

How to survive your first OSCE

Objective structured clinical examination

- 06.08.2024
- Max. 1h
- Teil des Physikumsäquivalent
- Verschiedene Gruppen
- Prüfende teils Dozierende/FachärztInnen
- Signal eröffnet und beendet Prüfung
- Aufgaben an der Tür/bei der Station
- Räume aufschreiben!
- Namen- und Matrikelnummernaufkleber
- Kittel, Stethoskop mitbringen

POL

- 5 Vorträge einreichen
- 1 Vortrag halten
- Karteikarten
- 7 Minuten vortragen und 3 Minuten Fragen
- Seriös auf Fragen eingehen → keiner erwartet inhaltlich perfekte Antworten

Kommunikation

- Circa 1 Woche vorher medizinisches Thema zugeschickt
- Anamnesegespräch 7 min + 3 min Resume
- Freie Lernzeiten Kommunikation zum Üben
- Es geht nicht um die vollständige perfekte Anamnese!



Basic-Life-Support

- Sehr gut vorzubereiten
 - Zuhause, KTZ
- Schema finden und dabei bleiben



KPF

- Mit Freunden/Familie oder Mitstudierenden gut zu üben
- 7min Zeit
- Von KPF Kurs wird nur ein Teilbereich geprüft
 - Wie HWS Inspektion und Palpation
 - Nicht kompletter Durchlauf
- Hände desinfizieren VOR und NACH Untersuchung
- Dialoge vorschreiben



MiBi

- Erstellt euer eigenes Schema.
 - Wie bestimme ich Keim? -> Abstrich
 - Klassifikation
 - Resistenzen? Therapie?
- Lernzettel für 1.4 auch verwendbar für OSCE



Allgemeine Tipps

- Strukturierter Tagesablauf
- Location wechseln
- Zusammen lernen und üben
- Auf den Stress einstellen
- Pausen!!



Managing Your Mental Health

- Jeden Tag einen Moment für sich → Effektiver durch Pausen[1]
- Dinge, die uns Motivation und Kraft geben
- “Inseln” in den Alltag einbauen
- “Inseln” aufschreiben und Liste sichtbar platzieren
- Warum sind Inseln so wichtig?

Gerne für sich oder in der Gruppe beantworten

- Warum macht ihr Dinge, die euch Spaß machen, seltener in Prüfungsphasen (wenn das der Fall ist)?
- Was macht euch Spaß, wenn ihr alleine seid?
- Was hat euch früher besonders viel Spaß gemacht?
- Woraus zieht ihr am meisten Kraft (körperliche Tätigkeit oder Entspannung, Me-time oder Gruppenaktivitäten)?

Eure Fragen?



Beispiele für Inseln

- Sport (Yoga/Pilates/At-home-workout)
- Spazieren gehen
- Kaffee/Tee/Matcha an einem schönen Ort
- Kochen/Backen
- Telefonieren
- Tierheim besuchen
- Wellness
- DIY