

• Megunto

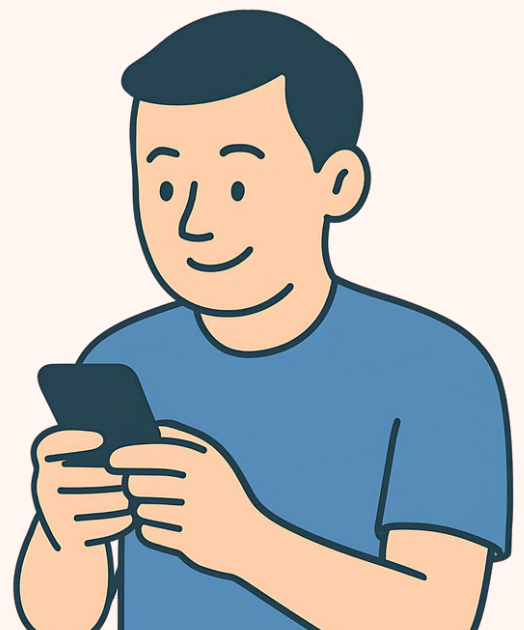
Physikum

30 Tage Fachfokus

2026

Sicher durchs Mündliche Physikum

Der mündliche Begleitplan – 100% kompatibel zum 30 Tage Thieme Lernplan



Inhaltsverzeichnis

Dein Start mit Megunto

Seite 3

Wie stelle ich eine Session zusammen?

Seite 5

Los geht der Lernplan

Seite 6

Nach dem Schriftlichen: Deine Endspurtpfade

Seite 21

Dein Start mit Megunto: Smarter Start in die Mündliche

Willkommen an Bord! Dieser Begleitplan sorgt dafür, dass du das mündliche Physikum von Anfang an entspannt miterledigst, während du dich sonst auf dein schriftliches Lernprogramm (AMBOSS oder Thieme via medici) konzentrierst. Mit kurzen täglichen Sessions gewöhnst du dich früh daran, dein Wissen laut, strukturiert und prüfungsnah zu formulieren.

1. Deine tägliche Routine vor dem Schriftlichen

Mach es dir einfach: Wenn du dein schriftliches Tagessoll im Hauptlernplan erfüllt hast, übst du für 15 bis 20 Minuten mit Megunto.

- Fach und Thema wählen: Suche den Megunto-Block heraus, der zu deinem heutigen schriftlichen Lerntag passt.
- Erstelle deine Session: Stelle dir mit Schwierigkeitsgrad und Anzahl eine individuelle Session zusammen.
- Mikrofon an & loslegen: Lies die Frage auf dem Bildschirm oder übe rein auditiv, aktiviere das Mikrofon und sprich deine Antwort laut aus – genau so, als würde ein Prüfer vor dir sitzen.
- Die Fragen beziehen sich manchmal auch auf die Themen vergangener Tage, so bleibst du flexibel!

2. Das Megunto-Mindset: Sprechen statt Schwitzen



Kein Stress bei Fehlern!

Das hier ist deine entspannte Aufwärmphase. Niemand erwartet, dass du jetzt schon jede Antwort perfekt wie aus dem Lehrbuch formulierst. Es geht in dieser Phase rein darum, die Hemmschwelle zu brechen und das laute Formulieren zu trainieren. Wenn du mal komplett danebenliegst oder ins Stocken gerätst: Atme durch, lies die Musterantwort und mach einfach weiter. Jedes gesprochene Wort baut dein neuronales Netz für den großen Tag auf!

3. Der Megunto-Härtegrad

Wundere dich nicht, wenn Megunto dich am Anfang streng bewertet. Unsere KI prüft deine Antworten präzise auf den Erwartungshorizont. Wenn deine Antwort unvollständig ist, markiert das System die Frage als „Falsch“.

Die Realität ist entspannter: Keine Panik, echte Prüferinnen und Prüfer sind keine Roboter! Im echten mündlichen Physikum ist kaum jemand so streng wie unsere App. Wenn du dort den roten Faden behältst, aber ein Detail vergisst, ist das nicht so schlimm oder die Prüfenden steuern dich mit einer kleinen Brückenfrage sanft in die richtige Richtung.

Das Megunto-Prinzip lautet einfach: Hard training, easy fight. Wer die strenge KI knackt, geht mit absolutem Selbstvertrauen in die reale Prüfung.

4. Wie es nach dem Schriftlichen weitergeht

Das Beste vorweg: Das hier ist nur das Fundament. Der eigentliche Hauptteil deiner mündlichen Vorbereitung startet erst nach dem schriftlichen Physikum am 19. August.

Sobald du deine offizielle Ladung vom LPA im Briefkasten hast, holst du dir deinen Lernplan für die Zeit zwischen schriftlichem und mündlichem Physikum, genau abgestimmt auf deine Vorbereitungszeit. Die Links findest du am Ende dieses Plans.

Bis dahin gilt: Lern fleißig fürs Schriftliche, sprich jeden Tag ein bisschen mit uns und mach dich nicht verrückt.

Du schaffst das!

Tim hat es
auch geschafft



Emma hat ihn
damals noch mit
einem Buch abgefragt

Wie stelle ich eine Session zusammen? Wo finde ich Fälle/Prüfungen?

The screenshot shows the 'M1: Physiologie' course setup screen. At the top, there is a back arrow and the course title 'M1: Physiologie'. Below this, there are two tabs: 'Fächer' (selected) and 'Klinische Fälle'. Under 'Fächer', there is a section for 'Zellphysiologie' with 'Kanäle und so' and '27 Fragen'. It shows a progress bar with '3 Richtig', '2 Falsch', and '22 unbeantwortet'. Below this, there is a section for 'Fragen einrichten' with a question 'Wie viele Fragen möchtest du erhalten?' and a slider set to 10. There is also a 'Schwierigkeitsgrad' section with 'Leicht', 'Mittel' (selected), and 'Schwer' options. At the bottom, there is a 'Themen' section with several buttons: 'Alle Themen', 'Bedürfnisse des Herzens', 'Hämodynamik', 'Elektrophysiologie und EKG', 'Stoffaustausch', 'Herzzyklus', and 'Regulation von Herz und Kreislauf'. At the very bottom, there are two buttons: 'Starten' and 'Audio-Modus starten'.

Der Kursscreen

Hier kannst du zwischen Fach und Thema wählen.

Unter Fällen findest du vollständige Prüfungssimulationen mit original Prüfungsfragen aus Altprotokollen.

Der Sessionscreen

Für deine Physikumssession wähle die Anzahl an Fragen, den Schwierigkeitsgrad und das Thema bzw. die Themen aus, je nach Angabe im Lernplan.

Normaler Modus vs. Audiomodus

Dir stehen zwei Modi zur Verfügung:

Im **normalen Modus** kannst du die Frage lesen und dir vorlesen lassen. Im Anschluss erhältst du das Feedback schriftlich und kannst dir auch die Referenzantwort ansehen. Perfekt zum Lernen!

Im **Audio-Modus** erhältst du sowohl die Frage als auch das Feedback gesprochen zurück, genau wie in der Prüfung.

Nutze einfach den Modus, der dir am meisten hilft, oder folge den Empfehlungen im Lernplan.

Tag 1

Kurs:	M1 Anatomie
Fach:	Allgemeine Anatomie
Themen:	Alle Themen
Anzahl Fragen:	10
Schwierigkeit:	Leicht

Prüfungstipp

Warte nicht bis nach der schriftlichen Prüfung, sondern beginne sofort damit, dein Wissen laut auszuformulieren. Du merkst dir den Inhalt besser und kannst es dir sogar im Schriftlichen eher herleiten.

Tag 2

Kurs:	M1 Anatomie
Fach:	Rumpfwand
Themen:	Alle Themen
Anzahl Fragen:	10
Schwierigkeit:	Leicht

Klassiker

Welche Muskeln gehören zur Rotatorenmanschette?
M. supraspinatus, M. infraspinatus, M. teres minor, M. subscapularis

Notizen

Tag 3

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Bauch- und Brustsitus
Themen: Alle Themen
Anzahl Fragen: 10
Schwierigkeit: Leicht

Prüfungstipp

Die tägliche Mini-Routine: Integriere das mündliche Üben als festen Abschluss deines schriftlichen Lerntags für circa 15 bis 20 Minuten

Tag 4

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Retrositus und Bein
Themen: Alle Themen
Anzahl Fragen: 10
Schwierigkeit: Leicht

Klassiker

Begrenzungen des Leistenkanals
Unbedingt flüssig parat haben für die Erklärung von direkten und indirekten Leistenbrüchen.

Notizen

Tag 5

Kurs:	M1 Anatomie
Fach:	Hals und Arm
Themen:	Alle Themen
Anzahl Fragen:	10
Schwierigkeit:	Leicht

Prüfungstipp

Keine Panik bei Fehlern:
Die Vorbereitungsphase
ist eine reine
Aufwärmphase;
verhedderst du dich, lies
die Musterantwort und
mach einfach weiter.

Tag 6

Kurs:	M1 Anatomie
Fach:	Kopf
Themen:	Alle Themen
Anzahl Fragen:	10
Schwierigkeit:	Leicht

Klassiker

Nervus laryngeus
recurrens
Klassische Frage: Was
passiert, wenn man bei
einer Schilddrüsen-OP
ihn verletzt? Einseitig =
Heiserkeit, beidseitig =
Atemnot!

Notizen

Tag 7

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Neuroanatomie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Kopf nicht hängen lassen, auch wenn während der Vorbereitung noch nicht alles klappt, du schaffst das!

Tag 8

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Neuroanatomie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Bei der zentralen Parese kann der Patient die Stirn noch runzeln (wegen der bilateralen kortikalen Innervation), bei der peripheren Parese ist auch das Stirnrunzeln nicht möglich.

Notizen

Tag 9

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Allgemeine Histologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Vom Großen ins Kleine:
Antworte immer nach dem "Trichter-Prinzip".
Starte mit der Definition, gefolgt von der groben Einteilung, und gehe erst auf Nachfrage in die winzigen Details.

Tag 10

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Spezielle Histologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Wichtig für Nierensteine.
Die Engstellen des Ureters sind: Abgang aus dem Nierenbecken, Überkreuzung der Iliakalgefäße und der Durchtritt durch die Blasenwand.

Notizen

Tag 11

Kurs: M1 Anatomie
Fach: Spezielle Histologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Keine Angst vor den Prüfenden! Die meisten sind nett und wollen euch nicht durchfallen lassen.

Tag 12

Freies Wiederholen Anatomie
Übe, wo du noch Schwierigkeiten hattest oder mach eine Pause, das ist auch okay ;)

Klassiker

Wenn der Blutdurchfluss durch die Leber gestört ist (z.B. bei einer Zirrhose), sucht sich das Blut Umwege. Prüfende hören gern die klinischen Folgen.

Notizen

Tag 13

Kurs: Physik, Biologie und Chemie
Fach: Chemie
Themen: Alle Themen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht

Prüfungstipp

Schriftliches Physikum ist nicht mündliches Physikum! Im Schriftlichen musst du die wildesten Fakten erkennen, im Mündlichen die Grundlagen erklären.

Tag 14

Kurs: Physik, Biologie und Chemie
Fach: Physik
Themen: Alle Themen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Die Phosphofruktokinase-1 (PFK-1). Wichtigster Regulator: Fructose-2,6-bisphosphat (wird insulinabhängig erhöht). Wenn du das erwähnst, leuchten Prüfer*innenaugen.

Notizen

Tag 15

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Grundlagen und Stoffwechsel
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Einige Prüfende warten auf Schlüsselbegriffe. Versuche daher, relevante Schlüsselbegriffe gezielt in deine Antwort einzubetten.

Tag 16

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Bewegungssystem
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Fun Fact: Was macht Thermogenin im braunen Fettgewebe von Säuglingen? Es schließt den Protonengradienten kurz – die Energie wird nicht als ATP gespeichert, sondern direkt als reine Wärme frei.

Notizen

Tag 17

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Ernährung, Verdauung und Vitamine
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Den "roten Faden" halten: Solange deine Struktur steht und die Richtung stimmt, verzeihen Prüfende kleine Detail-Lücken meistens gerne.

Tag 18

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Leber und Biotransformation
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Warum fallen Seefahrern ohne Vitamin C die Zähne aus? Vitamin C wird als Cofaktor für die Prolyl- und Lysylhydroxylase benötigt. Ohne Hydroxylierung keine stabile Kollagen-Triplehelix.

Notizen

Tag 19

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Genetik und Molekularbiologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Brückenfragen dankend annehmen: Wenn du ins Stocken gerätst, lenken dich Prüfende oft mit kleinen Hinweisen zurück auf den Weg – höre genau hin!

Tag 20

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Nervensystem und Hormone
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Defekte der Häm-Synthese führen zur Akkumulation von Porphyrinen. Diese sind extrem phototoxisch (Hautschäden bei Sonne) – daher historisch eine der Erklärungen für den Vampirmythos.

Notizen

Tag 21

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Verdauungsphysiologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Lautes Denken: Wenn du die Antwort nicht sofort weißt, leite sie dir laut her. Prüfende sehen gerne, wie du medizinisch denkst.

Tag 22

Kurs: M1 Biochemie
Fach: Blut und Immunsystem
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Die Glykolyse ist an drei Stellen irreversibel (Hexokinase, PFK-1, Pyruvatkinase). Die Gluconeogenese muss diese thermodynamischen Barrieren mit eigenen Enzymen (z.B. Glucose-6-Phosphatase) umgehen.

Notizen

Tag 23

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Herzkreislauf
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 15
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Pausen aushalten: Nach der Frage darfst du ruhig 3 Sekunden durchatmen und deine Antwort im Kopf strukturieren. Das wirkt reflektiert, nicht unsicher.

Tag 24

Kurs: M1 Physiologie & M1 Biochemie
Fach: Atmung & Atmung und Niere
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 10 & 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Doppeltag

An diesem Tag hast du zwei unterschiedliche Sessions aus unterschiedlichen Fächern, die sich um das gleiche Thema drehen.

Notizen

Tag 25

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Nervensystem
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 25
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Nutze originale Prüfungsfragen und Protokolle deiner Prüfenden, um deren Lieblingsthemen zu identifizieren. Megunto hat die Themen für dich parat.

Tag 26

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Physiologie der Sinne
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 20
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Kurzfristige Anpassung des Herzens an Vorlast- und Nachlastschwankungen. Wichtig: Der Frank-Starling-Mechanismus ist ein rein intrakardialer Mechanismus, der komplett ohne Nerven oder Hormone funktioniert.

Notizen

Tag 27

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Niere und Homöostase
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 15
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Körpersprache
trainieren: Setz dich
aufrecht hin, halte
Blickkontakt und
gestikuliere ruhig. Das
strahlt Kompetenz aus,
die sich auch auf deine
Stimme überträgt.

Tag 28

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Muskulatur
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 5
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Klassiker

Übe bei Bedarf noch
einmal, eine BGA zu
interpretieren :)

Notizen

Tag 29

Kurs: M1 Physiologie
Fach: Leistungsphysiologie
Themen: Grundlagen
Anzahl Fragen: 15
Schwierigkeit: Leicht, Mittel & Schwer

Prüfungstipp

Am Vortag abschalten:
Am Tag vor der Prüfung
im besten Fall nicht
mehr lernen. Geh
spazieren, schlaf
ausreichend und
vertraue auf dich.

Tag 30

Endspurt für das Schriftliche

Wir sehen uns nach dem Schriftlichen
wieder :)

Jetzt erst einmal viel Erfolg beim
Schriftlichen! **Du schaffst das!!**

Klassiker

Wo findet der
Harnstoffzyklus statt?

Teils im Mitochondrium,
teils im Zytosol.

Notizen

Nach dem Schriftlichen: Deine Endspurtpfade

Der erste Meilenstein am 19. August ist abgehakt! Atme erst einmal tief durch, feiere diesen Moment mit deinen Freund*innen und schlaf dich mal so richtig aus. Du hast in den letzten 30 Tagen Enormes geleistet.

Jetzt trennt dich nur noch das Mündliche vom offiziellen Abschluss der Vorklinik. Sobald du deine Ladung vom LPA geöffnet hast, kennst du dein exaktes Prüfungsdatum (irgendwo zwischen dem 25. August und 29. September).



Der Blitzstart

Für wen: Falls dein Termin zwischen dem 25.08. und 28.08. liegt.



Das Warm Up

Für wen: Für alle anderen bis zum Eintreffen des LPA-Briefs



Der Countdown

Für wen: Für alle, sobald dein LPA-Brief eintrifft.

Lade dir den passenden Lernplan dazu runter und starte entspannt in deine Vorbereitung für das Mündliche.



<https://megunto.com/de/lernbuddy/kurse/physikum/>