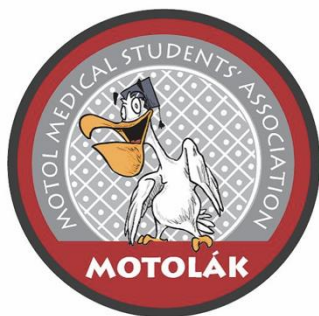


Průvodce prvákem v Motole

aneb jak ho prožít/přežít v pohodě



Ahoj, vítáme tě na 2. lékařské fakultě Univerzity Karlovy, naší společné Alma Mater!

Prvák na medicíně přináší do života spoustu náročných výzev. Aby ses mohl/a prát zejména s těmi studijními, a ne s administrativou nebo organizací, připravili jsme pro tebe malého průvodce prvním ročníkem.

V něm jsme se snažili shrnout:

- nejnutnější administrativní záležitosti, které je na začátku roku potřeba vyřídit,
- tipy pro studium včetně studentského popisu předmětů, které na tebe čekají,
- tipy pro život – kam, kde, co a jak sehnat, kde se bavit a jak se kam dostat,
- popis studentských spolků, jaké tu máme, a jak se zapojit,
- soupis "důležitých" odkazů a FB stránek.

Disclaimer aneb za co neručíme: Jak říká kapitán Barbossa - „je to jenom taková pomůcka, ale není to boží Desatero“. To znamená, že informace jsou zde podávány podle našeho nejlepšího vědomí a svědomí, ale že neručíme za jejich absolutní přesnost. Nejedná se o oficiální fakultní materiál, tvoříme ho my, studenti, a prosíme čtenáře, aby tento fakt vzal na vědomí.

Nejnutnější administrativní záležitosti

Průkazky

Základ všeho je čipová karta **ISIC**, alias Mezinárodní studentský identifikační průkaz. Má široké spektrum využití a bez něj se na VŠ prakticky neobejdeš:

- slouží jako **doklad**, že jsi studentem,
- číslo na něm uvedené je i tvým **identifikačním číslem** na půdě UK,
- jeho elektronické vlastnosti se uplatňují v menzách (peníze si přímo na něj dobiješ u prodejního pultu menz), ve školní knihovně, v NTK a na mnoha dalších místech,
- poskytuje řadu slev – konkrétní info se dozvíš na **www.isic.cz**.

Můžeš si ho nechat vyrobit na několika místech v Praze (jejich soupis najdeš na ISIC stánkách, v kolonce „Mapa prodejních míst“; hlavní centrum pro UK je **v Celetné ulici č. 3**), na podkladě formuláře a fakultního kupónu, které dostaneš u zápisu. Až tam půjdeš, vezmi si knížku nebo časopis, fronta bude nejspíš dost dlouhá, zejména na začátku semestru. Proto je možná lepší varianta zařídit si ISIC už během července nebo srpna. Usmívej se už ode dveří, a zejména když usedneš před foťák, protože si tě tam vyfotí a předem se tě neptají (pasové foto nepotřebuješ). Každoroční prodloužení ISICu stojí **cca 230 Kč**. Tato suma se ti ale rázem vrátí, když ve své bance uvedeš, že ho vlastníš. (Toto určitě platí v České spořitelně a Komerční bance, pokud máš jinou banku, není to jisté.) Poznámka pod čarou – pokud nechceš platit za ISIC, můžeš na výdejním místě dostat dostat jen identifikační kartu. Ale přijdeš tak o všechny slevy a výhody...

Naprostou nutností je pořídit si **doklad na hromadnou dopravu v Praze**. Máš na výběr ze dvou možností, buďto zajdeš s ISICem k některému z okýnek v metru a koupíš si kupon, nebo si zařídiš Lítačku (což trvá 14 dní, bacha, jeden normální lístek stojí 24 nebo 36 korun a pekelně se to prodraží) a kupon si nahraješ na ní. Nejlepší je go-ti denní studentský kupon (asi za 720 Kč).

Do knihoven (nejen) po celé Praze se dá dostat s pomocí různých kartiček. Knihovna v Motole a mnohé další (např. NTK, ale i některé krajské knihovny) berou ISIC, do Klementina je třeba si za stovku zařídit jejich kartičku, což se dá udělat na počkání na místě (mají i foťák).

Žákovský průkaz pro StudentAgency a některé jiné společnosti je určený na dopravu do/z místa bydliště. Za korunu si ho opatříš na informacích u svého dopravce (např. na nádraží). Je to oranžová karta, kterou vyplníš, necháš potvrdit ve škole (doporučuji si tu kartičku nechat potvrdit už na zápise, vyhneš se cestě do Motola a zajímavým otevíracím hodinám na studijním.), nalepíš na ní foto – a za 50 Kč ji (snad už naposled) potvrdíš na nádraží. Pak bude potvrzená navěky, respektive do příštího akademického roku, kdy tím musíš projít znovu.

Potvrzení o studiu

U zápisu nebo na studijním oddělení si vyzvedneš a vyplníš A6 papírky (doporučujeme si jich udělat aspoň pět a první dva měsíce je pořád nosit s sebou, nikdy nevíš, kdy ho můžeš potřebovat), a necháš si je na studijním potvrdit. Hodí se pro potvrzení studentského účtu v bance, pro výpočet daní rodičů, na různé kartičky, na brigádu do agentur, v pojišťovně (některé ho vyžadují během října, informuj se), apod.

Novinkou je také možnost **vytisknout si potvrzení o studiu ze SISu** (až dostaneš přihlašovací údaje). Buď si vytiskneš předvyplněný papír, který ti na studijním potvrdí, nebo si můžeš stáhnout potvrzení s elektronickým podpisem, který uznávají třeba banky a nebo si ho můžeš vytisknout na CzechPointu.

Praktický lékař, povinné očkování

Pokud se nenacházíš celý rok v Praze, doporučujeme ponechat si „praktika“ ve svém místě bydliště, jestliže máš možnost jezdit domů, nemá smysl praktika měnit. Pokud ho z jakéhokoliv důvodu potřebuješ mít „při ruce“, je možnost domluvy s **MUDr. Vlastou Berkovičovou**, oficiální praktickou lékařkou pro studenty 2. LF (se sídlem v Městské poliklinice Praha, Spálená 12), nebo s kterýmkoliv jiným praktikem s volnými kapacitami (např. FN Motol – Centrum primární péče). Když tě chytne něco akutního, neboj se jít do Motola, ošetří tě bez problémů na ambulanci.

Potvrzení o povinném očkování proti hepatitidě B je potřeba na ošetřovatelství.

Očkování je dobré podstoupit, nejen pro vlastní bezpečnost, ale i pro bezpečnost tvé rodiny a pacientů. Potvrzení o provedení očkování ti zapíše dozadu do indexu tvůj praktický lékař na základě očkovacího průkazu. Pokud nejsi očkován, tak s tím začni co nejdřív. Je potřeba mít alespoň druhou dávku očkování proti hepatitidě do první praxe na lůžkovém oddělení (bývá poslední čtyři týdny v letním semestru). Očkování na typ A je nepovinné, ale doporučujeme ho také, neboť bezpečnost především.

Stipendia

Prospěchové stipendium – získává ho 10 % studentů s nejlepšími výsledky z ročníku (v prváku většinou stačí 1x B + samá A, ale záleží na tom, jak silný ročník bude); činí asi 10 000 Kč/rok v jedné nebo dvou splátkách.

Ubytovací stipendium – vypláceno univerzitou všem mimopražským studentům, kteří si do určitého data **elektronicky zažádají** (ano, čteš dobře, nejen těm, kteří bydlí na koleji, ale i těm, co jsou doma nebo na privatě); činí 300-700 Kč/měsíc (2016/2017: 620 Kč/měsíc). Žadá se během podzimu (hlídej si to), odkaz najdeš na CAS. Kdybys náhodou prošvihl podzimní

termín, nedostaneš podzimní splátku, ale žádat můžeš stále. Studenti se sociálními potřebami mohou využít finanční pomoci uvedené na fakultním webu - sekce Studium – Studenti se zvláštními potřebami. Na tohle stipendium dosáhnou ti studenti, jejichž měsíční příjem je nižší než určitý (malý) násobek životního minima. Kompletní seznam stipendií poskytovaných UK + jejich podmínky najdete na <http://www.cuni.cz/UK-1569.html>

2. LF online

Během celého tvého studia tě bude provázet několik webových aplikací. Zde si některé stručně představíme.

SIS – Studijní informační systém

Odkaz: <https://is.cuni.cz/studium/index.php>

Společně s CAS (viz níže) nejdůležitější aplikace, která tě bude provázet po celou dobu studia. Přes tuto aplikaci se budeš především zapisovat na zápočty a zkoušky, a po jejich úspěšném složení do dalšího ročníku. Návod, jak na to, je na stránkách fakulty v sekci Studium. **Pozor, před zápisem na termín zkoušky je nutno mít uvnitř SISu odškrtnuto, že jsi vyplnil/a anketu k předmětu.** Tento systém není uživatelsky moc příjemný, ale během následující akademického roku 2017/18 se bude měnit a aktualizovat, snad k lepšímu.

CAS – Centrální autentizační služba

Odkaz: <https://ldap1.cuni.cz/>

Tato aplikace slouží především k nastavování přihlašovacích údajů pro SIS a další služby, např. nastavení hesla pro přístup k bezplatnému **Wi-Fi Eduroam** (viz níže). Mění se zde také přihlašovací heslo, údaje o tobě (např. v případě vdavků, stěhování atd.).

Moodle Univerzity Karlovy

Odkaz: <http://dl1.cuni.cz/>

Moodle je aplikace, která slouží především jako zdroj informačních materiálů. Přihlašovací údaje jsou stejné jako pro SIS. Vyhledání a zápis do jednotlivých kurzů budou vysvětleny v příslušných předmětech. Pro tvůj uživatelský komfort doporučujeme se přihlásit ihned po načtení úvodní stránky. Příkaz se nachází v pravém horním rohu.

Mefanet

Odkaz: <https://mefanet-motol.cuni.cz/>

Mefanet je portál, který slouží ke sdílení informací a materiálů mezi některými univerzitami v ČR i SR. Jak na něj uvádí návod, který je zde:

<https://mefanet-motol.cuni.cz/clanky.php?aid=942>

Wikiskripta

Odkaz: www.wikiskripta.eu

Na fakultě běží projekt wikiskripta a vypadá velice slibně. Mrkni na to!

ÚVI – Ústav vědeckých informací

Odkaz: <http://knihovna.lf2.cuni.cz>

ÚVI má na starosti mimo jiné knihovnu. Kromě možnosti půjčování studijních materiálů nabízí studentům také klidné prostředí ve svých studovnách a možnost využít počítačovou studovnu. V PC studovně můžeš hledat informace na webu a tvořit a upravovat dokumenty v MS Office. Lze zde také za poplatek tisknout a kopírovat (cca 1 Kč/stránka černobíle). Vynikající službou je možnost samostatně si prodloužit vypůjčené knihy přes internet. Před vstupem do studovny si musíš odložit své věci do skříňky v chodbě naproti vstupu do budovy (včetně pití, jídla a kabátu). Pro zprovoznění zámku je potřeba mince pětikačka nebo Euro. Do studovny se lze dostat jednak přes turniket, kde musíš načíst kód tvé ISIC, a jednak přes dozor, který u tebe nesmí objevit žádný (neoblečený) kus oděvu, zavazadlo a už vůbec ne pití nebo jídlo. Za zmínku stojí, že ve stejné budově sídlí také Ústav ošetřovatelství, kam budeš chodit v letním semestru na semináře.

Eduroam – internet ve škole

Odkaz: <http://www.eduroam.cz>

Bezplatné bezdrátové připojení k internetu ve škole a na kolejích je možné v rámci projektu eduroam.cz. **Přihlašovací údaje jsou: čísloISIC@cuni.cz a heslo nastavené v CAS** (přihlas se do CAS – Další účty – Seznam vašich účtů a dostupných služeb – karta Heslo pro Eduroam). Podrobné návody k nastavení a přihlášení jsou k dispozici na webových stránkách projektu v sekci „pro uživatele“ v podsekcí „software“. Pozor, systém eduroam je mezinárodní, takže kdyby ses náhodou objevil na univerzitě v Římě nebo v Berlíně, pravděpodobně tam wifi chytneš taky.

Vytoužené studium

Organizace studia

Studium medicíny, jak již určitě tušíš, trvá obvykle 6 let. Jeden akademický rok (ročník) trvá od října do září a skládá se ze dvou semestrů, zimního a letního. Zimní semestr běží od října přibližně do půlky ledna a následuje měsíc zimního zkuškového. Letní semestr navazuje na zimní zkuškové a končí koncem května, poté následuje opět zkuškové období, které trvá celý červen a začátek září. Přesné termíny se každý rok mění, podle toho, jak to vyhlásí děkan, a určitě to najdeš na stránkách fakulty v sekci „Studium“ jako „Harmonogram akademického roku“. Najdeš tam i termíny děkanského a rektorského dnu (volný den) a prázdnin.

Kreditní systém

K tomu, abys prošel/prošla, a dokončil/a studium, potřebuješ za každý akademický rok nasbírat minimálně 44, ideálně však 60 kreditů. Za celé studium musíš dosáhnout 360 kreditů. Každý předmět je ohodnocen (většinou) podle obtížnosti určitým počtem kreditů. Každý rok máš určitý počet předmětů, které si musíš zapsat do indexu a splnit je. Ne pokaždé ale součet kreditů za povinné předměty dosahuje 60, a proto tu jsou **VP (volitelné předměty)**. Dobrá zpráva je, že prváci to mají s VP jednoduché. Musí si zvolit jen jeden **PVP (povinně volitelný předmět)** a to buď zimní nebo letní sportovní kurz. Víc o PVP se dozvíš během studia a v Dobronicích a nemá cenu si teď s tím zatěžovat hlavu. Doporučujeme nechat VP na třetí a další ročníky. Smyslem kreditního systému je umožnit studentovi, aby si postup studia organizoval částečně sám, a mohl přežít na fakultě rok navíc, i když nedá nějaký důležitý předmět (anatomii nebo histologii). Protože ale studujeme medicínu, a předměty na sebe logicky navazují (nemá smysl studovat chirurgii před anatomii), je zaveden systém **prerekvizit** (musíš mít nějaký předmět, aby sis mohl/a zapsat jiný) a **korekvizit** (musí se zapsat oba souběžně). Prerekvizity a korekvizity jsou nastaveny tak, že stejně musíš splnit téměř všechno, ale umožňuje přeci jen větší možnosti, když se něco pokazí. Podtrženo a sečteno, před začátkem ročníku nemá cenu vymýšlet a kalkulovat s kredity. Pokud v prváku uděláš všechny zkoušky a zápočty, co máš, a zajedeš si na týden na jeden ze sportovních kurzů, tak se o kredity prozatím nemusíš starat.

Zápočty a zkoušky

Jak už jsme se zmínili, musíš splnit určité povinnosti. Tím se myslí udělat zápočet nebo zkoušku. Zápočet dostaneš v každém předmětu za něco jiného (docházku, dostatečný průměr z testů, seminární práci či pohovor). Podmínky zápočtu zmíníme u jednotlivých předmětů a na začátku semestru ti je určitě řeknou i vyučující. Zkoušky probíhají po udělení zápočtu jen z některých předmětů. Jedná se buď o písemnou formu, nebo ústní zkoušení, kdy si vytáhneš otázky (většinou 1 - 4, záleží na předmětu) a po cca 15 min. přípravy si jdeš popovídat s vyučujícím.

Předměty

Nemá cenu tu opakovat to, co je na stránkách fakulty v Průvodci studiem pro 1. ročník.

Kdo ho ještě neviděl, tak doporučujeme projít:

<http://www.lf2.cuni.cz/Studium/pruvodce.htm#pred>

Proto tady zmíníme jen pár základních věcí a postřehů.

Výuka předmětu je rozdělena do dvou částí, přednášky a semináře (cvičení, praktika). Přednášky se konají pro všechny z ročníku v posluchárně. Nejsou povinné, ale je určitě lepší spíše chodit než nechodit. Už proto, že zde vyučující často sděluje informace navíc nebo nové, které v učebnici ještě nejsou (a někteří je pak zkouší, jako například pan profesor Kachlík na anatomii). Semináře (cvičení) jsou organizovány pro jednotlivé kruhy nebo dvojice kruhů. Každý dvojkruh nebo kruh má seminář v rozvrhu jindy. Daný předmět je zde vyučován z praktického hlediska. **Docházka je tu povinná**, dovoluje se jedna či dvě absence (podle pravidel daného předmětu). Doporučujeme si je nevybírat hned, můžou se hodit v případě nemoci nebo neodkladné situace. Některé ústavy dovolují si seminář nahradit s jinou skupinou, jinde už je to složitější, ale obecně pokud jsi měl/a opravdu vážný důvod absencí (třeba opravdu čtyřikrát nemoc), tak se dá s vedoucími ústavu nebo semináře rozumně domluvit.

Anatomie („Anča“)

Jeden ze dvou strašáků prváku. Každý na ni má jiný názor, někoho baví, a někdo to bere jako nutné zlo. Na přednášky se doporučuje chodit, pan profesor Druga (kromě toho, že přednáší látku ke zkoušce, kterou je více než vhodné poslouchat) má výbornou paměť a pamatuje si, kdo mu tam chodí. Stejná věc se dá říci i o panu profesoru Kachlíkovi, který se navíc u zkoušky velice rád ptá na klinické souvislosti, které se dozvíte (jako prváci) pouze na jeho anatomických přednáškách. Cvika jsou povinná, takže není co řešit. Tady si sáhneš na nějaký ten naložený orgán či kost a občas se jde i na pitevnu mrknout, jak to vypadá ve skutečnosti. Proto je nutné si na každá cvika nosit **rukavice, pinzetu, přezůvky** (návleky), **jmenovku a plášť**. V rámci výuky probíhají v zimním i v letním semestru týdenní **pitvy**. Ty spočívají v tom, že se každý den chodí na pitevnu cca. na 4 hodiny a pitvá se. Každému dvoukruhu budou přidělena těla, na nich se budete prakticky učit jednotlivé struktury. Nebudeme to tu víc rozpitvávat, nedá se to totiž popsat, protože to se musí zažít ;-). Na konci pitevniho týdne se koná pitevni pohovor. Zápočet za cvika z anči dostaneš za docházku, napsané testy a úspěšně složená ústní zkoušení (kosti, lebka, srdce, CNS 2, zimní a letní popitevni zkoušení). Na každý test i zkoušení máš celkem tři pokusy. Pokud se ti tedy náhodou něco nevyvede, nezoufej, máš možnost si to opravit. Opravné termíny se vypisují na zkoušková období. Jakmile dostaneš zimní i letní zápočet, můžeš k závěrečné ústní zkoušce. Ústní zkouška sestává ze čtyř otázek (každá z jiného tématického okruhu), které si vylosuješ na začátku zkoušení a jdeš si je zpracovat na "potítko". Poté, co zkoušející dozkouší kolegu před tebou, přicházíš na řadu. Doba na potítko i doba samotné zkoušky je různá a záleží jak na zkoušejícím, tak na zkoušeném. Je ale pravdou, že někteří zkoušející

mají ve zvyku zkoušení lehce protáhnout. Většinou se však doba na potítku a doba samotné zkoušky vleze do jedné hodiny. Na zkoušku máš také tři pokusy. Pokud by se naneštěstí stalo, že zkoušku nesložíš, nemusí to nutně znamenat vyhazov ze školy. Pokud v prvním ročníku zvládneš úspěšně složit všechny ostatní předměty, můžeš anatomii opakovat ve druhém ročníku. Výuka anatomie probíhá na Karlově náměstí v budově Anatomického ústavu 1. LF.

Histologie a embryologie („Histoembo“)

Druhý strašák prvního ročníku. Hodina cvik spočívá v mikroskopování preparátů, až ti z toho oči budou přecházet do růžova :-). Na konci každého praktika se zkouší z látky, která byla tu hodinu probrána. Za úspěšné zkoušení se dává plus, za neúspěšné mínus. Na konci každého semestru se píše zápočtový test, na jehož splnění potřebuješ alespoň 70 %. Ten je společně s docházkou nezbytný k udělení zápočtu. Pokud se ti jedna z těchto podmínek nepodaří splnit, následuje zápočtové zkoušení z látky z celého semestru. Zkouška z histology se skládá ze dvou částí. První je test, ve kterém jsou otázky z obou semestrů a fotky různých preparátů. Ústní zkouška spočívá v tom, že si vytáhneš preparát a k němu elektronogram (černobílá fotka z elektronového mikroskopu), nebo embryologický obrázek, který budeš muset nejprve poznat, poté popsat a následně zodpovědět na všechny možné dotazy zkoušejícího. Alespoň takhle probíhala výuka histologie v akademickém roce 2016/2017. Pro rok 2015/2016 a 2016/2017 došlo ke sloučení histologie a embryologie a přesunutí předmětu do letního semestru prvního ročníku a zimního semestru druhého ročníku. Od tohoto harmonogramu se pro akademický rok 2017/2018 upustilo a předmět se přesunul zpět a celý probíhá v rámci prvního ročníku. **Spojení s embryologií však zůstalo!**

Co to pro tebe znamená? Budeš mít předmět histologie a embryologie již v zimním semestru prváku a na jeho konci si z něj napíšeš zápočtový test z probraného učiva. Přednášky a cvika jsou rozděleny mezi histologii a embryologii, podrobnější rozvrh se dozvíš v úvodu do předmětu. Na konci letního semestru tě čeká zápočtový test a zkouška (viz výše). Rozdíl je opět v tom, že obsahem testu i zkoušky bude také embryologie.

Starší ročníky se s vámi jistě velice ochotně podělí o nejrůznější informace, nicméně si budete muset tak trochu "prošlapat cestičku", protože v této podobě se předmět vyučoval sice již dva roky, ale v jiném časovém harmonogramu. Reálně to znamená, že v době, kdy budete psát první zápočtový test, druháci budou na vrcholu (snad :-D) přípravy na zkoušku z histologie a embryologie. Do té doby vám ke zkoušce moc tipů nedají, takže je docela zbytečné se ptát. Zato do letního semestru je můžete zavalit svými dotazy, jistě budou velice rádi!

Biofyzika

Probíhá pouze v zimním semestru v podobě přednášek a cvičení. Na cvičeních si uděláte skupinky po třech nebo čtyřech (zůstávají stejné každé cvičení) a v praxi si vyzkoušíte např. EKG, měření tlaku tonometrem, ultrazvuk a další metody, které slouží k vyšetřování pacientů v praxi. Z cvičení je opět třeba dostat zápočet. Ten se uděluje za splněnou docházkou, vypracování protokolů za každé cvičení a napsání seminární práce, která se

odevzdává formou článku na wikiskriptech a její prezentace před ostatními kolegy z dvoj kruhu. Tato práce a prezentace se dělá obvykle ve skupinkách. Závěrečná zkouška je písemná a skládá se ze dvou teoretických otázek a části testové formou multiple-choice. Fyzika obecně nepatří k nejtěžším předmětům v prváku. Dobrá rada, vyplatí se se alespoň trochu obeznámit s problematikou nadcházejícího cvičení. Pokud totiž nebudete vůbec nic vědět a cvičící to zjistí a nebude mít zrovna nejlepší den a svatou trpělivost, vyhodí vás ze cvik. V reálu to není nic hrozného, pouze nedostanete docházku, ale ztratíte tak docela dost svého času, který by se dal využít mnohem lépe (třeba na opakování anatomie).

Latina

Probíhá klasicky jako výuka cizího jazyka. Nebudeš se učit celou gramatiku, ale především podstatná jména a jejich skloňování, číslovky, zkratky, pár sloves a k tomu trošku řečtiny. Prostě to, co je potřeba v medicíně. Rozhodně pak nebudeš šprechtit latinsky jak Cicero :D Ti, co měli latinu na střední, mají samozřejmě nebetyčnou výhodu. Během každého semestru se píšou dva testy. Z obou testů dohromady musíš mít minimálně 70 %. Stejně tak jako všude jinde, i testy se dají v případě neúspěchu opakovat. V letním semestru je zkouška, která má dvě části: písemnou, ve formě testu, a ústní, kde nejprve rozebereš kratší latinský text z oboru medicíny, a pak přeložíš pár slovíček a vět.

Ošetřovatelství (Oško)

Výuka probíhá v obou semestrech, celkem je ale třísemestrální, takže si jí budeš užívat až do druháku. V zimě probíhají přednášky jednou za 14 dní. Sice nejsou povinné, ale na konci semestru se píše zápočtový test. V letním semestru jsou opět přednášky ve stejném intervalu. Přibudou k tomu ale i praktická cvičení. Na cvikách si nejdřív vyzkoušíš polohování pacienta, obvazování, podávání léků a injekcí, cévkování, a další úkony sester. To všechno nejprve na figuríně nebo na sobě navzájem (injekce ale ne, neboj ;-)). Poslední měsíc se pak místo dvou hodin cvik každý týden chodí po malých skupinkách do nemocnice na nějaké oddělení na praxi, kde si všechny naučené úkony vyzkoušíš na skutečných pacientech. K tomu bude třeba si pořídit **bílé kalhoty, triko a boty** (taky bych doporučil bílé spodní prádlo a ponožky). Musíš mít i ISIC jako visačku, proto nedoporučujeme ztratit tu sponečku na obal, co k ISICu dostaneš ve výdejním centru. Zápočet se dostává opět za prezenci na cvikách a za závěrečný zápočtový test. Uvidíte v průběhu roku, ale teorie oška se opravdu nevyplatí příliš hrotit. Co je však důležité, je dávat dostatečný pozor v druhém semestru na nácvičku praktických dovedností, protože pacientovi na praxi jen těžko vysvětlíte, že jste byli zrovna konsternováni hopkající veverka za oknem ve chvíli, kdy jste se měli učit měřit tlak.

První pomoc

Jak už název předmětu napovídá, jde o teoretickou, ale i praktickou výuku první pomoci. Výuka probíhá pouze v zimním semestru, opět v podobě přednášek a cvik. Na cvikách se budeš učit resuscitaci na Andule, ale i na dětské a novorozenecké figuríně a další úkony a postupy při PP. K zápočtu je třeba docházka, zkouška v zimním semestru je ústní a není nijak těžká.

Biologie

Lékařská biologie je dvousemestrální předmět, který začíná v letním semestru prváku a je zakončený zkouškou v zimním semestru v druháku. Přednášky jsou každý týden klasicky ve Velké posluchárně (snad už bude dostavěná, místo bude uvedené v rozvrhu), semináře probíhají na Plzeňské – v Žižale. Na zápočet potřebuješ v létě kromě docházky nasbírat alespoň 80 % bodů z průběžných testů, což je relativně hodně, takže se nevyplatí podceňovat přípravu. Pokud nebudeš mít dost bodů, budeš psát náhradní zápočtový test z probrané látky (na ten máš celkem 3 pokusy).

Humanitní základy lékařství („Humáč“)

Humáč probíhá v obou semestrech. Je to humanitní předmět se špetkou filozofie, etiky a sociologie. V zimě je formou přednášek na vybraná zajímavá či ožehavá témata v medicíně. K obdržení zápočtu za zimní semestr je nutné napsat a obhájit seminární práci (esej). V letním semestru probíhá výuka v podobě seminářů. Nejdříve absolvujete semináře s paní doktorkou Strobachovou na různá témata podle vašeho výběru. V nabídce je Smrt a utrpení, Víra a náboženství a Věda a technika. Po absolvování těchto seminářů následují tři semináře se společným tématem pro všechny skupiny. K zápočtu je potřeba napsat zápočtový test a účast na seminářích. Povoleno jsou dvě absence, při více absencích musíš napsat esej za každou nadpočetnou absenci. Zkouška v létě je ústní na téma semináře. Je nutné si ke zkoušce přečíst jednu z doporučených knih plus jednu dle vlastního výběru, tak aby se hodila ke zvolenému tématu. Prezentovat se dá však také film či obraz. Vše však s mírou, prezentovat Pána prstenů jako epickou trilogii plnou smrti a utrpení opravdu u zkoušky neobstojí.

Tělesná výchova

Základním principem tělesné výchovy jsou tři „okruhy“ sportů, které musíš absolvovat během dvou let: míčové sporty, vodní sporty a fitness (předem na zvědavé dotazy: NE, vodním pólem dva okruhy nesplníš! ...navíc ani není v nabídce). Během každého týdne je potřeba nasbírat 90 minut tělocviku. Vše, co se týká docházky, počtu odchozených minut a dalších záležitostí je přehledně vysvětleno na stránkách ústavu: <http://www.lf2.cuni.cz/telovychova/index.htm>. Součástí TV je i letní nebo zimní sportovní kurz. Je jedno, který si vybereš (pokud jsi opravdu nadšený sportovec a rád trávíš čas se svými spolužáky, můžeš jet klidně i na kurzy oba). Záleží jen na tvém vkusu. Zimní výcvikáč probíhá týden v zimním zkouškovém a jezdí na české nebo zahraniční zájezdy. Není třeba se bát, že nestihneš zkoušky. Generace mediků před tebou dokazují, že se to stihnout dá. V létě se jezdí do Dobronic páchat různé sporty, které areál nabízí.

Praktické lékařství

Probíhá první týden v letním semestru. Je to pohodový týden, kdy se chodí každý den na hodinku či dvě na zkušenou do denních stacionářů popovídat si s klienty, na exkurzi k praktickému lékaři či do Tyfloservisu, kde se vžiješ do pocitů nevidomých. Dále probíhají i přednášky, které se vyplatí navštívit, neboť se dozvíš specifické informace, které jinde nedostaneš. Celkově jde vlastně o takový první kontakt s opravdovou medicínou (byť jako

vnější pozorovatel). A leckomu až během tohoto týdne dojde, že medicína není jen vyjmenovávání anatomických názvů a nebo o nekonečném mžourání do mikroskopu, ale že jde hlavně o pacienty.

Jazyky na 2. LF

Kromě povinných jazykových předmětů - Latiny v 1. ročníku a Lékařské angličtiny v 2. ročníku, můžete využít na Ústavu jazyků placené kurzy němčiny, španělštiny... Více na webu fakulty – pracoviště – Ústav jazyků. Angličtinářští nadšenci mohou jako bonus navštěvovat výuku v ročníku zahraničních studentů ;) V rámci UK je možné si po domluvě s vyučujícím zapsat kterýkoliv předmět (i z jiných fakult). Budeš s tím mít trochu běhání po studijních, ale lze si zapsat i jazykový kurs např. na FF UK. Navíc se můžeš zapojit do mnoha projektů souvisejících s rozvíjením tvých jazykových schopností. Ať už se zapojíš např. do *Tandem Motol* a nebo jako *Contact person pro výměnné studenty*.

Potřeby běžného medika

Bydlení

Jak bývá zvykem, studenti z naší fakulty bydlí na Kajetánce, která je nejen blízko škole, ale zároveň je to jedna z nejhezčích kolejí v Praze. Pokud však nedostaneš Kajku, nezoufej, protože během podzimu se většinou ještě nějaká místa uvolní, takže to chce jen trpělivost s ubytovací kanceláří. Další možnost je bydlet na Hvězdě nebo na Větrníku, o kterých sice kolují nejrůznější historky, ale po dni stráveném na pitevně ti bude docela jedno, kde spíš. Jsou lidé, kterým se na Větráku líbí. Posud' sám/a. Obecně platí, že Kajka je žádanější. Informační systém kolejí UK tě bude velmi podrobně (a často i nesrozumitelně) prostřednictvím e-mailů informovat o všech povinnostech, tak se neboj, že by ti něco uniklo. Další možností je samozřejmě bydlet na privátu. Vzhledem k cenám v Praze bude trochu složitě sehnat dobré a levné bydlení, ale výsledkem může být klid za cenu srovnatelnou nebo o něco málo vyšší než na koleji. Navíc v prvním ročníku je dobré bydlet blízko svých spolužáků a vyzkoušet si ten pravý kolejní život. Na koleji dostaneš i povlečení a dokonce příležitost si ho měnit, ovšem pořád je to kolejní povlečení...

Stravování

Nejvýhodnější je samozřejmě stravování v menzách. Před prvním obědem si vložíš na ISIC určitou částku a pak se již stravuješ bez placení v hotovosti. Všechny informace najdeš na www.kam.cuni.cz. Nejbliže ze školy je menza přímo na Kajce – vaří zde celkem dobře, i když po roce stravování už se ti možná některá jídla ohrají. Další menzy při cestě na anatomák jsou Arnošta z Pardubic (mezi Národní třídou a Národním divadlem, chodí tam zejména studenti z fildy a pedáku) a Albertov (areál 1. LF, pokud máš zájem o mezidruhovému křížení), jinak doporučujeme Arnošta, kde vaří velmi dobře, i když tato menza je poměrně malá, takže se může stát, že budeš chvíli čekat na místo. Kromě vyjmenovaných je menza např. na koleji Jednota, na Právnické fakultě, na Hostivaři atd. Další variantou je závodní jídelna v Motole, kde mají kromě hotovek i minutky a velký výběr salátů. Je ovšem nutné zařídit si kartičku, na kterou si budeš nabíjet peníze (něco jako ISIC) a také díky ní budeš mít od 13:00 slevy na jídlo. Pak jsou tu samozřejmě staré dobré (ehm) bagety, které s nabitým ISICem také koupíš se slevou na vrátnici kterékoliv menzy nebo koleje (i když tam nebydlíš), a to i pozdě večer/hodně brzo ráno. Pokud si budeš chtít jednou za čas stimulovat svoje glutamátové receptory, doporučujeme Číňany blízko Kajky, nebo na Karláku přímo naproti zastávce tramvaje č. 10.

Bankomaty

Pravděpodobně si hodně brzo zvykneš všechno platit kartou, a pak na konci měsíce smutně koukat do prázdné lednice, ale bankomaty Komerční banky, České spořitelny a Monety najdeš přímo v Motole u vchodu (jsou ale těžké, a pozor na vrátného, hlídá). Nejbližší bankomat u Kajetánky je KB u Billy, pak na Bělohorské Raiffeisenbank, Česká spořitelna

(zastávka tramvaje Drinopol), ČSOB (zastávka U Kaštanu) a Moneta (na druhou stranu - zastávka tramvaje Marjánka).

Zábava

Sice tě budou všichni strašit, že se nehneš od knížek, ale občas je nutné vyzkoušet, jestli ti ještě vůbec fungují všechny ty muscoli, o kterých budeš dlouhé noci číst. Je tu samozřejmě velká nabídka sportovního vyžití od našeho Ústavu tělesné výchovy. Přímo na Kajetánce je posilovna, hotový sportovní ráj nabízí Ladronka (v zimě běžky, v létě běhání, bruslení, kolo), a třeba na Strahově se dá hrát squash. Pro umělecké duše je na většině kolejí hudebna, (většinou i) s klavírem. Nezapomínej, že jsi v Praze a zajdi aspoň jednou do divadla nebo na nějakou výstavu!. Na Kajetánce jsou společenské místnosti s televizí.

Učebnice

Na začátku akademického roku dostaneš seznam učebnic. Rozhodně si učebnice nesháněj dřív než v září! Vyplatí se počkat na slevové akce od nakladatelství (Grada, slevy v Luxoru – obvykle v říjnu) a samozřejmě na tradiční studentskou burzu na Kajetánce. Ty nejdůležitější učebnice je možné si půjčit v knihovně (pozor na datum půjčování), většinou na celý rok, takže nezoufej, že budeš muset jít kvůli Čihákovi vykrást banku. Stává se, že naše ústavy vydávají skripta v průběhu semestru, takže se vyplatí počkat, jestli náhodou nevydají nové studijní materiály. Stejně tak platí, že další rok učebnice v klidu prodáš, a část peněz se ti tak vrátí. Spoustu knížek je také možné sehnat v Klementinu, Národní lékařské knihovně, nebo jiných ústavech. I na internetu se dá najít spousta studijních materiálů, ze začátku je těžké se zorientovat, které učebnice budeš opravdu potřebovat, ale snad kromě Čiháka, Memorixu anatomie a skript na histologii se vyplatí počkat a podle zájmu a potřeby učebnice pořídit postupně. Další možností jsou stránky Motoláku www.motolak.org, kde se svým profilem můžeš vkládat a stahovat materiály přímo pro svůj ročník nebo můžeš využít online burzu na Facebooku (ať už 2. LF či 1. LF). Navíc celý ročník dědí materiály od loňských prvků. Výborným a uceleným zdrojem materiálů jsou také Medici Boni (<http://www.mediciboni.cz/studium/sdilime/>).

Další vybavení

Na anatomická cvičení v zimním semestru budeš potřebovat plášť, stačí ti chemický plášť z pracovních potřeb. Kdo má zájem, může si pořídit plášť přímo s logem naší fakulty (info na stránkách fakulty). Na anatomii budeš dále potřebovat rukavice – nejlépe je pořídit ve zdravotnických potřebách, hned vedle vchodu do Motola. Nejlepší jsou nitrilové, ale jsou dražší (ovšem záleží na vkusu). Bohatě ti budou stačit latexové nebo vinylové. Kdo si nebude chtít nosit na anatomii přezůvky, může se zkusit spolehnout na automat na návleky na anatomáku (nedoporučujeme - je velmi drahý a není stoprocentně spolehlivý), a nebo si jich pořídit větší, cenově výhodnější balení (zdravotnické potřeby, pracovní potřeby). Ve zdravotnických potřebách rovnou kup i anatomickou pinzetu (čím větší, tím lepší :D). V říjnu je na Anatomickém ústavu stánek s medickými potřebami, kromě lebek prodávají i sady na pitevnu – pinzeta, skalpel... a to všechno v hezkém barevném obale. Na praxi z

ošetřovatelství v létě je nutné si pořídit bílé oblečení (kalhoty, tričko nebo košili) a bílou zdravotnickou obuv.

Cesty aneb kudykam

(CAVE! Spoje se stále mění, už nyní asi není tento výčet aktuální... Nejlepší je používat pro hledání spojů nějakou apku v mobilu, např. Pubtran)

Do Motola: Z Kajetánky autobusem číslo 180 (zastávka Nemocnice Motol). Z Hvězdy/Větrníku autobusem 191 s přestupem na Vypichu, dále autobusem 180, 184, 174, 179.

Na Plzeňskou: Ze zastávky Nemocnice Motol všechny autobusy kromě č. 167 a autobusů do Plzně a podobně:) Z centra tramvaj č. 9, 10 (zastávka Motol)

Na Kajetánku: Autobus č. 180. Tramvaj č. 22, 25, noční 57 (zastávka Drinopol a pěšky z kopce)

Na Karlovo náměstí: Z Kajetánky přes silnici do kopce a ze zastávky Drinopol tramvaj č. 22 do zastávky Karlovo Náměstí, autobusem na Dejvickou a pak metrem s přestupem. Ze zastávky Nemocnice Motol autobusem č. 167 na Anděl a tramvaj nebo metrem na Karlovo Náměstí. Rychlejší to ale asi je metrem z Nemocnice Motol s přestupem na Můstku na linku B.

Na Hostivař (celkem asi hodina cesty): Z Kajetánky autobusem č. 180 na Dejvickou, Metrem A na Skalku a autobusem č. 125 na zastávku Gercenova. Z Motola jede až na Skalku metro A.

Eliminace/dezinfekce mozkových buněk

Dr. Voják – fakultní hospoda, všechny velké akce (vítání prvních, zápity apod.) se dějí právě zde, má své kouzlo a tradici. Nachází se na Plzeňské pod Žižalou.

Kuchyňka na koleji – na skoro každém patře K1 je kuchyňka. Ale věřte, že jsou i studenti, kteří pro klidný spánek zvednou Kajkafon a nechají vás z kuchyňky vykázat, a že vrátná se staví i o patro níž, jestli jste se nepřestěhovali náhodou jenom tam.

Hvězda - diskoklub na koleji Hvězda, dalo se tam jít zatrsat a zakalit a konaly se tam i různé akce Motoláku a IFMSA. Poslední dva roky bohužel zavřená, ale snad se zas otevře...

Kromě těchto je samozřejmě spousta míst, kam se dá jít v Praze do hospody, problémem bývají ze začátku ceny, ale časem si zvykneš, a pak si doma budeš připadat jako ve výprodeji alkoholu.

Spolky a jiné organizace nejen na 2.Lf

O spoustě těchto věcí už jsi slyšel/a (uslyšíš) v Dobronicích, tak jen krátké shrnutí...

Motolák

Vize Motoláku: „*Jako studentský spolek se snažíme otevírat bránu do bohatšího studentského života mediků, a odlehčit tím strastiplnou cestu za vysněným titulem. Chceme podpořit seberealizaci studentů, pomoci v jejich vzájemné spolupráci, chceme se bavit i vzdělávat, chceme pomáhat. A nakonec chceme šířit dobré jméno fakulty, jako i celé univerzity, a tím se stát jedním z nejaktivnějších studentských spolků.*“

Mise Motoláku je s nadšením umožňovat kulturně společenský rozvoj studentů, připravovat pro ně sportovně-rekondiční aktivity, dále je podporovat v průběhu studia a při dobrovolnicko-uměleckých činnostech, kterými mohou zpříjemňovat život široké veřejnosti a získávat tak sympatie a důvěru k poslání budoucího lékaře.

Motolák je studentským spolkem 2. lékařské fakulty, byl založen v roce 2008 a během svého působení se stal velmi důležitou součástí dění na fakultě. V rámci pěti klubů (Kulturní, Sportovní, Dobrovolnický, Studijní, Školící) organizuje velké množství projektů – namátkou Ples 2. LF, Motolský parník, Filmové večery, Motolskou míli, Ježci (hudební uskupení, vystupující např. po zdravotnických zařízeních), 20x20, a mnoho dalších.

Více na: www.motolak.org

IFMSA – (International Federation of Medical Student's Associations)

IFMSA CZ 2. LF je jednou z osmi českých poboček organizace IFMSA CZ, která je plnoprávným členem IFMSA (International Federation of Medical Students Associations). IFMSA je mezinárodní neziskovou nevládní organizací, která sdružuje studentské spolky mediků ze 101 zemí celého světa. Celosvětově počet jejích členů čítá okolo 1,2 milionů studentů. Je oficiálně uznávána (jako mezinárodní medické fórum) OSN a WHO a má pobočky na všech českých lékařských fakultách.

Činností pobočky IFMSA CZ na 2. LF je zejména:

Organizování projektů - Na naší fakultě je velmi oblíben projekt Nemocnice pro medvídky, kde si předškolní děti formou hry vyzkouší, co je může čekat v nemocnici. Cílem je odstranit jejich strach z bílých pláštů. Mimořádně úspěšným projektem je Pro život, v rámci něhož studenti v současnosti školí žáky středních škol, v akademickém roce 2013/2014 se jednalo o zhruba 2000 proškolených! Pravidelnými akcemi IFMSA jsou Smoke Free Party, Světový den diabetu, přednášky Lékařů bez hranic, MediCafé i mnoho dalšího.

Organizování stáží - každý rok od nás vyjede spousta studentů na výměnnou měsíční stáž

na některou z partnerských fakult po celém světě. V roce 2014 nás vyjelo okolo čtyřiceti – a na oplátku my zařizujeme stáž pro skoro čtyřicet studentů z celého světa. Stáže jsou klinické (na které můžeš vyjet od třetáku včetně) a vědecké (na které lze vyjet už od druháku). Na stáž se po druháku můžeš dostat i ty – je potřeba projít konkurzem na daný rok: stačí něco pro svoje okolí udělat (v rámci několika projektů IFMSA CZ nebo Motoláku, nebo pomoci se stážemi) a dobře napsat anglický test. Neváhej a zapoj se! www.ifmsa.cz/fakulty/praha-lf2

AS: Akademický senát

Jako studenta 2. lékařské fakulty tě zastupují dva senáty – jeden fakultní (AS 2. LF) a jeden univerzitní (AS UK). Rozsah jejich působnosti je dán zákonem o vysokých školách. Fakultní má 24 členů volených akademickou obcí na dva roky, 12 studentů je ve studentské komoře (SKAS) a 12 učitelů tvoří pedagogickou komoru. Každý ročník má většinou alespoň jednoho svého zástupce, na nějž může kandidovat kterýkoli student.

Funkce senátu na fakultě je především kontrolní, schvaluje rozpočet a volí (a může i odvolat) děkana. Není to ale vše, pracuje na změnách ve výuce, na zlepšení zahraničních stáží a uvítá jakýkoliv podnět z řad studentů. Více informací najdete na stránkách fakulty a Facebooku studentské komory.

Tak, děkujeme, že jsi dočetl/a až sem. Doufáme, že ti všechny tyto informace ulehčí studium. Přejeme úspěšný prvak!

(přikládáme ještě tabulku “důležitých” odkazů)

Vedoucí průvodce: Jana Drncová

Redaktoři: Daniel Suk, Martin Smolík, Anna Mrkvičková, Ludmila Štěpánová, za fyzioterapeuty: Markéta Cikrytová

Úpravy 2014: Bet Bížová a Motolák; 2015: Vašek Heřman & Motolák, 2017: Richard Boček & Motolák.

Toto není oficiální text 2. LF UK. Veškeré informace zde podávané jsou ovlivněny osobními dojmy redaktorů a vznikly na základě společného konsenzu studentského týmu. Nereflektují oficiální stanoviska fakulty. Nejedná se o obecně platnou pravdu, jde jen o snahu pomoci novým kolegům.

Důležité odkazy

2. LF UK	oficiální web Facebook
Motolák	oficiální web Facebook
IFMSA 2. LF	oficiální web Facebook
Akademický senát 2. LF	oficiální web Facebook
Ústav tělesné výchovy 2. LF	oficiální web Facebook
Ústav vědeckých informací 2. LF	oficiální web Facebook
Dr. Voják	Facebook
Burza učebnic 2. LF	Facebook
Burza učebnic 1. LF	oficiální web Facebook
Studijní informační systém	oficiální web
Centrální autentizační služba	oficiální web
Mefanet	oficiální web
Moodle	oficiální web
Moodle pro výuku	oficiální web
Průvodce studiem 2. LF	oficiální web

Dále doporučujeme...

Motolkomix	oficiální web Facebook	O nás!
Motol Pelicans	Facebook	Hokeeeej!
Klub přátel SIS	Facebook	Nikdy není tak zle, aby nemohlo být hůř.
Humor na LF MU	Facebook	Tady Brno vede, no... 😊
Prochrápej se medicínou	Facebook	Protože se tam taky jednou objevíte...
Pražský institut pro urážení Brna	Facebook	Proč? Proč ne! :D