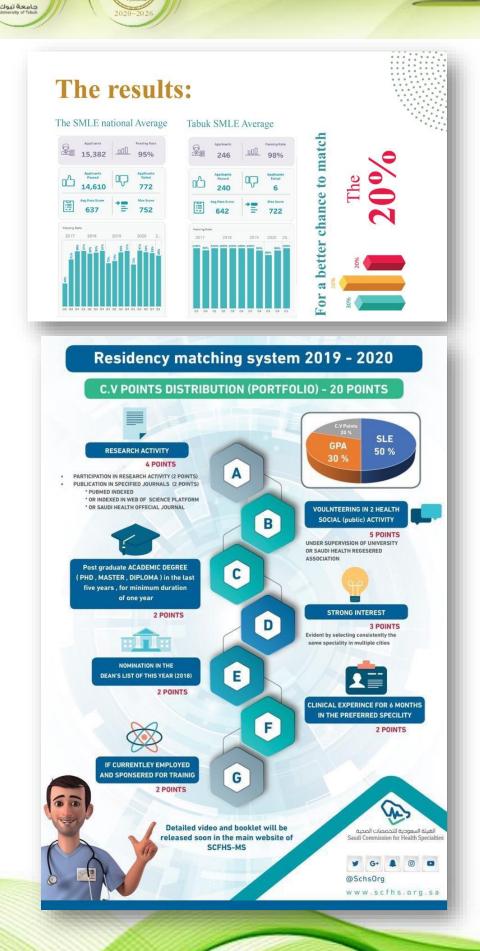
- Saudi university/college students can sit for SMLE-SDLE-SNLE-SPLE during the final year of undergraduate studies. - For application to postgraduate training the last day to test is 28 Dec.
- All eligible candidates may take SMLE up to four times a year starting from the first attempt to obtain a pass score.
- There are 16 cities nationwide that deliver the tests during test windows with 404 seats/day.
- Candidates can test in any SCFHS approved Prometric testing center locally and internationally as locations appear upon scheduling.
- A candidate is not allowed to sit for the test twice in the same testing window.
- In this instance, the result of the first dated test will be announced and the second will be considered an attempt and result invalid.

What did we do to prepare our graduates?

Even it was the first time with the new SMLE test style. A summer course on SMLE

(surgery, Medicine, Pediatrics, OBGYN)





MET

MET تحميم : سارة علي الشهري، محررة في مجلة السنة الرابعة، تخصص تسويق، كلية ادارة الأعمال DESIGNED BY : SARAH ALI ALSHEHRI, EDITOR-MET BUSINESS ADMINISTRATION FACULTY - MARKETING 381012032@STU.UT.EDU.SA

محتويات برنامج أطباء التميز (المهارات الالزامية لبرنامج أطباء التميز)

ملاحظة	عدد النقاط المحتسبة	المهارات الالزامية السنوية	م
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على النـقل			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل			6
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة بدورة واحدة على الاقل	4	الدورات التدريبية المهنية التخصصية (في المجال الصحي)	7

ضوابط اصدار وثيقة أطباء التميز : يتم اصدار الوثيقة للطالب في حال حصوله على 12 نقطة كحد ادنى بما لا يقل عن خمس مجالات مهارية من السبع اعلاه (على الاقل دورة مهارية واحدة في كل مجال) يتم قبول الأدلة وشهادات الحضور عن الأنشطة المجتازة من بداية الأسبوع الأول في الإجازة الصيفية وحتى اليوم الأخير في الأسبوع الدراسي الخامس والعشرون وتقبل كل الأنشطة المنجزة في تلك المدة بما فيها ما أنجز في الاجازات الرسمية سواءً أكانت حضورية أم الكترونية.



برنامج أطباء التميز لطلبة كلية الطب

أهداف البرنامج

- تعريف الطالب بأفاق المهارات المنمية للشخصية.
- تعريف الطالب بمهارات تزيد القدرات الذاتية التحصيلية والحياتية.
 - تحفيز الطلبة على صناعة وإثراء سيرتهم الذاتية.
 - تحقيق الأهداف العامة لمخرجات التعليم بالجامعة.
 - تحقيق الكفايات العامة الموصفة لخريج كلية طب تبوك.
- القيادة، المهنية، التواصل، العمل بروح الفريق، التعلم المستمر، نشر الثقافة الصحية.
 - توثيق المهارات المكتسبة خلال الحياة الجامعية.
 - توثيق المشاركات في الدورات التدريبية وورش العمل.
 - زيادة فرص التوظيف والتنافسية المهنية للخريجين.

وثيقة أطباء التميز لطلبة كلية الطب : هو وثيقة رسمية معتمدة تصدرها الكلية ترصد فيها المهارات والدورات المهنية والشخصية التي اكتسبها الطالب/ة خلال مرحلة الدراسة في الكلية.

> **الجهة المسؤولة عن اصدار الوثيقة :** وحدة الأنشطة الطلابية التابعة لوكالة الكلية ووكالة التدريب السريري.

ضوابط قبول الأنشطة لمنح الوثيقة :

- أن تكون جميع الشهادات والوثائق والاثباتات المقدمة معتمدة ومختومة ومؤرخة من الجهة المنظمة للنشاط.
- تقوم الوكالات المعنية بالكلية بالتحقق من صحة هذا الاثباتات.
 تختص كل شهادة او وثيقة او اثبات بنشاط واحد فقط.
- تقبل الشهادات والوثائق والاثباتات لمرة واحدة فقط خلال السنة ولا يتم استخدامها مرة اخرى الا بشهادة وتاريخ جديد.

قديرات	رموز الت
التقدير	حدود النقاط
A+	> 95
А	85-95
B+	70-84
В	55-69
C+	40-54
С	25-39
D+	13-24
D	12
NO RECORD	<12

.

5



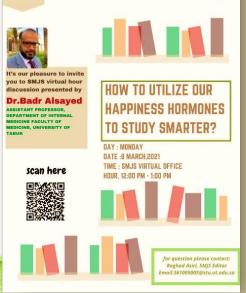
مهارات التميز

هي مجموعة الأنشطة التي تؤدى اختياريا وتؤدي الى إضافة نقاط تنافسية تؤهل الطالب/ـة للحصول على مميزات إضافية على اصدار وثيقة أطباء التميز سنويا وعند التخرج.

ملاحظة	طريقة حساب النقاط	النشاط	م
	سنويا	عضوية مجلس التحرير للمجلة البحثية الطلابية	
ارفاق شهادة موثقة من وحدة الانشطة الطلابية			
ارفاق شهادة موثقة من وحدة الانشطة الطلابية			
	عدد براءات الاختراع X عدد النقاط		8
ان يخون الخطاب مقيم وموثق من اللجنة المنظمة			
	عدد المقالات المسموعة X عدد النقاط		
ارفاق شهادة موثقة ورابط البحث			

ارفاق شهادة موثقة ورابط البحث				18			
ارفاق شهادة موثقة من القسم المعني				19			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة تقبل المؤتمرات الحضورية او الافتراضية			المشاركة في تنظيم المؤتمرات العلمية	20			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة				21			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة				22			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة				23			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة				24			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة				25			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة		عدد االمشاركات خلال الفصل الدراسي X عدد النقاط		26			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة		عدد االمشاركات خلال الفصل الدراسي X عدد النقاط	المشاركة الفاعلة في النشاطات الفنية (الرسم – الخط – التصوير)	27			
		عدد االمشاركات خلال الفصل الدراسي X عدد النقاط		28			
				29			
				30			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة للدورة		عدد االدورات المجتازة X عدد النقاط		31			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة للدورة		عدد االدورات المجتازة X عدد النقاط		32			
ارفاق شهادة موثقة من الجهة المنظمة		عدد االدورات المقدمة كمدرب X عدد النقاط		33			
ارفاق شهادة موثقة كعضو فاعل من الجهة المنظمة		عدد االعضويات ستوياً Xعدد التقاط		34			
		عدد االاختبارات Xعدد النقاط		35			
				36			
مهارات خاصة بطلبة السنوات الخامسة والسادسة وأطباء الامتياز							
ان يكون الدرس تحت إسّراف القسم المعني وان لا يقل عدد الطلاب فيه عن 5				37			
ان يكون الملخص مجاز ومعتمد من القسم المعني				38			
				20			

TAKE HOME MESSAGE



udi Medica ournal For

10 Roles to Reprogram Happiness Hormones for a Positive Productive Life

- Determine your high objectives and envision them in the future
- Destroy distractors by the weapon of "LET IT GO"
- Nurture your spirit
- Exercise regularly
- Drink enough water and avoid sugary food
- Get enough sleep respecting circadian rhythm
- Gratitude and reward yourself even for small achievements
- "Game" your study and hard tasks

- Learn with intention to help others and all humanity
- Socialize with positive productive people



YOUR SUCCESS IS OUR INSPIRATION

by: Dr Jay "Qais" Ablao Faculty of Applied Medical Science

"There are people who makes things happen, there are people who watch things happen and there are people who wonder what happened. To be successful, you need to be a person who makes things happen" Jim Lovell

The Department of Nursing spearheaded by Dr. Murad Alkhalaileh, Department Head, congratulates Dr. Faisel Abuduhier and Dr. Hamad Alamer for being promoted in the rank of Professor and Associate Professor respectively. Dr Faisel was the former Dean of Faculty of Applied Medical Sciences before appointed as Vice Rector for Academic Affairs and Dr. Hamad take over his position as a Dean. Despites of their busy schedules and huge task that they are dealing in their daily lives they still manage to work on their growth. professional Their sacrifices and hard work pay off after receiving the most awaiting gift that all faculty is aiming for which is to be promoted in academic rank.

Their success will serve as an inspiration to all faculty staff to strive and work hard to attain their goal in their professional career.







COV

Cord

Vac

Injed

لقادنا هو الأمل في معركتنا ضد كورونا

 SAIF MOHMMED ALOMRANY
 ASMAA MUSLIM ALFAHIMANI
 OMNIYYAH MOHAMMED ALATAWI
 RAWAN MOHAMMED AL ATAWI

 2ND YEAR MEDICAL STUDENT.
 4TH YEAR MEDICAL STUDENT.
 COLLEGE OF SINCE, BIOLOGY - 4TH YEAR

 411003383@STU.UT.EDU.SA
 381009393@STU.UT.EDU.SA
 381006514@STU.UT.EDU.SA
 381008170@STU.UT.EDU.SA

مند بداية جائحة كورونا رفعت قيادتنا شعار الانسان أولاً وتوحدت جهود الجهات الحكومية، وتكاملت مع وزارة الصحة كافة الجهات ذات العلاقة، وفي سبيل تحقيق ذلك سخرت في هذا الاتجاه جامعة تبوك مشكورة إمكاناتها ومرافقها وجهودها للمشاركة في التصدي لتفشي فايروس كورونا حيث دشنت مركز لتقديم لقاح كورونا لجميع منسوبي الجامعة من طلاب وأعضاء هيئة تدريس وموظفين، حيث قدمت الخدمات التي تتوافق مع مستواها الرفيع، فهي تسعى سعياً حثيثاً من أجل القضاء على هذا الفايروس حفظنا الله واياكم منه.

تقديراً لجهودهم المبذولة قد قام فريق من محررين المجلة الطبية الطلابية بتوجيه بعض الاسئلة لمدير المركز د.منصور العنزي، والقيام بجولة ميدانية بالمركز حيث لمسنا تعاون ومساعدات من القائمين على هذا العمل المشرّف، ومن خلال عملهم الدؤوب فلقد تمكنا ولله الحمد من تكملة تغطيه مركز اللقاح والخروج بهذا التقرير الذي نعرضه لكم من خلال المجلة

ما هو اللقاح الذي يقدمه المركز؟

ما يقدم بمركز الخدمات الطبية بجامعة تبوك هو لقاح تم تطويره من قبل اكسفورد / استرازينيكا.

ماهي طريقة أخذ اللقاح وعدد جرعاته؟

يؤخذ اللقاح عن طريق العضلة الدالة بالكتف بجرعتين بينهما 12 أسبوع ماهي الاجرائات المتبعة لأخذ اللقاح؟

> الاجراءات تبدأ بحجز الموعد اما بتطبيق صحتي أو الرابط المخصص لمنسوبي الجامعة، ثم وقت القدوم تبدأ الاجراءات من نقطة الفرز حيث يتم قياس درجة الحرارة والتأكد من تاريخ ووقت التطعيم وثم يتوجه المراجع للتسجيل وبعدها يتوجه لإحدى غرف التطعيم وثم الاستراحة وبعدها المغادرة.

من لهم الأولويه باخذ اللقاح؟

طبعاً الأولوية تنقسم من ناحية المهن : حيث للممارسين الصحيين، والحراسات الأمنية والعاملين بالاستقبال لهم الأولوية حيث انهم اول نقطة التقاء مع المراجعين لشتى القطاعات. ومن ناحية الفئات المعرضة للمضاعفات : كبار السن ومن يعاني من أمراض مزمنة ونقص مناعة وسمنة وزراعة اعضاء.

ماهي الأعراض الجانبيه للقاح؟

هناكٌ أعراض جانبية متوقعة للقاح مثل ارتفاع بدرجة حرارة الجسم والشعور بالضعف والصداع واحمرار مكان اخذ الابرة.

هل الاعراض تختلف من شخص الى آخر؟

نعم تختلف من شخص لآخر من حيث عدد الأعراض الجانبية ومدتها، لكنها بالمجمل اعراض طفيفة بأذن الله.

من الذي لا يجب ان يحصل على اللقاح؟

هناك موانع مؤقته للتطعيم : مثل شعور المراجع ببعض الأعراض المشابهة لنزلة البرد مثل الكحة والرشح وارتفاع بدرجة الحرارة او اخذ تطعيم قبل الموعد بـ14 يوم وبالنسبة لموانع التطعيم الدائمة يعتبر الحمل مانع لأخذ التطعيم لعدم كفاية الأدلة العلمية بالإضافة لمن بشعر بحساسية شديدة لأحد مكونات التطعيم.

هل صحيح أن الاشخاص الذين سبق اصابتهم بفايروس كورونا لا يحتاجون الى اخذ اللقاح او ان يتم اكتفائهم بجرعة واحده؟

نعم من سبق واصيب بعدوى كوفيد-19 فيلزمه جرعة واحدة فقط بعد مضي ستة أشهر من تاريخ الإصابة.

هل هناك احتمال بأن يصاب الشخص المحصن بفايروس كورونا بعد اخذ اللقاع؟ نعم تبقى احتمالية الإصابة واردة لكن بنسبة ضئيلة وتكون الاصابة طفيفة وبفضل

لعم بني احسابية الإحابة واردة لحل بنسبة حسينة وتحول الأحابة طعيفة وبقص الله أن التطعيم يمنع الإصابة الشديدة، والتنويم بالمستشفى لمن اخذ الجرعتين. من هم القائمون على مركز اللقاحات؟

المركز عبارة عن خلية نحل يشارك فيه عدة جهات تبذل الجهد لإبرازه كمركز يليق بالجامعة ويشكل مركز الخدمات الطبية العدد الأكبر وبتعاون كلاً من الإعلام وتقنية المعلومات والتشغيل والصيانة وعدد كبير من المتطوعين الذبن يعملون بتكاتف ليظهر المركز بالشكل الذي يتمناه أي مراجع.

كم عدد المراكز المعنيه بتقديم اللقاح بمنطقة تبوك؟

المراكز بتبوك لحد الآن عددها 9، مركز الخدمات الطبية و7 مراكز تابعة لوزارة الصحة ومركز القوات المسلحة.

ماهي النصائح اللازمه التي ترغب ان تقدمها للشخص الراغب باخذ اللقاح؟

انصح جميع القراء ومحبيهم بالتوجه لأحد المراكز واخذ التطعيم ونسأل الله ان يكون ذلك سبب لرفع الوباء وعودة الحياة لطبيعتها وجمالها. والنتائج التي توصلنا إليها، تدل وبشكل مؤكد على جهود الجامعة وحرصها على منسوبيها وطلابها على القضاء على الفايروس بإذن الله.

Since the beginning of the Corona pandemic, our leadership raised the slogan of human first, and the efforts of government departments were united and integrated with the Ministry of Health and all relevant authorities in order to achieve this.

Tabuk University graciously harnessed in this direction its capabilities, facilities and efforts to participate in the response to the outbreak of the Corona virus, as it launched a center to provide the Corona vaccine to all employees of the university, including students, faculty and employees, as it provided services that correspond to its high level, as it is striving actively to eliminate this virus. In appreciation of their efforts, a team of editors of the MedEdu Tabuk Journal conducted an interview with Dr. Mansour Al-Anzi, Director of the Center, and a field tour of the Center, and we witnessed the cooperation and assistance of those in charge of this honorable work.

OMNIYYAH MOHAMMED ALATAWI, MET EDITOR. CHECK LINGUIST & PAGE DESIGNING : SARAH ALI ALSHEHRI BUSINESS ADMINISTRATION FACULTY - MARKETING 381012032@STU.UT.EDU.SA

COV

Coro

Vaco

Injec











منطقة تخزين و تحضير اللقاح VACCINATION STORAGE AND PREPARATION ZONE

Photo by Asmaa Alfahimani, editor MET

11