

MES FLASH CARDS IFSI !

Toute l'UE 2 du semestre 2

Entrainement intensif

Julie Violet

Infirmière anesthésiste diplômée d'État
Master 2 pédagogie en sciences de la santé
Créa-rédactrice de Fiches IDE
@julie_fichside



ELSEVIER

Composition du jeu

176 cartes QUESTIONS / REPONSES organisées en 4 parties :

PARTIE 1 Santé, maladie, handicap, accidents de la vie ▶ cartes 1 à 56

PARTIE 2 Processus psychopathologiques ▶ cartes 57 à 133

PARTIE 3 Soins d'urgence ▶ cartes 134 à 160

PARTIE 4 Thérapeutiques et contribution
au diagnostic médical ▶ cartes 161 à 176

Règles du jeu

Ce jeu peut être utilisé seul ou en groupe.

Le ou les joueurs peuvent partir de la QUESTION (terme) afin de deviner la REPONSE (définition) ou l'inversement.

JEU COLLECTIF : Distribuer un même nombre de cartes à chaque joueur (les cartes restantes sont mises de côté).

Un joueur lit une question présente sur une de ses cartes, les autres joueurs doivent trouver les réponses qui apparaissent sous forme de définition.

Le premier joueur qui donne la bonne définition marque un point. Poursuivre avec le joueur suivant jusqu'à ce que chacun ait lu toutes ses cartes.

A la fin de la partie, comptabiliser le nombre de points marqués par chaque participant. Le joueur qui a accumulé le plus de points a gagné et devient l'EXPERT du groupe.

JEU INDIVIDUEL : Le joueur peut partir de la QUESTION et chercher à deviner la REPONSE ou inversement. Lorsque le joueur maîtrise les termes, il peut mettre les cartes connues de côté afin de poursuivre ses prochaines parties avec les cartes restantes.

Introduction

Les *flashcards* sont des outils de révision nés en Angleterre, qui se popularisent de plus en plus aujourd'hui en France. J'ai découvert cet outil à travers les réseaux sociaux et j'ai eu tout de suite un véritable coup de cœur !

Quoi de mieux qu'un outil simple à utiliser pour réviser de façon ludique ?

La *flashcard* c'est :

- ▮ au recto une question ouverte sur une notion du cours ;
- ▮ au verso la réponse.

Elle est utilisable seul, lors d'une séance de révision tout seul chez soi. Elle permet de réviser de façon répétée les différentes notions importantes. Je conseille d'ailleurs de faire deux piles : d'un côté les questions que vous maîtrisez, de l'autre celles que vous maîtrisez moins afin d'accentuer vos révisions sur ces dernières.

Mais ce qui est ludique aussi, c'est de les utiliser à plusieurs. Vous avez organisé une après-midi de révision entre amis ? Prenez les *flashcards* ! Chacun pose la question à haute voix à son voisin et tout le groupe révise les notions importantes.

Le semestre 1 est souvent très chargé en connaissances à apprendre. Les étudiants sont noyés au fil des fiches de révision, et les révisions sont souvent bien monotones. Alors quoi de mieux que ces *flashcards* pour animer un peu vos révisions ?

Appropriiez-vous les cartes, utilisez-les comme bon vous semble. Elles sont désormais VOTRE outil de révision. N'hésitez pas à les découper d'ailleurs !

Julie VIOLET

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

**Définir la santé
selon l'Organisation Mondiale
de la Santé (OMS)**

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

**Définir la promotion de la santé
selon l'OMS**

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

3 caractéristiques de la santé

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

« La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. »

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

« La promotion de la santé représente un processus social et politique global, qui comprend non seulement des actions visant à renforcer les aptitudes et les capacités des individus mais également des mesures visant à changer la situation sociale, environnementale et économique, de façon à réduire ses effets négatifs sur la santé publique et sur la santé des personnes. »

UE 2.3 – Santé, maladie, handicap, accidents de la vie

Santé

- ▮ C'est une notion subjective.
- ▮ Elle diffère selon les cultures ou les époques.
- ▮ C'est une notion évolutive.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

10 g de NaCl dans 100 ml de solution
soit 0,1 g/ml.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

Débit en gouttes/min =

Capacité en ml × 20 gouttes

Durée en h × 60 minutes

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

Une concentration à 20 % signifie que 100 ml
de produit contient 20 g de produit actif.

Dans l'ampoule de 10 ml il y a donc 2 g
de produit actif, soit 1 ml = 0,2 g.

Pour obtenir 1,5 g, il faut donc prélever 7,5 ml.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

**Équivalence en millilitres
de 5 cuillères à café**

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

**Équivalence en gramme
de 7 500 UI d'héparine**

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

**Débit d'une perfusion de 250 ml
à passer en 30 minutes
en gouttes/minute**

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

1 cuillère à café = 5 ml.

Donc 5 cuillères à café = 25 ml.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

5 000 UI = 50 mg.

Donc 7 500 UI = 75 mg.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

$250/30 = 8,33$ ml/min.

Et on a 1 ml = 20 gouttes.

Donc : $8,33 \times 20 = 166,6$.

Le débit de la perfusion sera
de 167 gouttes/minute.

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

Préparation d'injection
avec calculs de dose

4 étapes de la préparation d'une seringue électrique

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical

UE 4.4 – Thérapeutiques et contribution au diagnostic médical