

STUDIEPLAN HÖST 2023 – ANATOMI & FYSIOLOGI

Vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG	
33 14.08–20.08	Studiestart & faddervecka					<input type="checkbox"/> Testa 24 tim gratis på medeasy.se (om du inte redan provat) <input type="checkbox"/> Nyttja startbatt hos Mecenat på 1a månad vid prenumeration (endast ny användare) <input type="checkbox"/> Medlem i Vårdförbundet? Nyttja rabatt på medeasy prenumerationer		
34 21.08–27.08 Cellbiologi	<input type="checkbox"/> Välkommen till MedEasy <input type="checkbox"/> Studietips <input type="checkbox"/> Tentatips	<input type="checkbox"/> Introduktion till cellen <input type="checkbox"/> Cellens organeller	<input type="checkbox"/> Cellmembran och membranproteiner <input type="checkbox"/> Den genetiska koden (DNA)	<input type="checkbox"/> Proteinsyntesen (från DNA till protein) <input type="checkbox"/> Celldelning	<i>Buffertdag och repetition:</i> Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!			
35 28.08–03.09 Vävnad och organ	<input type="checkbox"/> Introduktion till vävnader och organ <input type="checkbox"/> Epitelvävnad <input type="checkbox"/> Stödjevävnad	<input type="checkbox"/> Muskelvävnad <input type="checkbox"/> Nervvävnad <input type="checkbox"/> Flytande vävnad	<input type="checkbox"/> Huden					
36 04.09–10.09 Nervsystemet	<input type="checkbox"/> Översikt över nervsystemet <input type="checkbox"/> Nervcellen <input type="checkbox"/> Nervvävnad <input type="checkbox"/> Nervledning	<input type="checkbox"/> Aktionspotentialen <input type="checkbox"/> Synapser <input type="checkbox"/> Kranialnerv, spinalnerv och perifera nerver	<input type="checkbox"/> Introduktion till hjärnanatomi <input type="checkbox"/> Hjärnanatomi <input type="checkbox"/> Hjärnans blodförsörjning	<input type="checkbox"/> Hjärnans hinnor <input type="checkbox"/> Ryggmärgens anatomi <input type="checkbox"/> Motoriska och sensoriska nervbanor <input type="checkbox"/> Reflexer	<input type="checkbox"/> Det autonoma nervsystemets uppbyggnad <input type="checkbox"/> Det autonoma nervsystemets funktioner			
37 11.09–17.09 Sinnen	<input type="checkbox"/> Översikt över sinnen <input type="checkbox"/> Översikt över perifera receptorer <input type="checkbox"/> Lukt och smak	<input type="checkbox"/> Örats anatomi <input type="checkbox"/> Hörsel <input type="checkbox"/> Balansorganen och balanssinnet	<input type="checkbox"/> Ögats anatomi <input type="checkbox"/> Syn <input type="checkbox"/> Smärta	<i>Buffertdag och repetition:</i> Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!	<i>Buffertdag och repetition:</i> Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!			

STUDIEPLAN HÖST 2023 – ANATOMI & FYSIOLOGI

Vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
38 18.09–24.09 Cirkulations- systemet	<input type="checkbox"/> Intro till cirkulationssystemet <input type="checkbox"/> Hjärtats grundläggande anatomi <input type="checkbox"/> System- och lungkretsloppet	<input type="checkbox"/> Hjärtats elektriska retledningssystem <input type="checkbox"/> Artärer och vener <input type="checkbox"/> Kapillärer och lymfkärl	<input type="checkbox"/> Hjärtcykel och pumpfunktion <input type="checkbox"/> Cirkulationsreglering - minutvolym	<input type="checkbox"/> Cirkulationsreglering - totalt perifert motstånd <input type="checkbox"/> Blodtrycksreglering och blodtrycksreflex	<input type="checkbox"/> Praktiskt blodtryck och puls <input type="checkbox"/> Praktiskt EKG <input type="checkbox"/> Fostrets blodcirkulation		
39 25.09–01.10 Respirations- systemet	<input type="checkbox"/> Respirationssystemets uppgifter och anatomi <input type="checkbox"/> Övre luftvägars anatomi <input type="checkbox"/> Nedre luftvägars anatomi	<input type="checkbox"/> Mediastinum och pleura <input type="checkbox"/> Andningsmuskler och ventilation	<input type="checkbox"/> Lungvolymerna <input type="checkbox"/> Gasutbyte	<input type="checkbox"/> Gastransport och hemoglobinet <input type="checkbox"/> Respirationsreglering	<p><i>Buffertdag och repetition:</i></p> <p>Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!</p>		
40 02.10–08.10 Njurar och urinvägar	<input type="checkbox"/> Introduktion till njurar <input type="checkbox"/> Njurarnas anatomi <input type="checkbox"/> Njurarnas blodförsörjning	<input type="checkbox"/> Urinvägarna <input type="checkbox"/> Grundläggande njurfysiologi <input type="checkbox"/> Nefronets funktion del för del	<input type="checkbox"/> Urinproduktion <input type="checkbox"/> Njurarnas endokrina funktioner	<input type="checkbox"/> RAAS <input type="checkbox"/> Njurarnas reglering av blodtryck, salt- och vätskebalans	<input type="checkbox"/> Njurarnas roll i syra-bas-regleringen <input type="checkbox"/> Blåstömningsexen och mätning av njurfunktion		
41 09.10–15.10 Matspjälknings- systemet	<input type="checkbox"/> Översikt över matspjälkningsystemet <input type="checkbox"/> Övre delen av matspjälkningskanalen <input type="checkbox"/> Bukhinna och tarmkäv	<input type="checkbox"/> Nedre delen av matspjälkningskanalen-tunnarm <input type="checkbox"/> Nedre delen av matspjälkningskanalen-tjocktarm och ändtarm <input type="checkbox"/> Matspjälkningsystemets blodförsörjning	<input type="checkbox"/> Lever och gallblåsa <input type="checkbox"/> Bukspottkörtel (pancreas) <input type="checkbox"/> Matspjälkningsystemets reglering	<input type="checkbox"/> Absorption av kolhydrater, proteiner och fett <input type="checkbox"/> Absorption av vätska, salter, vitaminer och spårämnen <input type="checkbox"/> Ämnesomsättningen	<p><i>Buffertdag och repetition:</i></p> <p>Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!</p>		
42 16.10–22.10 Endokrina- systemet	<input type="checkbox"/> Introduktion till hormonsystemet <input type="checkbox"/> Översikt över hormonkörtlarna <input type="checkbox"/> Hormonkörtlarnas anatomi	<input type="checkbox"/> Hypotalamus- och hypofyshormoner <input type="checkbox"/> Negativ feedback <input type="checkbox"/> Tyreoideahormonerna	<input type="checkbox"/> Paratyreoideahormonerna och D-vitaminmetabolismen <input type="checkbox"/> Binjurarnas hormoner <input type="checkbox"/> Tillväxthormon	<input type="checkbox"/> Pancreas hormoner <input type="checkbox"/> Reglering av blodsocker <input type="checkbox"/> Andra hormoner	<p><i>Buffertdag och repetition:</i></p> <p>Är det nåt som du gått igenom som du tyckte var svårt? Använd dagen i dag till att se relevanta videor igen. Gör flervalsfrågor på det du har jobbat med hittills. Ställ gärna frågor till oss om något skulle vara oklart!</p>		

STUDIEPLAN HÖST 2023 – ANATOMI & FYSIOLOGI

Vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
43 23.10–29.10 Blodet	<input type="checkbox"/> Blodets uppgifter och beståndsdelar <input type="checkbox"/> Produktion och utveckling av blodceller	<input type="checkbox"/> ABO- och Rh-systemet <input type="checkbox"/> Blodtransfusion	<input type="checkbox"/> Hemostas	<i>Buffertdag och repetition:</i>	<i>Buffertdag och repetition:</i>		
44 30.10–05.11 Immunologi	<input type="checkbox"/> Introduktion till immunsystemet <input type="checkbox"/> Immunsystemets celltyper	<input type="checkbox"/> Det ospecifika immunförsvaret <input type="checkbox"/> Inflammation <input type="checkbox"/> Praktisk exempel, inflammation	<input type="checkbox"/> Det specifika immunförsvaret <input type="checkbox"/> B-cellerna <input type="checkbox"/> T-cellerna	<input type="checkbox"/> Immunsystemets reaktionshastighet <input type="checkbox"/> Vaccination	<i>Buffertdag och repetition:</i>		
45 06.11–12.11 Temperaturreglering + reproduktions systemet	<input type="checkbox"/> Normal kroppstemperatur och värmebalans <input type="checkbox"/> Reglering av kroppstemperatur och feber	<input type="checkbox"/> Mannens anatomi <input type="checkbox"/> Mannens fysiologi	<input type="checkbox"/> Kvinnans anatomi <input type="checkbox"/> De kvinnliga könshormonerna	<input type="checkbox"/> Menstruationscykeln <input type="checkbox"/> Blommor och bin	<input type="checkbox"/> Förlossning <input type="checkbox"/> Bröst och amning		
46 13.11–19.11 Rörelseapparat	<input type="checkbox"/> Viktiga anatomiska begrepp <input type="checkbox"/> Skelettanatomi <input type="checkbox"/> Skelettfysiologi	<input type="checkbox"/> Ledanatomi <input type="checkbox"/> Muskelanatomi - makronivå <input type="checkbox"/> Muskelanatomi - mikronivå	<input type="checkbox"/> Muskelfysiologi	<i>Buffertdag och repetition:</i>	<i>Buffertdag och repetition:</i>		
47 20.11–26.11 Syra, bas och elektrolyter + grundläggande biokemi	<input type="checkbox"/> Syra-basbalansen (grundläggande kemi) <input type="checkbox"/> Syra-basreglering	<input type="checkbox"/> Rubbningar i syra-basbalansen <input type="checkbox"/> Vätskebalans	<input type="checkbox"/> Grundläggande kemi <input type="checkbox"/> Cellens energiomsättning <input type="checkbox"/> Diffusion och osmos	<i>Buffertdag och repetition:</i>	<i>Buffertdag och repetition:</i>		

STUDIEPLAN HÖST 2023 – ANATOMI & FYSIOLOGI

Vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
48 27.11–03.12							
49 04.12–10.12							
50 11.12–17.12					Jullov!		
51 18.12–24.12							
52 25.12–31.12							

STUDIEPLAN HÖST 2023 – ANATOMI & FYSIOLOGI

Vecka	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LÖRDAG	SÖNDAG
01 01.01–07.01							
02 08.01–14.01							
03 15.01–21.01							
04 22.01–28.01							
05 29.01–04.02							

KOMMENTARER TILL PLANEN OCH STUDIETIPS

- Våra videor under temat **Anatomi och fysiologi** presenteras i en turordning som vi tänker gör det enklast att lära. Det gäller både turordningen *på* teman, men också *inom* varje tema. Med det sagt, kan det vara så att *din skola* kan ha valt en helt annan turordning. Vi uppmanar dig starkt att gå på skolans föreläsningar och eventuellt andra lärande aktiviteter som seminarer och liknande för att du ska ge dig själv störst chans till inläring. Tips!! Se till att **du** blir **chauffören på din resa** och ta ansvar för ditt lärande!!
- Följ oss gärna på sociala medier och prenumerera på vår podcast för ytterligare kunskap.
- Videorna har olika längd (oftast mellan 20 och 45 min), och det är olika antal videor under varje ämne. Några veckor blir därmed mer intensiva än andra. Planen är upplagd så att du har en fem dagars studievecka. De flesta behöver också använda några helgdagar emellanåt för att ta igen det som du inte har fått gjort under vardagarna, samt för att repetera, lösa flervalsuppgifter/MCQ etc. En del studenter har ingen möjlighet till detta, exempelvis på grund av familjeförpliktelser eller jobb i tillägg till sina studier. Vi har därför valt att låta helgerna vara helt öppna i denna plan, så kan du själv fylla i vilka helger du har andra aktiviteter, vilka helger du behöver ta helt ledigt och vilka helger du kan lägga på studier.
- Extremt få har en "klisterhjärna", vi andra behöver repetera. Vi har därför satt av både tid till detta och så kallade "buffertdagar" som gör att du får en chans att komma i kapp om du skulle hamna efter i tidsplanen.
- Våra nördvideor är inte inkluderade i denna plan, men vi uppmuntrar dig till att kika in på dem om du har kapacitet.