صحت کور

لومړی کال، لومړۍ گڼه، ثور ۱۴۰۵ ش/ اپریل ـ مئ ۲۰۲٦م/ ذوالقعده ۱۴۴۷ ق

طبي اکاډیمي د چا لەپاره؟

ټاپ روغتون او ټاپ تخصص

د طبـــي مطالعې په اړه

زړې خبرې په لږ نوي انداز

د کابل خصوصي طب

نه د لندن

تر ماستـــري سفر

Ketabton.com

په MD ځان سفر مو چېرې رسوي؟

تخصصي رشتې به څنګه انتخـــابوو؟

یو "فرسټایډ" مو امریکا ته رسـوي؟

ketabton.com - The Digital Library

لړلیک

۱	خصوصي طب که دولتي؟	٤
۲	که طب پیلوې یا MD یې نو دا مشورې خامخا ولوله!	۷
۳	د طبي مطالعې په اړه زړې خبرې په لړ نوي انداز	۱۱
٤	یوه ډاکټر ته په کوم لېول اینګلېش پکار دی؟	۱۵
۵	ډاکټر ته د کمپیوټر او انټرنېټ څومره سکېلز پکار دي؟	۱۷
٦	پري‌سِتاژ، سِتاژ او پوسټ‌سِتاژ؛ آینده‌ساز سوچ او عمل!	۲۰
۷	طبي ازموینو ته به ځان څنګه چمتو کوو؟	۲۲
۸	د طب محصل او نوی فارغ چې تائید غواړي!	۲۵
۹	تخصص یوازې په یوه کتاب	۲۷
۱۰	طبي اکاډیمي د چا له‌پاره؟	۲۸
۱۱	فرسټ‌ایډ څنګه ریفرېنس دی؟	۳۰
۱۲	له اېګزېته پس "ګېپ" اغېزې	۳۳
۱۳	طبابت کې پیسې سته خو...	۳۵
۱٤	باب دی په بیان کې د "فیوچر ډاکټر"	۳۷
۱۵	په MD ځان نه شل کېږي!	۳۹
۱٦	طب که بېرون؟	٤۱
۱۷	په MD ځان سفر مو چېرې رسوي؟	٤۲
۱۸	تخصصي رشته به څنګه انتخابوو؟	٤٤
۱۹	زموږ خپل تخصص	٤۷
۲۰	د افغانستان تخصص وسي که نسي؟	۵۰
۲۱	تخصص یوازې په یوه آپ	۵۳
۲۲	ټاپ روغتون او ټاپ تخصص	۵۵
۲۳	د صحت عامې تخصص	۵٦

صحت‌کور Health House

ketabton.com - The Digital Library

٢٤ د تحصیلاتِ عالي تخصص ٥٩
٢٥ نظامي تخصص ٦١
٢٦ پرایویټ تخصص ٦٤
٢٧ آلراونډر تخصص ٦٦
٢٨ د عامې روغتیا ماسټري ٦٨
٢٩ د نظري تغذيې ماسټري که د کلینیکي؟ ٧٢
٣٠ د تخصص او ماسټري کُمبینېشن ٧٥
٣١ کاش زموږ تخصص هم نوم لرلی! ٧٧
٣٢ د کابل خصوصي طب نه د لندن تر ماسټرۍ سفر ٧٩
٣٣ د تخصص په اړه "رېنډم" خیالات ٨١
٣٤ بهر کې د طبي زده کړو امکان ٨٤
٣٥ د تحصیلي شرکت له لارې طبي سفر شروع کړو؟ ٨٦
٣٦ ګاونډ ته په طبي زده کړو پسې لاړ سو؟ ٨٩
٣٧ نړیوال تخصص ته به څنګه ځو؟ ٩١
٣٨ تخصص په ګاونډ کې ٩٣
٣٩ تخصص په امریکا کې ٩٧
٤٠ یو "فرسټ‌اېډ" مو امریکا ته رسوي؟ ١٠٠
٤١ تخصص په جرمني کې ١٠٢
٤٢ د اخلاقو سند چې له ډاکټرانو يې بهر کې غواړي ١٠٦
٤٣ بهر کې د کلینیکي فعالیت له‌پاره اینګلېش ازموینه ١٠٨
٤٤ ډاکټران دې هسې زوند نه په داؤ کوي! ١١١
٤٥ اهلِ‌طب ولې باید لیکل او ویل ډېر کړي! ١١٣

ketabton.com - The Digital Library

خصوصي طب که دولتي؟

په ۲۰۰۹ کې د خصوصي طب پوهنځیو له شروع تر ۲۰۱۵ پورې که یو چا خصوصي طب انتخاباوه نو څو د پام وړ دلیلونه یې ورته لرل.

اول خو دا چې کانکور یې آسان و نو ورکامیابېدل هم د لږ بیدار دولسم پاس لهپاره چندان سخت نه ول.

هغه وخت یې فیس هم درې زره او پینځه زره وو او یو درې څلور زره افغانۍ به نور میاستنی لګښت کېده چې له یوه دولتي طبي محصل نه هم د دې نیمایي خرچه خو کېدله که ډېره نه وه.

خو د خصوصي طب محصل بیا بله خو عمده ګټه دا کوله چې له دولتي نه به دوه کاله مخکې د غټې پټې "MD" ډیګرې چېښتن و.

هغه داسې چې هغه وخت او آن تر دا تېر کاله پورې د خصوصي طب پوهنځي ټول سیمیسترونه لس ول هغه هم پینځه میاستني؛ چې له سِتاژ سره سره یو خصوصي محصل به ۶۲ میاستو کې د "معالج ډاکټر" په توګه معرفي کېده.

بل به د دولتي طب پوهنځي هغه ټاپ ټاپ لکچرران بېرته د خصوصي‌وو استادان ول چې له دولتي به یې خصوصي کې زیاته خواري کوله.

او رښتیا خصوصي‌وو به که مونوګراف درلود هم؛ نو د "قبلېدو" او "تایدېدو" سختي یې هومره نه وه لکه د دولتي‌وو چې بیا ایله له ۱۳۹۷ را روسته ورته دولتي‌وو سره یو شی د "اېګزېټ" په بڼه فِلتر جوړ سو.

او نن سبا خو دا د نامې ګرامي خصوصي طب پوهنځیو هغه کم سیمیستره وار فیس هم پنځوس – شپیته زره افغانۍ دی چې د میاستې هغه ګوزاره‌حالي د اطاق خرچې او نور ټکه‌پوکه مصرف سره شپاړس – اولس زره ضرور کېږي.

سیمیسترونه یې هم له دولتي‌وو سره یو رقم سوي، کانکور یې هم د دولت تر مستقیم نظارت لاندې دی یانې د پخوا رنګې نسبتاً "کم‌سخت" نه دی.

استادان یې هم اوس هغسې او هغوی نه دي چې د سهار وختي اینرجي به یې خصوصي طب پوهنځي کې په تدریس مصرف کړله بیا به دولتي ته لاړل بلکې اوس خپل دایمي استادان لري او هغه هم زیاتره MDیان وي.

له دغو کیسو پرته یې نورې شیګڼې او بدګڼې، کمی او کاستی او د نورو مختلفو زاویو له مخې پرتلنې هم سته چې په هغو له بحث تېرېږم او راساً خپلې موخې ته راځم.

او هغه دا خبر کول دي چې د طب پوهنځي لهپاره یوازې "ذهني وړتیا" بسنه نه کوي بلکې کافي "اقتصادي پیاوړتیا" هم ورته پکار ده په ځانګړې توګه خصوصي هغه ته.

څه موده مخکې د Suhail Noor په نامه فیسبوک اکاونټ نه دوه درې وارې د طب د یوه محصل لهپاره د مرستې غوښتلو پوسټ وسو نو په دې روستي پوسټ

ketabton.com - The Digital Library

ما هم یو څه ور ولیکل، ایسته پې سرې خوا بده کړله نو کمېنټ مې وران کړ.

بیا دغه یو ځو ورځې مخکې یوه خپلوان هلك د خصوصي طب د داخلې او امتحان په هکله د مشورې راته وویل.

نو ایله موقعه برابره سوه چې په دغه مورد دلته خپله

رایه شریکه کړم شاید چې د دولسم کوم نوي فارغ سره د دولتي او خصوصي طب یا په لویه کې د لوړو زده کړو په انتخاب کې کومك وکړي.

خصوصي زده کړې غټه خرچه غواړې او خصوصي طب خو بیا بېخي ډېره، هغه هم ټیك د اوو کلونو لەپاره.

نو په انتخاب کې یې د مکتب د هغه معلم او سرمعلم خبر بېخي هم مه منئ چې ستاسې اقتصادي وضعیت نه وي ور مالوم او خالي تشویق یې زده وي.

د لوړو زده کړو په خاصه توګه د خصوصي طب په اړه د داسې چا مشوره اخلئ چې ستاسې د ابا، لالا او بل هر هغه چا مالي توانایي ور مالومه وي چې ستاسو د تعلیم مصرف پرې کوي.

صحت کور Health House

ketabton.com - The Digital Library

که د یو چا د کورنۍ آمدن دومره نه وي چې زموږ د راتلونکي ډاکټر صاحب "د نن سبا د اوسط معاش هومره" پینځلس ــ شپاړس زره لګښت لنډ کړي نو بیا دې دوه پښې په یوه موزه نه ننباسي چې خصوصي طب وایم.

په جای دې یې ښه سمه "آماده‌ګي" ووایي او دولتي طب ته د ور کامیابېدو کوشش دې وکړي چې په کم مصرف د "اعلی سند" معالج ډاکټر سي.

خو دې ته دې یې خیال وي چې طب ډېر اوووږد مزل دی او د یو ښه متخصص ډاکټر جوړېدل درنه دولس دیارلس کاله وخت غواړي.

خو که دومره زمانګیر او سختي لرونکي تعلیمي سفر ته تن نسي ورکولی نو په MD ځان بیا هم هومره پیسې نسي پیدا کولی چې د یوې مېډل کلاس لا غریبې کورنۍ د ممکنه خواهش مطابق وي نو له اوله دې ښخي بل داسې پوهنځی انتخاب کړي چې لږ زر او ښه عاید په لاس ورکوي.

او که طب یې ښخي ډېر شوق وي بیا په هر حال دولتي ورته ریکُمنډېډ دی؛ له خصوصي دې آزاد ګرځي.

خصوصي به یې هلته د خولې خوند ور بد کړي چې د فیس د ناوخته کولو له امله یې د امتحان له صحنې جېګ کړي، د اطاق خرچې ته قرض نسي پیداکولی او چې په دیکو تمبو فارغ سي نو د سِتاژ د فیس د نشتون له کبله پوهنتون د سِتاژ تاریخ تر هغو نه پسې اچوي چې نه یې وي ورته را پیدا کړی.

اخرۍ یې دا؛ والله! که ښخي هم ارزي چې یو څوک ځان، کور، خپلوانو او دوستانو ته له دومره ډېر کړاو ورکولو پس په مشکِله ایله پینځلس ــ شل زره عاید ته ناست وي.

او بیا نه نورې طبي او روغتیایي زده‌کړې کولی سي چې اقتصاد یې ورسره وده وکړي او نه کوم بل لور ته شِفټ کېدای سي؛ بس یو رقم نښتی وي.

همدا انتخاب دی چې زموږ بسته کېرییر او سرنوشت ټاکي نو ښه سم سوچ پې کوئ چې بیا په نیمه کې بې مانا ستومانه او ټول زوند پښېمانه نه یئ..!

ketabton.com - The Digital Library

که طب پیلوې یا MD یې نو دا مشورې خامخا ولوله!

اول خو به مو د ښوونځي یا د ښوونځي او پوهنتون تر منځ ګپ پر مهال څه نا څه اینګلېش او کمپیوټر ویلي وي.

خو که یا مو بېخي نه، یا مو کم او یا مو ښه نه وي لوستي نو چې څنګه طب پوهنځي ته شامل سوی، سمدستي اینګلېش او کمپیوټر شروع کړئ.

د اول کال درسونه دومره سخت نه وي، همدغه کېمیا، بیالوجي، فزیک، اینګلېش او اسلامیات تاسې په ښوونځي کې هم ویلي وي.

دلته به یې حجم ډېر او محتوی معمولي شان سخته وي او یو نیم مضمون به هم اضافه وي، خو ټول ابتدایي درسونه دي، دومره ګران نه دي، له کورسونو سره دا هم کوَر کولی سئ، تشویش مه کوئ.

وروسې پاراکلینیک ښه سم وواییځ، سلایډونه، وېډیوګانې، کتابونه، چیپټرې او نوټونه یې ښه کلک وساتئ، همدغه ستاسې بنیاد دی، د پورته سیمیسټرونو په کلینیکي درسونو او له فراغته روسته په نورو ازموینو کې مو هم پکار راځي.

چې فارغ سوئ او سِتاژ یا هاوس‌جاب ته معرفي سوئ نو ښه په اخلاص یې وکړئ، نسخه، دوسیه، فزیکي معاینه، ECG، لابراتواري او نور واړه او غټ معاینات توصیه کول او لوستل ښه سم زده کړئ ځکه چې ټول عمر نه ورنه خلاصېږئ.

د روغتون په دغه یو کلنه مرحله کې د کلینیکي مضامینو تر څنګ، څلور پینځه ساعته د ورځې اناټومي، فزیالوجي، پتالوجي، هستالوجي، مایکروبیالوجي، بایوکېمیسټري او فارمکالوجي هم مطالعه کړئ.

ساعت نیم فارغ وخت کې که سوشیل مېډیا ګورئ نو هلته هم د عامې روغتیا، تغذیې او عمومي طبي معلوماتو ښکلي ښکلي ادرسونه فالو کړئ تر څو مو په اصطلاح عمومي پوهنه او کامن سېنس ورسره وده وکړي.

که له سِتاژ سره په‌خپله پابنده مطالعه نه سئ کولای نو ځان یو چېنل ته داخل کړئ، هغه چېنل طبي اکاډیمیانې دي، فیس یې، هلته رېګولر ورتګ او د نورو هلکانو او جینکیو د آمادګي جذبه او نوي نوي لیډلوري مو د کتاب او زده کړې خوا ته ضرور راکشوي.

چې پاراکلینیک او کلینیک مو سم ولوستل بیا نو له راتلونکو ګنو ازموینو هیڅ و نه ډار سئ، بلکې سرې سترګې پرې ورځئ.

صحت‌کور Health House

ketabton.com - The Digital Library

د سِتاژ او امادګي له بشپړولو بعد اول خپل MD اسناد له پوهنتون نه راواخلئ او سمدلاسه يې لوړو زده کړو وزارت نه خلاص کړئ.

که بهر ته د تګ نيت لرئ بيا نو له پوهنتون او لاربنود استادانو نه سپارښت‌ليک او انګېزه‌ليک هم تيار واخلئ.

نور نو زېږون کارت جوړ کړئ او د لېسې له شهادتنامې او د پوهنتون ډيپلوم، ټرانسکرېپټ او هاوس جاب سرټيفيکېټ سره يې يو ځای د لوړو زده کړو وزارت نه پس له بهرنيو چارو وزارته هم خلاص کړئ.

کله مو چې تګ را نيزدې او يقيني سو بيا نو له روغتيا وزارته د صحت او داخله وزارت نه د جرمي سابقې سندونه واخلئ، پاسپورټ سره يې جوخت په خپل فايل کې کېږدئ.

که مجرد يې نو مجرد خط او که واده کړي يئ او کورنی هم درسره بيايئ نو نکاح خط به هم د احصايې او وثايقو له اداري را جوړ او خپل د سفر بېګ ته واچوئ.

خو که په وطن کې پاتې کېږئ يا په خپل زړه يا مو حالت بېرون تګ نه ايجابوي نو بيا دوه لارې لرئ؛ دنده او نورې زده کړې.

که دنده کوئ نو ځينې ځای به واسطه ګورئ، بعضې ځای به مو بخت پورې باسي او ډېر کم ځايونه به وچ د استعداد په زور دنده تر لاسه کوئ.

دا چې دولتي سکتور د MD ډاکټرانو له پاره نه دومره ډېر بستونه لري او نه له شلو زرو زيات معاش ورکولی سي.

نو د موسساتو داخل ته، يا يې کلينيکونو او موبايل ټيمونو ته لار ورجوړه کړئ چې تر دې پينځو شپږو سوو يا زياتو ډالرو پورې تنخوا خو واخلئ.

که د مجبورې يا تجربې په خاطر دنده اخلئ بيا خو نو بايد لږ د ښه عايد دنده واخلئ چې لږ تر لږه له MD روسته د نورو زده کړو د وخت په خرابولو خو وارزي.

د دندې او زده کړې تر منځ انتخاب مو په خپل لاس کې دی خو که زما منئ نو زه درته اول دنده اخيستل نه وړانديزوم بلکې د زده کړو تکميل ته مو هڅوم.

دلته به بيا تاسې خپل ذوق او شوق، ضرورت او د وخت تقاضا ته ګورئ چې څرنګې زده کړې وکړئ؟

ketabton.com - The Digital Library

که مو په راتلونکي کې اراده معالجې ته وي نو کلینیکي تخصص، فېلوشېپ او عملي ټرېنېنګونو ته به مخه کړئ او که تشخیص او تداوي ته مو نېت نه وي نو بیا به د نورې پوهنتوني زده کړې لکه ماسټري او دوکتورا ترتیب جوړ کړئ.

چې له فراغت روسته یې د لکچرر په حیث دنده کولی سئ، سروې او څېړنې کولی سئ، د دولت، خصوصي بنسټونو او موسسو اداري او تخنیکي بستونو او نورو ورته دندو ته اپلای کولی سئ.

خوشبختانه دلته په وطن کې هم طبابت پورې تړلې د عامې روغتیا، تغذیې، مایکروبیالوجي، پتالوجي، ارواپوهنې، میډیکل ټکنالوجي، MBA او ټولنپوهنې دولتي او خصوصي ماسټري او "دوکتورا"کېږي.

او د معالجې خواهېشمندو ته بیا په وطن کې دولتي، نیمه دولتي او خصوصي تخصص، فېلوشېپس، لنډمهالي کورسونه او ټرېنېنګونه سته.

د عامې روغتیا، لوړو زده کړو او دفاع وزارتونه، استخبارات او نیمه دولتي ــ خصوصي بنسټونه لکه فرانسویان، کېور، امیري، ملت، باسط او نور روغتونونه د تخصص، فېلوشېپس او شارټ کورسونو پروګرامونه لري.

د تخصص پروګرام کې ټریني ډاکټر ته د یو معالج هومره، لا زیات؛ جېب خرچ ورکول کېږي. د وخت په تېرېدو سره پس له وخته پارټ ټایم دندې او نوکریوالیو نه هم ښه د ګوزارې عاید ترلاسلی سئ.

نو په MD ځان له دندې کولو نه اول تخصص بشپړول او بیا دنده یا پرایوېټ پریکټېس شروع کول بهتر راځي.

اوس به بېرته راسو د اینګلېش او کمپیوټر جمع انټرنېټ ضرورت او کارولو ته.

دغه درې مو د پوهنتون پر مهال، سِتاژ کې، د دندو، تخصص او ماسټرې په اپلای، ازموینو او زده کړې کې، بهر ته د اسنادو او شرایطو په برابرولو کې ضرور پکار راځي.

که بهر ځئ نو زیاتره پوهنتونونه او روغتونونه درنه ټافل، آېلټس او OET ازموینې غواړي چې دا نو بې روان اینګلېش او د کمپیوټر او انټرنېټ له بې مهارته او تېز استعمال نه ناممکن دي.

چې په دغو دریو کې دې یو مربوطه امتحان پاس کړی وي او پاراکلینیک دې ښه یاد وي نو په زیاترو بهرنیو سفارتي، لایسېنس، پوهنتوني او تخصصي ازموینو او انټرویو کې مو چانس لس چنده ډېرېږي.

ketabton.com - The Digital Library

لنډه او اوږده يې دا چې د پاکستان، هند، انګلستان، ایرلېنډ، هالېنډ، امریکا، استرالیا او نیوزیلېنډ د طبي جواز، تخصص، ماسټرۍ او دوکتورا سخت او پېچلي امتحانونه به د اینګلېش، کمپیوټر او انټرنېټ په ښې زده کړې ډېر په آسانۍ پاس کوئ.

له دې مشورو لوستلو نه، اینګلېش، انټرنېټ، سِټاژ، سیلف دندې، ماسټرۍ او کړو ته دلته مناسب پلان جوړ کړئ.

پس، سر له کمپیوټر، اکاډیمي، سټډي، تخصص، نورو زده او بېرون او ترتیب

د زده کړو او لهپاره یو ناوخته نه سرِ وخت ټینګ عزم او غواړي. بس

مهارتونو وخت هم دی بلکې دی، یوازې تسلسل خلاص!

ketabton.com - The Digital Library

د طبي مطالعې په اړه زړې خبرې په لږ نوي انداز

اساسي کوَر کېده چې غواړې اناټومي، فزيالوجي، پتالوجي، او فارمکالوجي دي ځکه چې يو خو د دې نورو مضمونونو ټول دار او مدار په همدغو څلورو دی او بل د طبي لايسېنس او تخصص په هر امتحان کې زيات سوالونه ترې راځي.

اناټومي کې دې چې جوړښت غټ غټ زده کړ، هيستالوجي کې يې خالي مايکرو کوې او له فزيالوجي او پتالوجي يې د ولې داسې ښکاري؟ يا داسې کېږي؟ مرسته اخلې.

ايمبريولوجي کې د غړو د ودې او تکامل پراسېس وايې نو پوخ او پوره جوړ ساختمان دې تيار په اناټومي کې ورته وېلی او وظيفه او مرض يې بيا په فزيالوجي او پتالوجي کې درته تکراريږي.

مايکروبيالوجي سره له خپلو برخو د دې لهپاره وايې چې مايکروارگانيزمونه دومره وپېژنې چې د فارمکالوجي مربوطه کلاس دوا سره "د جوړ راتلو" ميکانيزم باندې دې سر خلاص سي.

او د بايوکېميسټري د ماليکولونو، هارمونونو او انزايمونو د ازادېدو او عکس العمل د پراسېس جايونه اناټومي، دندې يې فزيالوجي او انحراف يې پتالوجي درښيي.

دغسې به د کلينيکي مضامينو لهپاره د بېس په توگه اول په اناټومي مُرور کوې، لږ او ډېره به فزيالوجي ورته گورې او بيا به مرضي حالت ته پتالوجيک ټچ ورکوې او اخر کې فارمکالوجي پې اپلای کوې.

چې خبر مو سره را خُلص کړې وي نو وايو که بدن پېژنده غواړې نو په جوړښت، دندو، ناروغېدو او د درملنې په چل به يې ځان پوهوې او د دې لهپاره به اول همدا څلور ورپسې نور مضمونونه کوَر کوې.

د اناټومي ساختمانونو او شيماگانو ته Gray's ښه ده او تشريح او تفسير ته يې Snell.

فزيالوجي نو بيا Essential زر زده کېږي او امتحان ته ښه ريويېو کېږي خو که کنسېپټ جوړولو او د ډېر وخت لهپاره په ياد پاتې کېدلو پسې گرځې نو Guyton راونيسه.

پتالوجي نو Robbins که څه هم لږ سخته ده خو د مرض اسباب، ميکانيزم او کلينيک ډېر ژَوَر درښيي البته د امتحان له غمه مجبور Pathoma وگورې ځکه چې هایيلډ او لږ ساده ده.

فارمکالوجي همدا Lippincott ځکه سيي ده چې د کنسېپټ او امتحانونو د آمادهگی توازن يې نسبت نورو ته ډېر ښه دی.

پاتې مضمونونو ته د پوهنځي خپل کتابونه او چيپټرې هم کار ورکوي خو که بيا يې هم څوک بهرني ماخذونه لټوي نو دا يې ښه دي:

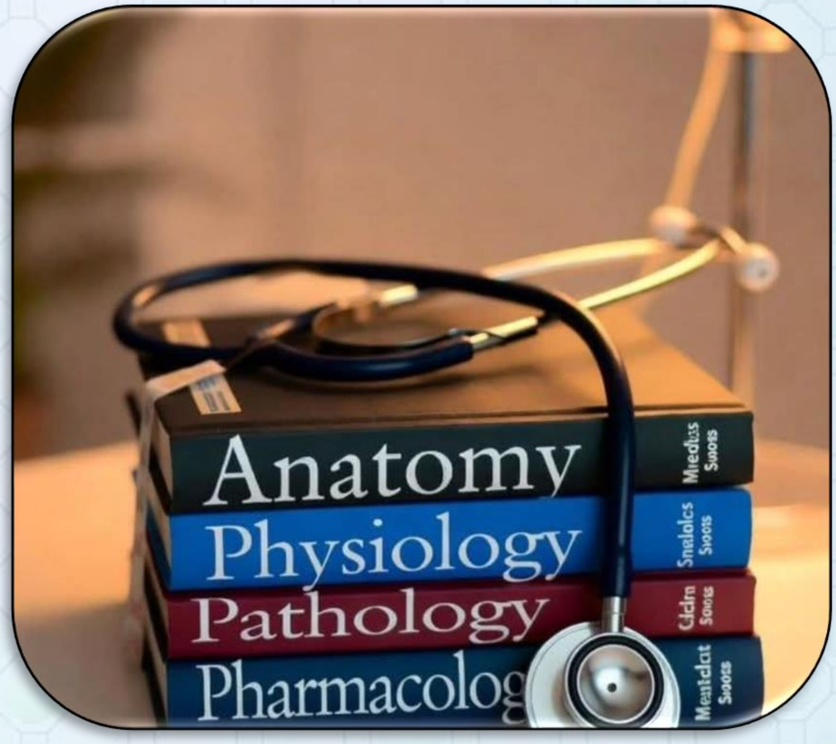
ketabton.com - The Digital Library

1 Histology → Concise Histology

2 Microbiology → Ridiculously Simple

3 Biochemistry → Lippincott

4 Embryology → Langman or High_Yield



اوس

به وايئ چې خپل نصاب او دغه بهرنی ریفرېنس به يو جای څنگه سره مديريت کوو؟

لنډه خبر دا ده چې وچ د زړگي په زور؛ کوم شارټکټ نسته البته منځنۍ لار سته او هغه دا ده چې له دواړو نه ځانته حسبِضرورت داسې نوټونه جوړ کړل سي چې هم سټنډرډ طبي پوهه او هم له استادانو نومرې پې واخلئ.

او د دې لهپاره به د نړيوالو لکچرانو وېډيوگانې گورئ چې د موضوع تل ته مو کوز کړي او په ښخ بنياد يې پوی سئ نو بيا به مو د ليکلو کار هم آسان او موثر وي.

افغان او زياتره آسيايي طبي محصلان/ ډاکتران عموماً د ډاکتر نجيب لکچرو سره عادت دي خو بيا هم خوښه د هر چا خپله ده چې د چا له وېډيوگانو سره راحته وي، هماغه ورته ښې دي.

د ليکنې په پای کې د نړۍ په سطحه د مشهورو او اغېزمنو میډیکل لکچرانو يو لېست سته؛ د تدريس نمونې يې له انټرنېټ، طبي کتابخانو او ملگرو درته پيدا کړئ، که خوند يې درکړ نو همدا که نه نور موثرو آپشنونو پسې وگرځئ.

له سټوډنټفرېنډلي ماخذونو، بنيادي مضامينو، د پاراکلينيک او کلينيک ربط او له تدريسي موادو د ښې استفادې ترېکونو نه پس به اوس د مطالعې او روزمره ژوند د تنظيم په لټه کې هم يئ؟

نو له څلورو تر شپږو ساعتونو خو په کلاس لگيږي، اووه ــ اته ساعته خوب اخلي، دوه ساعته د خوراک، چکاک، پوښاک او کوم بل کار وښيئ او ساعت يو ــ

ketabton.com - The Digital Library

نیم که عبادت او لږې ډېرې دمې او شخې اېستلو ته وباسئ نو ایله له اتو تر لسو ساعتونو وخت مطالعې ته درته پاتې سي؛ هغه هم ډېر په مشکله.. .

نو همدغه اته ساعته لس ساعته به په کار راولې چې پښتو/ دري مواد هم وګورې، اینګلېش ماخذونو سره هم د وېډیو لکچرز په ذریعه "کنېکشن" ورته ورکړې او د ورځې په اخر کې دې ستړې هم فعاله او منظمه واوسې.

فعاله دا مانا چې کتاب، کتابچه او لیپ‌ټاپ بند کړې، سترګې پټې کړې او په زړه کې له ځانه پوښتنې وکړې او ځوابونه یې له "درُستولو" روسته ذهن ته وسپارې او بیا بیا یې په خپله طریقه په ټاکلو وختونو او روِشونو تکرار هم کړې چې منظم‌والی دې هم برقرار سي.

د پاراکلینیکي سیمیسټرونو ختم سره د پاراکلینیکي مضمونونو اړتیا نه ختمیږي بلکې بڼه یې بدلیږي؛ هغه داسې چې کلینیکي درس ډېر سي او وخت کم سي نو دغه مهال د کلینیک او پاراکلینیک د تړاو له‌پاره سمارټ انتخاب پکار دی او هغه "Kaplan" دی؛ آن د پوهنځي تر روستي کاله.

خبر چې فراغت ته نیزدې سوه، مصروفېت او محدودېت لا پسې زیاتیږي بیا به نو د پاراکلینیک د دې غټو کتابونو شارټ او های‌یېلډ ورژن یانې "First Aid1" ته لاس کړئ او تر هغو یې ګورئ چې اېګزېټ او کوم تخصص مو نه وي پې پاس کړی.

وطني بدیلونه یې سته او ممکن وطني ازموینو ته کار ورکړې خو د "کنسېپټ بیلډېنګ" او نړیوالو امتحانونو له‌پاره "فرسټ‌چوایس" نه دي او بل یې مخکې هم ذکر سوی نو د بیا یادؤلو په جای به خپلې روستی خبر ته راسو.

او هغه دا چې دغه پاس انتخابونه، طریقې، تګلارې او لیدلوري د ډېرو محصلانو، اهلِ‌نظر سینیرز او ګنو اکاډیمیک ګایډز د لاربښوونو او مشورو مناسب مالومېدونکی "غورچاڼ" دی، توافق ورسره شرط نه دی، د هر چا خپله رضا او خپله مرضي..!

The 26 Best Medical Tutors in the World:

1 EG Adel Bandok (Ahmed Adel) – Anatomy GOAT

2 US Ninja Nerd (Zach Murphy) – Physio/Biochem

3 PK Dr. Najeeb – Basic Sciences Legend

4 GB Geeky Medics – OSCE/Clinical Skills

5 AU Acland's Anatomy – Real Cadaver Prosections

6 CA Armando Hasudungan – Pathophysiology Maps

7 US Osmosis – Animated Clinical Overviews

ketabton.com - The Digital Library

8 **GB** Sam Webster – Functional Anatomy

9 **US** Dirty Medicine – High_Yield Mnemonics

10 **US** Speed Pharmacology – Drug Class Master

11 **IN** Dr. Rajesh Jambhulkar – Biochemistry Guru

12 **US** Medicosis Perfectionalis – Heme/Acid_Base

13 **GB** AnatomyZone – 3D Anatomy Visuals

14 **US** The Noted Anatomist – Regional Anatomy

15 **US** Khan Academy Medicine – Core Foundations

16 **US** Strong Medicine – Clinical Reasoning

17 **GB** Zero to Finals – High_Yield Medicine

18 **US** Chubbyemu – Clinical Case Studies

19 **US** MedCram – Pulmonology/Ventilation

20 **US** Larry Mellick – Emergency Medicine Procedures

21 **GB** Dr. Hope's Sick Notes – Medical Ethics/Reality

22 **US** MedSchoolCoach – USMLE Prep

23 **US** Dr. Matt & Dr. Mike – A&P Simplified

24 **US** OnlineMedEd – Clinical Rotations

25 **IN** Brainless Medicine – Exam Hacks

Ranked based on Teaching Clarity, Visual Aid Quality, and Student Popularity.

ketabton.com - The Digital Library

یوه ډاکټر ته په کوم لېول اینګلېش پکار دی؟

اوس به کامیاب وم که هغه اته نهه سواله مې هم درست حل کړي وای په کومو مې چې د سخت اینګلېش له امله ښه سر نه خلاصېده.

دا د یوه MD مرګري خبرې دي کوم چې په پینځو شپږو نومرو د خپلې خوښې تخصصي بست نه پاتې سوی.

ده ویل د امتحان پرېشر په خپل جای خو ما نه دغه یو څو سوالونه ځکه پاتې سول چې اخذ مې نسو تر کولی هغه هم د اینګلېش د کمزورۍ له لاسه.

وای که همدا سوالونه چا لږ په ساده اینګلېش یا پښتو را نه کړي وای نو ممکن درست مې ځواب کړي وای.

اوس یې که لنډه ځوابوو نو وایو "همدومره" چې په زور یې دغه یو څو نومرې نورې اخیستل سوې وای.

خو نه نا! دا مو باید معیار نه وي چې همدا یو امتحان مو یې په مرسته پاس وای.

معیار/ هدف چې څومره لوړ وي هغومره مو په خیر دی باید چې ځان ورته برابر کړو.

د دونیا د بېلابېلو لایسنسي، تخصصي او پوهنتوني ازموینو او نورو ګنو وظیفوي او زده‌کړه‌ییزو پوزیشنونو له‌پاره د بهرنۍ ژبې په توګه د اینګلېش مختلف سټنډرډ امتحانونه سته چې د غوښتنې مطابق یو اړوند امتحان باید ټارګېټ او پاس سي.

د انګریزي په دغو نړیوالو امتحانونو کې یې مشهور هغه ټافل، آیېلټس او OET دي.

د دغو ازموینو له‌پاره به د ژبې څلورو واړه مهارتونه یانې اورېدل، لیکل، لوستل او غږېدل "ماسټر"کوئ نو بیا به توانېږئ چې "ریکوایرډ" نومرې یا ګرېډ تر لاسه کړئ.

خیر که د بهر پلان نه لرئ هم باید چې لینګوېج سکېلز مو په نړیواله کچه وي چې همدلته په وطن کې هم په طبي ریفرېنسونو او مختلفو روغتیایي پوزیشنونو برلاسي وئ.

اوس که د طب یو محصل یا په اصطلاح د آینده ډاکټر په "ایزېنشېیل" ښه تېز ورځي خو "ګایټن" پسې هره جمله دوه پس ډېکشنري را اړوي نو پکار ده چې په خپل اینګلېش کار وکي.

یا که "انعام دانش" نه په آساني اخذ کولی سي خو "کَرنټ" او "هریسن" ته یې خُلق په تنګیري نو بایده دي چې اینګلېش بهتر کړي.

ketabton.com - The Digital Library

یا مثال "پرویز اکبر" نه په یو وار کتو مطلب او مفهوم اخلي خو "اوپي‌ګايي" نه ټارګېټ موضوع په آسانۍ نسي کَوَر کولی نو باید چې اینګلېش "ټېټ" کړي.

او اینګلېش خو څه داسې شی هم نه دی چې پخوا نه یوو ورسره مخ سوي او تازه تازه شروع پې کوو.

خو په مکتب کې، بازار کې، مېډیا کې، فلمونو کې، ډرامو کې او تر هر شي نیزدې او کرۍ شپه ورځ په خپل موبایل او کمپیوټر کې ورسره ښه ډېر مخ یوو.

بس چې یو کال دوه ورته سمه پابنده خواري وسي او تسلسل یې وساتل سي نو په بیخي ښه

توګه "ټریوال معیار" ته رسېدلی سي.

دمګړۍ یوازې دومره وکئ چې خپل لېول مو د CEFR درجه‌بندۍ له مخې

مالوم کړئ چې ابتدایه دی که منځنی او که روان.

له هغې بعد نور نو لاس په کار کېدل او د خپل "منزلِ‌مقصود" تر کچې یې رسول انتهایي ضرور دي.

او دې پاس یادو کړیو ازموینو کې کومه یوه چېرته او څومره د یو ډاکټر له‌پاره پکار ده نو په دې اړه به بیا خبرې وکړو.

ketabton.com - The Digital Library

ډاکټر ته د کمپيوټر او انټرنېټ څومره سکېلز پکار دي؟

دلته خو نسخه، دوسيه، رېفر خط، رخصت خط، راپور، معاينات او نور روغتيايي اسناد لا تر اوسه قلمي دي.

البته ويل کېږي چې ورو ورو به ډيجيټل سي يانې کمپيوټر او انټرنېټ به ورته کاروو.

نو ښه نه ده چې په خپلو مهارتونو کار وکړو؟ ځان آپډېټ کړو او د نړۍ د سيالۍ جوګه که نسو ورپسې خو سو.

ځينې ډاکټران مرګري چې قلمي ليکل کوي نو ګُلکاري يې پکې بېله روانه کړې وي بيا وايي دا خو هنر دی.

سمه ده چې هنر دی، هغه څه وايي، که هوس دی هم بس دی، که هنر دی هم نو د ښوونځي او پوهنځي دوران کې خو مو زړه پې شين کړی کنه! بس نه ده؟

بې کمپيوټر او انټرنېټه نه کېږي، که وغواړو او که نه غواړو، زده کوو به يې او خامخا به يې زده کوو.

له ټولو مخکې خو د اينګلېش، پښتو او دري ټايپينګ تېزول پکار دي تر څو به په يوه ګوته کيبورډ ټکوو!؟

ketabton.com - The Digital Library

د محصلي وخت کې به ډېر هلکان او جینکۍ ول چې یوه پرېزېنټېشن ته به یې سترګې ختلې وې.

په سوال او منت به یې په بل چا جوړ کړ خو چې کله به یې وړاندې کاوه نو د لپ ټاپ او کلاس د سکرین وصلېدو او بیا سم مخته بېولو ته به یې بېل غړي ښویېدلې وو.

د محصل خوار په دې "کم راتلو" کې له ده سره سره د مکتب د اداري ملامتي هم سته.

په زیاتره ښوونځیو کې کمپیوټر له سره استاد نه لري او ساعت یې په بل مضمون ډکېږي او که ویې لري هم نو استاد او شاګرد دواړه یې د کرکټ په اصطلاح "لایټ" اخلي.

شاګرد خپله یا پیېږي نه یا هسې وخت تېري کوي او شاوخوا یې هم اکثر داسې څوک نه وي چې خوار ته لارښوونه وکړي چې کمپیوټر ته دلته او هلته دومره دومره ضرورت دی نو ښه سم ورته کېنه او زده یې کړه.

بیا نو ډېر محصلان پوهنتون کې کمپیوټر یوازې د وېډیو لکچرز کتلو او په ډېر مشکل د یو دانه نیم مات ګوډ پرېزېنټېشن جوړولو لپاره کاروي.

په داسې حال کې چې دونیا لګیا ده ټولې چارې کمپیوټري کوي او موږ یوو چې د قلم رنګونو ختمولو ته مو کار وېلی.

ځکه چې نه خپله د عصري ټکنالوجي زده کړې پسې ګرځېدلي یوو او نه یې بل چا په استعمال او ګټو پوی کړي یوو.

نورې کیسې دې پسې کوو دې منځ کې به مختلفو وظیفوي او تعلیمي پوزیشنونو ته د اپلای خبر هم وکړو.

نوي فارغ سوي زیاتره ډاکټران چې یو چېرې په نصیبونو کوم بست پیدا کړي بیا نو CV فارمېټ ترې ورک وي او Cover Letter خو یې بالا نو مه شوروئ!

د دې کار لپاره هم کوم راکېټ ساینس نه وي پکار خو همدې انټرنېټ کې چې لږ پسې وګرځو مختلف کمپیوټري او آن د موبایل فارمیټونه او نَمونَوي سي‌وي‌یانې پیدا کېږي.

ګوندې په ښه انتخاب او ښه جوړونه مو یې د بخت ستوری په ګردش کې راسي او ورځ مو بدله سي.

اوس به بېرته اصلي کیسې ته دوام ورکړو؛ څوک هم چې له اېګزېټ روسته نورې پوهنتوني زده کړې کوي یا روغتیایي مدیریتي بخشونو ته ځي نو پکار ده ورته چې Excel او Access باندې خواري وکړي.

ketabton.com - The Digital Library

او د چا چې تخصصونو او ټرېننگونو یا طبي استادي ته نېت وي نو PowerPoint او Word دې ماسټر کړي.

د چا چې اینګلېش ښه وي او لږ او ډېر کمپیوټر سره بلد وي نو د دغو ټولو پروګرامونو زده کړه ترې د یوه MS Office تر چتر لاندې دریو نه تر شپږو میاستو وخت غواړي.

نور نو که یو وار د چا لاس پې واوښت بیا به د موبایل او قلم له لیکلو د کمپیوټر له لیکلو سره ډېر هوسا وي.

او د یوه ډاکټر کار خو یو د لیکنې په سر کې د یادو سویو کاغذونو ډکول نه دي بلکې نور ډېر موارد هم سته لکه مونوګراف، تېسس او ډیزرټېشن برابرول.

د ملي او جهاني طبي ژورنالونو پهذریعه د خپلو څېړنو او مقالو نشرول چې پر مټ یې ځان او وطن دواړه مطرحیږي.

دغه شان په مختلفو هېوادنیو او بهرنیو سیمینارونو، ورکشاپونو، کنفرانسونو او روزنیزو کورسونو کې برخه اخیستل دي چې بې کمپیوټره ناممکن دي.

هغه داخلي او بهرنۍ ازموینې خو له سره یادوئ مه چې د کمپیوټر په ذریعه اخیستل کیږي هغه خو بېخي ساده خبره ده.

دا پاس یاد سوي ټول کارونه او پروګرامونه د انټرنېټ په تخنیکي او ځیرک استعمال پورې تړلي.

مثلاً یو ډاکټر د شکر د ډایټ په اړه یوه مقاله ترتیبوي نو د خپلې خامې ډېټا تر څنګ به د نړۍ معتبر ژورنالونه، ویبسایټونه، چینلې او بېلابېل آپلیکېشنز ورپسې ګوري او بیا به یې ایله ټارګېټ موضوعات پیداکیږي.

اوس نو چې یو څوک د AI دور کې له فېسبوک، یوټیوب، څه نا څه ګوګل او لږ او ډېر ChatGPT پرته نورې انټرنیټي دونیا سره بېخي بلد نه وي نو خاورې به نړیوالو ته د افغان طبي چاپېریال غږ ورسوي.

روستی یې دا چې څوک هم له طبابت سره تړلي وي باید چې د اینګلېش، کمپیوټر او انټرنېټ سیګنلې یې ښې سمې قوي وي.

ketabton.com - The Digital Library

پريِ‌سِتاژ، سِتاژ او پوستِ‌سِتاژ؛ آینده‌ساز سوچ او عمل!

چې ځنګه فارغېږئ نو له سِتاژه مخکې به اول خپل وضعيت جج کړئ چې دنده در له غاړې کېدونکې ده؟ که تخصص، ماسټري، فېلوشېپ، ډيپلومه، کوم پروسيجر يا لنډ مهاله ټرېننګ مو په وس برابر دی؟ بله دا چې په داخل او که خارج کې؟

که اول آپشن مو دنده وي بيا نو سِتاژ کې زيات وخت همغې ځانګې ته ورکړئ چې غواړئ دنده پکې ولرئ.

د مثال په توګه غواړئ چې يو چېرې داخله OPD وکړئ نو دا چې داخله سِتاژ عموماً ۱۰ اونۍ وي نو تاسې په رسمي يا غير رسمي توګه کم تر کمه ۲۴ لا آن ۳۰ اونۍ وخت داخلې ته ورکړئ.

کوم روغتون کې چې سِتاژ کوئ نو هغو سره رسماً د داخله روټيشن د وخت غځولو يا د نورو سايکلونو تر ځنګ په داخله کې يو لا دوه ساعته اضافه تېرولو خبره وکړئ يا هم په ښار کې له کوم شناخته داخله ډاکټر سره کېنئ.

نو په دې سره به بيا په دنده کې د داخله کېسونو په "ټرياژ"، "ريفر"، تشخيص او تداوي کې له پرېشاني سره نه وئ مخ.

ketabton.com - The Digital Library

نور نو هم د سِتاژ په وخت کې او هم د دندې پر مهال د کلينيکي مضمونونو تر څنګ پاراکلينيک هم ضرور مطالعه کوئ.

څکه چې يو خو به مو "بېس" نه خرابېږي بل به همزمان د نورو زده کړو بېلابېلو ازموينو ته په وخت چمتو وئ او په اسانۍ به له دندې نورو پروګرامونو او ټرېنېنګونو ته شِفټ کېږئ.

او که له اوله مو د دندې په جای زده کړو ته نېت وي بيا د سِتاژ پر مهال د ورځې څلور پينځه ساعته وخت د خپلې خوښې څانګې د مربوطه امتحان چمتوالي ته وقف کړئ.

که د سِتاژ تر څنګ په پابندۍ سره خپله "سيلف سټډي" نسئ تنظيمولی بيا نو د آمادګۍ لهپاره په يو "چېنل" کې د پاتې کېدو په موخه يو چېرې کوم کلاس جاين کړئ خو مقصد سِتاژ او مربوطه آمادګي په عين وخت کې جاري وساتئ چې پر وخت تخصص، ماسټري يا کوم بل طبي پروګرام ته شامل سئ.

او که بېرون ځئ نو د طبي شورا تر امتحان مخکې مخکې مو بايد خپل اسناد په مربوطه ادارو کې طیمراحل او تيار په فايل کې اچولي وي.

د طبي شورا امتحان (ايګزېټ) مو چې څنګه پاس کړ بيا نو عاجل د طبي شورا کارت جوړ کړئ څکه چې باقي سفري ريکوايرمېنټس لکه Good Standing Letter، صحي معاينات، بېنک اکاونټ/ e_wallet او بېنک سټېټمېنټ يا بلاک اکاونټ او نور لازم اسناد خو به هم جوړوئ کنه!

دا چې په خارج کې د دندو او زده کړو "داسې ښه" لاين څنګه جوړيږي؟ نو په دې اړه به هم په کراره کراره لازم مالومات سره را ټول او شريکوو.

طبي ازموینو ته به ځان څنګه چمتو کوو؟

اول خو دا خبر ذِهن‌نشینه کول په کار دي چې د ټولې دونیا طبي ازموینې سل سلنه له همدغو کلینیکي او پاراکلینیکي مضمونونو راځي چې موږ یې د طب پوهنځي دوران کې وایو.

فرق یې صرف طرز کې دی، یو امتحان به یو ستېپ وي بل به دوه ستېپه او بل به د یو لا دوو ستېپونو تر څنګه انټرویېو هم لري.

نور یې نو مالوم ریفرېنس دی چې لا به کلینیک او پاراکلینیک پکې فیفټي فیفټي وي لا به یو زیات بل لږ کم وي او یا به کلینیک پسې انټرویېو وي یا پاراکلینیک پسې او یا به بېخي نه وي.

که د عامې روغتیا وزارت تخصص په نظر کې ونیسو نو مالوم دار شپږ اووه پاراکلینیکي کتابونه یې ماخذونه دي.

اوس دا چې دغه ټول موږ د آمادګي په خاطر په شپږو میاستو، اتو میاستو لا یو کال کې کوَر کولی سو که نه؟ نو په دې اړه خبر کېدلی سي.

زما نظر دی کومه رسمي سروې نه ده خو دغه غټ غټ کتابونه د پوهنځي دوران کې هم سر تر پایه چا نه دي ختم کړي ځکه چې موږ ټول خو په فزیالوجي، اناټومي، پتالوجي یا کوم بل مضمون کې ماسټري خو نه کوو.

که کوم څوک له سِتاژ او ایګزېټه روسته دغو څانګو کې د ماسټرۍ نیت لري نو هغوی دې یې ښه په زور او زېر ګوري.

باقي زموږ مقصد خو له دغو ضخیمو کتابونو د کنسپېټ کلېیر کېده او امتحان پاس کېده دي هغه که د پوهنتون د وخت امتحانونه وي او که د ایګزېټ، تخصص، ماسټري او مختلفو روغتیایي دندو.

ښتیا دا چې څنګه به د دغو پنډو کتابونو دا دومره ډېره او پېچلې محتوی جذبوو نو د دې له‌پاره مجبور یوو چې په شارټ او سمارټ لارو چارو فکر وکړو.

یوه لاره خو دا ده چې د همدغو کتابونو له‌پاره بیا یو چېرې استاد یا استادانو ته کېنو یا په ګروپي ستایل د مرګرو په ذریعه ټاپېک‌وایس داسې مطالعه وکړو چې ببل ببل ځانته یو نوټ هم ور نه جوړ کړو چې بیا خالي یو ریویژن وغواړي.

یا د دغو شپږ اوو لویو ماخذونو یو لا دوه ټوکه جامع او سمارټ ورژن را پیدا کړو.

ketabton.com - The Digital Library

چې په اینگلېش یې دونیا منلي هغه؛ فرسټ‌ایډ او کپلان سیریز دي چې خپلې تفصیلي، تشریح او تفسیر سوې وېډیو لکچرې یې که ورسره وکتل سي بیا نو بل رقم مطمین گرځئ.

یوه خبر بله که د چا اینگلېش او "بېسېک" ښه وي نو دغه اول او که د گوزارې وي نو دوهم ریفرېنس دې راونیسي.

دغه کتابونه له شپږو میاستو تر یوه کال دورانیه کې ښه سم کوَر کېږي چې مطالعه پابنده کړل سي او ناغه پکې را نه وستل سي.

او که پښتو او دري وطني بدیلونه یې گورئ نو له هغو هم طبي

کتابخانې ډکې دي. له ملگرو او سینیېر ډاکټرانو سره مشوره یې وکړئ او درته وا یې خلئ.

هغه نو د مثال په توگه که د تخصص خزانه ده، که اسلمي دی، که مختلف د سوالونو بانکونه دي او یا هم د ریفرېنس د هر کتاب ووړ های‌یېلډ ورژنونه دي.

باقي له دې ور ها خوا که څوک د ډاکټر نجیب لکچرز گوري، که نېنجا گوري او که اوسموسېس او که بل او بل.

ketabton.com - The Digital Library

یا هم د لکچرر صادق علي یا ډاکټر حافظ عاطف لکچرو ته کېني یا د ډېمز نوټونه او وېډیوګانې پیدا کوي.

لا د استاد حسیب الله امینپور، استاد عاشق الله او استاد سالارزي تدریسي وېډیوګانې ورته هارډیسک ته کوي او پهخیر یې ګوري.

یا هم په داخل او خارج کې د کومې طبي اکاډیمي حضوري یا انلاین کلاس راتینګوي.

او که څوک وسوسه لري او بې له دې چې د یو امتحان دا ستر ستر ریفرېنسونه له لږ را لنډو های‌ییلډ اېډېشنونو سره تطبیق کړي او بیا سټډي متیریېلز انتخاب کړي نو هغوی دې هماغه رسمي اعلان سوی ریفرېنس را کلک کړي چې د A تو Z ټکي په ټکي کَوَر کېدنې پته ورته ولګي.

باقي؛ سټډي مو خپلې توانايي، امکاناتو او زور سره سمه عیاره کړئ. هغه که ذهني توانايي ده، که مالي حالت او لېنګویج سکېلز دي او که د "اخذ"کولو زور دی.

نور نو چې هر دم، درود او "جُګاړ"کوئ خو چې خالي خپل ټارګېټ ته په موثره توګه ورسئ دا مهمه خبر ده. إن أرادَ الله!

یادونه:

دغه سایټ کې د دونیا د هر تخصص آپډېټ ریفرېنس موجود دی. که مو بیا ډاونلوډاوه... .

https://medicalstudyzone.com

ketabton.com - The Digital Library

د طب محصل او نوی فارغ چې تائید غواړي!

لاهور کې په ټرېننګ اخته ملګري ډاکټر ته مې ووېل: خوا ته ناست انډیوال مې DIMS جاین کول غواړي او ما هم ورسره خوښه کړې، ستا نظر اخیستلو ته مو کال کړی، څه دې خیال دی؟

لنډه یې را غبرګه کړه چې دندې ورته پرېږدئ، دومره

اووورد سفر او ډېره خرچه په ځان منئ نو تاسې خو تیار اقدام کړئ صرف دا غواړئ چې زما تائید واخلئ خو زه یې بالکل نه درکوم.

رښتیا هم همداسې وه موږ په هغه چاپېریال کې یوه بلد چا نه هلته د تګ فیصلې کې د آسانې لهپاره یو وړه غوندې OK غوښتله ګینې په زړه کې خو مو خبر پخه کړې وه.

ما خوار نه هم چې کوم محصل یا نوی فارغ کله د کومې موضوع په اړه پوښتنه وکړي یا مشوره وغواړي نو بې له دې چې لږ یې را وغږوم او نېت یې مالوم کړم، سمدستي د خپل لېول مطابق صادقانه ځواب ورکړم.

خو اوس ګورم چې ډېرو آلریډي یو لاین یا پراسېس روان کړی وي خالي یو تائید غواړي چې ورته ووایي هو همدغه چېنل راونیسه!

ketabton.com - The Digital Library

کله وایم دا به کرمه وي چې ما ته راګرځي خو بیا وایم نا؛ ما خو په ټول عمر کې یوه تائید ته چل جوړ کړئ و او هغه هم نشد!

یوه سره مې نیم ساعت زړه وخوړ، ما ویل که رښتیا لوری ترې ورک دی، خو هغه زما په تجویزونو او لارښوونو کې خپله ورکه سودا کتله یانې وسواس یې رفع کاوه.

زموږ خو د خولې او زړه لار یوه ده، خپل پخوانی وخت بېل سترګو ته راته دریږي، چې له کتاب او چیپتره ها خوا مو د لارښوونې څوک نه ول، نو چا نه هم دا خپله دوه ټکي زده کړه یا تجربه نه سپموو.

او خلکو ته راسه چې درته ووایي؛ ستا نظریات ښه ول خو زه خپله دغه طریقه کوم، مننه مننه! نو ښه ... انسانه چې دومره پیېږي ولې د بل چا وخت خرابوي؟

زه دا نه وایم چې څوک دې مشوره نه کوي، څوک دې لارښوونه نه غواړي او څوک دې ببخي پوښتنه نه کوي؟ بالکل دې یې وکړي او ضرور دې یې وکړي که په رښتیا لار او ګودر نه وي ور مالوم.

خو که یو شی دې خپل زړګي منلی وي او په یوه پراسېس کړه او پوره خبر یې نو ولې ورته دوه زړی یې؟ ولې یې له بل نه بې جایه پوښتنې کوې؟ او ولې تائید غواړې په دې پیېږې؟

ځکه چې سودایي یې، وېره او وسواس لرې او دا د یو چا په تائید نه بلکې رواني مشوره ښه کېږي او ورکېږي چې نیژدې او فري آدرس یې د بېهوریېل سایېنس او عقليعصبي استاد دی.

د یوه طبي محصل یا نوي فارغ غټه مسله څه وي؟ خو ستړې ده، ازموینه ده او کیریېر جوړونه ده! چې راه حل پیدا کول یې په وسواس نه کېږي؛ اعتماد غواړي او هغه هم په خپل ځان او خپلې رانیولې لار!

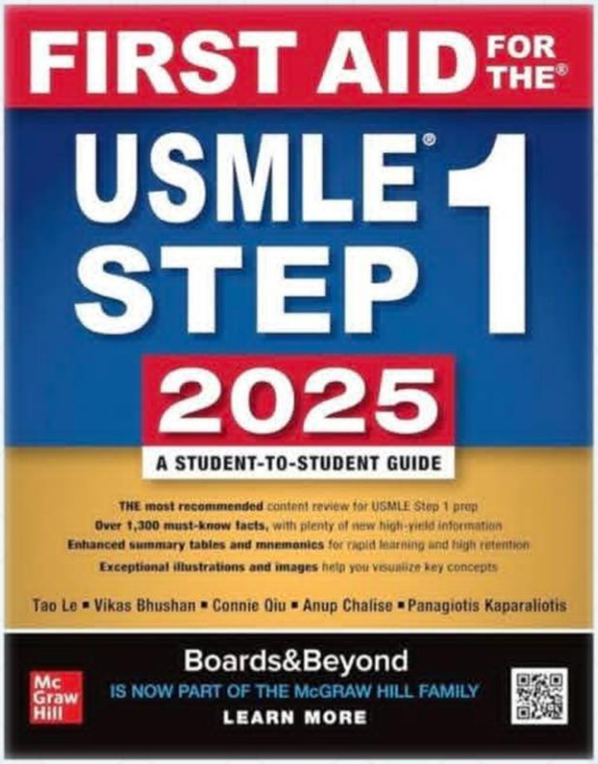
که د مطالعې خبر وکړو نو چې له کوم ریفرېنس او کوم ریسورس سره راحته یې هماغه ستا لهپاره سټنډرډ دی، که د یوه امتحان په ماهیت او طریقه دې ځان پوی کړ نو کامیاب یې او له دې دوو چې روغ راووتلې نو مسلکي ژوند به دې هم روغ روان وي. انشاءالله!

ketabton.com - The Digital Library

تخصص یوازې په یوه کتاب

چې اېگزېټ یې پاس وي هغوی خو دې یې بېخي په بېړه یا همدا نن او طب پوهنځي یې چې په اخر وي هغوی چې دا څنگه فارغ او سِتاژ ته لاړل نو د کلینیکي مضمونونو تر څنگ دې د First Aid Step 1 مطالعه ضرور شروع کړي.

د لا ښې تشرېح، تفسیر او کنسېپټ کلیېر کولو لهپاره یې که B&B او Sketchy وېډیو سېریز وگورئ نو کال مو چې پوره کېږي کلینیک سره به مو پاراکلینیک یا بېسېک هم کَوَر کړی وي.



بیا که د طبي شورا (اېگزېټ) او که د افغانستان د تخصص امتحان ورکوئ که په FCPS یا JCAT ورځئ.

یا که خپله USMLE ورکوئ او که د نړۍ کوم بل تخصصي امتحان مو نظر کې وي.

د تخصص خو څه داسې ازموینه نه وي چې سوالونه پکې له کوم نوي رېفرېنسه راځي او هغه به تاسې بېخي وېلې نه وي خو همدا ابتدایي پاراکلینیکي او مربوطه کلینیکي مضامین یې بنیاد دی.

ښه نو چې کلینیکي مضامین لکه داخله، جراحي، اطفال، نسایي ولادي، ENT، پوستکی، عقلي عصبي، سترگه، TB او نسخه لیکل مو په یو کلن سِتاژ کې د پوهنتون او روغتون د مکلفیت له وجې تکرار کړل.

پاتې سو پاراکلینیک؛ لکه: اناټومي، فزیالوجي، پتالوجي، هستالوجي، اِمبریالوجي، مایکروبیالوجي، بایوکېمیستري، فارمکالوجي او عامه روغتیا مو له پورته یاد سوي کتابه په جامع شکل ولوستل.

او یا که سېلف سټډي مو په وس نه وي پوره نو په کور دننه یا له هېواده بهر مو حضوري او انلاین کلاسونه ورته جواین کړل.

بیا نو چې خالي د امتحان د نوم لیکنې اورئ، زر تر زره اپلای ورته کوئ. کامیابي مو یقیني ده. انشاءالله!

ketabton.com - The Digital Library

طبي اکاډيمي د څا لپاره؟

که یو MD ډاکټر له درې څلورو لا زیاتو کلونو دندې روسته بېرته زده‌کړې ته راګرځي نو که هغه یې جاین کوي؛ سیي ده.

که د کم‌سهولته لرې پرتو سیمو یو MD چې هفته دوه هفتو کې ایله یو وار د لږ ښه انترنېټ ساحې ته راځي او د انلاین کلاس ډېټا په یوه وار ډاونلوډوي او بېرته ځي پسې او یا که څوک په ښار کې دوه درې جایه مصروف وي نو هغه هم که کلاس اخلي باک نه کوي.

او څوک چې د کومې خارجي ازموينې د چټکې ريوېيو په خاطر د یو محدود وخت لپاره ورځي نو هم مناسبه ده.

نن سبا خو پرېمانه هارډ او سافټ پينتو، درې او اينګلېش جامع یو ټوک لا دوه ټوکه د کلينيک او پاراکلينيک کتابونه پيدا کېږي چې یوازې د همدغو کَوَر کول هم د طبي ازموينو لپاره کافي دي.

که څوک وخت، پيسې او حوصله لري نو د د دغه بېسيک او کلينيکي ريفرېنس لپاره جلا جلا اړونده ستنډرډ کتابونه او ويډيو لکچرز هم اخيستلی سي.

چې صِرف لږه ژمنتيا او پايداري وي نو د طبي جواز لا د تخصص يا کومې طبي او روغتيايي ماسټري یوه ازموينه به څشی وي؟

باقي؛ طبي اکاډيمي د هغو فارغانو لپاره ده چې يا خو يې سېلف سټډي له لاسه نه کېږي يا يې ذهن دا منلې وي چې درس په کلاس کې ښه زده کېږي.

يا بيا د طب داسې فارغ وي چې بس خالي يې ځان پاس کړی وي نو هغوی به هم د اکاډيمي کلاس ته ګونډه ماتوي.

نور نو چې څا د پوهنتون پر مهال بېسېک باندې کار کړی وي او د هاوس جاب يا سِتاژ وخت کې يې لږ په کلينيک ځان زهير کړی وي نو د دوی لپاره د ملايانو په اصطلاح یوازې یو "مُرور" بس دی.

د طب پوهنځي له شروع تر پايه او سِتاژ پر مهال مو لږ له سترېسه ډک امتحانونه پاس کړي چې اوس به مو ايله یوه ازموينه وار پار خطا کوي!؟

يو اسانه چل دا دی چې له خپلو ملګرو، مربوطه مستندو ادرسونو او ChatGPT نه د خپلې راتلونکې ازموينې په اړه لومړني مالومات ترلاسه کړئ.

وګورئ چې امتحان یوازې له پاراکلينيکه دی؟ که کلينيک هم پکې شامل دی؟ او که دواړه پکې راځي؟ يا که آن کومه انټرويو او تقريري ازموينه هم لري؟

امتحان په کومه ژبه دی؟ پېپر یا پېپرې مو په قلم حليږي او که کمپيوټري ازموينه ده؟

ketabton.com - The Digital Library

د سوالونو رقم څرنګې دی؟ یو لاینې؟ که څلور یا پینځه څوابه؟ سیې او غلطو کې تس سیې انتخابیرې؟ او که نه په سییو کې یو بېسټ اِنسر یا درست څواب

انتخابیرې؟

ټولې پوښتنې څومره دي؟ څو دقیقې وخت لرئ؟ تر منځ یې وقفه سته او که نه؟

بل د دغې ازمویني لهپاره څنګه او کوم ماخذونه په ټارګېټ سوي وخت کې په سمارټ توګه وکتل سي؟

دغه مالومات مو چې وکړل پوی سئ چې د اکاډیمي له احسانه برته مو د ازمویني د پاس کولو په لور اولنی قدم ډېر مظبوط کېښود!

ketabton.com - The Digital Library

فرسټ‌ایډ څنګه ریفرېنس دی؟

فرسټ‌ایډ د ٦٠+ مرکزي، مرستیالو او مشاورو لیکوالو له‌خوا سبجیکټ‌وایس او سیستم‌وایس ترتیب سوی های‌ییلډ کتاب دی چې په یوازې ځان نه د امریکا تخصص ته کافي دی او نه زموږ.

هغه ځکه چې دا په اصل کې د فزیالوجي، پتالوجي، اناټومي، فارمکالوجي، بایوکېمیستري، مایکروبیالوجي، ایمیونولوجي، هیسټالوجي او صِحت‌عامې د هغو غټو غټو ماخذونو سمارټ لنډیز دی.

نو دا چې خلاصه شوی ریفرېنس دی، پې پیېدل، زده‌کول یا په ټوله کې کَوَر کولو یې درې شَیه غواړي؛ شرح نویسي، ځان ارزؤنه او ریویژن چې د دغو دریو کارونو له‌پاره بیا خپل خپل ضمایم سته.

د بېلګې په توګه B&B یا Bootcamp وېډیو لکچرز چې د استاد مثال لري له فرسټ‌ایډ سره کتل کېږي او لازمه تشریح یا تفسیر ورنه نوټ کېږي.

د ارزیابي له‌پاره چې څومره او څنګه زده‌کړه دې کړې؟ د سوالونو بانک UWorld او AMBOSS استفاده کول غواړي او تر څنګ یې نمایشي ازموینې NBMEs او UWSAs ورکول کېږي.

دریم شی بیا بیا تکرار دی د ټول کتاب او خپلو نوټونو، څومره ډېر چې ممکن وي؛ دوه واري، درې واري، پینځه واري او په دغه وخت کې له پورته یادو سویو زده‌کړه‌ییزو او ازمایښتي توکو "پېن‌پواینټ"ګټه اخیستل دي.

له دغو پرته ځیني نور مرستندویه مواد هم سته لکه Anki چې مفت هم دي، SKETCHY غوندې په آسانه یادېدونکې کیسه‌ییز او ویډیویي درسونه او مختلف PDF نوټس.

که خپله د امریکا تخصص ته مو زړه وي نو فرسټ‌ایډ سره به یې دغه لوازمات هم رانیسئ چې ډېری محصلان او ډاکټران FA + B&B + UWorld + NBME ټراپي کوي او ځیني یو نیم بل شی هم ورسره ملګری کوي.

او که څوک فرسټ‌ایډ د ګاونډ یا د نړۍ د کوم بل "نسبتاً لږ کم سخت" تخصص له‌پاره ګوري نو FA + B&B or Bootcamp + UWorld کفایت کوي.

د وطني تخصص له‌پاره FA + B&B or Bootcamp هم بس دي خو د چا اینګلېش چې ډېر ښه نه وي یا یې مخکې چندان ډېر اینګلېش وېډیو لکچرز نه وي کتلي نو بیا دې یا د فرسټ‌ایډ پښتو او دري تیارې ویډیوګانې پیدا کړي یا دې یې کلاس جاین کړي.

ketabton.com - The Digital Library

رښتیا له فرسټ‌ایډ سره که BRS فزیالوجي او Pathoma هم یو جای کړئ او د DIMS اناټومي هم چې ورسره سي بیا نو که په هر امتحان ورځئ، ښځئ ډاډه ورځئ..!

اوس به وایئ چې دا نور درې شَیه خو په خپل جای غټه کیسه ده نو دا چیشته ورسره گورو؟ دا ځکه گورو

چې فرسټ‌ایډ د یوې نقشې مثال لري او دا درې واړه لارښود وګڼئ چې د نقشې په لوړو زَوَرو مو پوی کړي.

که لړ یې نوره واضحه ووایو نو د فرسټ‌ایډ تشریح در بشپړوي، زده‌کړه یې درته اسانوي چې ذهن یې ښه واخلي او د ازموینو سوالونو ته مو "Resoning" لا پسې بِهتروي او بله دا چې اساسي مضامین دي نو هغه د "کم" یا "ښه" نه کَوَر کېدو ډار او وسواس مو هم ختموي.

د فرسټ‌ایډ په مرسته تېرو درې‌نیمو لسیزو کې د امریکا د متحده ایالاتو او نورې دونیا دوو میلیونو امتحان ورکوونکو د USMLE سټېپ‌ون کامیابي تجربه کړې.

د ګڼو نورو طبي لایسېنس یا تخصص امتحانونو د پاس کولو له‌پاره یې د استفاده کوونکو کره ارقام نه دي مالوم خو په زرګونو تر لکونو یې وښئ ځکه چې محتوی یې د ډېرو هېوادونو له ریفرېنسونو سره جوړه راځي او هر کال یې په اړه د زرګونو مطالعه کوونکو او امتحان ورکوونکو نظر اخیستل کېږي او بیا په نوي چاپ کې آپډېټ کېږي.

شروع کې یې لویه سریزه، مقدمه او لارښوونې دي چې کتل یې دومره ضرور دي لکه خپله د طبي ماخذونو؛ ځکه چې د مطالعې مواد، د ښې کارونې چل یې او د امتحان ماهیت درښیي.

اول یې بایوکېمیستري، ایمیونولوجي، مایکروبیالوجي، پتالوجي، فارمکالوجي او

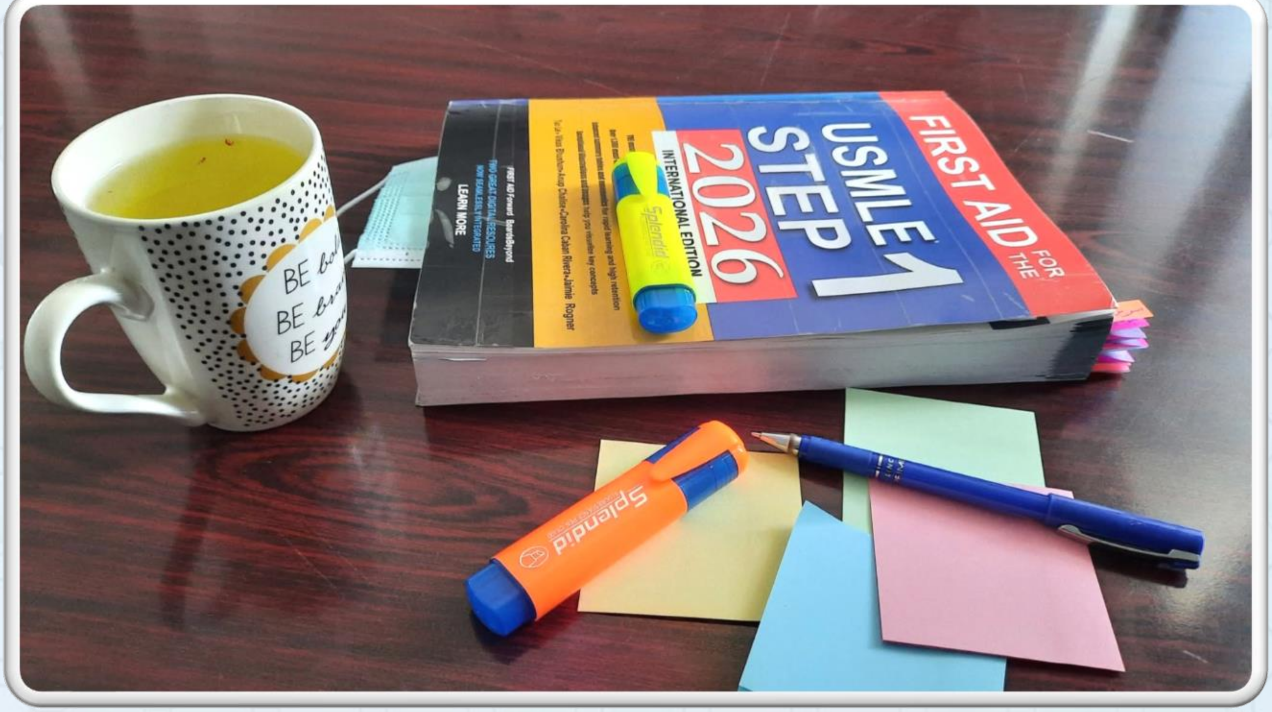
صحتِ‌عامه حسب‌ضرورت په لنډه خو "مثِمره" توګه را اخیستلي.

ورپسې یې د CVS، انډوکراین، GI، هیماټوانکالوجي، عضلاتو + جلد + نسجونو، نېورولوجي، عصبي، Renal، تناسلي او تنفسي سیستمونو اِمبریالوجي، اناټومي، فزیالوجي، پتالوجي او فارمکالوجي تر یوه عنوان لاندې په ځانګړې ستایل سره را ټول، تشریح او لېنک کړي او اخر کې یې د ټولو سیستمونو چټکه ریویېو هم کړې چې اصل خوبي یې همدغه سیستمیک کار دی..

اوس که د خپل ټارګېټ کړي امتحان ماخذونه د فرسټ‌ایډ له محتوی سره تطبیق کړئ نو تقریباً پوره اړخ به سره لګوي او چې "لازم" ضمیمه مټیریلز ورسره

ketabton.com - The Digital Library

کړئ نو دا د "تقريباً" له تشويشه هم خلاصېږئ. روستۍ او خُلص خبر دا چې "هايلي رِيکُمېنډېډ" ريفرېنس دی، هر وخت چې پې ور بسم‌الله کوئ، فکر وکړئ چې لا هم وختي نه دی او بايد ډېر مخکې مو شروع کړی وای..! کامياب دې وئ..! بِحُکْمِ اللهِ..!



ketabton.com - The Digital Library

له ایگزېټه پس "ګېپ" اغېزې

ما ته پته ده چې له ایګزېټ پاس کولو روسته ډېرو ته د مختلفو "دلیلونو" له کبله اکثر چېرې کومه کمزورکې دنده ور له غاړې

د مادیاتو دې بې رحمه دور کې کوم څوک پېژنئ!؟ چې عزت نه غواړي؟ دولت نه غواړي؟ او شهرت نه غواړي؟

وګرځئ چې په وخت خرابولو خو و ارزې.

یا بیا یو څو کاله نور هم

کېږي.

دغه ډنګره دنده او دلیل یې هغه څه دي چې یو MD خوار له یوه کاله بل ته او له بله بل ته؛ له خپل "خواهېشه" پاتې کوي.

په ځواني کې به نو خواهېش څه وي؟ خو ښې لوړې زده کړې او ښې ډېرې پیسې.

یقیناً چې هر څوک یې غواړي او له ډاکټره خو بیا د هر خپل او بل تمه وي چې ښه "ستېټس" به یې مور ته هم په ښه راسي.

او له ځانه چې د ګټې شخصیت جوړوئ نو له ایګزېټ روسته راساً یا ښې غوړې دندې پسې

تخصصي زده کړو ته زړه ونیسئ چې په زور یې ځان او جهان دواړه ښه کړئ.

چې د پوهنځي دوران درنه تېر سو او "بېس" مو پکې داسې ښه جوړ نه کړای سو نو سِتاژ او ایګزېټ ته آماده‌ګي خو درنه چا وړې نه دي.

په همدغه یوه ــ یو نیم کال کې د طبي شورا له ازموینې روسته خپل ټارګیټ کړي د تخصص، ماستري، فیلوشیپ یا کومې ډیپلومې امتحان ته په خپلو مهارتونو ښه خواري وکړئ.

مثلاً ماستري مو هدف ده او هغه هم د عامې روغتیا ماستري نو د سِتاژ او اېګزېټ وخت کې دغه ریفرېنس هم پیدا کړئ او چې څنګه یې نوم لیکنه اعلان سوه نو ډایرېک پې ورځئ.

او که د صحت عامې وزارت تخصص ته مو نېت وي نو د سِتاژ وخت کې یا اېګزېټ پسې جوخت پاراکلینیک هم ورته ګورئ چې د طبي شورا له ازموینې پس دې ته هم له "فریش میموري" سره کېنئ.

د دې کار حکمت دا دی چې در باندې را روان؛ کور ناستی یا په اخوا دېخوا وظیفو بوختېده به مو د ستېدې په تسلسل کې ګېپ نه راولي.

او که یو وار مو د اېګزېټ امتحان او د نورو زده کړو د راتلونکي امتحان تر منځ دوه کاله درې کاله لا زیات ګېپ راغی بیا نو که ناممکنه نه ده نو مشکله ضرور ده چې ازموینې ته مو هغسې تیار سئ لکه یو تازه‌دمی فارغ.

بیا چې زده کړو ته یو وار ذهن آماده کوئ، ریفرېنس یې پیدا کوئ او بیا یې ګورئ نو ذهني کیفیت به مو لکه د جاوېد امیرخېل د هغې ټپې غوندې وي چې وایي:

جانانه مخکې سه لیار کسه

ما خو په خوب لیدلې نه وو دا ملکونه

د دغه ګېپ دوران کې چې لږ او ډېر مطالعې سره تړلې پاتې سوي وي نو هغوی ته بیا د امتحان تیاری هومره ډېر سخت نه وي.

ستېدې چې کوي نو ځان ورته لږ بلد بلد ښکاري او زړه کې یې تېرېږي چې دا عنوان خو مې هم ویلی و او هغه عنوان مې هم چېرې له مخې تېر سوی.

احساس یې ښځې د دغه نیم بیتي رنګې وي: "یاره دغه لاره خو څه نا اشنا غوندې ده."

او هغه ښه یې هم همدوی وي چې په لږه خواري ډېرته لاین ته سیخېدلی او کامیابېدلی سي.

که په لنډو یې ووایم نو دغه مېرات مړی ګېپ صفا تاوان دی چې څومره اوږدېږي هومره مو مزل هم ورسره سختیږي.

ښه دا ده چې له اېګزېټه پس سمدستي یو سم "مسیر" تعقیب سي او خپله وړتیا، اېنرجي، وخت او زحمت په یو داسې "هدف" ولګول سي چې لږ تر لږه له دې "سته حالته" خو یې نتیجه "بِهتره" واوسي. بِفَضْلِ اَللّٰهِ تَعَالَی

ketabton.com - The Digital Library

طبابت کې پیسې سته خو...

زموږ ټولنه کې یوه بله خبر چې مشهوره ده هغه دا ده چې سپینه چپن یې پر تن وي نو پیسه‌دار به وي.

په داسې حال کې چې سپینه چپن یوه پروفیسر هم په تن کړې وي او نرس هم.

نو د دوی معاش یا آمدن کله سره برابرېدای سي؟ ډېری پروفیسران د نرس د عمر هومره تعلیم او تجربه لري او نرس خوار ها بله ورځ فارغ وي نو نن بیا ځرنګې یو دم مالداره سي؟

خبر دا ده چې څوک هم طب شروع کوي؛ هغه که نرسنګ دی، که قابله‌ګي، که پروتېز، که طبي ټکنالوجي، که فارمیسي، که ستوماټولوجي او یا هم معالجوي طب نو په دغه یوه طبي څانګه کې هم پرته له تخصص، ماسټري، او دوکتورا نه هومره پیسې نسته څومره چې خلک او تاسې سوچ کوئ.

که نور هیڅ شی هم نه کوئ نو په خپله رشته کې باید کم تر کمه دوه درې ټرېنېنګز واخلئ. فېلوشېپ یا هم کومه ډیپلومه ضرور وکړئ.

بیا کولی سئ چې په ځان ډاډه واوسئ او یو چېرې په دولتي تشکیلاتو یا انجیوز او موسساتو کې د لږ ښه بست غوښتنه وکړئ یا هم په خپل شخصي سېټ‌آپ کې د ښې پوهې او اضافه تجربې پر مټ ښه مریضان پیدا کړئ.

مثال کې MD ډاکټر واخلئ. چې تازه یې سِتاژ خلاص کړی او د طبي شورا امتحان پاس کړی وي نو که چېرې دنده پیدا کړي هم نو معاش به یې په مشکله پینځلس شپاړس زره افغانیو ته رسي.

هغه بېله خبر ده چې یو څو MD ډاکټران به موسسو کې پینځه شپږ سوه ډالر اخلي یا به چېرې د کوم لېنک په ذریعه کوم ځای آمر، معاون او ریس وي.

دغه ځایونه استثنایي او ډېر کم دي. زه عمومي خبر کوم. په صورت عموم سره تازه فارغ لا هم دوه درې کاله تجربه لرونکی MD له شلو دا نهایي تر دېرسو زرو زیات معاش نسي تر لاسه کولی.

که شخصي کتنځی جوړوي یا چا سره په فیس او فیصدي کیني نو هلته هم مریض پیدا کول دومره آسانه نه دي. ځکه چې اکثر خلک متخصصانو ته ورځي یا که MD ته راسي هم نو اکثر کېسونه یې تر سوېې پورته وي. ځکه چې زیاتره مرضونه تخصصي او مجرب خدمات غواړي. بیا هم مریض له ګوتو وزي.

نو ښه لاره دا ده چې له سِتاژ بشپړولو روسته کم تر کمه په یوه خاصه برخه کې یو شپږ میاشتنی، لا یو کلن او دوه کلن ټرېنېنګ او ډیپلوم واخیستل سي.

پاتې سوه ماسټري، تخصص، فوق تخصص او دوکتورا هغه خو

ketabton.com - The Digital Library

ښځي زبردست کار دی خو زښت زيات وخت او لګښت غواړي. بايد چې ذهني او مالي سپورټ ورته ولرئ.

نور نو که څوک طب تر يوه معين حده پورې وايي او بيا د ښه عايد تمه لري نو دا نن سبا ممکنه نه ده. دغه خپله توانايي دې چېرته په کومه بله رشته ولګوي چې يوه اندازه ښه او عاجل عايد ترې په لاس راځي.

څکه چې زموږ ټولنه له ډاکټره د پيسو تمه لري او ته چې لا هغه حد او سرحد ته نه يې رسېدلی چې ښې پيسې وګټې بيا نو کېنه د دوی ګيلو، مانو او طعنو ته.

خپله به هم په سټرېس کې يئ؛ کورنۍ به هم تمه در نه لري او تاسې به په داسې حالت کې يئ چې لوړی به در نه ورکړ وي.

تر هغې ښه دا ده چې د طب له شروع کولو مخکې خپل ذهني، بدني، رواني او مالي قوت او امکانات يو وار ښه وسنجوئ.

لنډه او اوږده يې دا چې په تشه نرسنګ، سټوماټولوجي او MD ډګري هومره پيسې نسئ پيداکولی چې څومره يې په اړه افراطي او بې بنياده سوچ موجود دی.

لا به نور درس او ټرېننګ ته زړه ښه کوئ يا له سره طب مه وايئ چې ځان پکې د تخصص او يو مهارت کچې ته نسئ رسولی.

دا اندازه ولګوئ چې له پوهنتون او سِتاژه روسته تر کومه حده تلی سم؟ لنډ مهالی ټرېننګ، فېلوشېپ، ډيپلومه، ماسټري، دوکتورا، تخصص، او که فوق تخصص؟ بيا بسم الله کړئ!

او که حالات او امکانات له اولنۍ طبي ډګري روسته د دغو شَيونو اجازه نه درکوي بيا يې له سره وايئ مه. ولې ځان ته کار ګورئ

ketabton.com - The Digital Library

وايي يوې کليوالې جلکۍ ته يو هلك لر بر کېده خو کلي کې يې اوبه نه وې او د محبوبې يې له لرې لرې جايونو د اوبو راوړلو له لاسه زړګی شيره پيره وه.

چې دې کې بې پسې د تره زوی هم له ښاره راغی او د نورو رنګينيو تر څنګ يې د اوبو ذکر هم وکړ چې پرېمانه په نلونو کې راځي او همدغسې بهيږي پسې بهيږي.

جلکۍ لاړه له ښاري هلك سره، کليوال جانان يې پرېښود، هغه خوار به بيا خلکو ته ويل، د وچکالۍ مېړمنه واخلم، مينه لرې لرې اوبه هم غواړي.

طب ته هم يوازې ذهني توانايي نه ده پکار بلکې لرې لرې پيسې هم غواړي البته دولتي؛ خصوصي بيا لر نه ښې ډېرې غواړي.

نو که يو څوك د فېوچر ډاکټر جوړېدو په تکل وي اول دې خپلې مالي سرچينې سنجوي او

باب دی په بیان کې د "فیوچر ډاکټر"

بيا دې په دې اووړده سفر وځي.

شپږ کاله پوهنځی، ورپسې سِتاژ، بيا اېګزېټ، ممکنه ګېپ او بيا تخصص او فوقِ‌تخصص يا ماسټري او دوکتورا ښه پوره مصرف غواړي.

اوس به يو څوك وايي چې تخصص کې خو تا ته پيسې درکول کېږي له تا خو يې څوك نه غواړي نو ولې دې يې د مصرف په رديف کې ذکر کړ؟

بالکل سيي ده چې راکوي يې خو هغه ډېرې کمې دي، ځان پې ساتې، حاضر وخت کې يې په ظرفيت لوړولو لګوې او که يې راتلونکي علمي سفر ته سپموې؟ کوم شي ته يې رسوې؟

خير دا يې په تخصص کې ته خود کفا..! له تخصصه مخکې دغه ابتدايه اووه کلن سفر په څشي کوې؟ د امتحانونو آماده‌ګيو ته يې له کومه کوې؟ د MS او PHD ترتيب څنګه کوې؟

د طب پوهنځي له اولې ورځې بيا د متخصص په توګه د پرېکټېس تر اولې ورځې ممکنه دولس ـ ديارلس آن پينځلس کاله سفر له مالي سپوټه پرته د ځواني او مستي قرباني غواړي، د خوبونو او غم ښادی پرېښوده غواړي، لويه حوصله، ټينګ عزم او غټ زغم غواړي؛ تيار يې؟

که تيار يې نو يا بسم الله! شروع وکړه؛ بالکل فيوچر ډاکټر جوړېږې! هيڅ څوك او هيڅشی به دې مخه و نه نيسي..!

او که تربور سره د سيالي له وجې طب شروع کوې خو يا دې ذهن د هغه غوندې نه وي يا دې مالي توانايي نه يې ورسره برابره او تر ټولو مهم؛ طبابت ته د هغه هومره ژمنتيا نه لرې نو بيا يو دا نه چې فيوچر ډاکټر نه جوړېږې بلکې مکمل "فلاپ"کېږې.

ketabton.com - The Digital Library

یا که د دې لهپاره طب ویل غواړې چې د واده کارت کې دې نوم سره د ډاکټر مختاړی ولګیږي نو هغه خو به په یوه نه یوه رقم وسي خو دا چې نېت دې کوړ دی نو کوږ بار خو تر منزله نه رسي او طب خو بیا بېخي دروند بار دی نو یو جای ضرور پنچرېږي او کلک را درېږي؛ بیا به څه کړې؟

او که د دې لهپاره فیوچر ډاکټر کېږي چې غټه شوره به ګټې نو هغه خو هم په "تییر فیوچر" کې نه ده ممکنه؛ تخصص به کوې، ماسټري به کوې، فېلوشېپس به کوې، شهرت به پیدا کوې بیا به د ګټې وټې قابل جوړېږې..! دومره صبر کولی سې؟

یا دې که دا خیال وي چې د فیوچر ډاکټر او فیوچر سپیشلېسټ "ټېګ" په لرلو سره به دې جینکۍ "چېس" کوي نو خام‌خیالي یې ځکه وبوله چې زموږ تعلیم یافته‌وو او بیا طبابت سره تړلو جینکو خو له هلکانو زیات وربوز کوږ نیولی وي او په هر چا یې سر نه ټیټېږي نو دا خو بیا نسوه کنه یاره..!

نور ډېر ښکاره او پټ او ښه یا بد اهداف به هم وي چې یو فیوچر ډاکټر

یې سترګو کې غړوي خو که څوک "ربښتیا" ډاکټر کېده غواړې؛ تکړه ډاکټر..! او ښه ډاکټر..! نو د دې "مینې" لهپاره به یو "اوبه" نه بلکې د زړه وینې هم نذرانه کوې.

نېت به صفا کوې، مالي او معنوي ملاتړ به لرې، سختې خواری ته به تن ږدې، چکرې او مېلې به کموې، فوکس او توجه به ډېروې، برداشت به زیاتوې او غم ته به ځان نه ورکوې او بیا به د خدای د نوم په یادولو سره له یو اوږده خو خوندور سفر روسته له فیوچر ډاکټر نه په ډاکټر بدلېږې! تکړه ډاکټر..! او ښه ډاکټر..! ان‌شاءالله العزیز!

ketabton.com - The Digital Library

په MD ځان نه شل کېږي!

که مو د افغانستان له دولتي یا هم خصوصي پوهنتونه یا ایران او تاجکستان نه MD یا له پاکستان، چین او روس نه MBBS ډِګري ترلاسه کړې وي او غواړئ په

کور دننه دنده وکړئ نو لطفاً له شلو زرو افغانیو نه د زیات معاش تمه مه ساتئ.

په دولتي روغتیایي تشکیلاتو کې که یو MD یا MBBS ډاکټر آمریت هم تر لاسه کړي نو په مشکله یې تنخوا شل دوه ویست زرو افغانیو ته رسي.

نور یې نو هم په دولتي او هم خصوصي روغتیایي بنسټونو کې په څلورم او پینځم بست کې نیسي چې معاش یې د لسو او شپاړس زره افغانیو تر منځ جوړیږي.

اوس که یو څوک یکه دوکه مثال ورکوي چې یو معالج ډاکټر یانې MD یا MBBS په هغه جای کې ریس او په هغه جای کې سرطبیب او دلته او هلته سوپروایزر یا ټیم لیډر دی نو دا د ګوتو په شمار یو څو نفرو باندې حساب نه دی پکار؛ ځکه چې د هغوی کیسه جلا ده.

په صورت عموم سره د معالج ډاکټرانو معاش همدا دی چې دا پاس مو یې په اړه ولوستل.

اوس به وایئ ښه نو یو معالج څه وکړي؟

دا شپږ اووه کاله یې چې زحمت وویست نو له دوو تر پینځو کلونو دې نور هم تن کېږدي.

ketabton.com - The Digital Library

تخصص، ماستري، ډيپلومه او فېلوشېپس دي وکړي چې هم يې علمي او هم يې مالي حالت بهتر سي.

که سمدستي يې د نورو زده کړو اراده او آماده‌گي نه وه او وس يې لږ ښه و نو په کور کلي يا د ښار اطرافو کې دې خپل کلينيک جوړ کړي يا دې بل چا سره شريک سي.

او که يې زمه واری نورو زده کړو او شخصي معاينه خانې، شراکت يا کوم بل طبي او روغتيايي کاروبار ته نه پرېږدي بيا يې نو همدا له ستړېسه ډکې دولتي او خصوصي دندې له مخې دي.

په دندو کې بيا د طب پوهنځي لکچرر بست يو څه ښه عايد لري خو هغه بيا نن سبا په ډېره خوارۍ يو نيم چېرته پيدا سي.

نور نو په دولتي يا خصوصي روغتون کې د معالج ډاکټر په حيث دنده، په طبي انستيټيوټونو او اکاډيميو کې استادي، واکسيناسيون، صحي تبليغ، رواني مشاوريت، روغتيايي سروې او نور اړونده صِحي بستونه په مشکله شل زره پوتی په لاس درکوي.

په افغانستان کې د معالج له‌پاره ښه آپشن دا دی چې د پوهنتون په روستي کال يا د سِتاژ پر مهال تخصص ته چمتوالی ونيسي او له فراغته روسته سمدستي د تخصص ازموينه ورکړي.

ځکه چې هغه کوم معاش چې د معالج ډاکټر په توګه اخلئ؛ هغومره يو ټريني متخصص هم اخلي او له دې ور ها خوا روسته له وخته/ پارټ ټايم دندې يا شپنيو نوکريواليو نه هم پينځلس شل زره افغانۍ تر لاسه کوي نو بيا يې يو اندازه لاين روانيږي.

دا مې د هغو ټرېنيانو خبر درته وکړله چې تخصصي څانګې يې داسې خاص پروسيجرز او تر ډېره غټې معاينات نه لري.

او هغه ټرېني ډاکټران چې په جراحي، اورتوپيډي، ENT او نسايي ولادي کې لګيا دي هغوی چې دويم، درېم کال ته ورسي نو د نوکريواليو، شخصي پروسېجرز او داسې وړو وړو او برابرو عملياتونو پر مټ کافي پيسې پيدا کوي.

معالج ډاکټرانو! اوس مو نو پرېکړه په خپل لاس کې ده چې څه کوئ!؟ يوازې دنده؟ که تخصص او څنګزنه دنده؟

که زما منئ نو په معالج ځان تر دندې دا ښه ده چې آمادګي ونيسئ او تخصص ته شامل سئ يا هم که تخصص نه کوئ نو يو شپږ مياشتنی لا يو کلن فېلوشېپ خامخا وکړئ.

چې دا عادي ECG يا ايکو زده کړئ، لا التراساونډ وکړئ، يا د ښکلا په برخه کې کوم فېلوشېپ وکړئ، يا د شکر او د تغذيې ډيپلومه لا ماستري وکړئ نو له يو عادي تازه دمي MD او MBBS ډاکټر نه څو چنده زيات مياستنی عايد به ولرئ. إن‌شاءالله

ketabton.com - The Digital Library

طب که بېرون؟

پاکستان کې معالجوي او د غاښونو طب ته د ور کامیابېدو امتحان ته MDCAT وایي ؛ لکه زموږ کانکور کال په کال اخیستل کېږي.

د پښتونخوا یوه کارډیالوجېسټ یانې د زړه ډاکټر په دغه ازموینه کې پاتې سویو زده کوونکیو ته لیکلي:

" په MDCAT کې ناکامه سوي دې سمدستي دوبۍ او مالیزیا ته د تګ ترتیب جوړ کړي. پینځه کاله روسته به یې ډاکټران ملګري د تنخوا د زیاتېدلو لهپاره په سړکونو دولت ته ژاړي.

مګر د دوبۍ او مالیزیا والا به خپل کورونه لري، ودونه به یې کړي وي او د کلي په حُجره کې به یې د حاجي صاحب حیثیت هم خپل کړی وي او په ورځنیو چارو کې به یې خلک خبره هم نه نظر انداز کوي."

ډاکټر Orakzai زیاتوي: "که طب ته کامیاب سوئ نو مبارک مو سه که نه نو پور وکړئ خو دوبۍ، مالیزیا، ایټالیې او کاناډا ته تګ یوه شېبه هم مه ځنډوئ!"

اخر کې وایي: "ګپ نه لګوم، سنجیده مشوره ده."

اوس نو چې څوک له MD/ MBBS یا ستوماټولوجي/ BDS نه روسته د تخصص، ماسټري یا کم تر کمه د یو فېلوشېپ یا کوم پروسیجر د زده کړې نیت یا وس نلري نو هماغه شروع کې دې دا پاس مشوره سنجیده واخلي.

ځکه چې د افغانستان د روغتیایي چاپېریال معاش/ عاید هم د یو MD یا ستوماټولوګ لهپاره تر شل زرو دا زیاتې دېرس زرو افغانیو ډېر نه دی.

که ستاسو توقع تر دې ډېره وي نو یو څو کاله به نور هم زحمت باسئ خو په بې پروسیجره او غیرمداخلوي تخصص یا ماسټري بیا هم هومره "شی" په لاس نه درځي لکه بېرون یې چې یو عادي نرس اخلي.

ketabton.com - The Digital Library

په MD ځان سفر مو چېرې رسوي؟

نیوزیلینډ نه چې سره له ښې پوره خوارۍ د ۲۰۱۹ نړیوال جام وبایلل سو، آلراونډر یې جیمي نیشم ماشومانو ته وليکل، د لوبې په جای آشپزي یا کوم بل شی زده کړئ چې بیا په شپېته کلنۍ کې ښه چاغ او خوشاله له دونیا لاړ سئ.

یو MD خوار هم چې معاش اخلي او پیسو ته ګوري نو له کانکوره تر ایګزیټه له بې حسابه زحمتونو ډک دوران یې لکه د فلم ټریلر په ذهن کې تېر را تېر سي، بیا نو مجبور ځان پسې زلمیو ته ووایي، طب مه وایئ، چېرې بل څه راونیسئ چې لږ هوسا واوسئ.

د تېر کال د تخصص، د طبي او روغتیایي ماسټریو، شارټ کورسونو او ټرینینګونو او فیلوشپس بستونه چې سره را یو جای کړې، ټول دوه زره نه کیږي او ثبت نام یې له شل زرو ډېر و.

په دې کې دا پینځه زره تکراري وښیئ چې څو جایه یې چانسونه ازمایلي، کامیابان هم ترې لرې کړئ، دولس دیارلس زره MD ډاکټران چې پاتې کیږي او نور هم پسې را فارغیږي لګیا دي، ایګزیټ پاس کوي او پوسټګریجوېټ زده‌کړو ته برابریږي نو چېرې به یې کوي؟

ښکاره خبر ده چې په وطن کې له MD روسته زده‌کړو فرصتونه/ بستونه کم دي او په نیزدې راتلونکي کې یې د قابلِ‌دېد ډېرېدو داسې څه خاص امکانات هم نه مالومیږي.

په دغسې حالاتو کې به یو کم تعداد MD ډاکټران چې وس کې لږ ښه وي بهر د زده کړو ترتیب جوړ کړي او دا نور په زړګونو به په کور دننه د خدای هیلې ته ناست وي نو.... .

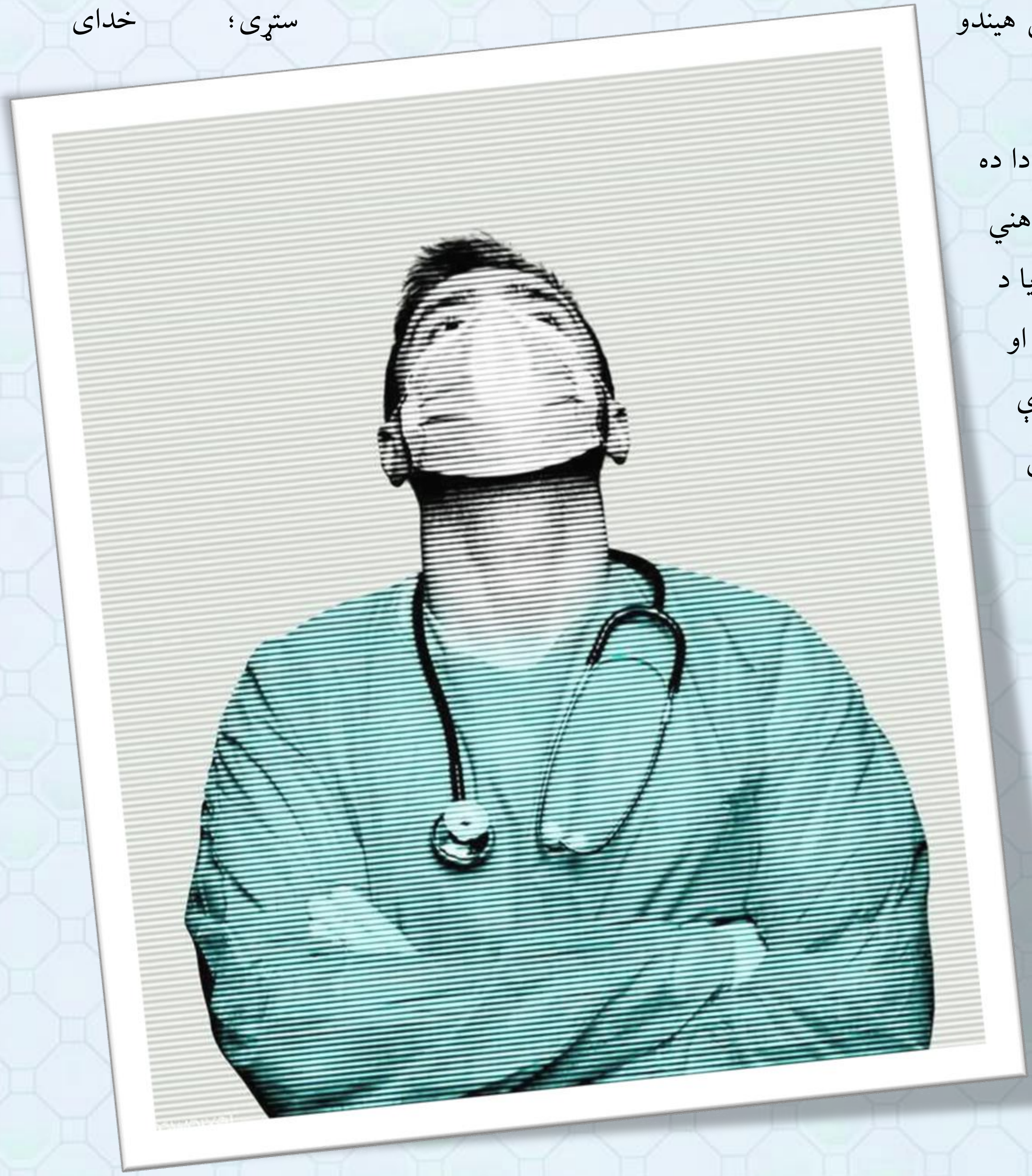
ښه..! چې نه تخصص وي، نه ماسټري وي او نه کوم بل لنډمهاله ټرېنېنګ نو په MD ځان خو تخصصي خدمات انجامولی نسې کوم چې ښه آمدن لري.

بیا نو اړ یې چې د مسلکي بستونو په جای "غیر مسلکي لاین" راونیسې څکه چې د ژوند "اړتیاوې" خو یوازې مسلک نه غواړي کنه، د مسلک له اُجورې سره یې کار وي چې پې وپایې.

او MD صِرف یو مزل دی چې منزل پې بُنیاد کړې، خپله منزل نه دی، منزل تخصص دی، فوقِ‌تخصص دی، ماسټري ده او دوکتورا ده.

ketabton.com - The Digital Library

نو مزل دې چې منزل ته نه رسي بیا خو هغه "خبر" سوه چې غلط تړېن ته ورخېژي یا ورختلی یې او روان یې په یوه ناپایانه مزل چې اوږدیږي پسې اوږدیږي او کوم خاص منزل یې نه وي بیا به نو دا مقوله یا متل خامخا درته سترګو سترګو ته کیږي چې هیندو ستړی؛ خدای ناراضه..!



روستی او پاکه خبر دا ده چې له سِتاژه پس د ذهني یا مالي کمزوري او یا د فرصتونو د کمي او کمزوري له امله نورې زده‌کړې نسي کولی او تمه دې د عالیشانې زنده‌ګی وي نو خپلې دا ارزوګانې به دې چتې وځوروي ځکه چې په MD ځان هیڅ نه شل کیږي..! یکی و خُلص..!

ketabton.com - The Digital Library

تخصصي رشته به څنګه انتخابوو؟

تر هر چا زيات خپل لېول او خپل ذوق او شوق "ته" ښه پېژني نو د تخصصي رشتې انتخاب به هم "ته" کوې.

د ملګرو او استادانو مشوره "ضرور" واخله خو که داسې وڅه خبر يې درته کوله چې ته دې رشتې ته جوړ يې يا دا رشته له تا سره ښه ښکاري بيا هم روستی فيصله "پخپله" وکړه.

تخصصي رشته خو څه جامه نه ده چې خوښه دې نه سوه بله به واخلې، بله به واخلې تر څو درسره مېچ سي او د څلورو يا پينځو کلونو خبر هم نه ده بلکې د ټول عمر سودا ده، کټه مټه لکه د ګډ ژوند رشته.

د پوهنځي د لسو يا دولسو سيميسټرونو فيصدي او د سِتاژ نومرو ته هم مه ګوره، هغه تا نه "Define"کوي، هغه صِرف "اعداد" دي.

لکه په کرکټ کې چې د ځينو لوبغاړو د منډو يا سکورز په اړه د "Underrated" يا هم "Conditions- Dependent" اصطلاح يا تبصره اورو؛ همدغسې مثال زموږ د سلنې او رِښتينې وړتيا هم دی.

مطلب فيصدي به مو کمه راغلې وي خو استعداد او خواري به مو ډېره وي برعکس "د ځينو مخصوصو عواملو له کبله" به زياته وي خو واقعي Strength به مو هومره نه وي؛ متاسفانه!

اصل شی دا دی چې د پوهنځي دوران کې څښي ستا ښه زده کېدل او اضافه مطالعه دې په کومه برخه کې لرله، د صنفي سِتاژ وخت کې کوم شي ډېر خوند درکاوه او فاينل سِتاژ کې دې په کوم "سايکل"کې ډېر زړه لګېدلی و؟

مثال که پاراکلينيکي سيميسټرونو کې فزيالوجي او فارمکالوجي کې ښه وې، پاس سيميسټرونو کې دې په عمومي داخله کې دلچسپي ډېره وه او سِتاژ کې په نورو سايکلونو کې غلی وې خو داخله کې به ډاډه ګرځېدلې نو تخصص کې هم راساً په داخله ورځه.

که ته وايې چې نه يو خو زه د ۸۵+ فيصدي سړی يم او بل د بېلګې په توګه عمومي جراحي کې پيسې ډېرې دي نو راځه دا به انتخاب کړم... .

دا نو هغه غلطي ده چې تخصص ته له ورشاملېدو پس که ډېر پې پښېمانه نه يې، ستومانه به خامخا يې او په زيات احتمال يا به يې پرېږدې يا به يې په نه زړه سرته رسوې.

جراحي د هغه چا کار دی چې شيماګانې ورته د خوښې د ګېم غوندې وي، اناټومي يې فېورېټ مضمون و، لږ او ډېرې يې سوچرې هم وهلې او پانسمانونه يې هم ښه کولی سول.

په هر حال؛ ځان مو چې "جج"کړ او يوه تخصصي رشته مو په زړه کې ونيوله نور به د داسې جای په لټه

ketabton.com - The Digital Library

کې سئ چې ستاسې د خوښې رشته یې ښه امکانات ولري.

مثلاً ډېر مریض ولري، تجهیزات یې بهتر وي، که ټول نه وي خو ډېری معاینات پکې کېږي، ګنې تخصصي

نو د دې لهپاره به وګورئ چې کوم تخصص درته ښه پرېوزي؟ د صحت عامې که د تحصیلاتو که نظامي او یا هم خصوصي؟ او په هغو کې بیا کوم روغتون کې ستاسې تخصصي رشته تر نورو ډېره ښه ده؟

رشتې ولري چې روتېشنو پسې یې سرګردانه نسئ او تر ټولو مهم دا چې د ټرېنرانو پوښتنه یې وکړئ چې څوک او د کومې سویې دي.

نور دا دومره فرق نه کوي چې د یو چا انتاني یا عقلي‌عصبي خوښ وي خو په یو رقم نه یو رقم یې عمومي داخلي ته مخه سوه نو انتاني او عقلي‌عصبي ترې پاتې سول.

ketabton.com - The Digital Library

نه نا؛ په عمومي داخله کې هم دغه شَیونه کوَر کېږي البته په هومره ځانګړې توګه او د ډېر وخت لهپاره نه لکه خپله د همدغو رشتو د تخصص غوندې.

خو دا بیا کېدلی سي چې د عمومي داخلې له بشپړولو روسته یې د یوه کلن لا دوه کلن فېلوشېپ، ماستري یا فوقِتخصص په توګه ووایي او خپل شوق پوره کړي.

مقصد انتاني، عقليعصبي او عمومي داخله اړخ سره لګوي خو که یو څوک د داخله پرنسِپ د کومې رشتې په جای خاص د "سکوپ" په خاطر جراحي یا اورتوپیډي ته زړه ښه کوي نو نتیجه یې هماغه راوځي چې د لیکنې منځ کې مې درته ویلې.

رښتیا؛ مالي اړخ که ورسره په نظر کې نیسئ نو د کابل له انتاني شفاخانې، د پنجشیر او هلمند له ایمرجېنسي پرته که د یو، نیم بل ولایتي یا حوضوي تخصصي روغتون معاش لوړ وي، لوړ به وي، ګینې د نورو ټولو دغه د دولس او پینځه ویست زرو افغانیو تر منځ دی.

باقي ضرور نه ده چې څوک د تخصص د "ټرېنډ" تر تاثیر لاندې راسي، آتي دې نو پې ورځي؛ نه نا، بلکل نا!

تخصص دې د یو نوع مجبوري له مخې نه کوي بلکې خپلې وړتیا او پیاوړتیا ته په کتو دې د خپلې خوښې مسیر راونیسي.

دا اوس په کابل، کندهار، هرات او یو، نیم بل ولایت کې اته نهه طبي او روغتیایي ماستریانې او آن "دوکتورا" لرو که د چا ورته زړه وي نو په ډېرو آسانو او ارزانه شرایطو او فیس یې وېلی سي.

د شارټ کورسونو او فېلوشېپس لکه التراساونډ، اېکو، اېنډوسکوپي او کولونوسکوپي موقعې هم سته او هغه هم په کور دننه.

او له دې پرته په میډیکل جرنلېزم، ټورېزم، ویلاګېنګ او بِزنِس باندې هم سوچ پکار دی که څوک یې توان لري یا ځان ورته جوړولی سي.

یو تخصص خو نه دی چې ټولو یې شا نیولې، مالومه خبر ده چې بستونه یې کم او کاندیدان ورته ډېر دي، ځکه خو په دې نورو فرصتونو هم غور پکار دی، ولې ځان ناحق ډیپرېشن ته بیایئ.

ketabton.com - The Digital Library

زموږ خپل تخصص

ښه دی که بد؛ کمزوری دی که قوي. د دونیا په سویه برابر دی که ترې کم. څوک یې مني او که نه؟

دا نظرونه یا سوالونه څنګه او څومره ځوابېدای سي؛ دا ښه خبر ده خو د یو افغان معالج ډاکټر لهپاره هیڅکله بد آپشن نه دی. ځان دې ور کامیاب کړي؛ بې غمه دې یې سرته ورسوي.

دومره به ووایم چې په همدې تخصص ډېری افغان متخصصینو د نړۍ په ښو ښو روغتونونو، پوهنتونونو او څېړنیزو مرکزونو کې دندې او نور ترېنېنګونونه اخیستلي.

کوم کمی کاستی چې لري د مختلفو ازموینو، څېړنو، سب سپېشلیټي، فیلوشیپ او د لړ او ډېرې مربوطه برخې په ریویژن پوره کېږي. تشویش مه کوئ.

په کور دننه همدا زموږ خپل تخصص ببخي سره زر دی. زموږ غوندې هېواد کې آن هغه کلیواله دایه/ طبي ماهره یا آن د کِنولې او پیچکاري خاله چې یو څو میاستنی کورس یا ترېنېنګ یې اخستی وي، هم غنیمت دی.

د نرس، قابلې، معالج او متخصص خو څه وایه مه؛ چې څومره ډېر ضرورت او ارزښت لري.

زموږ په وطن کې د عامې روغتیا وزارت ثانوي او ثالثي روغتونونه، د لوړو زده کړو وزارت تدریسي روغتونونه، د ملي دفاع وزارت د شهید سردار محمد داوود خان روغتون یا CMH، د داخله وزارت د پولیسو شفاخانه، د استخباراتو

ketabton.com - The Digital Library

مرکزي روغتون یا پخوانی امنیت ملي شفاخانه او نیمه دولتي ــ خصوصي روغتونونه لکه فرانسویان، ایمرجېنسي، کېور او ایرینا سلیمي د تخصص پروګرامونه لري.

امتحان یې د ازموینې د ملي اداري په‌ذریعه زیاتره په کال کې یو وار اخستل کېږي چې له کېور، فرانسویانو، ایمرجینسي او ممکن یو نیم بل روغتون نه پرته دې نورو ټولو روغتونونو ته ډاکټران د هماغه یوې تحریري ازموینې له لارې ور کامیابیږي.

او دغه درې بیا له لیکنۍ ازموینې پرته تقریري امتحان یا انټرویېو اخلي، بیا په دواړو مرحلو کې ټاپ کاندید تخصص ته معرفي کوي.

د شهید سردار محمد داوود خان یا ۴۰۰ بستر روغتون، د پولیسو د شفاخانې، د استخباراتو د روغتون، ایرینا سلیمي شفاخانې، ایمرجینسي او د فرانسویانو د مور او ماشوم انسټیټیوټ د تخصص ازموینه هم د عامې روغتیا وزارت له روغتونونو سره یو جای د مني په پای یا د ژمي پېل کې وي او ریفرېنس یې هم یوازې پاراکلینیک یا بېسېک مضامین دي.

د لوړو زده کړو وزارت د تدریسي روغتونونو د تخصص ازموینه بیا اکثر په جوزا او سرطان مطلب په ګرمي کې اخیستل کیږي او ماخذ یې یوازې کلینیکي مضمونونه دي.

کېور چې د فېملي میډیسن او پتالوجي غوندې ځانګړی تخصص لري، امتحان یې زیاتره په سرطان او اسد کې وي او ریفرېنس یې ډېر کلینیک، کمه برخه پاراکلینیک او تر ځنګ یې مصاحبه هم لري چې د یو بست له‌پاره د امتحان له لارې د دریو کامیابانو له جملې یو تن د انټرویو له پاس کېدو روسته د تخصص پروګرام ته لار پیدا کوي.

رښتیا کوم روغتون یا یې کومه تخصصي ځانګه د حساب وړ او وتلي دي؟ نو په دې اړه له خپلو ډاکټرانو ملګرو او استادانو بېخي د کار او فیصله‌کُن مالومات اخیستلی سئ.

زه به یې د ټریني د معاش په اړه مالومات درکړم ځکه چې په افغانستان کې عاید او ورسره ځان عیارول تر ټولو غټه مسله ده.

په دغو روغتونو کې تر ټولو لوړ معاش د کابل د انتاني روغتون، پنجشېر، هلمند او نورو هغو دی چې موسسې یې تمویلوي.

په دې اړه هم د دغو روغتونونو له ټرېنیانو نه اول لاس مالومات تر لاسه کولی سئ.

ketabton.com - The Digital Library

خو څومره چې موږ پوښتنه کړې نو دغه د ۳۵۰ او ۵۵۰ ډالرو تر منځ دی.

نور نو د پاتې ټولو روغتونونو د ټرینیانو معاش د ډالرو په حساب د ۱۵۰ او ۳۰۰ په رېنج کې دی.

تر ټولو کم د عامې روغتیا وزارت د روغتونونو دی او تر ټولو زیات د کېور بین المللي روغتون، فرانسویانو انسټیټیوټ او ایرینا سلیمي شفاخانې دی.

له صحت عامې وزارته بیا د تحصیلات عالي د روغتونونو ډېر دی او له هغو د استخباراتو او د چهارصد بستر روغتون د ټرینیانو معاش لوړ دی.

د افغانیو په حساب په صورت عموم سره د دولس او شلو زرو تر منځ دی چې یو موساپر ټریني ډاکټر ته پرې گوزاره سخته ده.

ځکه چې د اُطاق کرایه، د برق او اوبو خرچه، د صفايي پیسي، د خوراک لگښت، کورس او ټرېننگ، مېلمه، خپلوان مریض او دوست پالل، کور ته سپمول او رښتیا د انټرنېټ پیکېج لگول؛ پرې په مشکله پوره کېږي گینې زیاتره ټرېنیان خواران هره میاست بقایه وي.

نو ښه دا ده چې داسې روغتون انتخاب سي چې یا مو کور ته نیزدې وي یا ورسره یوه بله پارټ ټایم وظیفه یا نایټ شِفټ کې کار وکولی سئ.

که نه نو لس دولس زره معاش باندې ځان ساتل خورا سخت دي یا به بیا تخصص نیمگړی درنه پاتي کېږي یا به د خپل ضرورت د پوره کولو لهپاره فیصدي اخلئ. خدای مهکه!

نور نو که د چا لږ ډېرې او پابندې مطالعې، یو څه سختو ازموینو او موساپرۍ ته وس کېږي نو په بهر کې د تخصص ډېره ښه زمینه برابرېږي چې په میاستني عاید یې ځان، کورنی، دوست او خپل او بل هم پاللی سئ.

ketabton.com - The Digital Library

د افغانستان تخصص وسي که نسي؟

نه د نورو مسلکونو یا پېشو د ځینو لوستو او نه د ډېرى هغو عوامو خبر کوم چې په افغان طبابت دومره بې رحمه تنقید کوي چې د گستاخۍ او توهین له زُمرې هم وراوړي.

زه خبر کوم خپله له طب سره د تړلیو مسلکیانو په بېبکانه رایو چې د وطني تخصص په اړه یې لري.

یوه ډله هغه دي چې د ډېرو فردي او یو څه حکومتي علایقو او عواملو له کبله یې په کور دننه طبابت کې یا طبابت سره زړه په تنگ وي نو وایي څه

به افغانستان وي او څه به یې تخصص..!

په سوشیېل مېډیا بیا تر هر چا مخکې دوی د ډاکټر درمل هغه مشهور شعر؛ "باران د غشو اوري نه ړنگوو صف د وطن..." شیېر کړی وي او خیال کې یې هم نه راځي چې هیڅ نه دي په طرف د وطن.

دې ته هم نه گوري چې د پسندیده شعر خالق یې طب

ketabton.com - The Digital Library

همدې وطن کې وېلی، تخصص يې همدلته خلاص کړئ او اوس که په وطن نه دی هم د افغان طبابت نوم ځان پورې چسپ کړی ګرځوي.

بله ډله هغه دي چې پټ پټ يې دوه درې وارې د صحت عامې يا تحصيلاتو د تخصص امتحان ورکړی وي خو بست په لاس نه دی ورغلی نو زړګی يې هسې ډک وي او وايي د افغانستان له تخصصه ښشی نه جوړيږي چېرې به د خارج لاين رانيسو..

هلکه! دا د خارج لاين داسې مفت دی چې ته به لاړ سې او بيا به د هغوی طبي ساختار کې فېټ هم سې؟ دوی ته د قانع اکا رقم يوه کيسه يايم.

پخوا به يې د اطرافي کورونو په لړ غټو کوټو يا خونو کې له چته ښه را ټيټ د لنډې دېوال په مخ کې په اوږدو دېوالو کې پورې وورې تيران ورکړل چې "ګوګ" به يې باله.

هلته به يې اکثر اضافي او غير موسمي کالي کېښودل او لړ ډېر د ناستې او ملاستې جای به يې هم درلود.

وايي کومه ورځ يوه "تاينجاړکي" مېږه ته شوق ورغلی، ماندينې ته يې وېلي چې نن به پاس "ښملو" او... .

نو هغې ورته وېلي و چې جار سړيه! مځکه خو دې سترې کړله، پاتې ګوګ سو..!

بله ډله هغه ټېرېنيان يا متخصصان دي چې نويو فارغانو او خوارو طبي محصلينو ته يې له پامه وربدوي چې هيڅ خوند يې نسته، داخل يا بهر کې کوم بل لاين راونيسئ، دا به درته ښه وي.

ښه ډاکټر صاحب! ته چې دومره پکې تنګ يې يا وې نو خپله دې ولې رانيولی؟ کوم بل لاين خپله ولې نه رانيسې؟ يوه فارغ چې دا دومره کاله د زړه په وينو طب وېلی؛ اوس کوم کار وکړي! بل لور ته ښنګه ښِفټ سي ها؟

بله ډله هغه دي چې مالي او ذهني توانايي يې له نورو بهتره وي نو د بهترې موقعې په پار د بهر د تخصص کوشش کوي او د وطن په تخصص کار نه لري.

که دوی يې له بشپړولو روسته وطن ته راستنيږي نو ښخې زنده باد او که نه راځي خو هلته هم د افغان او افغانستان شمله هسکه ساتي بيا هم زنده باد!

البته د خارج له روغتيايي سيستم ليدلو بعد که د افغانستان د تخصص يوازې بد وايي يا صِرف آفسوس پې کوي خو مرسته يې نه کوي بيا نو نه زنده باد!

رښتيا؛ پام مو کړئ؟ د ښوونځي او پوهنځي په "لېول" هغسې نيوکه نه کېږي لکه ښنګه چې تخصص بېکاره يا آن مطلق صِفر بلل کېږي، هغه هم په داسې حال کې چې تخصص هم د همدغه افغان تعليمي ځنځير يوه کړی ده.

ketabton.com - The Digital Library

د امکاناتو د کمي یا نشتون له کبله پرته له یو څو مخصصو عملیاتونو، د سرطان شعاعو او د تَلَسیمیا یو، نیم ټېسټ او څو د ګوتو په شمار نورو معایناتو نه کوم شی دی چې افغان تخصص یا طبابت یې نسي کولی؟

که نیمګړتیاوې لري یا ډېر سهولتونه نه لري یا خارج کې نوم نه لري نو د اصلاح او بهتر کېدو لهپاره یې لیکل ولې نه کوو؟ وېډیو ولې نه کوو؟ مخامخ یې اړوندو مسؤلانو سره ولې نه غږیږو؟ چې یو له مخې خط پې راکش کاږو؛ دا مناسبه ده؟

سره له ډېر کمي او کاستي، دا دومره کلونه چې دومره ډېر ډاکټران پکې لګیا دي نو له دوی نه زه او ته ډېر پیېږو یا ډېر ویښیار یوو او دا وګڼو چې افغان تخصص مو د سویې نه دی؟

که نه دی یا نه وای نو د یوه MD او یوه متخصص په عاید کې فرق ولې دی؟ معالج ډاکټر ولې د یوه متخصص غوندې مریض نسي هېنډل کولی؟ چې ناروغ راپېښ سي اول موږ اهلِطب بیا دا نور ولس ولې د متخصص متخصص چیغې وهو؟

لنډه او اوږده یې دا چې وس مو کېږي او ځان ورته برابرولی سئ نو تخصص وکړئ، آن د ګاونډ پر جای، د افغانستان تخصص وکړئ، نن سبا هلته هم کیسې نورې او ډېرې بدلې دي.

باقي که څوک د مالي او تعلیمي کمیت او کیفیت په خاطر کوم نړیوال تخصص ته لاړ ورجوړوي نو مخه یې چا نیولې؟ ورځي دې پې! چې یو افغان هوسا کېږي، افغانستان هوسا کېږي.

ketabton.com - The Digital Library

د کتابي مطالعې په اړه مشهوره خبر چې "بېل او خپل خوند لري" په خپل جای خو د نن سبا غونډې په بېړه او چټك زؤند کې د ضخیمو هارډ ریفرېنسونو په جای بویه چې سافټ استفاده سي.

په دغه لړ کې یو ښه او مثمره اضافه Afg MedPrep Pro هم دی چې تقریباً د فرسټایډ۱ په طریقه جوړه برنامه ده.

دغه آپلیکېشن اناټومي، هیسټالوجي، فزیالوجي، پټالوجي، بایوکېمیسټري، مایکروبیالوجي او فارمکالوجي؛ مضمون‌وار او

تخصص یوازې په یوه آپ

سیستم‌وار په یوه ځانګړي سټایل سره را ټول او ترتیب کړي.

مثلاً په فزیالوجي کې حجره ګورې نو اې ټو زېډ ریډېنګ یې هم سته او چټکه ریویېو هم، خوښه دې چې خپل "ټارګېټ" یانې کنسېپټ یا ازموینې ته په کتو یې اوږده بڼه سټډي کوې او که لنډه..

د ځان ارزونې له‌پاره فلش‌کارډ هم لري او چارځوابه پوښتنې هم، چې په موقعه یا جای پر جای هم نغده چغده نتیجه په لاس درکوي او په عمومي توګه په "لیډربورډ" کې هم..

څه کم اتلس‌زره سوالونه یې "په بل مخ له ځواب سره مل" د فلش‌کارډ او څه باندې نه‌زره یې بیا "د Hint یا نقل له سهولت سره" د MCQs په بڼه را اخیستلي چې دا پورته یاد سوی ټول ریفرېنس یې تر پوښښ لاندې راوستلي.

ketabton.com - The Digital Library

یو بل خوندور فېچر یې بیا ۲۰۰پلس هغه رېنډم مفاهیم دي چې په هره طبي ازموینه کې ترې له دېرسو تر څلوېښتو سوالونه راتلی سي.

بل ډېر زبردست کار یې "پوډکاسټونه" دي چې مکمل ریفرېنس یې په ډېر هنر پکې تر بحث لاندې نیولی البته هغه هم په اینګلېش..

د وخت د مدیریت په خاطر برته په همدغه آپلیکېشن کې د مطالعې او ارزیابي ورځنی، اونیز او میاستنی ډېر ښه پلان هم جوړېږي چې خپل ټارګېټ ته به مو لېوال او پابند ساتي.

د مولایانو په اصطلاح له دغو ټولو "مزایاوو" به د "پرېمیم اېکسپس" له لارې خوند اخلئ نو اول به یې له پلې‌سټوره "پرو ورژن" ډاونلوډ کړئ او بیا به د آېپ په داخل کې د موجودو ادرسونو په ذریعه د دغې برنامې له چښتن یا صاحبِ‌امتیاز سره رابطه وکړئ او شی به په خورا "ناچیزه" نرخ پرېمیم کړئ په خیر..

رښتیا؛ د بیان آزادي هم پکې مراعات سوې وبولئ که د پوسټ او کمېنټ په خانه کې یې زموږ له خوا شریکېدونکي نظرونه او پېشنهادونه، ډېر سانسور نسي.

دغه نوښتګر آېپ تر اوسه یوازې او یوازې همدغه پاراکلینیکي ماخذونه سره را یو جای کړي او په نیزدې راتلونکي کې د "کلینیکي ریفرېنس" د ور زیاتولو "تصمیم" هم سته چې له هغې روسته یې بیا نو د اېګزېټ او کلینیکي ماخذ لرونکي تخصص لکه د تحصیلاتو او کېور لەپاره هم کارولی سئ..

او د هغو وطني یا بهرنیو تخصصي یا نورو طبي ازموینو لەپاره چې ماخذ یې تنها پاراکلینیک دی؛ هم اوس او هم بیا ډېر د کار سافټ ریفرېنس دی.

که څوک یې له امتحانه پرته د کنسپټ جوړولو په نیت ډاونلوډوي هم نو چې یوازې فرسټ‌اېډ کتاب ورسره ملګری کړي او یو ښه وېډیویي سېرېز لکه د B&B، ډېمز، صادق علي یا ډاکټر جلال هم ورسره تعقیب کړي نو ښکته به نه ګوري. اِن‌شاءالله..!

باقي؛ دغه آېپ په ټېبلېټ او آی‌پېډ کې خوند کوي او دا نور وېډیولکچرز په لېپ‌ټاپ کې، ځکه چې د سمارټ‌فون ووړ سکرین مو سترګې، زړه او ذهن ډېر ستړیوي نو امکان دې ولري چې "کیسه" درنه لا شروع شروع کې نیمګړې پاتې سي. خدای مه که..!

ketabton.com - The Digital Library

ټاپ روغتون او ټاپ تخصص

د تضمینِ کیفیت ارزؤنه هم نه ده او کومه رسمي سروې هم نه ده چې بېلابېل شاخصونه یې په نظر کې نیولي وي بلکې زما خپله مشاهده، خپل مالومات او خپل نظر دی.

چې یوه نه بلکې دوه، درې، پینځه لا زیاتې تخصصي رشتې یې په ټاپ دي نو هغو کې اولني درې روغتونونه دا کېدای سي: شهید سردار محمد داوود خان، FMIC او کېور.

که چېرې پخوانی جمهوریت یا اوسنی الشفاء روغتون شیندلی نه وای پاتې او په نظر کې نیول سوي اصلاحات یې تطبیق سوي او تر واحد چتر لاندې په یوه تعمیر کې وای نو دریم به دا و، زما لېست کې.

د نورو بیا یوه لا دوه څانگې نوم وتلي دي لکه د وزیر اکبر خان اورتوپېډي، د جمهوریت نیوروسرجري، د ایمرجېنسي ټراوماټولوجي، د میوند پلاستیک سرجري، د ابن سینا عاجل جلدي، د استقلال یورولوجي، د اندراگاندي داخله اطفال، د علي اباد عقلي‌عصبي او داسې نور.

دا پاس یې ډېرې مشهورې دي خو نورې څانگې یې هم څه کمې مؤثرې نه دي؛ بلکل یې انتخابولائ سئ چې بهتر او اول لاس مالومات یې له برحاله ټرېنیانو ممکن دي.

عصبي جراحي، قلبي‌صدري جراحي، اورتوپېډي، انټروېنشنل کارډیالوجي، پلاستېک جراحي، یورولوجي، گېسټرواېنټرولوجي، ENT او ډرماټالوجي بیا د نړۍ په سطحه د ډېر عاید تخصصونه دي چې خوشبختانه زموږ وطن کې هم سته، چې نه یې لرو او ښه آمدن لري هغه انټروېنشل راډیالوجي، راډیېشن انکالوجي، بېریاټرِک سرجري، هیپټالوجي، ایمینولوجي او کلینیکل نیوټرېشن دي.

خُلص دا چې مداخلوي، پروسیجرز لرونکي، عملیاتي او د غټو معایناتو تخصصونو کې پیسه سته او دا نور بیا ایله د گوزارې او آن خوار بلل کېږي؛ لکه عمومي داخله او اطفال، چې فېلوشېپ یا فوقِ‌تخصص ورسره ونکړئ؛ نو د شلو او پینځه دېرس زرو تر منځ معاش ته به یې ناست یئ.

دا چې نوره دونیا کې د بدن د اېنچ اېنچ له‌پاره تخصصي خدمات وده کوي لگیا دي آن تر دې چې زموږ ختیځ او لویدیځ گاونډیان ۷۰+ تخصصي څانگې لري نو موږ ته هم پکار دي چې د دې شته رشتو د تقویې او بهتر کولو تر څنگ یو څه نورې هم اضافه کړو.

"د تخصصي رشتې د انتخاب له‌پاره کوم کوم شَیونه په نظر کې نیول پکار دي؟" باندې به خبرې کوو البته بیا؛ ان‌شاءالله!

ketabton.com - The Digital Library

د صحت عامې تخصص

د کابل او ولایاتو په څه باندې ۳۰ روغتونونو کې له ۳۰ زیاتو څانګو کې تخصص لري چې هر کال د زمي شروع کې د ازموینې ملي ادارې په ذریعه سلګون ترېنیان جذبوي.

د تخصصي روغتونونو او تخصصي څانګو لېست او د امتحان ریفرېنس یې د لیکنې په آخر کې سته.

له ایګزېټه روسته مصروفه زنده‌ګي کې د دوی ریفرېنس ټکي په ټکي کَوَر کول هیڅ امکان نه لري او فکر کوم آن د پوهنځي دوران کې به څا پوره نه وي کتلي.

دغه اووه غټې غټې اینګلېش کتابونه ډېر ضخیم دي او موږ هم په دغو مضمونونو کې ماسټري یا PHD نه کوو بلکې د امتحان له‌پاره یې د "پُل" په توګه کاروو.

د دې برخې مسولانو ته هم ښه پته ده چې ریفرېنس یې په یوه کال کې د کَوَر کولو شی نه دی خو بیا یې هم خدای خبر ولې د تخصص د ماخذونو په توګه ټاکلي؟

څومره چې خبر یم د دې لویو کتابونو غټې عنوانونه او مهمې موضوعګانې لېست کېږي او بیا سوالونه ترې جوړېږي نه دا چې یو یو کتاب پانه په پانه پسې واړوي.

نو په دې لنډ تنګ وخت کې ښه لار د دغه لوی ریفرېنس غوره بدیل پیداکول دي چې د جهان په سطحه فرسټ‌ایډ او کپلان سېرېز دي.

وطني هغه یې بیا د تخصص خزانه، تخصصِ آسان او اسلمي دي چې په تېرو کلونو کې یې ښه نتیجه ورکړې خو دې پاس دوو ته بیا هم نه رسي.

او که د چا یې هم مطالعه په وس پوره وي او هم یو رقم وسواس لري چې دا نور وطني یا نړیوال جهاني بدیلونه به کار ورنکړي نو هغوی دې هماغه اووه کتابه‌یي ریفرېنس را ټینګ کړي.

خو که ها پاس بدیلونو کې مو یو انتخابوه نو یو څه ضمیمات به هم ورسره سټډي کوئ لکه فرسټ‌ایډ سره BRS فزیالوجي که داخله انتخابوئ او که جراحي پرنسِپ باندې ورځئ نو د DIMS اناټومي نوټونه خامخا ورسره وګورئ.

که تخصص خزانه ورته مطالعه کوئ نو په کوېښن بانک یې هم کار وکړئ او که اسلمي رانیسئ نو وېډیوګانې یې هم یو وار له نظره تېرې کړئ.

بل که د هر دلیل له مخې څوک سېلف سټډي نسي کولی نو چېرې دې کوم ښه کلاس جاین کړي، پیسې نه دي پرې ورکې، د ټول کېریېر خبر مو ده.

د عامې روغتیا وزارت د ترېنیانو معاش د نورو وزارتونو له ترېنیانو کم دی؛ فکر کوم په پینځم عادي بست کې یې نیسي چې په مشکله د میاشتې څوارلس ــ پینځلس زره افغانۍ جوړولی سي.

البته ځینې روغتونونه یې د موسِسو له‌خوا تمویلیږي نو معاش یې دېرس زره افغانۍ خوا و شا دی لکه په کابل

صحت‌کور Health House

ketabton.com - The Digital Library

کې انتاني شفاخانه او په ولایاتو کې د پنجشېر او هلمند ایمرجېنسي روغتونونه.

شاید یو نیم بل روغتون یې هم ښه معاش ولري خو دا خبر ده چې موسِسه لاړه نو جېګ معاش هم ورسره تللی وښيئ.

البته د ناروغانو بهیر یې ښه دی، ډېر تکړه آپډېټ ځوان ترېنران یې هم پیداکړي، نصاب او ازموینو کې یې هم تر ډېره برېده اصلاحات راغلي چې دا یې نو د یوه ترینې لهپاره ډېر مثبت نقاط کېدلی سي.

د کاندیدانو د ډېروالي او د بستونو د کموالي له امله یې

مثلاً د عمومي داخلې او عمومي جراحي لهپاره لږ تر لږه ۷۵+ نمبرې پکار وې.

دا چې داخله، اطفال، جراحي، اورتوپېډي، جلدي او سترګه ډېر خواهېشمند لري نو د ورکامیابېدو لهپاره یې ۸۰+ نومرې ټارګېټ کول او "همغسې" مطالعه اړینه ده.

دې نورو رشتو لکه انستېزي، طبِ عدلي، صحتِ رواني او نسایي ولادي کې به ۶۵+ نومرې هم کار ورکړي.

خو بیا هم د اندازې لګولو لهپاره د تېرو دوو امتحانونو

تېرو دوو کلونو کې د کامیابۍ نومره ډېره لوړه تللې؛

ریزلټ شیټ وګورئ او د یو څو رشتو د کامیابۍ لوړه

ketabton.com - The Digital Library

او ټيټه نومره مالومه کړئ چې يوه "محاسبه" په لاس درسي.

د ازمويني له نومرو اعلانېدو پس د تخصصي بست د انتخاب جای ډېر مهم دی کوم چې په معمولي غلطي له لاسه وتلی سي نو د تېر کال له شناخته او ملګرو ټرېنيانو سره يې په اړه مشوره لړ نه ډېره ضرور ده.

ايمرجېنسي روغتونونه او نور شفاخانه ازمويني نه پس انټرويېو هم اخلي او بيا د لوړو نومرو کانديد جذبوي البته نورو ټولو روغتونونو ته صِرف د تخصص د عمومي امتحان پاس کول پکار دي او بس.

امتحان پسې جوخت بيا د کاميابو ډاکټرانو د اسناندو طی مراحل کېدل پيلېږي چې ايله دوه دريو مياستو کې خلاص او بيا يې اړوند روغتون ته ورمعرفي کوي.

يادونه:

رشتې او روغتونونه مې له يادو ليکلي؛ مربوطه سايټ او پېج کې رسمي لېست نه و او د تخصص د رياست ملګري هم را و نه لېږل نو د اشتباه او کمي زياتي اصلاح يې په تاسو!..

۱. تخصصي رشتې:

عمومي داخله، اطفال، عمومي جراحي، نسايي ولادي، اورتوپېډي، عصبي جراحي، قلبي‌تنفسي داخله او جراحي، عقلي عصبي، نيورولوجي، صحت رواني، جلدي، جراعي اوعيه، ENT، انتاني، يورولوجي، نفرولوجي، هيماټولوجي، ګسټروانټرولوجي، سترګه، انستيزي، طب عدلي، اطفالو جراحي، اطفالو اورتوپېډي، پلاسټېک سرجري، جراحي سوختګی، ستوماټولوجي، راډيالوجي. ...

۲. تخصصي روغتونونه:

کابل کې:

جمهوريت (الشفا)، وزير محمد اکبر خان، اندراګاندهي (صحت طفل)، ابن سينا عاجل، ابن سينا صدري، استقلال، اتاترک، رابعه بلخي، ملالی، خيرخانه ۱۰۲ بستر، ستوماټولوجي، شفاخانه نور، صحت رواني، انتاني. ...

د ولاياتو نوملړ:

د ننګرهار، خوست، پکتيا، کندز، تخار، بلخ، هرات، کندهار، پنجشېر، هلمند، بدخشان، پروان حوضوي او ولايتي تخصصي روغتونونه. ...

3. DIMS Anatomy Notes:

https://t.me/mohsin_notes

4. Study Pattern & Materials:

https://www.facebook.com/share/p/1DpKmiKPe9/

5. Official MoPH Reference:

ketabton.com - The Digital Library

د تحصیلاتِ عالي تخصص

د لوړو زده کړو وزارت کابل او ولایاتو کې خپلو شا و خوا لسو تخصصي روغتونونو ته رسمي او ولنټیر دواړه رقمه ټرېنیان جذبوي.

تخصصي رشتې یې دا دي: د کوچنیانو او لویانو داخله؛ عمومي، عصبي، صدري، قلبي او پلاستیک جراحي، اورتوپیډي، نسایي ولادي، سترګه، عقلي عصبي، جلدي او ستوماټولوجي.

نور کله یې امتحان عموماً جوزا او سرطان کې اخیستل کېده خو سږ کال ممکن را مخکې او د واړه اختر خوا او شا واوسي.

د ولنټیر بستونو لهپاره یې عریضې د وزارت مقام او کابل طبي علومو پوهنتون نه خلاصیږي او همالته نیزدې EDC ته سپارل کېږي ځکه چې امتحان یې دوی په خپله اخلي.

ریفرېنس یې کلینیك دی او لومړي کمېنټ کې به وي خو تر ځنګ یې هغه د چارځوابه سوالونو کتابونه کتل هم بې ګټې نه دي ځکه چې ترتیب کوونکي لیکوال استادان یې ببرته د امتحان سوالونه هم جوړوي.

تېرو کلونو کې یې ولنټیر ټرېنې ته نه پیسې ورکولې نه یې ترې غوښتلې خو څه موده مخکې یې خپلو تدریسي شفاخانو ته په دې اړه مکتبونه لېږلي چې دغه را روان امتحان نه پس یې د عملي کېدو خبر کېږي.

یانې د داخله پرنسِپ ریزېډېنټ نه به د کال شپېته او جراحي پرنسِپ نه به اتیا زره افغانۍ اخلي.

البته د رسمي بست ټرېنیانو ته اوس هم هماغه خپل د څلورم عادي بست میاستنی معاش ورکوي خو ویل کېږي چې راتلونکي امتحان کې یې دغه بستونه کم سوي.

د ازموینې ملي اداري د امتحان له طریقه د جېګو نومرو کاندیدان رسمي بستونو ته معرفي کېږي.

او دا پاتې نور ولنټیر بستونه د عریضو والا ته ورکوي خو چې نومرې یې له پنځوسو لوړې وي.

مطلب دوه وارې او دوه جایه امتحان اخیستل کېږي ځکه خو زیاتره ډاکټران دواړو کې ټرایي کوي.

اوس به ځیني وایي چې "دغه" او "هغه" پکې په "فوق العاده ترتیب" لګیا دي ځکه خو داسې ډېر نومیالی تخصص نه دی.

نو هغو ته عرض دی چې د رسمي، ولنټیر او استثنایي ټرېنیانو، کریکولم، ټرېنران، مریضان، حاضري او بالاخره سیسټم ته کار کول سره یو دي.

هر چا خپلې توانایي ته په کتلو د ور شاملېدو لار غوره کړې نه دا یوه ډله ټول نابغه ګان دي او نه دا بله ډله ډېر کمزوري.

چا چې څلور پینځه کاله یو چېرې تېر کړي وي، ضرور یې ډېر څه زده کړي، ګڼ لوی او

ketabton.com - The Digital Library

واړه امتحانونه پاس کړي او يو مقام ته رسېدلي او بيا ډګري تر لاسه کړې وي.

د سويې فرق به خامخا وي مګر "د تخصص سند" له يوې "مرجعې" اخلي نو د ځان "بر" او بل "هيڅ" ګڼلو موډ به آف کړئ. پلييززز!

کوم ډاکټر صاحبان چې ناحق کنفيوز دي؛ هغوی ته:

۱. د صحت عامې ريفرېنس پاراکلينيک دی او د تحصيلاتو کلينيک. (عکس کې يې وينئ)

۲. د تحصيلاتو د رسمي بستونو امتحان NExA اخلي او د ولنټيېر خپله د کابل طبي علومو پوهنتون.

۳. رسمي بستونه کم دي او نور هم کميږي، مثلاً که تېر کال دېرس و، سږ کال به شل وي او ولنټيېر ډېر دي.

۴. رسمي بستونو ته ثبت نام کېږي چې لا نه دی اعلان سوی او ولنټيېر ته عريضې کېږي چې اوس هم روانې دي.

۵. رسمي ټريني ته دولت پيسې ورکوي او ولنټيېر نه يې دولت اخلي.

۶. ګډون دواړو امتحانونو کې کولی سئ، که رسمي بست ته راغلئ نوش‌ِجان مو که نو د ولنټيېر چانس در نه چا وړی نه دی خو چې عريضه مو کړې وي.

۷. امتحان اختر خوا و شا دی؛ خو چې اول به کوم يو وي؟ رسمی که ولنټيېر؟ دا به زر مالومه سي.

۸. ريفرېنس په دري دی البته امتحان په دري او پښتو دواړو. د داخله پرنسِپ ريفرېنس تخصص خزانې پښتو کړی. جراحي پرنسِپ پسې د پوهنتون پښتو چيپټرې او کتابونه راواخلئ.

۹.ما ته د ستوماټولوجي ريفرېنس نه دی مالوم؛ کوم برحال ټريني يا د تحصيلاتو د تخصص امريت نه يې ترلاسه کړئ.

۱۰. د نورو مالوماتو او پوښتنو لەپاره د کابل طبي علومو پوهنتون خواکې EDC يا تعليمي پراختيا مرکز ته خپله ورسئ يا بل څوک ولېږئ.

ketabton.com - The Digital Library

نظامي تخصص

د ملکي طب پوهنځي فارغان به اول نظامي MD یا بل مناسب بست کې له دوی سره مقرري اخلي بیا به یې د تخصص راروان امتحان ته شاملیږي.

او د نظامي طب پوهنځي فارغان اړ نه دي چې یو وار معالج ډاکټر بست کې دنده واخلي او بیا د تخصص جوګه سي بلکې هغوی یې راساً په ازموینه کې ګډون کولی سي.

بستونه کله کله په لویه کچه اعلانوي؛ ډېری وخت همداسې غلي پاتې وي چې محدود کسان پې خبریږي.

په ملکيوو کې هم د خصوصي طب پوهنځي د فارغانو په دندې ګمارلو ته چندان زړه نه ښه کوي، د دولتي طب فارغ غواړي.

بل یې مراجعین زیاتره اطرافي او کلک مذهبي خلک دي چې د ډاکټر سیرت او صورت ته ډېر متوجه وي نو ځکه خو یې د تقرر پروسه هم له ډېرو پوښتنو ډکه او اوږده وي چې په کلیوالي اصطلاح "د صفا کاغذونو خلک" جذب کړي.

نور نو که تاسې د دوی تشکیلاتو کې د هېواد په هره نقطه کې په دنده مصروف یئ؛ تخصص مو په کابل کې دی.

دلته د ملي دفاع وزارت، داخله وزارت او استخباراتو اړوند درې لوی نظامي روغتونونه دي چې د تخصص پروګرام لري.

اول د شهید سردار محمد داوود خان روغتون دی چې په خلکو کې په ۴۰۰بستر مشهور دی، دویم د پولیسو ۳۰۰بستر روغتون دی او بله پخوانی امنیت ملي یا اوسنی شاه غازي امان الله خان شفاخانه ده چې عوام یې د استخباراتو روغتون بولي.

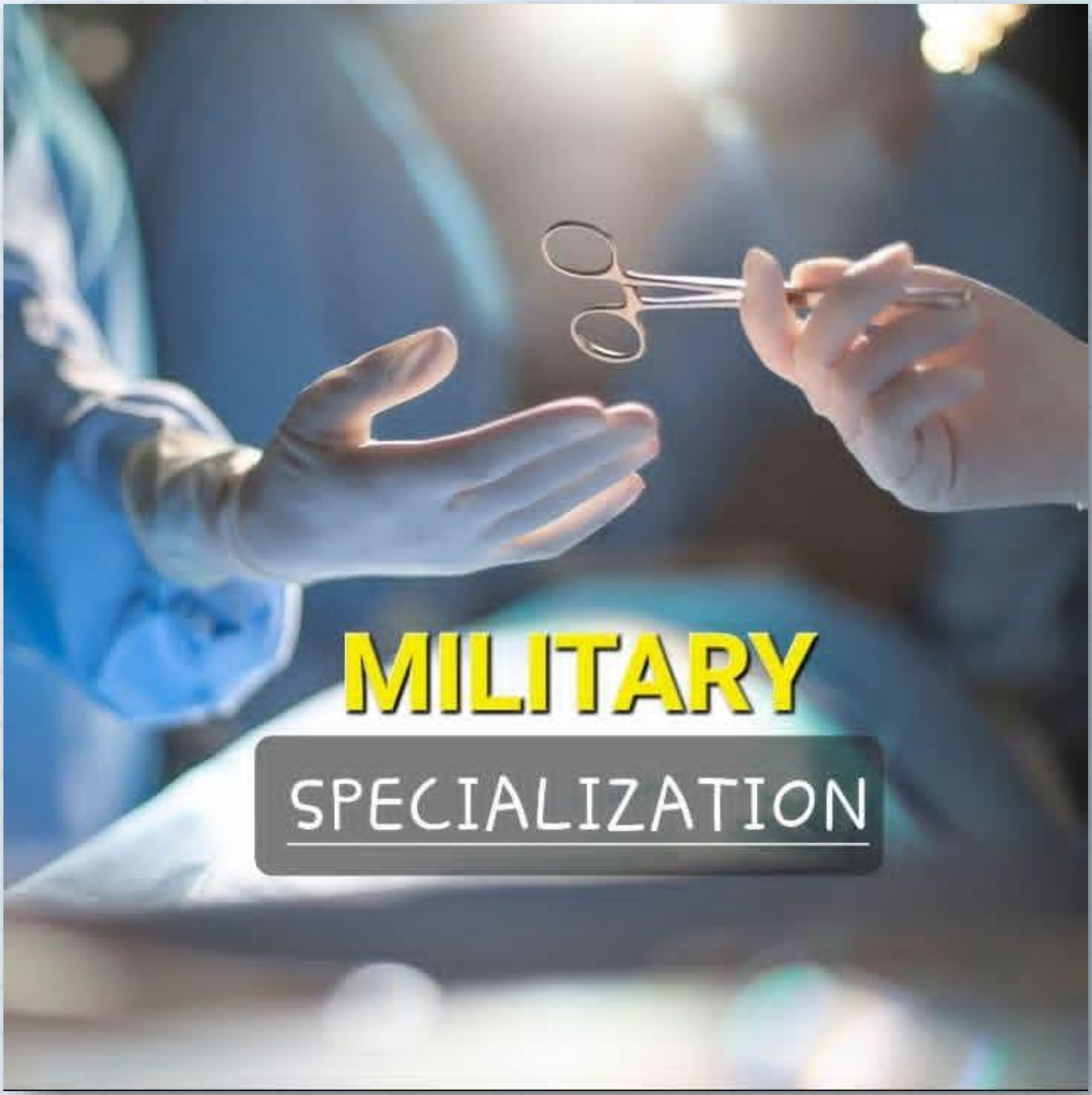
درې واړه روغتونونه زښته ډېر او خورا مستحق ناروغان لري چې زیاتره یې د لږ پرتو سیمو محروم او له جنګ او تاوتریخوالي سره مخ سوي وګړي دي.

دوی پرته له نظامیانو او کورنیو یې، ملکي مریضان هم ګوري البته په په پرایوېټ برخه کې او یا د کوم ډاکټر یا بل منسوب په واسطه د نظامیانو وخت کې.

ketabton.com - The Digital Library

چارصد بستر په یوازې ځان تقریباً شل تخصصي رشتې لري چې د دې نورو دوو روغتونو تخصصي څانګې ورسره یو جای سي او هغه مشترکه ترې ووېستل سي نو په ګډه ۲۵ ته رسي.

د صحت عامې غوندې خپلې تخصصي رشتې د ازموينې وخت کې هم په ډاګه نه اعلانوې بلکې د همدغو روغتونونو



د

تخصص له امريتونو به يې کوډ او نوم را پيداکوئ او بيا به يې تخصص ته نوم ليکنه کوئ.

يوه نيمه رشته يې که له صحت عامې کمه وي، کمه به وي، که نه نور يې دغه لېست سره يو دی، تېر پوسټ پسې وګورئ.

ketabton.com - The Digital Library

ریفرېنس یې هم هماغه د عامې روغتیا وزارت د تخصص ماخذونه دي او امتحان یې هم ورسره یو جای د NExA له لوري اخیستل کېږي.

تخصص یې ښه دی په ځانګړې توګه د ۴۰۰بستر هغه خو یې ښخې بهترین دی او د کامیابي چانس هم پکې ډېر دی ځکه چې کاندیدان یې کم او بسترونه یې ډېر وي.

چې ۶۰+ نه تر اویاوو پورې نومرې ټارګېټ سي نو داسې یې وګڼئ چې بست تر لاسه کوئ ځکه چې دوی د پنځوسو خانه کې نومرو باندې هم کامیابان لري نو ترې ور جېګې نومرې خو ښځې "سېف" دي، په داسې حال کې چې په دغومره نومرو د صحت عامې تخصص کې ډېری ګډونوال بې نتیجې کېږي.

د ۴۰۰بستر او استخباراتو د روغتون معاش همدا شل زره خوا شاه دی او د پولیسو د شفاخانې داسې لږ ترې کم دی.

د طبي تجهیزاتو، لابراتوارونو او درملو له پلوه هم ښه مجهز دي او دغې ځانګړتیا یې د ټرینې لاس ډېر ازاد کړی چې په ډاډه زړه معاینات هم توصیه کړي، پروسیجرز هم اجرا کړي او نسخه کې یې هم قلم سټاپ نسي.

دغه روغتونونه یو محدودیت دا لري چې پرسونل یې خپله هم د رسمیاتو وخت کې د ملکي روغتونونو غوندې ازدانه وتلی را وتلی نسي او خپلوان او ملګري یې هم بې رابطې او بې پوښتنې نسي ورته راتلی.

او بل یې دا دی چې فارغ متخصصان یې یا په ټوله کې نظامي ډاکټران بیا په ملکي دولتي بستونو کې په آسانۍ نه استخدامیږي البته د لویو بستونو لهپاره لږ او ډېر استثنات لیدل کېږي.

له دې ور ها خوا هرې نګاه نه بهترین تخصص دی چې د چا ورته زړه وي نو لاس په کار دې سي چې له نسبتاً ښې MD دندې سره یې را روان تخصص ته هم لار پیدا کړي.

ketabton.com - The Digital Library

پرایویټ تخصص

فرانسویان، ایمرجېنسي، کېور او ایرینا سلیمي هغه خصوصي روغتونونه دي چې د تخصص ډېر زبردست پروګرام لري.

کېور جلا ریفرېنس او امتحان لري البته د دې نورو دریو بیا له عامې روغتیا وزارت سره یو شی او یو جای وي.

د کوچنیانو او لویانو د جراحي، داخله اطفال، فیمیلي میډیسن، اورتوپېډي، نسایي ولادي، راډیالوجي، پتالوجي او انستیزي تخصص ځانګې لري.

ایرینا سلیمي له امتحان روسته انټرویېو نه اخلي او دا نور ټول یې اخلي، جدي یې اخلي او په انګلېش یې اخلي.

انټرویېو کې کېس ډِسکشن او اداري مکالمه وي چې نومرې یې د تحریري امتحان له نومرو سره جمع کېږي او یو ټاپ ډاکټر بست ته معرفي او نور ریزرف چانس یا د بل امتحان ټراي کولو ته منتظر کېږي.

مطلب که امتحان کې کامیاب سوي وئ نو ډایرېک په سوشیېل مېډیا زیري مه کوئ، لږ انټرویېو ته معطل کېږئ چې بست هم ترلاسه کوئ او که نه!

د دغو روغتونونو د ناروغانو بهیر، تجهیزات، تخصص کوالټي او د ټریني معاش آن د ګاونډ له ښو ښو روغتونو سره پنجه وهي.

اوس به وایئ چې هغه څنګه؟ هغه داسې چې ټرینې ته له شلو تر پینځه ویست زرو افغانیو معاش ورکوي؛ دا دې یوه.

مراجعین یې ډېر او شتمنه طبقه ده او اوس زیاتره هغه معاینات هم پکې کېږي چې په دولتي او نورو خصوصي شفاخانو کې یې د نشتون له امله مخکې بېرون تګ غوښته.

ټرېنرانو کې یې بهرنیان هم سته او خپله افغان ټرېنرانو یې هم یو یو بهرنی امتحان پاس کړی یا فوق تخصص که نه وي فېلوشېپ خو ضرور لري.

نو یو ریزیډېنټ نور څشي غواړي؟ خو ښه معاش، ښه ټرېننګ او زیات او لږ په اقتصاد جوړ ناروغان چې په معایناتو او نسخه کې یې غلی غلی نه کېږي.

ketabton.com - The Digital Library

دا پاس څلور واړه روغتونونه زښتي ډېرې تعليمي برنامې لکه سيمينارونه، ورکشاپونه او کنفرانسونه هم لري او فرانسويان خو د ځينو رشتو ټرېنيان د کراچۍ اغا خان روغتون ته هم د يو څه وخت لهپاره لېږي.

موقعې نه په استفادې به يادؤنه وکړو چې څو نورو هغو خصوصي روغتونونو سره چې تقريباً د تخصص معيار پوره کولی سي؛ د دولت له خوا ولې خبر نه کېږي؟

هم د دغو روغتونونو نوم او نښان ورسره ښه کېږي او هم به د دولتي روغتيايي سيستم يو څه بوج کم سي چې يو پنځوس شپېته نور MD ډاکتران هم په خصوصي سکتور کې د ټرېنيانو په توګه استخدام سي.

د کېور او فرانسويانو د پتالوجي د تخصص او قلبي فوقِ تخصص په اهميت او ضرورت هم خبر پکار ده البته بيا؛ انشاءالله!

ketabton.com - The Digital Library

آلراونډر تخصص

که څوک د ښار له زړه تنګونه لرې اطرافو کې طبابت کول غواړي نو ممکن "فیمیلي مېډېسن" یې غوره انتخاب واوسي چې تر فراغته روسته یې د "فیمیلي فزېشن" په توګه "آلراونډر پرېکټېس"کولی سي.

د دغه تخصص موده په ګاونډ او نوره نړۍ کې دوه کاله، درې کاله او څلور کاله ده خو په وطن کې تر دې دمه "درې"کاله ده او یوازې کېور روغتون یې لري او بس.

ټرېنې یې په څلور "مېین" رشتو یانې عمومي داخلې، اطفالو، جراحي او نسایي ولادي کې شپږ شپږ میاستې تېروي.

او نور روټېشنونه یې لکه ایمرجېنسي، التراساونډ، انستیزي، ENT، عقلي‌عصبي، نیورولوجي، سترګه او OPD بیا مالومې تقسیم سوې درې، دوه او یوه میاست وخت اخلي.

نور لوی او واړه زده‌کړه‌ییز پروګرامونه، اضافي درسونه، تیوري او عملي کلاسونه، سیمینارونه، کنفرانسونه او ورکشاپونه هم لري خو متاسفانه ټرېني بستونه یې عموماً کم دي.

تېر کال یې له تحریري ازموینې او انټرویو روسته ایله اته که لس تنه ټرېنیان دغې څانګې ته جذب کړي وو خو دا چې سږ کال به امتحان اعلان کړي او که نه؟

ketabton.com - The Digital Library

نو مالومات به يې د تحصيلات عالي وزارت د تخصص له ازموينې روسته، د لوی اختر خوا و شا کېږي.

د تخصص د کوالټي تر څنګ يې د ټريني معاش هم له نورو ډېرو روغتونونو ښه دی، فکر کوم دغه شل ــ دوه ويست زره افغانی دی.

د عامې روغتيا وزارت د ريفرېنس برعکس د دوی هغه کاملاً کلينيکي دی، لږ او ډېر پاراکلينکي ټچ شايد ولري.

فرسټ‌ايډ CK هم ورته کتلی سئ او خپل مخصوص کتاب Swanson's Family Medicine Review يې لاګېږور دی.

د هر بست له‌پاره د تحريري ازموينې ټاپ نومرې وړونکي، درې کانديدان، د مصاحبې له‌پاره انتخابوي چې صِرف "يو" يې د تحريري + انټرويو د مشترکه لوړو نمبرو په اساس بست ته معرفي کېږي.

په انټرويو کې د دوو پينځلس نومره‌يي نيم نيم ساعته لانګ کېسونو د ډيسکشن خوا کې د "منابع بشري" لس نومره‌يي پوښتنې او مالومات هم وي؛ البته په اينګلېش، چې خيال مو وي.

دغو څلوېښتو نومرو سره د ليکَني امتحان نومرې د "شپېټو" له مخې جمع کېږي چې ټاپ کانديد تخصص ته شامل او پاتې به کال ته ټرايي کوي که "ريزرف" يا "خالي کېدونکی" سېټ ورته پيدا نسو.

که د چا ورته زړه وي نو د امتحان د ماخذو تر څنګ دې په اينګلېش او کمپيوټر هم کار وکړي ځکه چې ډېری ټرېنرانو يې د اينګلېنډ د تخصص يا يو ــ نيم بل بهرنی امتحان پاس کړی نو ټرينيانو سره هم زياتره په اينګلېش مشغول وي.

اخر کې به دا وايم کاشکې دغه تخصص په دوو دريو نورو روغتونونو کې هم وای ځکه چې فارغ متخصصان يې په لرې پرتو کليو، ولسواليو او ولايتونو کې سخت په درد لګيږي.

ketabton.com - The Digital Library

د عامې روغتيا ماسټري

له MD روسته يې چې معالجې ته زړه نه وي خو په روغتيايي چاپېريال کې پاتې کېده غواړي او هغه هم په ښو پوزيشنونو نو د عامې روغتيا له ماسټري يانې MPH دې نه تېرېږي.

په نوره نړۍ کې يې ډيورېشن يو کال هم وي، دوه هم سته او له درې تر ځلورو هم؛ ځکه چې بڼې يې مختلفې دي لکه حضوري، انلاين، فول ټايم او پارټ ټايم.

خو په افغانستان کې ځلور سيميسټره يا دوه کاله ده چې د کابل د طبي علومو پوهنتون، افغان نړيوال اسلامي پوهنتون او کندهار پوهنتون کې کېږي.

په دغه پروګرام کې اپيډيمولوجي، حياتي احصايه، صِحي پاليسي او مديريت، تغذيه، د مور او ماشوم روغتيا، د روغتيايي مالوماتو سيستمونه او حرفوي چاپيريالي ټولنيزه او نړيواله روغتيا ښودل کېږي.

درسونه يې له رسمياتو پس وي، په اونۍ کې درې ځلور ورځې

ketabton.com - The Digital Library

وي خو په پښتو او دري کم او په اینګلېش زیات؛ ځکه چې ریفرېنس او ځینې استادان یې بهرنیان دي.

د سیمیسټر مجموعي فیس یې ۲۵زره افغانۍ دی او امتحان یې په کال دوو کې یو وار د لوړو زده کړو وزارت او خپله د مربوطه پوهنتونونو د سایټونو او سوشیل مېډیا له لارې اعلانیږي او د ازموینې د ملي اداري له خوا اخیستل کیږي.

ازموینه یې په اینګلېش ده، سل سواله یې مسلکي وي او پنځوس د اینګلېش له لغتونو، ګرامر، پارټس آف سپیچ، زمانو/ فعلونو او اکټیف او پیسیف وایس نه راځي.

اصل نومرې د مسلکي ځوابونو دي خو د اینګلېش برخه هم کردار لري او دا پې مالوموي چې امتحان ورکوونکی په دغې بهرنۍ ژبې د زده کړې زور لري او که نه؟

بل غم یې دا دی چې بستونه یې ډېر کم دي، ټول دېرس وي، په هغو کې هم اته بسته د تحصیلاتو د پوهنتونونو او روغتونونو کادري استادانو/

د عامې روغتیا په اړه ښه خبر بیا دا ده چې په کور دننه یې د دوکتورا پروګرام هم لرو چې افغان نړیوال پوهنتون یې وړاندې کوي او د سیمیسټر یې ۶۰زره فیس اخلي.

دوکتورا ته بیا د MPH غوندې هر د صِحت‌عامې لسانسه، متخصص ډاکټر، معالج ډاکټر، ډېنټیسټ، نرس، فارمسېسټ او ټیکنېشن امتحان نسي ورکولی.

دوکتورا ته په معالج ډاکټرانو کې هغه MD یا MBBS مني چې د پینځه کلنې تجربې تر څنګ "Publishing" هم ولري یا یې یو وار ماسټري کړې وي.

او متخصصانو کې بیا هغه قبلوي چې یا یې ماسټري کړې وي او یا یې د پاکستان د MD/MS غوندې ریسرچ لرونکی تخصص کړی وي.

ټرېنراتو ته ځانګړې سوي وي او دوه بسته دولتي کارمندانو ته او پاتې شل موږ او تاسو ته..!

د کابل او کندهار ریفرېنس سره یو شی دی تقریباً؛ البته یو جای په دري او اینګلېش دی او بل جای په پښتو او اینګلېش.

خو دواړه جایه په اصل کې له Park's کتاب نه را اخیستل سوی؛ ځینې فصلونه یې هماغسې اینګلېش پرېښودل سوي او ځینې یې ترجمه کړي خو باید ټول په هماغه اینګلېش وکتل سي چې بیا په امتحان کې مشوېش نه یئ.

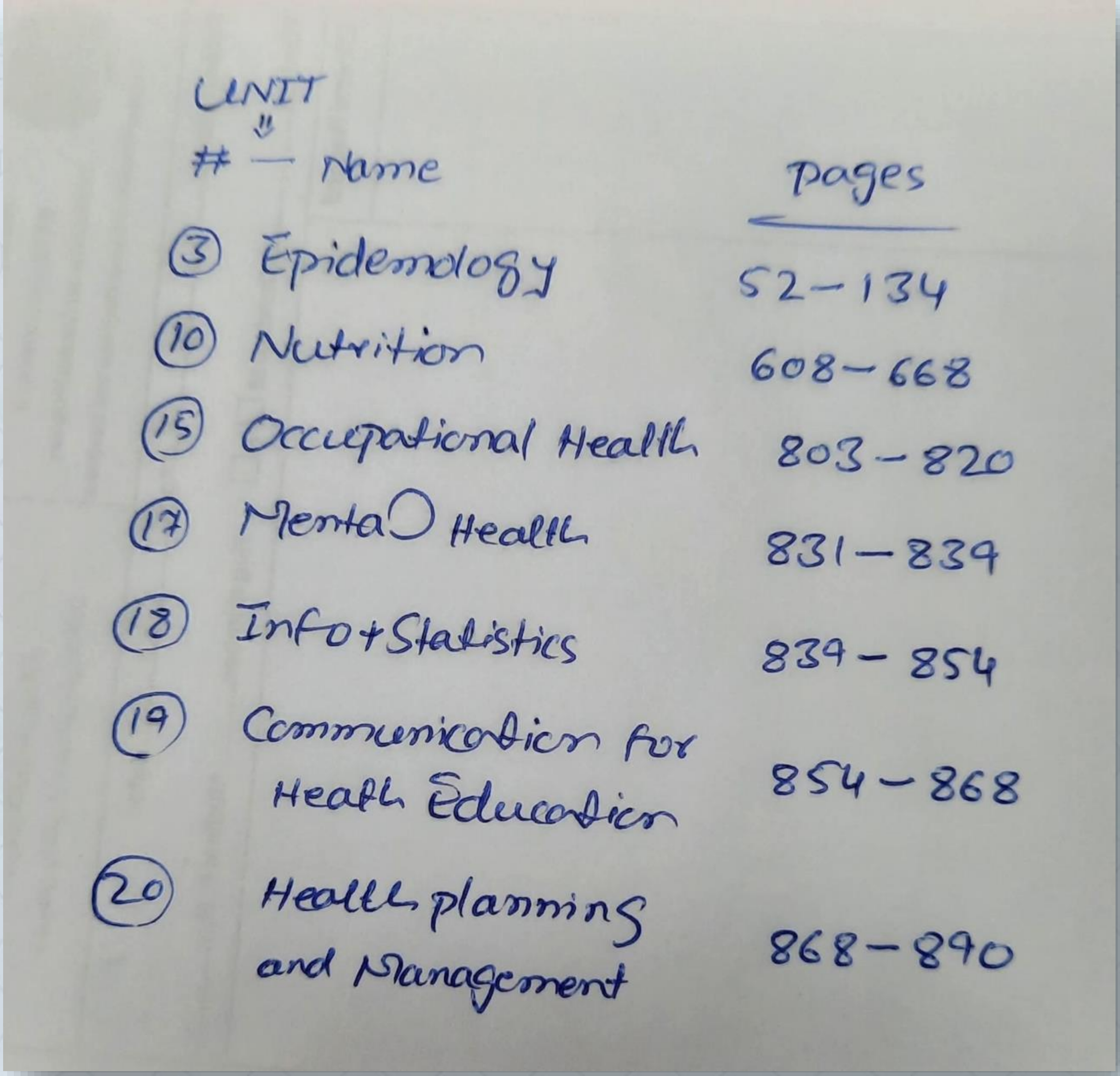
چا ته چې له سِتاژه پس نور کلینیکل پرېکټېس خوند نه ورکوي یا وایي چې د افغانستان تخصص نوم نه لري یا سوچ کوي چې ښه ذریعه‌آمدن نسي کېدای یا یې دونیا نه مني نو ماسټري او دوکتورا خو مني کنه؛ بېغمه پې ورځئ.

زه یې بیا دوو ډلو ډاکټرانو ته ریکُمېنډؤم؛ یو هغو متخصصانو

ketabton.com - The Digital Library

ته چې رشته یې چندان ډېر پروسیجرز، ډېر معاینات او غټ معاش نه لري.

بل د هغو معالج ډاکټرانو لهپاره



UNIT

# — Name	pages
(3) Epidemology	52–134
(10) Nutrition	608–668
(15) Occupational Health	803–820
(17) Mental Health	831–839
(18) Info+Statistics	839–854
(19) Communication for Heath Education	854–868
(20) Health planning and Management	868–890

نو د MPH په مټ کولی سي چې په آسانۍ یو چېرې آمر، اِنچارج، شیف، سرطبیب، رئیس، د پلان او پالیسي جوړونکی، لوی رئیس او آن د معین او وزیر مشاور سي چې له کلینیکي دندې زیات عاید لري.

بهترین انتخاب دی چې له اېگزېټه روسته د "لنډمهاله" زده کړو په واسطه د "غټو بستونو" په تلاش کې وي.

ketabton.com - The Digital Library

دوی د MPH په زور هم د دولت، هم د خصوصي سکتور او هم د موسسو نړیو نړیو آمریتونو، ولایتي او مرکزي ریاستونو، د پروژو مدیریت، سروې، سرویلانس، واکسین، تغذیې او د ساري او غیر ساري ناروغیو غونډې مهمو او د جېګ معاش لرونکو بستونو ته ځان جوړولی سي.

لنډه او اوږده یې دا چې د عامې روغتیا ماستري او دوکتورا مو هم خپل "ستېټس" در جوړوي او هم د ناروغیو په مخنیوي او کنټرول سره "درَست بشر" ته ډېر لوی خیر رسوئ.

نو ښه په ډاډه زړه او کلک هوډ یې وکړئ..! د ځان لهپاره..! د وطن لهپاره..! د جهان لهپاره..! بِتَوْفِيقِالله..!

یادونه:

دوکتورا تازه شروع سوې، مستقل ریفرېنس به یې بل امتحان کې مالومیږي، خو د ماستري هغه Park's Textbook of PREVENTITIVE & SOCIAL MEDICINE نومیږي، طبي کتابخانو نه یې که هارډ اخلئ او دا د عکس ریفرېنس څېرکي یې ګورئ او که PDF یې له ګوګله ډاونلوډوئ او مربوطه برخې ترې ځانته چاپ او بیا ستډي کوئ!

https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://milonm28.wordpress.com/wp_content/uploads/2017/08/parks_preventive_social_medicine_23rd_ed.pdf&ved=2ahUKEwjNgsr0ktaTAxUTRPEDHWCPL8wQFnoECCEQAQ&usg=AOvVaw1fqii8noRhBQVuKSLlMPQu

ketabton.com - The Digital Library

د نظري تغذيې ماسټري که د کلينيکي؟

کال يا دوه شاوخوا به کېږي چې کابل کې د تغذيې ماسټري شروع سوې خو له دې پروګرام نه د Nutritionist په توګه فارغېږئ چې کاري ساحه مو بيا هومره پراخه نه ده که څه هم تنخوا يې زياته وي خو زياتره جايونه به يې دندو ته "ترتيب" لټوئ.

که تاسې MD يئ او د تغذيې له زده کړې سره علاقه لرئ يا دا د کم عايد وظيفو زړه در خوړلی وي او په دې لټه کې وئ چې يو دوه کلن "شی" لولم تر څو وخت مې هم کم ولګيږي پې او "سکوپ" هم ولري بيا نو د تغذيې "کلينيکي پروګرام" يو غوره آپشن دی.

که د بهرنيو هېوادونو د پسرلنيو او خزاني داخلو وخت کې لږ پلټنه وکړئ نو زياتره پوهنتونونه د تغذيې د ماسټري مکمل وړيا يا هم څو سلنه رعايت لرونکي سکالرشيپونه اعلانوي چې دا يې هم يوه بهترينه لاره ده.

بله لار يې په خپل لګښت باندې ويل دي چې هغه هم لږ لټون غواړي تر څو پوهنتون او روغتون يې معياري او داخله او فيس يې نسبتاً کم وي تر څو يې وس ولرئ.

که سکالرشيپ نه پيداکېږي بيا مو نو په همدا خپل مصرف زده کړې له مخې دي چې په وطن دننه MD له‌پاره متاسفانه ايران او پاکستان ښه انتخابونه دي.

په دغو هېوادونو کې مختلف پوهنتونونه د تغذيې MS او MPhil ياني دوه کلن د ماسټري پروګرامونه لري چې په خپلو تدريسي يا ورسره تړليو نورو روغتونونو او روغتيايي مرکزونو کې ټرېننګ هم درکوي او د کلينيکي يا معالج نيوټرېشنېسټ يا Clinical Dietitian په حيث ور نه فارغېږئ.

چې کاري ساحه يې بيا له نيوټرېشنېسټ نه ډېره پراخه ده ځکه چې دوی د پوهنتون له کلاسونو سره سره روټېشن او عملي ټرېننګونه هم اخستلي وي ځکه خو نيوټرېشنېسټ ته Clinical Dietitian نسي ويل کېدای.

يو معالج د تغذيې ماسټر کولی سي چې په پوهنتونونو کې د تغذيې ټولګي هم تدريس کړي، د تغذيې په دولتي او موسساتي بستونو کې هم کار وکړي، روغتونونو کې هم دنده واخلي او خپل د تغذيې کلينيک هم پرانيزي.

دوی په روغتونونو او کلينيکونو کې د ماشومانو، امېدوارو مېرمنو، زړو ناروغانو، شکر لرونکو، په سرطان اخته‌وو، د زړه بيمارانو، د ښتورګو مشکل لرونکو، چاغو او خوارو وګړو ته ډايټ تنظيموي او سُپلېمنټ او ځينې درمل توصيه کوي.

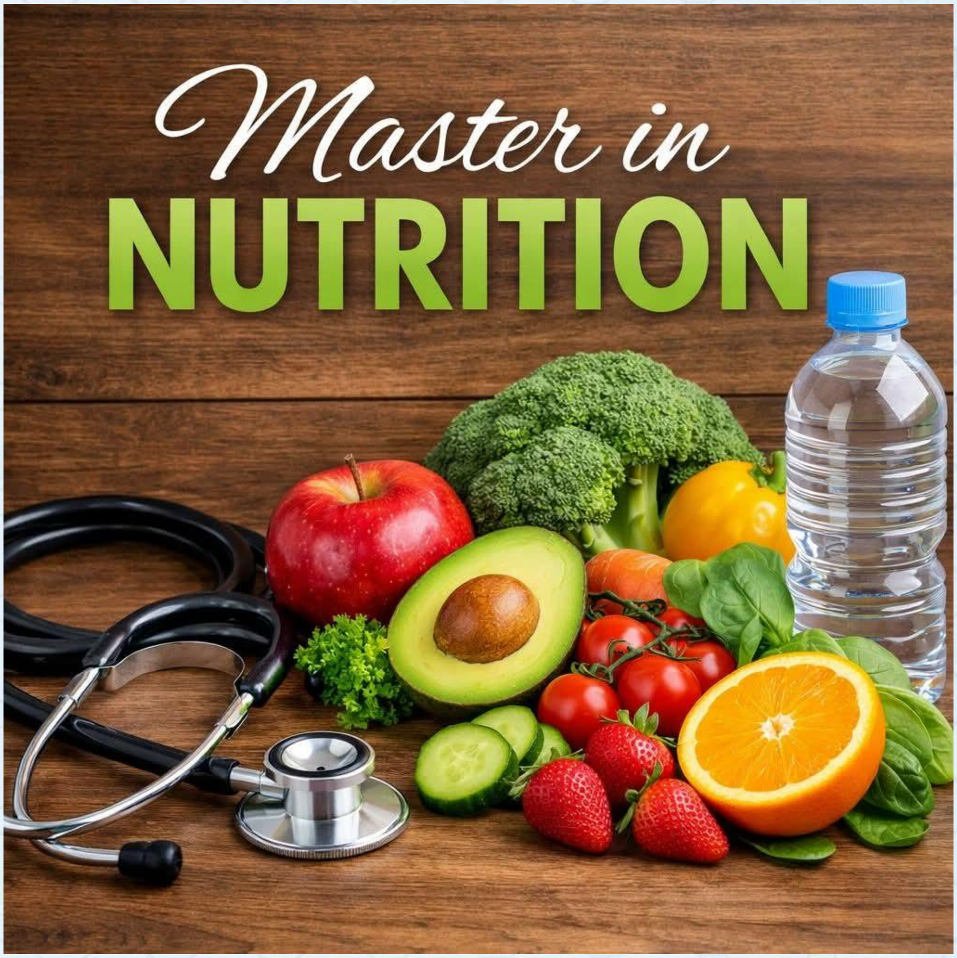
صحت‌کور Health House

ketabton.com - The Digital Library

دغه راز لوبغاړو، جیم کوونکو او نورو ورزشکارانو ته د فېټنېس مشورې او لارښوونې هم ورکوي او درملنه یې هم کوي.

تر دې ور هاخوا که یو چا په یوه بله څانگه کې د تخصص تر څنگ د تغذيې معالجوي ماستري کړې وي نو خپلو مريضانو ته به دا زموږ د طبي چاپېريال له روايتي پرهيز لکه ګرد او سيګرېټو نه څان ساتل، غوړ او مالګه نه خوړل او مېوو او سبزې ته کش ورکولو پر ځای د تاريخچې، تشخيص او وس مطابق سم سيي ډايټ او احتياطي تدابير ورښيي.

بله دا که چا ببخي بل تخصص هم نه وي کړی بلکې يوازې د تغذيې ماستر وي نو دندې نه يې دريري څکه چې تغذيه نن سبا آنلاين هم سخته کش کې ده.



دوی کولی سي چې په فېسبوک، ټيکټاک، يوټيوب او بل هر موثر پليټفارم باندې د فېټنېس، ورزش، چاغښت، بدني کمزوري، جنسي کمزوري، شکر، فشار، قلبي ناروغيو، د هډوکو او بندونو د مشکل، د ګُردو ناروغي، ذهني بېماريو او نورو صحي ستونزو د درملنې او حل لهپاره د تغذيې زده کړې په کار راولي.

د عايشه ناصِر په نوم د تغذيې يوه ډاکتره ده د هغې يوه مرکه مې اورېدله؛ ويل يې، دا ډېر وخت کيږي چې آن خپل کلينيک را نه پاتې څکه چې ډېر زيات انلاين آپوائنټمنټس لرم او د سوشيل مېډيا لهپاره د تغذيې کنټېنټس جوړوم.

ketabton.com - The Digital Library

په خبره يې چې ښه پيسه، شهرت او قدر مې هم پيدا کړي او ښه پکې خوشاله يم، آن تر دې چې زړه مې نه کېږي له دې ايسته يې تر څنګ کوم بله رشته ولولم.

په ټوله دونيا کې نن سبا د تغذيې پروګرامونه، هغه يې که ماسټري ده، که يې ډيپلومې دي او که يې نور لوی او واړه ټرينينګونه دي، ببخي په فاريو کې دي ځکه چې په عاميانه اصطلاح ښه بازار لري.

تاسې وګورئ کنه، اوس مهال ګومره ډېر مرضونه او روغتيايي کمزورۍ د غير صحي خوراکونو، بسيار خورۍ او کم کارۍ له وجې پيدا او مخ په ډېرېدو دي.

هغه که چاغښت دی، که مردانه کمزوري ده، که ډيپرېشن دی، شکر دی يا فشار دی او که د سرطان غوندې مرګونی مرض دی، که د کلشېمو، نورو مينرالونو او ويټامينونو کمی دی او که عمومي خوارځواکي او نورې بدني کمزورۍ دي.

رښتيا زموږ په وطن کې بدبختانه د تغذيې تخصص او ماسټري يا لږ تر لږه شپږ مياشتنی يا يو کلن ډيپلوم لرونکي ببخي د ګوتو په شمار دي يا هم که ووايو چې ببخي نسته نو مبالغه نه ده.

دم ګړی د کابل پوهنتون د تغذيې ماسټري هم غنيمت ده که څه هم چې عملي درسونه او ټرېنېنګونه نه لري.

ځکه چې فارغان يې که درملنه نسي کولی خو د دولت، موسسو او نورو خصوصي بنسټونو له لارې تغذيې نه د راپيښو ستونزو لکه د غير صحي او ناموثرو خوراکونو او ورنه پيدا کېدونکو کمزوريو، ناروغيو او عموم کې د تخريب لږ او ډېر مخنيوی يا وقايه خو به وکړي.

خدای دې وکړي چې په خپل وطن کې که دولتي وي او که خصوصي؛ خو د تغذيې کلينيکي تخصص، ماسټري او نور اغيزمن او ګټور پروګرامونه ولرو.

تر څو د خوارځواکۍ او تغذيوي مرضونو غوندې لوی او په بحران اوښتونکي مشکلات مو لږ تر لږه را کم خو سي.

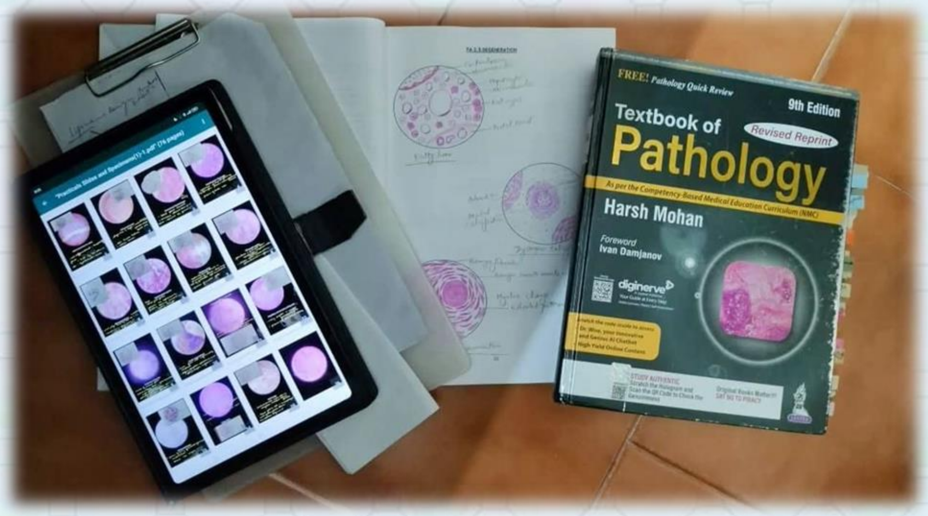
ketabton.com - The Digital Library

د تخصص او ماسټري کُمبينېشن

له مريض او پايواز سره يې چې مخامخېده ډېر نه خوښېږي، رشته يې ښه "سکوپ" هم ولري او د "بهر" په ممکنه چانس کې هم آساني غواړي نو په "پتالوجي" دې ورځي.

کېور او فرانسويان يې ښه زبردست تخصص لري، د کېور امتحان اکثر سرطان اسد کې وي او د فرانسويانو له صحت عامې وزارت سره يو جای د زمي سر کې.

د کېور لهپاره Swanson's او فرسټايډ CK کتلی سئ او د فرانسويانو خو هماغه د صحت عامې ريفرېنس دی.



دواړه روغتونونه د يو بست لهپاره له دريو ــ دريو کانديدانو انټرويو هم اخلي، نومرې يې له ليکَني امتحان سره يو جای کېږي او بيا يو ټاپ تن ټرېنينګ ته جذبوي.

البته بستونه يې کم وي، فکر کوم دغه د لسو او پينځلسو په شاوخوا کې وي خو معاش يې بيا ښه دی، د مياستې داسې ۲۲ او ۲۵زره افغانۍ ورکوي.

نو يو رېزيډېنټ کولی سي چې يوازې په يوه معاش د کابل طبي علومو پوهنتون د پتالوجي د ماسټري بسته يو سيميسټر ووايي.

څوک چې د پتالوجي د تدريس تجربه ولري يا د پتالوجي برحال ټرېني وي نو له نورو يې چانس ډېر دی.

سږ کال يې امتحان تېر سوی، کال ته چې څوک د پتالوجي تخصص انتخابوي نو په ماسټري دې هم غور وکړي.

ريفرېنس يې ببېسک + پتالوجي دی او د کابل طبي علومو پوهنتون خوا ته د "EDC" دفتر نه ترلاسه کېدای سي.

دېرس نفره جذبوي خو د تغذيې او عامې روغتيا د ماسټرۍ په نسبت يې ثبتِنام کم وي نو آن د پنځوسو او شپېتو په خانه کې نومرو باندې هم زياتره وخت چانس لګيږي.

ketabton.com - The Digital Library

درس يې په اونۍ کې درې ورځې وي هغه هم يو ساعت او له رسمياتو روسته؛ چې له روغتونه راووځئ نو ښه په طبيعت پوهنتون ته هم رسېږئ او چېرې که نوکريوالي لرئ، هلته هم.

اوس به وايئ چې ولې يو شی نه؟ يا ماسټري يا تخصص؟ کمبينېش ولې؟ ګټه يې څه ده؟

ګټه يې دا ده که بېرون ځئ او تخصص مو قبول نسي نو ماسټري به طبي لايسېنس نه د بچ کېدو، دندې او مخ ته نورو زده‌کړو له‌پاره وکاروئ او تخصص د تجربې په توګه.

په وطن کې مو هم د تدريس، تحقيق او صِحي مديريت په برخه کې د ښو دندو چېښتنان کولی سي، هم په دولتي او هم خصوصي سکتور او هم موسساتو کې.

بل، تاوان يې څه دی چې يو څوک زړه ورته ښه نه کړي؟ خو نه وخت ډېر پې لګيري او نه پيسې..

ټرېني/ متخصص يې په مرسته مونوګراف ښه ليکلی سي، تحقيق به ښه وکولی سئ او نړيوالو ژورنالونو کې د مقالو په نشر به د پتالوجي له لويو لويو ټولنو او غټو علمي ستو سره بېل په لاين کې سي.

او ماسټر يې که تخصص کوي يا وکړي نو ايله به يې دا د څلورو سيميسترونو درس عملي شکل واخلي.

باقي که چا ته د دغه کُمبينېشن هېنډل کېده سخت ښکاري نو يو شی دې وکړي خو دا دې په نظر کې ونيسي چې د ماسټري "سکوپ" سته خو فرصتونه يې نسبتاً کم دي البته د تخصص بيا ډېر دي او عايد يې هم ډېر ښه دی.

خو دا چې په وطن کې د بستونو تنوع کمه او ترلاسه کول يې سخت دي نو ښه ده چې دواړه وسي، په مرسته به يې تقريباً هر پوزيشن ته جوړ راځئ.

هغه که د پوهنتون استادي ده، که چېرې سروې يا تحقيق وي، که آمريت يا مديريت وي، که د لابراتوار چلول وي، که طبِ‌عدلي سره کار وي او که کوم کلينيک او يا هم روغتون کې کلينيکل پرېکټېس وي.

پتالوجي هم له ويني، هم نسجونو او هم د بدن مايعاتو سره سر و کار لري ځکه خو تقريباً ټول ډيپارټمنټونه سيمپلې ورلېږي نو چې لږ‌ډېر ښه وسايل ولري، لږ‌ډېر دقت وکړي او لږ‌ډېر ښه راپور ورکړي نو متخصص يې په کم وخت کې ډېر نوم پيداکوي. بِفَضْلِ اللهِ..!

ketabton.com - The Digital Library

کاش زموږ تخصص هم نوم لرلی!

ډاکټر سهيل خان اندړ په جنوبي پښتونخوا ــ کوټه کې اول د آريا په نوم يو های لېول روغتون جوړ کړ بيا يې ورته د پاکستان او اينګلېنډ د تخصص اجازه واخيستله.

د ISO او ISQua له نړيوالو سازمانونو يې د غوره روغتيايي سيستم، بهترين مديريت، اعلي طبي خدماتو او د ناروغانو د خونديتوب اعتبار يا سند بېل واخيست.

روغتون سره تړلي نرسنګ سکول، فېلوشېپس او ګڼ لابراتوارونه فعالول او منظم چلول يې پې د پاسه.

له داخلي او بهرنيو روغتونونو او پوهنتونونو سره يې د همکارۍ، مفاهمت، زده کړو او ټرېنېنګونو تړونونه خو يې له حسابه وتلي.

نو يو سړی چې په يوازې ځان دومره لوی او کم ساری کار کولی سي نو يو لوی دولتي ساختار څنګه نسي کولی چې خپل تخصص ته نوم پيداکړي.

افغانستان کې د عامې روغتيا وزارت خپل تخصص لري، د لوړو زده کړو وزارت خپل، داخله وزارت، دفاع وزارت او استخبارت خپل او خصوصي سکتور خپل.

ketabton.com - The Digital Library

ښه نه ده چې د دې ټولو د تخصص بشپړولو رياستونه، آمريتونه او مديريتونه لکه د پاکستان د CPSP يا د انګلېنډ د NHS او Royal Colleges غونډې د يوې ادارې تر چتر لاندې سره را يو جای سي او د ټول هېواد د تخصص چارې له يوه ادرسه مخته يوسي.

اول زموږ تخصص ته د FCPS يا MRCP غونډې د نوم چاره وکړي او بيا يې نصاب، ټرېننګ کوالټي او سټنډرډ ته کار وکړي او له هغې روسته يې نړۍ سره په منلو او قبلولو خبر وکړي نو ته وايه بده به وي؟

زاړه ټرېنران هم په يوه طريقه د ارزيابي له پراسېسه تېر کړي او نوي خو مطلق داسې ځوانان راولي چې د طبي پوهې تر څنګ يې اينګلېش او کمپيوټر سکېلز او نورو تخنيکي او تخصصي سافټ او هارډ پروګرامونو چلولو ته ګوته و نه نيول سي.

ټرېنيانو ته هم د اينګلېش، کمپيوټر، ډېټا، سروې، تحقيق او مديريت برنامې برابرې او يو کال ډيورېشن ورته وټاکي او پای کې يې يو مخصوص ډيپلوم هم ورکړي چې په راتلونکي تعليمي او وظيفوي سفر کې يې له حققو ګټه واخلي.

تخصصي روغتونونه ډېر کړي او په هر يوه کې د موجودو تخصصي څانګو لپاره مربوطه ضروري شارټ کورسونه او فېلوشېپس برابر کړي چې يو رېزيډېنټ ډاکټر يې له وخت ضايع کولو او لرې تللو پرته په همدې خپل روغتون کې وکړي؛ خير دی داسې برابر فيس دې هم ورته وټاکي!

او تر ټولو ضرور د ټريني ډاکټرانو په معاش غور کول دي چې د زياتېدو لپاره يې د ترتيب او تاديې لازمې لارې ولټول سي تر څو د پارټ ټايم دندو او د خصوصي صِحي سکتور د شپنيو نوکريواليو د پيداکولو او کولو په جای د خپل ټرېننګ لپاره په خپله سټډي، خوب، خوراک او ورزش ښه فوکس وکړي.

دغسې نور په لسګونو څه په سلګونو موارد دي چې زموږ ټرېنيان او متخصصان يې په زړونو او ذهنونو کې ګرځوي؛ ګوندې اصلاح او بهتر سي.

دولت ته څه سخته ده؟ زه خو وايم تر دې به لا ښه سوچ ورته ولري يا وکړي؛ تاسې څه وايئ چې و به سي او که نه دا به يو ارمان پاتې سي؟

ketabton.com - The Digital Library

د کابل خصوصي طب نه د لندن تر ماسټري سفر

کابل کې د یوه روغتون مشر په خبرو خبرو کې ترې اورېدلي و چې خصوصي طب یې خلاص کړی نو ورته وېلي یې و داسې وایه چې له سلماني فارغ یم.

دغه MD خوان اول صِرف او صِرف زرو ډالرو باندې د اینګلېنډ ګاونډ ته د یو میډیکل ټرېنېنګ لپاره لاړ او اوس یې لندن کې د ماسټري لاین روان کړی.

وایي د ټرېنېنګ دوران کې مې یوه ورځ پرېزېنټېشن ارایه کاوه چې د یوه ایراني ټرېنر ډېر خوښ سو او له همدغه جایه زه او دی سره هم‌کلام او د نورو زده کړو لپاره د سکالرشېپ یا سپانسر په ترتیب جوړولو اخته سولو.

وطن کې په دې دنده نه ورکول کېده چې د خصوصي پوهنتون فارغ دی او په بهر کې نه د ټرېنېنګ د اپلای او نه د ماسټري اپلیکېشن کې ترې تر نن تاریخه چا پوښتنه کړې چې دولتي طب دې وېلی او که خصوصي؟

ربښتیا د کمپیوټر، اینګلیش او د پرېزېنټېش د باجراته او ښایسته وړاندې کولو او د افغان او بیا مهاجر نوم زور ته ګوره چې په پردي وطن کې یو پردی سړی درباندې دومره مهربانیري چې د Warwick او Queen Mary غوندې معتبرو دولتي پوهنتونونو کې درته د فري داخلې کوشش کوي.

او ټرېنر چې واقعاً ټرېنر وي بیا نو ستا "قوت" ته په کتو د Med Education For HealthCare Professionals ډیپلومه او ماسټري درته وړاندیزوي چې په وسیله یې راتلونکي کې د خپلې طبعې کارونه یانې طبي استادي، ټرېنري، صِحي رهبري او د نصاب اصلاح وکړای سې.

دغه کیسه به درته بیا وکړم چې بهرنی ټرېنېنګ یې څنګه پیدا او بیا جاین کړ او د ماسټري پروګرام ته یې څنګه لار ور برابره کړله.

اوس یوازې دا ویل غواړم چې د خصوصي او دولتي طب دا چټي بحث د افغانستان او پاکستان غوندې هېوادونو کې دی؛ نوره دونیا کې دا کیسې نسته.

خالي چې ټرانسکرېپټ او هاوس‌جاب سرټیفیکېټ دې تحصیلاتو کې کُنده ولري، خارجه وزرات تاید کړي وي او پوهنتون دې دونیا پېژندلی وي نو بیا دې چېرې چې زړه وي؛ هلته ټرېنېنګونه او زده کړې کوه.

وطن کې د دولتي طبي او روغتیایي اسنادو نوم په ډېره ناانډوله توګه دومره "رومېنټیسایز" سوی چې ډېرې خلک یې بېخي "مانیک"کړي او خصوصي طب ورته هسې خوسې شی ښکاري.

په داسې حال کې چې همدا د خصوصي طب زیاتره منتقدین خپل ماشومان په خصوصي مکتبونو کې داخلوي، کورسونه شخصي پې وایي، درملنه په خصوصي سکتور کې کوي او دغسې د زوند نورو ډېرو چارو ته

ketabton.com - The Digital Library

يې هم شخصي او خصوصي لاین رانیولی وي.

خو چې خبره د خصوصي طب پوهنځي سي ایسته به ډزې شروع کړي او دا به یې سترګو ته نه دریږي چې محصل او بالاخره ډاکټر یې وچ د خپل جیب په زور فارغیږي نه د سرکار په بودیجه.

او بیا دا د اېګزېټ، تخصص او ماستریو امتحانونه څه وړکی، کمزوری یا غیر معیاري فِلتر دی؟ او یو دولتي طب فارغ ترې وځي که نه خصوصي هم؟

په هر حال؛ هغه د دوی فېورېټ دولتي طب نه چې فارغ وي او دولتي روغتونونو او کلینیکونو کې یې خدمت ته ناست وي نو هلته تر ټولو ډېر ترې ببرته همدوی سر ټکوي، کله یې له رویې، کله یې له خدماتو او کله پې بله کومه ملاحظه لري چې دا ولې ها؟

نړۍ کې خو اصلا دا بحث له سره مطرح نه دی بلکې دواړه ورته یو شی دي که د خصوصي فارغ دی او که د دولتي طب پوهنځي.

ټولنیزو رسنیو کې چې دې بهرنیو پوهنتوني او روغتوني زده کړو ته د افغان MD ډاکټرانو د ورکامیابېدو زیري ګورئ نو له کوم یوه مو مالومات کړی چې چا خو به ورنه د خصوصي او دولتي کومه پوښتنه نه وي کړې؟

نو دلته په وطن کې د خصوصي طب او فارغانو په اړه یې دا دومره "چه میګویا" او کم نظر څه مانا؟ دې خصوصي طب ته چا اجازه ورکړې؟ هغو یې په پایلو او عواقبو هیڅ سوچ نه دی کړی؟

که نه خپله "خیالي دونیا" او "اېګو" مو د خصوصي سکتور په ځانګړې توګه خصوصي طب په اړه ذهن کې دِ دومره "تضاداتو" ساتلو ته مجبوروي؟ لکه د چارراهي عبدالحق مازیګر... .

ketabton.com - The Digital Library

د تخصص په اړه "رېښتم" خیالات

د تخصص به یوه اداره وه، یو به تخصص و، یو به یې ریفرېنس و او په کال کې به یې دوه وارې امتحان اخیستل کېده د سرد سېرو او گرم سېرو سیمو د طب پوهنځیو له فراغت سره سم.

رښتیا اول به اېگزېټ و، بیا تخصص، تر منځ به یې میاست دوه وخت و چې کامیابان د اسنادو کار سره را خلاص کړي او د تخصص نوم لیکنې ته په شرایطو برابر سي، ورپسې بل اېگزېټ او بیا بل د تخصص هم په همدغه ترتیب...

که هر هر ولایت کې تخصصي روغتون نه وای نو په داسې ولایتونو کې خو به ضرور وای چې د دوو دریو گاونډېو ولایتونو ښه ورسره کېدای او چې له اوله وای د هغو به تشکیل پراخېده.

ketabton.com - The Digital Library

د روغتیا نړیوال سازمان وايي چې د ۱۰٬۰۰۰وګړیو لپاره باید له ۴۰ تر ۴۵ روغتیامسلکي لکه متخصص، معالج، نرس او قابله موجود واوسي چې زموږ په وطن کې د همدغومره ولس لپاره بیا ابله ۱۰ کسه لګیا دي، هغه هم ټولو ولایتونو کې یو برابر نه.

نور صِحي پرسونل په جای پریږدئ؛ سوچ کوئ چې زموږ وطن کې یوازې متخصصانو ته څومره ضرورت دی؟ کله مو فکر کړئ؟ که نه؛ د کابل، جلال اباد، هرات، مزار او کندهار ښار متخصصان وینئ نو فکر کوئ چې پکتیکا، غور، بامیان، زابل، بدخشان او نورستان کې به هم همدومره وي؟ نه هیڅکله نه..!

نو څکه خو به مو تشکیل پراخوه؛ اوس که ټول ټرېنیان ۴۰۰۰+ او ټرېنران ۵۰۰+ وي، دا به هر کال زر او سل زیاتېدل چې څو کاله پس که د WHO سټنډرډ ته نه وای رسېدلي، ور نیزدې خو به وای.

د کمېت تر څنګ به د کیفیت په خاطر داسې کېدل چې د دولتي او خصوصي طب پوهنځي نصاب به یو و، هغه هم په اینګلېش، تشریح دې یې خیر په ملي ژبو هم کېدای او کانکور به هم د ګاونډیو د MDCAT غونډې وای، په ساینسي مضامینو به پکې ډېر فوکس کېده.

یوه جلسه به د پاراکلینیکي سیمیسټرونو په سر کې جوړېدای بله د کلینیکي؛ چې محصل پکې خپل ریفرېنسونه، د مطالعې مېتودونه او د امتحان ټرېکونه یاد کړي وای..

سِتاژ ته د معرفي کېدو وخت کې به فارغانو ته درې ورځنۍ سیمینار دایرېده چې د راروان پوسټ‌ګریجوېټ سفر ممکنه لوړې ژَورې او حل لارې به یې پکې زده کولې..

اېګزېټ ته به د فرسټ‌اېډ ون او CK غونډې کتابونو نه د مشخصو موضوعاتو یو "ګډوله" ریفرېنس جوړېده، پاراکلینیک او کلینیک دواړه به پکې وای چې هم به یې د سِتاژ په راونډ او ویزېټ کې ګټه ورته کولی او هم به یې د NMLE لپاره ماخذ وای.

همدغه مشترک ماخذ نه به بیا "کلینیک" معاف کېده څکه چې تخصص کې یې هسې هم ورسره سر و کار وي، یوازې "پاراکلینیک" به د تخصص د امتحان د ریفرېنس په توګه ټاکل کېده، خو له اېګزېټه لږ ضخیم او ډېر فوکس به په اناټومي، فزیالوجي، پټالوجي، مایکروبیالوجي او فارمکالوجي وای..

د تخصص دوران کې ریفرېنس خو هسې هم مالوم دی او په اینګلېش دی خو دا چې د اینګلېش لېول نه د ټولو ټرېنیانو ښه دی او نه د ټولو ټرېنرانو؛ نو چاره به یې داسې کېدله چې محصل به آن د طب پوهنځي اول کال کې "روزانه" ټیک ۱۰۰ دقیقه‌یي ساعت د اینګلېش اخیسته چې بیا یې په پورته سیمیسټرونو، سِتاژ او ټرېنېنګ کې

ketabton.com - The Digital Library

اینګلیش روان دوان وای او ټرېنر نه خو به لکه د آیېلټس او ټافل غونډې یو "وطني" سند هم غوښتل کېدای بیا به خپل بست ته معرفي کېده..

او د کمپیوټر خو به سوال نه پیدا کېده چې د چا نه وای زده..! د لېسې دوره کې، محصلي کې، سِتاژ کې او د تخصص پېل کې، هر جای به پوښتنه وه چې د یو شاګرد/ ممکنه طبي محصل او ډاکټر خو لږ تر لږه د ټایپینګ، ورډ، پاورپواینټ او انټرنېټ سکېلز ټایټ او رایټ وای..

بل د تخصص د امتحان ورکونکي (آینده ټرېني) عمر چې له څلوېښتو کلونو څلور ورځې او د نوی ټرېنر چې له پنځوسو کلونو پینځه ورځې او د برحال ټرېنر چې له شپېتو کلونو شپږ ورځې هم زیات وای نو یو به د تخصص امتحان ته نه شارټ لېست کېده، بل د ټرېنري او بل به چېرې مشاوریت یا هم کور ته لېږل کېده..

د ټرېني معاش به له شلو زرو افغانیو شروع کېده، کال په کال به ډېرېده او د فراغت په کال به له دېرش‌زرو بېخي کم نه وای او د ټرېنر د معاش شروع به بیا له څلوېښت زرو کېده چې د زیاتېدو لەپاره به یې د ناروغانو، ټرېنیانو او په ټوله کې د روغتیایي سیستم په ګټه مختلف "ټاسکونه" پوره کول بیا به یې معاش هم درجه په درجه جیګېده..

یوه بله خبر به هم وه هغه دا چې ټرېني، متخصص او ټرېنر به لکه د شاهي دورې د عسکري غونډې د اړتیا له مخې هرې ساحې ته پرته له چون‌چِرا لېږل کېده خو امتیاز او بود و باش به یې هیڅ کمی نه لاره..

دغو او نورو په مخه راتلونکو اصلاحاتو ته د "ولسمشری" له دورې زیات وخت نه ورکول کېده، په دغه بهیر کې به وخت په وخت د طبابت او تخصص د سټنډرډ نړیوالو ادارو سره همغږي کېدله چې بالآخره به زموږ تخصص هم د جهان په کچه پېژندل کېده او یو ښه البته قابلِ‌بحث نوم به ورته غوره کېده؛ مثلاً MS_AFG یا د افغانستان مېډیکل سپېشلایزېشن..!

البته هغه وخت چې یا مې په نورو خبر چلېدای یا خپله سره له همفکره ملګرو او یو څه تکړه همکارانو په واک کې وای؛ فې‌الحال یې یو لېونی سوچ وبولئ..! متاسفانه..!

ketabton.com - The Digital Library

بهر کې د طبي زده کړو امکان

نغده چغده شوږه چې ورته لري او ښه پخه اراده يې کړې وي نو هغوی ته هيڅ نه ده سخته لکه پېريانو ته چې غزنی څشی نه دی.

اقتصاد يې چې کمزوری يا ايله د ګوزارې وي نو هغوی دې د خارج شوق نه کوي بلکې وطن کې دې يو لاين روان کړي.

ځکه چې اوسنيو حالاتو کې قرض‌حسنه هم چندان ښه نه پيدا کېږي او دومره ډېر پوله پټی او ګانه هم څوک نه لري.

او که لري يې نو د بهرني لاين له‌پاره يې خرڅلاو ته د کور د مشرانو قانع کول هم څه آسان کار نه دی.

بل نن سبا که بهر کې د هر رقم طبي زده کړو ترتيب جوړوئ نو امتحانونو، انټرويېو او د اسنادو پراسېس ته به يې ګاونډ ته ځئ.

نورو نه نه يم خبر خو د ايران او پاکستان د ويزې او ټکټ له‌پاره د تور بازار معامله د "سفيد پوشو" کار نه دی.

باقي که د هر بېروني تخصص، ماسټري يا کوم بل يو کلن دوه کلن ټرېننګ سوچ مو ذهن کې ګرځي نو يو وار يې د مصارفو پوښتنه له هغه چا وکړئ چې تيار پکې لګيا دي.

مقصد د زده کړو له خياله او خارج کې يې د رښتيا کولو له‌پاره هلته د قدم تر اېښودو لس ــ دولس زرو ډالرو نه نېولې تر شل- پينځه ويستو پورې ښه سيي له زړه وباسئ.

او د چا چې د دې دومره ډېرو خرچو دې اوږدو پروسو ته وس نه کېږي نو د افغانستان تخصص، ماسټرياني او دا واړه واړه ټرېننګونه يې په مخ کې دي.

د عامې روغتيا وزارت تخصصي شفاخانې له ډېرسو زياتو رشتو کې تخصص لري.

تحصيلات عالي وزارت هم په کابل او ولايتونو کې له لسو زيات تخصصي روغتونونه لري چې رسمي او ولنټيېر دواړه ټرېنيان قبلوي.

دفاع وزارت، داخله وزارت او د استخباراتو مرکزي روغتونونه هم ښه زبردست تخصص لري.

ketabton.com - The Digital Library

او دغو دریو جایونو ته که د چا زړه وي نو اول دې د دوی مربوط یوه MD بست کې ځان مقرر کړي، کال ته یې د تخصص امتحان کې پخپله شاملېدای سي.

فرانسویان، اتاترک، کېور، ایرینا سلیمي او ایمرجنسي روغتونونه بیا د ښه تخصص تر څنګ ریزیډېنټ ته تر نورو زیات معاش هم ورکوي نو چې خبر يئ پې.

دغه راز د اولیه مرستو، رواني روغتیا، اپیډیمولوجي، التراساونډ، اېکو، جلدي، انډوسکوپي، کولونوسکوپي او کارډیالوجي فېلوشېپس، ډیپلومې، ټرېنېنګز او فوق تخصص هم وطن کې سته که لږ پسې وګرځئ.

ابو علي ابن سینا طبي علومو پوهنتون، افغان نړیوال اسلامي پوهنتون، کاتب پوهنتون، هرات، بلخ او کندهار پوهنتون او ځینې نور پوهنتونونه د طب اړوند د ماسټریو او آن دوکتورا پروګرامونه لري.

ما ته چې مالومې دي هغه د تغذیې، پتالوجي، سایکالوجي، مالیکولي بیالوجي، مایکروبیالوجي، طبي ټکنالوجي، ټولنپوهنې، MBA او عامې روغتیا ماسټري او PHD برنامې دي.

ممکن نور ښه ښه پروګرامونه هم واوسي چې زما په علم کې به نه وي خو که تاسې یې ولټوئ نو ضرور یې پیداکوئ.

په کور دننه همدا آپشنې دي چې د شتمن فارغ تر څنګ یې په وس کې لږ کمزوری MD هم ټرای کولی سي.

پاتي سو مالي امکانات لرونکي ډاکټران؛ نو هغوی خو د خپل امتحان او سفري پراسېس لهپاره د نیزدې ګاونډ په جای لږ لري هم ورته تلی سي.

تر څو په امریکا، اروپا، استرالیا، خلیج او نوره نړۍ کې خپل خوبونه په حقیقت بدل کړي.

روستۍ یې دا چې څوک د خارج ترتیب نسي کولی نو په خپلو خیالونو او د یو او بل په تمو دې ځان ته دوکه نه ورکوي.

بلکې په دې خپل وطن کې دې د خپل کېریېر جوړولو لهپاره یوه چاره ولټوي.

نور نو دونیا ده او د چا هم ټول ارمانونه نه پکې پوره کېږي او بیا د افغانانو خو به څه وایو نه!

خیر دی که په دومره ډېرو وطندارانو کې زه او ته هم د خپل یوه ارمان نه رژیده د زړه په کوم کونج کې پټ کړو.

اروابناد صابر وایي:

زمونږ لوی لوی ارمانونه

زمونږ سترګو کې اوبه شي

هله لاس مې په زړه کېږده

چې دَ ځانه دې زړه ښه شي

ketabton.com - The Digital Library

د تحصیلي شرکت له لارې طبي سفر شروع کړو؟

بِردار اسلامي مُلك! سره مو لارې لا نه وې ترل سوې او میډیکل ویزې هم آنلي فار ون ویزېټ نه وي بلکې بیا بیا به یې تللی سوې.

نو دی هم دوه ځله اسلام اباد ته لاړ چې په اوله پېره یې VFS سره اسناد جمع کړل او په دویمه پېره یې د بهر ویزه ترې راوړه.

دا درته د همغه MD ځوان کیسه کوم چې څه موده مخکې مې یې د لندن د ماسټرۍ د سفر جریان لیکلی و.

د دندې جای یې د ظرفیت لوړونې په برخه کې له یوه نړیوال روغتیایي بنسټ سره همکاري لرله چې دی یې له نویو پروګرامونو د ایمېل په ذریعه خبرېده.

خپل بېکګراونډ او اسنادو سره جوړ یوه ټرېنېنګ ته یې اپلای وکړله او کامیابه سوه چې د پراسېس لهپاره یې دوه وارې ګاونډ او جاین کولو ته یې "شېنګن اېریا" ته لاړ.

دغه تحصیلي او مشاورتي شرکتونه یا کنسلټېنسیانې هم زیاتره "په خپله مخصوصه طریقه" بهرنیو طبي، روغتیایي او نورو مختلفو سازمانونو سره د ایمېل له لارې وصل وي چې په مټ یې له تازه "خارجي چانسونو" خبرېږي.

او بیا د همدغو چانسونو لهپاره مو اسناد پراسېس کوي؛ که ویزه راغله ښه تر ښه که نه نو د "بیانیې" او نورو خیالي نومونو باندې درنه اخیستل سوې او "بېرته نه واپس کېدونکې" پیسې خو به سرې کړي.

زموږ زیاترو چې له لټنې او پلټنې یا تجسس او کُنجکاوي سره دزې وي نو خود به بیا دغسې شرکت په شرکت ګرځو چې چېرې د خارج لاین برابر کړای سو.

زه د دوی د کار او د خدماتو د فیس اخیستلو مخالف نه یم هغه که هر څومره ډېر اخلي؛ زما یې له طریقې یا یې که لږ واضحه ووایم ګنګېې یا فراډ سره مسله ده.

دوی خارجي طبي ټرېنېنګونو یا د کوم پوهنتون روغتیایي رشتې ته ور شاملېدل ښه باغونه کړي او موږ بیا دغه وخت کې په زړه کې د یوې پټې خوشالۍ له وجې په دې نه پیبږو چې په راسره کېدونکي ټړون کې یې څه رقم تخنیك وهلی.

کار چې ونسي او اکثر کېږي هم نه؛ نو بېرته چې خپلې "په سوال پیدا کړې" پیسې ترې غواړې نو ایسته به ستا لخوا امضا سوی قرارداد درته راواخلي.

چې ته یې وګورې نو خپله به هم قناعت وکړې او که درېمګړی ته یې ور وړې نو هغه به هم درته ووایي چې یاره خو دې متن ته خو به دې کتل کنه.

ketabton.com - The Digital Library

بیا نو ګرځئ چې نه ترې خپلې پیسې اخیستلی سئ، نه یې وهلی او خوړولی سئ او نه عریضه پې

کولی سئ.

ځکه خو بیا بیا وایم چې د اینګلېش، موبایل، کمپیوټر او

انټرنېټ سم زده کول پکار دي چې لږ تر لږه یو چېرې خو اپلای پې وکړای سو.

خیر که کوم جای بندېدو نو بل نه به پوښتنه وکړو چې په هغه لاره تللی وي

یا له موږ ډېر بلد وي.

ketabton.com - The Digital Library

خپله له دوو دریو ملګرو سره یو وخت جلال اباد او کابل کې کنسلټنسي په کنسلټنسي ګرځېدلی یم چې ډېر یې صِرف "وهنې" ته ناست ول؛ هغه هم داسې چې خدای که پې شک او رک هم سئ.

ځکه خو له دولته غواړم چې د دغو شرکتونو اسناد یو وار وګوري چې په "څومره وخت" کې یې "څومره خلکو" ته د بهر خدمات "په موفقانه توګه" مخته وړي؟

رښتیا یو وار دې له هغو سره په خپله هم وغږیږي چې دوی یې بهر ته د لیږلو دعوه لري!

او د هغو لهپاره دې هم د شکایت او عریضې کولو یو چېنل رامنځته کړي چې د شرکتونو لخوا لوټل سوي.

اوس به وایئ چې ټول دغسې نه دي لکه ته چې وایې؛ دا زه هم منم چې ټول به چل ول نه کوي خو زیاتره یې صِرف او صِرف "ماهرانه غلا" ته ناست دي.

نو که څوک په وطن یا بهر کې له کومې نړیوالې صِحي موسسې سره دنده لري یا کوم معتبر روغتیایي سازمان سره څه تړاو لري نو د هغوی له زده‌کړه‌ییزو فرصتونو د خبرېدو لهپاره وخت په وخت خپل Gمېل ته سر ورښکاروئ.

دغو جایونو ته د اپلای ځواب ډېر کله ځکه هم مثبت راځي چې په اعلان یې یوازې د دوی ایمېل سره تړلي خلک خبریږي.

او د کومو خبرتیاوې چې په ټولنیزو رسنیو او سایټونو کې راغلې وي نو د هغو متقاضیان ډېر وي چې د خارج شوق پوره کول ډېر سختوي.

اخېر کې طبابت سره تړلیو ټولو درنو روغتیاپالانو ته د پېښوریانو په خبر "ریکوېسټ" کوم چې د خپلو روغتیایي او طبي زده کړو د سفر کیسې ضرور شریکې کړئ تر څو د ور پسې نورو مزل لږ آسانه سي. آباد اوسئ!

ketabton.com - The Digital Library

ګاونډ ته په طبي زده کړو پسې لاړ سو؟

پاکستان کې د تخصص په اړه خو دې پوستې کړی و خو اوس وایې چې نه مې ده درته خوښه، مه ځه، دا څنګه خبر سوه؟

دا د یوه مرګري ډاکټر کمپلیمېنټ و، ما وېل راځه دلته به هم لږ پې وغږیږو چې ولې مې د نه تلو ورته ووېل.

دا سمه ده چې ما ویلي مریضان او تجهیزات یې ډېر دي، ټرېنران یې آپډېټ دي او د ټریني معاش یې هم نسبتاً ښه دی.

او یو ریزیډېنټ ډاکټر له خدایه څشي غواړي؟ خو همدا څلور خبرې او تخصص ته لږ آسانه داخلېدل.

د نورې نړۍ تخصصونو ته په کتو د افغانانو لهپاره دا یوازینی ادرس و چې تخصص ته یې شاملېده هم دومره سخت نه ول.

څکه خو هر کال زموږ سلګونو ډاکټرانو د دوی د تخصص لهپاره ټرای کوله او په لسګونه ورکامیابېدل هم.

خو اوس حالت نور دي، هلته برحال افغان ټریني ډاکټران او میډیکل سټوډنټان لږ وغږوئ چې څومره یې زړه ډک دی.

د ویزو له نشتونه، د معاشونو له ځنډېدو یا نه ورکړې، د طبي شورا له نویو پالیسیو او پابندیو یې، د پولیسو له تنګولو او د هغه چاپېریال د رویې له یو دمي تغیره.

یو پاکستان خو نه دی، دا بل ګاونډی هم همداسې دی، اېران درته ښیېم، هلته هم حالت څه کم خراب نه دي.

دوی دواړه زموږ داسې همسایهګان دي چې نه مو ورسره لګیږي او نه مو ترې رغیږي خو خدای دې نور موږ د دوی له احتیاجه خلاص کړي.

د اېران د تخصص په اړه زه مالومات نلرم البته ماسټریو، فېلوشېپس، ډیپلومو او فوق تخصص ته ډېر افغانان ورتلل څکه چې له نورې دونیا یې امتحانونه او داخله اسانه او خرچه کمه وه.

اوس هلته هم د دوی د خپل او هم موږ سره د خراب وضعیت له کبله څومره چې زه خبر یم ډاکټران هغسې زړه نه ور ښه کوي لکه مخکې چې و.

د ویزو او زمیني لارو د سختي او بندښت او د هوایي ټکټیونو د ګرانی به یې څه نه وایو، هغه خو ټولو ته مالوم دي چې تور بازار کې به پسې ګرځې.

اوس به وایئ چې د نه ورتلو راته وایې خو دا هم ووایه چې څه وکړو؟ کومه بله لاره سته؟

و به کړئ دا چې خپله آمادهګي او خواري به نه پرېږدئ او هماغسې سخته او د نړیوال ریفرېنس مطالعه کوئ.

ګوندې تر ګاونډه ښه جای کې د زده کړو زمینه درته برابره سي نو مخکې له مخکې به ورته تیار یئ.

ketabton.com - The Digital Library

او که د کوم ډاکټرصاحب د اسنادو څه پراسېس وي چې ګاونډ ته تګ ترې غواړي نو خپله يې هم وينئ چې څه رقم حال مو دی ورسره...

يا خو لږ معطل او منتظر سئ لا له دغو دوو پرته د دې نورو ګاونډيانو خوا ته کوشش وکړئ که څه سور يې نيوه.

باقي دا چې څنګه د ګاونډ په طبابت خپله تکيه او د ډېرو وطندارانو افراطي باور را کنټرول کړو؟

نو په دې اړه ډېر بحث کېدای سي چې وخت په وخت به يې ستاسې مخته راوړو.

ketabton.com - The Digital Library

نړیوال تخصص ته به څنګه ځو؟

دې "مارچ" کې یې چې د امریکا تخصص ته لار موندلې یا MATCHED سوي، ارقام به یې ورو ورو مالومیږي چې د کوم وطن ډاکټران پکې ډېر دي.

البته تېر کال په څه کم لس‌زرو IMGs یا له امریکا دِ باندې طب فارغانو کې، چې د امریکا ریزېډېنسي ته قبول سوي وو، ۱۰۰۰+ د پاکستان تبعه وو.

زموږ له دعوه ګیرو افغاني/ پښتني سیمو یا پښتونخوا سره پاکستان خپل نفوس ۲۴۰ میلیونه حسابوي او موږ د ازاد افغانستان وګړي بیا ۴۰ میلیونه یوو.

نو که دغه حساب ته یې واړوې باید چې ۱۸۰ کسه افغان ډاکټران هم د امریکا تخصص ته ور کامیاب وای چې فې‌الحال ۱۸ هم نه دي.

سږ کال هم "تر دې دمه" یوازې د پېښور د طب پوهنځیو ۱۵۰ فارغ ډاکټران ور کامیاب سوي، ایسته پاکستان او بیا هېند خو بېخي یادوه مه.

د دوی په دومره ګڼ شمېر کامیابي مې نېت نه دی بد بلکې خپل بد نصیب ته خپه یم چې په دغه معتبر تخصص کې ډېر څوک نه لرو چې آینده کې یې په کور دننه طبابت ته یو څه خیر رسېدلی.

پیښېږئ ولې مو یو د امریکا نه بلکې نورو نړیوالو تخصصونو ته هم ډېر لږ یا آن بېخي د ګوتو په شمار ډاکټران داخلیږي؟

د جنګونو او یو څه کمزوري اقتصاد له امله د پیدا بې ثباتۍ "له عمومي سببه" که تېر سئ او خاص او خاص روغتیایي او طبي عواملو پسې یې وګرځئ نو دغه څو شَیه به ضرور په نظر درسي.

اول دا چې د طب سند یا دا MD ډیګري مو هم د مضمونونو او هم د مجموعي کرېډېټونو له مخې د نړۍ له معادلو طبي ډیګریو سره سیاله نه ده.

مثال د Geriatrics په نوم موږ څشی نه لرو خو د شینګن هېوادونو تخصص یې غواړي نو یو افغان ډاکټر/ ډریني خوار به اول دغه نیمګړتیاوې پوره کوي بیا به یې تخصص ته شاملیږي.

همدغسې د ځینو نورو کلیدي مضامینو کمی د بېلابېلو جهاني تخصصونو له‌پاره...

ketabton.com - The Digital Library

بل دا چې طب پوهنځي مو هغه که دولتي دي او که خصوصي؛ محصلانو ته د عمرونو عمرونو چیپټرې او زاړه کتابونه تدریسوي نور د لارښوونو، مشورو او سپارښتونو په نوم کومه "برنامه" نه لري.

چې یوه محصل ته اول د پاراکلینیکي سیمیسټرونو او بیا د کلینیکي هغو لهپاره معتبر ماخذونه او د زدهکړې داسې کارآمد میتودونه ور وښیي چې آینده کې لار نه وي ترې ورکه.

آن فاینل سِتاژ ته د ور معرفي کېدو وخت کې هم کوم "پروګرام" نه جوړوي چې د وطن او دونیا د تخصصونو، ماسټریو، فېلوشېپس او بېلابېلو دندو په اړه څه مالومات ورکړي.

دغهرنګې د طبابت لهپاره د دوو لازمو او ملزمو شَیونو؛ کمپیوټر او اینګلېش پوښتنه او سپارښتنه بیا نسته چې یو محصل یې په اهمیت او ارزښت خبر او لاس په کار کړل سي.

نور هم د خدای بلا موارِد دي چې خبر پې کېدلی سي خو فې الحال به د شهباز شریف غونډې یو سِلوټ هغو افغان ډاکټرانو ته وکړو چې نړیوالو تخصصونو ته "یوازې او یوازې په خپله هڅه او همت" ځان ورکامیابوي او د وطن شمله جېګه ساتي. باقي له اړونده مسؤلانو به غواړو چې د نصاب، د نصاب د زېې، کرېډیټونو او د محصلانو "د هدایت ـ سیستم" اصلاح کولو او پراخولو په اړه لازم غور او اجراات وکړي.

ګینې "د اِروا تعویق د امعاوو د التیام پروسه مختلوي او د جرحې او قرحې د تفسخ عامل کېږي." غونډې متن لرونکو چیپټرو باندې څوک د امریکا یا د نړۍ کوم بل تخصص ته نسي تلی..!

طبابت باید ډېر منظم، ډېر آسان او ښه پوره عام سي چې وطن او وطنداران مو هوسا او د نورو له محتاجۍ وژغورل سي. یا هو..!

ketabton.com - The Digital Library

تخصص په ګاونډ کې

متاسفانه! د افغان معالج ډاکټرانو لپاره د تخصص غوره آپشن پاکستان هم دی.

هلته د ټولو ایالتونو (صوبو) د تخصص امتحان ته FCPS او د پنجاب ایالت ځانګړي تخصصي پروګرام ته MD/MS او امتحان ته یې JCAT وايي.

دواړو تخصصي ازموینو کې افغانانو ته له لسو تر شلو سیټونه ورکوي.

د ټریني بستونو دغه شمېر کال په کال اول د ټول پاکستان په سطحه او بیا یې ایالتونو ته په کتو فرق کوي یانې کمیږي او زیاتیږي.

له نېکه‌مرغه وطنداران مو ورکامیابیږي هم خو بستونه ورته په مشکله میلاویږي ځکه چې یو خو ډېر کله کم وي او بل زیاتره کامیابان بیا لږ لرې روغتونونو ته زړه نه ښه کوي.

دغه ټول پاکستان شموله امتحان یانې FCPS Part 1 په کال کې درې ــ څلور او د MD/MS لپاره JCAT دوه ځله اخیستل کیږي.

د امتحان له نېټې یې د CPSP یانې د پاکستان د تخصصي زده کړو د ادارې له پلېټفارمونو او ټولنیزو رسنیو خبرېږئ نو سر له نن یې فالو کړئ که هلته مو تخصص ته زړه وي.

هر درې ــ څلور میاشتې روسته یو نه یو تخصصي امتحان وي. مثال دا اوس اګست او نومبر کې تېر سوی بل به سږ کال په فروري یا اپرېل ورپسې سېتمبر او نومبر کې وي.

که یو څوک شپږ میاشتې لا نهه یا لس میاشتې ځانته د چمتووالي لپاره ټارګېټ کړي نو ضرور یوه نه یوه امتحان ته ور برابریږي.

مطلب وخت مو نه خرابیږي چې د یوه او بل امتحان تر منځ اوږد ګېپ واوسي او تاسې په انتظار ورته سترړي او آماده‌ګي مو ټکنی سي.

ازموینو ته نوم لیکنه انلاین کېږي. ویزه، پاسپورټ، د شنه او سپین بېکګراونډ تازه عکس، له خارجه وزارته د پوهنتون تاید سوي اسناد او د طبي شورا کارت ورته تیار ساتئ.

د امتحان ریفرېنس یې همدا پاراکلینیک یانې بېسېک مضامین دي.

ketabton.com - The Digital Library

خو لنډ او جامع ماخذونه First Aid او Fast Aid دي. دا يو د امريکا د تخصص لەپاره دی خو د پاکستان په شمول د نړۍ نورو تخصصي ازموينو ته هم کار ورکوي او دا بل خاص د پاکستان تخصص ته ليکل سوی.

په دغو دوو کتابونو کې د يوه انتخابول د هر چا د خپل سوچ او ذهنيت کار دی خو زه دا اولنی ريکمېنډ کوم.

تر څنګ يې د Rafi Ullah Notes يا Double A او د SK روستی ایډېشن هم کتل غواړي.

څکه چې دغه دواړه تخصصي ازموينې دوه پېپره دي. لومړی کې هم سل سواله وي او دويمه کې هم.

اولنی پېپر د ټولو تخصصي څانګو لەپاره يو شان وي خو دويمه د هرې رشتې لەپاره بېله بېله وي.

مثال کې د داخله پرنسېپ پېپر واخلئ چې د اناټومي ايله څلور پينځه سوالونه پکې راځي خو په فزيالوجي، پتالوجي، فارمکالوجي او بايوکېميسټري باندې ډېر فوکس سوی وي.

اوس به تاسو سره دا پوښتنه پيدا سوې وي چې دواړه پېپرې له همدې رېفرېنسه راځي نو بيا ولې يوه نه ده او سوالونه د ۲۰۰ پر ځای ۱۰۰ نه دي؟

هغه څکه چې اولني پېپر کې د ټولو رشتو لەپاره ساده او ابغ نبغ سوال رازي لکه دا:

Q: Which hormone increases blood calcium levels by stimulating osteoclast activity?

A) Calcitonin

B) Parathyroid hormone (PTH)

C) Vitamin D

D) Aldosterone

✅ Answer: B) PTH

خو په دويمه پېپر کې يې بيا همدغه بېسېک کنسېپټ داسې تاو کړی را تاو کړي وي ياني پوښتنه يې د يوې سناريو په بڼه راوستلې وي او داسې کلينيکي او لابراتواري ټراو يې ورکړی وي لکه دا:

Q: A 45_year_old woman presents with recurrent kidney stones and bone pain. Laboratory tests show hypercalcemia and low serum phosphate. Which hormone is most likely responsible for these findings?

ketabton.com - The Digital Library

A) Calcitonin

B) Parathyroid hormone (PTH)

C) Vitamin D

D) Aldosterone

✅ Answer: B) Parathyroid hormone (PTH)

مقصد د دواړو پیپرو لپاره مو اول باید تیوري کلییر وي او دویمه دا چې شارټ نوټس، ون لاینر او زاړه سوالونه مو ورته کتلي وي.

د اولني کار لپاره First یا Fast ابډ ته کېنئ او د دویم لپاره دې پاس او ښکته یادو سویو دریو ماخذونو نه یو یا هم دوه انتخاب کړئ.

زیاتره MD یا MBBS ډاکټران چې د فېسبوک، واټساپ او ټیلي‌ګرام د تخصص د امادګي او امتحان په ګروپونو او چینلونو کې خپله د بریا کیسه شریکوي نو په اخر کې یې د لاندې دریو ماخذونو نومونه لیکلي وي:

1 First Aid

2 Rafi Ullah Radiant Notes

3 SK

له دې فرسټ یا فاسټ‌ابډ نه پرته د لنډیزونو او زړو سوالونو لپاره په بازار کې نور هم ډېر هارډ او سافټ ماخذونه پیداکیږي.

ما څکه د همدغو دریو ذکر دلته وکړ چې High Yield دي یانې ډېر سوالونه ورنه راځي په ځانګړې توګه په دویمه پیپر کې.

بله د کار خبر دا چې د پاکستاني روغتونونو د ناروغانو بهیر، وسایل، تر یوه حده ټرېننګ کوالټي او میاشتنی معاش هم ډېر او بهتر دی.

چې ذهن مو ورته آماده وي او بیا هغسې ورسره ځان عیار کړئ نو د معاش خبر به یې واضحه کړو.

ketabton.com - The Digital Library

د یو ټرېني ډاکټر معاش هلته هم فرق کوي یانې هر دولتي، نیمه دولتي او خصوصي تخصصي روغتون بېلابېل معاشونه ورکوي. کم یې اویا ــ اتیا زره او زیات یې یو لک شلو نه تر یو لک څلوېښت زره کلدارو پورې دی خو اکثر تقریباً همدا یو لک کم او زیاتې ورکوي.

ښه یې دا ده چې د یو ټریني پرې گوزاره کېږي او یوه اندازه سپما هم پکې کولی سي.

نور که د چا تر دې هم لوړ او بهترین تخصص او معاش ته زړه وي نو د امریکا، اینگلېنډ، استرالیا، جرمني، سوېس، قطر او نورې دونیا تخصص ته دې تیاری ونیسي.

د دغو تخصصونو تفصیل به بیا شیېر کړو خو یوه خبره یاد لرئ چې بېسېک همدا یو بېسېک دی.

یانې د هر هېواد د طبي جواز او تخصص لومړنی ازموینې کې له همدې شپږ اوو پاراکلینیکي مضمونونو سوالونه راځي.

ketabton.com - The Digital Library

تخصص په امریکا کې

د پاراکلینیک او کلینیک د قوي "بېس" تر څنګ، روان اینګلیش، په کمپیوټر برلاسي، د انټرنېټ ښه لټنه او پلټنه، آپډېټ سي‌وي، بهترین آپلیکېشن، ریسرچ پېپر، ریکمنډېشن لېټرز، د USA د ویزې مناسب ټایپ او "غوړ جیب" غواړي.

که څوک په دغو شرایطو نه وي برابر بیا یې نو نه USMLE د خوراک شی دی او نه دې دا لیکل لولي بلکې خپلې توانایي ته په کتو دې د متبادل آپشن په اړه مالومات وګوري.

د تخصص لپاره Step 1 او Step 2 پاس کول کافي دي او د فُل لایسېنس په خاطر به یې Step 3 هم پاس کوې چې دا مو بیا د بل تر نظارت لاندې د پرېکټېس له مجبورۍ خلاصوي او په ازادانه توګه به اخته یئ.

تر هر څه مخکې به World Directory Of Medical Schools کې د خپل پوهنتون نوم وګورئ چې خوشبختانه معالجوي طب پوهنځي لرونکي د افغانستان ډېری دولتي او خصوصي پوهنتونونه پکې سته.

له دې روسته به د سټېپ ون ورپسې سټېپ ټو امادګي شروع کړئ په خیر سره؛ هغه که خپله کوئ او که چېرې ورته کلاس جاین کوئ.

د سټېپ ون ریفرېنس First Aid 1 او د سټېپ ټو First Aid CK دی چې دا د B&B او OnlineMedED په نوم خپل وېډیویي درسونه، د UWorld په نوم د سوالونو بانک، د NBME په نوم ازمایشي امتحانونه او نور ضمایم لري.

دا نور شَیونه یې هم فایده‌من دي خو مهم یې کتاب + وېډیوز + د سوالونو بانک + ازمایشي او نمایشي ازموینې دي چې په ورځ کې درنه کم تر کمه شپږو نه تر اتو ساعتونو وخت غواړي.

کله چې اماده سوئ نو د اول سټېپ لپاره به د Prometric ویبسایټ له طریقه په یوه رسمي ټېسټ سنټر کې د امتحان وخت او نېټه بوک کړئ چې موږ ته را نیزدې د امتحان جایونه پاکستان او هیندوستان دي.

اول سټېپ مو چې کلیر کړ نو د دویم سټېپ لپاره هم همدا پاسنی ترتیب دی.

سټېپ ون کې ټولې ۲۸۰ پوښتنې وي چې ۸ ساعته وخت لري، له ۱۶۰ تر ۱۷۰ پورې ځوابونه به مو درُست وي چې کامیاب سئ او نتیجه په نومرو نه بلکې یوازې په Pass او Fail راوزي او بس.

سټېپ ټو کې ۳۱۸ سوالونه راځي او ۹ ساعته وخت درکوي چې پایله یې په نومرو راوزي او د کامیابي ټیټې نومرې پکې ۲۱۴ دي چې د غیر مداخلوي تخصصونو لکه عمومي داخلې او اطفالو لپاره عموماً باید ۲۳۰+ او د جراحي او اورتوپېډي لپاره باید ۲۵۰+ نومرې یوسئ.

ketabton.com - The Digital Library

دواړه ستیپونه مو چې پاس کړل بیا هم ډایرېکټ ویزه نسته بلکې د بهرنیو فارغانو لهپاره د امریکا تعلیمي کمېسیون یا ECFMG ته به د اکاونټ جوړولو له لارې د پوهنتون اسناد او د ستېپ ون او ستېپ ټو نتیجه ورلېږئ بیا به مربوط ټایپ ویزه ترلاسه کوئ چې نن سبا لږ سختې سوې هم دي.

ویزه مو چې ترلاسه کړه نو نه راساً ټرېننګ ته داخلېږئ او نه بل کار کولی سئ بلکې دوه درې میاشتې به د کلینېکل تجربې لهپاره کوم کلینیک یا روغتون کې تېروئ چې له مریضانو یا طبي چاپېریال سره مو تړاو راسي، د لېنګوېج سکلېز پته مو ولګي او بلاخره دوه درې ریکمنډېشن لېټرز تر لاسه کړئ.

دغلته دوه شَیونه نور چې ګټه درته کوي هغه مو د فراغت "تازهوالی" او مخکې له مخکې نشر سوې څېړنه یا کوم تحقیقي مقاله ده چې له ریکمنډېشن خطونو او د ازموینو پایلو سره یې یو جای د ERAS یا د تخصص د برېښنایي خدماتو پروګرام له

ketabton.com - The Digital Library

لارې جمع کوئ او نور منتظر کېږئ چې انټرويو مو راورسيږي.

هلته بيا خپله کيسه کوئ، د CV په اهدافو مو غږېږئ، خپل ترجيحات او د تخصصي رشتې انتخاب ډيسکس کوئ چې له دې معاملې روسته خپلې نتيجې ته په تمه کېږئ.

هر کال د مارچ په شروع يا نيمايي کې په يوه مخصوصه ورځ چې Match Day يې بولي د NRMP يا د ټرېنيانو د پايلو اعلانولو ملي برنامې لخوا خبر درکول کېږي چې ستا اسناد او انټرويېو په کوم روغتون کې له کومې تخصصي څانګې سره جوړ راغلي.

که څوک په اول وار مېچ نسول نو د SOAP يا د پاتې تسو بستونو د پروګرام له لارې بيا کوم خالي پوزيشن ته اپلای کولی سي؛ مطلب چانس نه ضايع کېږي.

کله مو چې تخصص شروع کړ نو بيا مو زړه چې په اول کال يا هم دويم کال STEP 3 ورکوئ او د بشپړ امريکايي طبي لايسېنس امتياز ترلاسه کوئ.

د USMLE له ريفرېنس اخيستلو بيا پاس کولو او تخصص ته شاملېدو پورې پراسېس له پينځلسو يا شلو تر دېرس زرو ډالرو پورې خرچه ښه سيي غواړي.

د ټرېنيانو کاري وخت يې هم اوږد دی چې په اوسط توګه په يوه اونۍ کې ۸۰ ساعته راځي، نوکريواليانې هم ورسره وي، مطلب کاري بوج سته خو همغومره ښه معاش او نور سهولتونه هم لري.

د ټرېنيني معاش تخصصي رشتې، روغتون، کال او ايالت ته په کتو فرق کوي خو عموماً د کال، شپېتو نه تر نوي زرو ډالرو پورې جوړېږي يانې د مياشتې صافي له څلورو تر پينځو زرو اخلي.

له تنخوا پرته صِحي بېمه، د مل‌پرېکټېس تاوان يا جرمانه، د کلنۍ رخصتي او د کانفرانسونو، سيمينارونو او سټېپ تري د چمتوالي لګښت هم ورکول کېږي.

ربټيا اينګلېش مو په مختلفو مرحلو کې ټېسټ کېږي نو ډېری وخت يې کوم خاص نړيوال سند نه غواړي خو که کوم جای کې پکار و نو آيېلټس يا ټافل غواړي چې کوم بل وخت به خبرې پې وکړو.

د ريفرېنس، آمادګي او لارښوونو څينې فري ادرسونه او د حضوري او انلاين کلاسونو يو څه لېنکونه کمېنټ کې سته؛ که بيا مو تعقيبول.

نور نو چې د چا هم د شاهد انور په خبر "د الله په مُلک کې" تخصص ته اراده وي نو له همدې محدودو مالوماتو پرته بل صِرف يو شی ورته وېلی سم؛ بېسټ آف لک!

ketabton.com - The Digital Library

د پښتونخوا د نوښار مَحَلي ادبیاتو کې یوه اصطلاح وه؛ «بچیه! لاړې گورنر شوې!» مطلب کار دې وسو یا تر یو جایه ورسېدې او غټ سړی سوې.

نو که د چا خیال وي چې یو په USMLE سټېپ ون به "گورنر" سي یاني د امریکا ریزیډېنسي ته به پې ورسي، دا غلطه محاسبه ده.

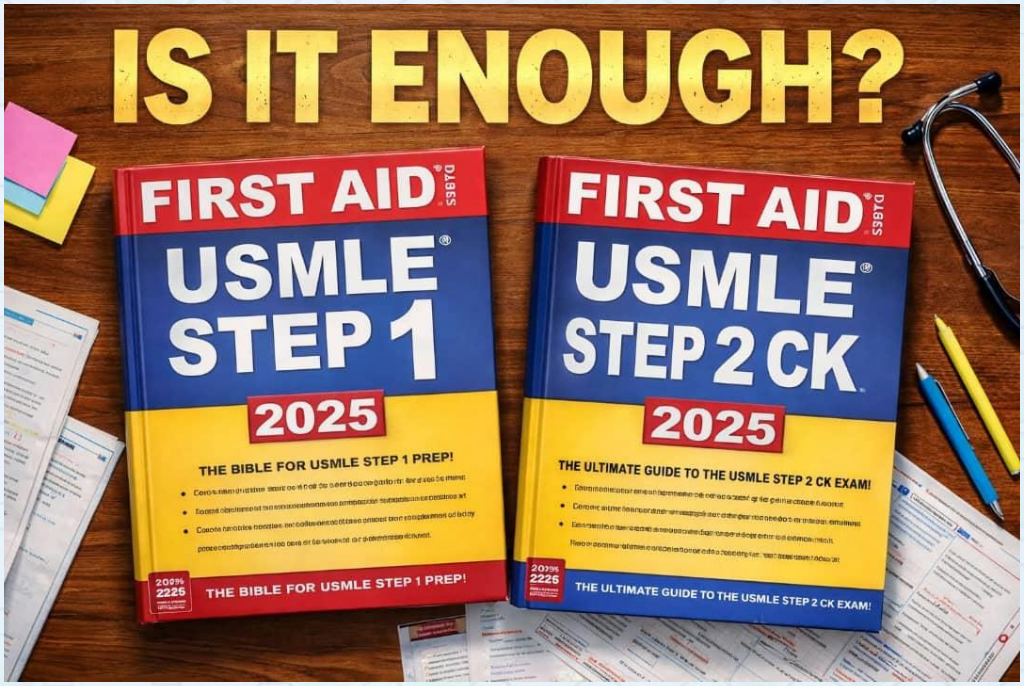
سټېپ‌ون د پټي سر دی، سُور یې روسته مالومیږي چې سټېپ‌ټو پاس کوې، تر تخصصه مراحل طی کوې او بیا سټېپ‌تري ورکوې.

د دې ځینو طبي اکاډیمیانو او استادانو کوم محصل چې سټېپ ون کلیېر کړي نو دوی یې اعلان سپانسر کړي او ټول فیسبوک ته

یو "فرسټ‌ایډ" مو امریکا ته رسوي؟

یې نبغ نبغ کوي چې ډېری خلک یې داسې فهموي لکه بنده چې په یوه "فرسټ‌ایډ" د امریکا ویزه اخیستلې وي.

نه نا ډاکټرصاحب! دغسې بالکل نه ده. فرسټ‌ایډ کې "بېسیک" دی چې



زیاتره محصلان او ډاکټران پکې گوزاره کوي، معمولې خپلې خوارې یا د یوه استاد یا گایډ "دیکې" ته ضرورت لري.

سخت یې فرسټ‌ایډ CK او امتحان دی، سخت یې پراسېس دی، سخته یې ویزه ده، سخت یې MATCHED کېده دي، سخت یې فُل لایسېنس اخیستل او "غټ لگښت" دی.

ځکه خو د سټېپ ون د پاس کېدو ډېر زېري او اعلانونه وینو خو د چا د ریزیډېنسي غږ نه اورو چې ور شامل سوي وي.

تېر کال ما د ډاکټر اکرم بابري او ډاکټر ننگیال او یوې اکاډیمي په ټایم‌لاین ولیدل چې ایله څلورو که پینځو افغان ډاکټرانو د امریکا تخصص ته لار موندلې وه.

ketabton.com - The Digital Library

نوره دا ښه خبر ده چې د نړۍ د "ټاپ ازمویني" په معیار مطالعه وسي یاني فرسټاپډ ۱ او CK سره له ضمایمو کَوَر سي ځکه یو د امریکا نه بلکې د دونیا هر طبي لایسېنس او تخصص کې پوره پوره مرسته کوي.

د افغانستان د تخصص لهپاره هم موزون دي خو که د چا زړه یې نه مني چې موضوعات به یې زموږ د ریفرېنس له هغو غټو غټو کتابونو یا دغو دوو نورو مشهورو جامع کتابونو یاني تخصص خزانې او اسلمي کم وي.

نو لږ زحمت دې وکړي، یو وار دې یې سره تطبیق کړي، ګوندې وسواس یې ختم او فرسټاپډ ته یې زړه وسي.

خو که څوک له وطني ریفرېنسونو سره راحته وي نو د ملا نور دین اغا په خبره "بېخاره" دې یې وایي.

او که د چا فرسټاپډ باندې واره راځي خو اینګلېش ته یې زړه خوري نو هغوی یې په پښتو او دري هم د اول کمېنټ د لېنکونو له لارې تعقیبولی سي.

۱. د فرسټاپډ، BRS فزیالوجي او Pathoma شپږ میاستنی کلاس شروع کوي د میاستې په ۲ ډالر:

https://www.facebook.com/DrJalalUSMLEGUIDE?mibextid=ZbWKwL

۲. طبي کتابخانې یې مکمل کورس لري؛ دلته یې نمونه وګورئ:

https://youtube.com/@drwajidsaeed?si=Fhzz4F4w0Kjw8NDX

۳. فرسټاپډ ۲۰۲۳ یې تدریس کړی، وېډیوز یې چې پیداکوئ نو (۲۰۲۵) FA هم ورسره ګورئ چې کومه موضوع درنه مېس نسي:

https://youtu.be/saQKy7zpvJA?si=TiX0oiWUDhjPvPfu

۴. د فرسټاپډ دري کلاس:

https://youtube.com/@drhasibullahaminpoorpersonal?si=LUMoVe4SSfNGDdIs

۵. اولنی ۳ پښتو او ورپسې دري ادرس سره که اینګلېش هم ګورئ نو دا یې د فري ریفرېنس ادرس:

https://t.me/USMLESources_bot

ketabton.com - The Digital Library

تخصص په جرمني کې

دوه غمه لري؛ يو د بلاک اکاونټ بل د جرمني زده کولو خو چې توان يې ولرئ نو يو د اروپا نه بلکې د دونيا ټاپ تخصص دی.

بلاک اکاونټ کې ۱۲۰۰۰ يورو کېښودل کېږي او په B2 کچه لينګوېج سکېلز غواړي.

اول ستېپ امتحان يا FSP پاس کولو ته جرمني زبه + ميډيکل ټرمينالوجي پکار ده.

دوهم ستېپ يا KP کې مو بيا طبي پوهه ټېسټ کوي چې اويا اتيا فيصده داخله او جراحي وي او دا پاتې فارمکالوجي، راډيولوجي، لابراتوار او بېړنی پروسيجرې وي.

ستېپ‌ون کې مو د لينګوېج لېول او سکېل مالومولو لپاره د مريض او ډاکټر په مکالمه، کېس پريزېنټېشن، روغتيايي راپور او ډسچارج لېټر باندې امتحانوي.

چې اولنۍ ازموينه مو پاس کړله نو د مربوطه ايالت طبي شورا دوه کلن (موقت) لايسېنس درکوي.

چې په مرسته يې بېلابېلې روغتيايي دندې کولی سئ هغه هم د يوه MD يا نوي ټرېني غوندې په فُل يا نسبتاً لږ کم معاش.

په دغو دوو کلونو کې بايد دويم امتحان يانې KP هم پاس کړئ چې وخت مو ختم نسي.

له دواړو ستېپونو کلير کولو روسته Approbation درکول کېږي چې د درست جرمني په سطحه رسمي ډاکټر پېژندل کېږئ.

بيا مو خوښه خپله ده چې همداسې د MD په حيث دندې ته دوام ورکوئ يا غواړئ تخصص ته شامل سئ.

مقصد له دې روسته د تخصص لپاره کومه بله ځانګړې ازموينه او خاص پروسه نسته.

دواړه امتحانونه په حضوري بڼه دي؛ هلته به ورځئ البته د زبې کورسونه او امتحانونه دلته په وطن يا ګاونډ کې هم پاس کوئ سئ او جرمني کې هم.

خو ښه دا ده چې دلته يې زده کړه شروع سي ځکه چې خرچه کمه پې راځي يو بېله امتحان ته به همسايه هېوادونو ته لاړ سئ.

ketabton.com - The Digital Library

هلته په پلازمینه او لویو ښارونو کې د جرمني اړوند گوېټه، Telc او ÖSD انستیتیوټونو کې د ژبې امتحان اخیستل کېږي.

اوس به راسو د سفر شرایطو ته چې له کوم جای نه شروع وسي او کوم شیان ورته اماده کول غواړي؟

چې جرمني پراسېس شروع کوئ نو له اولنی اپلای تر ویزې راتلو شپږ میاستو نه تر دوو کلونو وخت ووزي.

نو ښه دا ده چې په همدغه وخت کې د ژبې کورس هم شروع کړئ او په میډیکل سکېلز هم کار وکړئ.

ketabton.com - The Digital Library

یو سوال به بل درته پیدا سوی وي چې د نن غونډې وضعیت کې دا ویزه په کوم اساس راکوي؟

ویزه د پوهنتون او سِتاژ په اسنادو او جرمني کې د ژبې له‌پاره د داخلې یا امتحان په بنیاد درکوي.

اسناد مو چې په رسمي دارالترجمه البته نن سبا خپله په جرمني کې وژباړل نو د جرمني د شپاړسو ایالتونو یوې طبي شورا ته به پېش سي نو هغوی یې له خپلې MD ډیگري سره پرتله کوي.

د دوی او زموږ ډیگري کې لږ فرق سته بعضې موضوع‌گانې زموږ هغه کې کمې دي نو "کسري سند" درکوي چې کاندید به یې هلته پوره کوي.

بل د جرمنۍ یا B1 یا B2 ته داخله کول هلته د ژبې په یوه مرکز کې او دغه ورقه له "کسر خط" سره یو جای کېږي.

بیا داخل د جرمني کې د یوې او بلې اداري تر منځ طی‌مراحل او بالاخره، تاجکستان، ایران، پاکستان او دوبۍ کې د جرمني له سفارت سره د بلاک اکاونټ او ویزې معامله کوئ.

ویزه مو چې تر لاسه کړله بیا ضرور نه ده چې سفر له گاونډه وکړئ بلکې له خپل کابل نه مستقیم جرمني یا کابل تو استنبول بیا جرمني ته پرواز کوئ.

اوس به یوه بله پوښتنه هم درسره پیدا سوې وي چې دا دومره پراسېس به څخیل ته پر مخ وړو؟

خپله یې هم کوئ سئ چې د جرمني طبي شورا او گاونډ کې یې د سفارت سایټ تعقیب کړئ.

جرمني کې یې د یو یار دوست یا خپلوان په‌ذریعه هم مخته وړلائ سئ خو که ډاکټر وي او دغسې پراسېس یې کړی وي هغه خو بېخي ښه همکاري درسره کولی سي.

نور نو اخوا دېخوا تحصیلي او سفري شرکتونو پسې مه گرځئ ځکه زیاتره یې گنګپان دي.

چې کار درته ونسي کړای او کولی یې هم نسي او ها د بیانیې یا پېشَکي په نوم پیسې به هم بیا وچ په زور تر باسئ لا به لاس تر مینځئ.

خپله ما چې د جرمني پراسېس له‌پاره د ابتدایي ژبې او خدماتو ښه ادرس پیداکړی د هغو لینک کمېنټ کې پرېدم.

دوه هلکان زه پېژنم چې په مرسته یې تللي، درې څلور نور هم ورسره په لاین کې او دې نیژدې وختو کې به ځي.

مقصد خپله هم تېریني ډاکټر دی همالته او پېشَکي پیسې هم نه درنه غواړي.

ketabton.com - The Digital Library

چې ویزه مو راغله نو د خدماتو فیس به یې ورکوئ چې بېخي مناسب دی او هغه مو هم که دلته زړه غوښتل او که جرمني کې.

که څوک دا د ژبې کورس دلته نه تعقیبوي، تګ ته یې بېړه وي او هلته یې وایي نو دغسې هم کېږي البته بیا یې نو خرچه یو څو زره $ نوره هم ډېرېږي.

ښتیا اوس به نو د ټول مصرف اندېښنه هم وي درسره چې څومره راځي؟ تفصیل به یې غواړئ که‌نه؟

نو که بلاک اکاونټ په ډالر حساب کړئ ۱۴ زره خو دغه کېږي نغدې چغدې چې بیا په جرمني کې هره میاست څه کم ۱۰۰۰ یورو بېرته درکول کېږي. دا بس ضمانت دی، خلاص!

نور که پراسېس خپله کوئ او که په بل نو یو نیم لا دوه زره دغه حساب کړئ، ګاونډ ته د ویزې او تګ خرچه، د ژبې کورس او داخله او له افغانستانه پرواز چې ټول راجمع کړئ له شپږو تر اتو زرو دغه سوې.

بس ټوټل شل دوه ویست زره ډالر لګښت راځي چې جرمني ته رسېږئ خو دا چې هلته په اولنیو میاستو کې ځینې دولتي چارې سره را خلاصوئ، اطاق نیسئ او بود و باش کوئ نو یو څه نوره خرچه مو هم باید جېب کې وي.

باقي چې تر څو FSP پاس کوئ نو په یو پارټ ټایم کار به خپل اخراجات پوره کوئ چې څوک ډېر مالي سپوت ونلري خو چې اول سټېپ مو پاس کړ هم دغه خپل سوی لګښت په کال کې دننه دننه پوره کوئ.

له Approbation نه پس خو مو دا د دوو دریو کلونو مصارف ښه په خوند په یو څو میاشتو کې باسئ. انشاءالله!

هیله ده چې د خرچو او معاش او په عموم کې د پراسېس په اړه به مو تسلي سوې وي نور نو که کومه پوښتنه لرئ همدا د کمېنټ لینکونه تعقیب کړئ یا همدلته فیسبوک کې د جرمني د طبي لایسنس او تخصص ګروپونه ولټوئ.

یوټیوب ته هم سر ور ښکاره کړئ؛ چټ‌جي‌پي‌ټي سره هم ګپ ولګوئ او هلته که کوم ملګری لرئ هغه هم ضرور وپوښتئ.

روستی یې دا چې څوک پیسې ورته پیداکولی سي او د ژبې د زده‌کړې حوصله لري نو بسم‌الله دې کړي یې د نړۍ په سطحه بهترین تخصص دی، ځان او افغانستان ته به ګټه وکړئ!

https://youtube.com/@muslimwardak?si=h_jHPBf5P7tHoLn9

https://www.facebook.com/share/1GNrJ5ib1M/

ketabton.com - The Digital Library

د اخلاقو سند چې له ډاکټرانو یې بهر کې غواړي

دغه سند د یو ډاکټر قانوني، تعلیمي او اداري پوزیشن احاطه کوي یانې د همدغه Good Standing Certificate له رویه یې ټول کړیبر مالومیږي.

ما د عنوان د لنډېدو په خاطر د اخلاقو د سند نوم ورکړ او که ورته وګورئ په رښتیا هم د اخلاقو سند دی.

خو همدا اخلاق دي چې مراعت مو یې په یوه اداره یا یوه قانوني معامله کې له لانجو او آن ټول کړیبر خرابېدو ساتي.

دغه سند د افغانستان طبي شورا له خوا د یو څو مرحلو له بشپړولو روسته یوه ډاکټر ته ورکول کېږي چې په بهر کې یې له حقوقو ګټه واخلي.

Islamic Republic of Afghanistan
Ministry of Public Health
Afghanistan Medical Council (AMC)

Ref. #: 1029

Date of Issue: 29/10/2025
Date of Expiry: 29/04/2026

Certificate of Good Standing

To whom it may concern

This is to certify that Dr. [redacted] is currently a registered medical doctor with the Afghanistan Medical Council and is the holder of Registration & License to Practice Number [redacted] which expires on 05/08/2026.

He remains in good standing with no disciplinary actions, there have been no complaints against the practitioner named above and he has never been disqualified, suspended, or prohibited from his medical practice.

If you have any queries regarding the medical practitioner, please do not hesitate to contact Afghanistan Medical Council at any time.

Dr. Lima Safi
Head of Evaluation, Registration & Licensing of Doctors and Specialist
Afghanistan Medical Council (AMC)

Hamdullah Qazi Pamir Sahibzada
Directorate of Registration and Licensing of Doctors and Other Health Workers
Afghanistan Medical Council (AMC)

Dr. Faqir Muhammad Ziar
General Director
Afghanistan Medical Council(AMC)

Website: www.amc.gov.af E-mail: registration@amc.gov.af reg.head@amc.gov.af

ketabton.com - The Digital Library

په کابل ښار کې يې د جوړلو لەپاره د سنيما پامير تر څنګ پولي کلينيک کې د طبي شورا دفتر ته د پوهنتون له اسنادو، تذکرې، جواز فعاليت کارت، عکسونو او ۵۰۰۰ افغانيو سره مراجعه کيږي.

هغوی درې استعلامونه درکوي چې يو به د وظيفې له جای نه ورته را خلاصوئ، دويم به له داخله وزارته ورته را څوابوئ او بل به د خپل پوهنتون له تايېده پس ورته راوړئ.

دوی بيا تاسې نه يو څه وخت غواړي او په دغه وخت کې د پاسنيو دريو واړو استعلامونو څوابونه ګوري.

که کومه اخطاريه، تنزيل، تعطيل، شکايت او جرم نه و درپسې ثبت بيا نو يو څو ورځې بعد لکه د دغه پوسټ د عکس غوندې متن لرونکی پاک صفا د ښې سابقې او ښو اخلاقو سند درکوي.

دغه مهم سرټيفيکټ شپږ مياشتې وخت لري نو هغه وخت يې واخلئ چې د بهر ويزه او ټيکټ مو تيار او هلته سمدستي دنده يا زده کړې جاين کوئ.

يانې وخت يې بايد در نه خراب نسي څکه چې بيا سند باطليږي او د دويم واري جوړولو لوی کړاو در له غاړې کيږي.

بهر مو که د دندې او زده کړو پراسېس لږ لېټ وي او تاسې هلته تللي يئ نو له هغه جايه يې هم د يوه نيزدې خپلوان پەذريعه جوړوئ سئ خو فيس به يې فکر کوم لږ ډېر اوسي.

څوک هم چې د بهر نيت لري نو له تګه ښه مخکې دې خپل پوهنتون، روغتون يا مربوطه ادارو سره کمه او زياته خبر په وخت حل کړي.

چې بيا يې د دې سند جوړولو وخت کې يوه مدير او بل مدير او بل آمر او ريس ته لاس نه وي ور لاندې.

يو نيم اړونده مافوق چاروا‌کی په دغسې حياتي موضوع کې چې د يوه ډاکټر ټول برخليک پورې تړلی وي آن په "يوه ملاحظه" له خپل انانېته نه تېرېږي او کار مو خرابېدو ته برابروي.

که څه هم چې د دوی پاټک بای پاس کېدای سي خو بيا هم ډاکترانو مرګرو ته له دغه سنده پرته هم پکار ده چې له خپلو متعلقينو، همکارانو، مريضانو او پايوازانو سره انتهايي ښه وچليږي چې خدای پاک مو بيا خپله مخه وچلوي.

ketabton.com - The Digital Library

بهر کې د کلینیکي فعالیت لهپاره اینګلیش ازموینه

اوله خبر خو دا ده که ټایپینګ په یوه ګوته کوئ نو کار مو خرابیږي ځکه خو باید سر له اوسه انګلیش ټایپینګ لږ تېز کړئ.

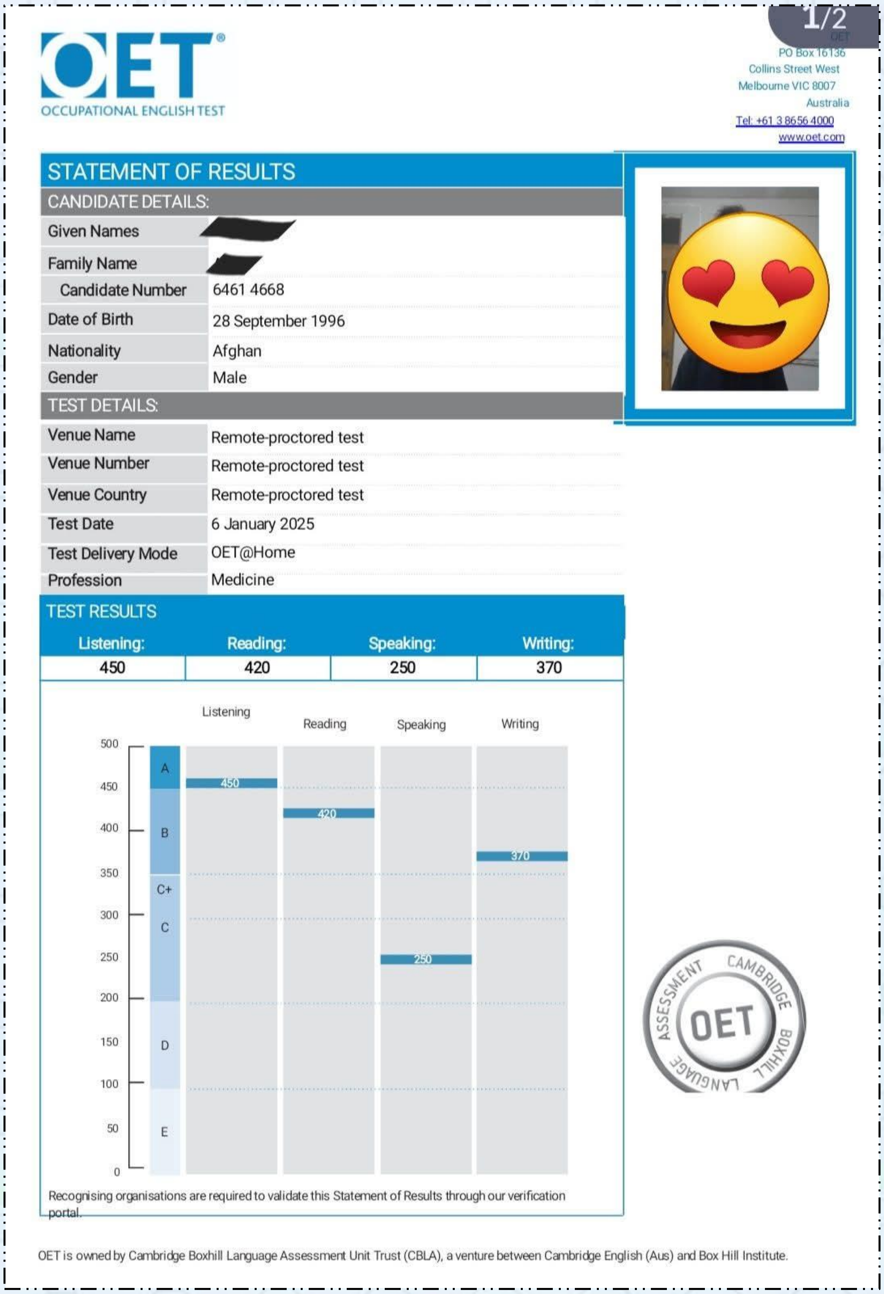
ازموينه په دوو بڼو اخیستل کېږي یا په مُستند ټېسټ سنټر کې او یا له خپل لیپټاپه په خپل جای کې.

دې دويم ماډل ته که کور کې کېنئ او که کوم دفتر کې خو باید چې نېټ مو تېز، مایک او کېمره موجود او ماحول آرام وي.

په کمپیوټر او قلم دواړو لیکل پکې سته؛ باید دواړه تېز او دقیق وي چې امتحان مو د وخت مطابق ښه پر مخ ولاړ سي.

دغه امتحان OET نومیږي چې د Occupational English Test لنډیز دی او خاص د روغتیايي پرسونل لکه ډاکټر، نرس، ډینټیسټ، فارمسېسټ او نورو لهپاره ډیزاین سوی.

څلور اساسي برخې لري چې د اورېدلو، لوستلو او لیکلو کار مو ورپسې شلو دقیقو کې مو بیا خبرېکول امتحانوي.



1/2

OET OCCUPATIONAL ENGLISH TEST

PO Box 16136
Collins Street West
Melbourne VIC 8007
Australia
Tel: +61 3 8656 4000
www.oet.com

STATEMENT OF RESULTS

CANDIDATE DETAILS:

Given Names	[redacted]
Family Name	[redacted]
Candidate Number	6461 4668
Date of Birth	28 September 1996
Nationality	Afghan
Gender	Male

TEST DETAILS:

Venue Name	Remote-proctored test
Venue Number	Remote-proctored test
Venue Country	Remote-proctored test
Test Date	6 January 2025
Test Delivery Mode	OET@Home
Profession	Medicine

TEST RESULTS

Listening:	Reading:	Speaking:	Writing:
450	420	250	370

Recognising organisations are required to validate this Statement of Results through our verification portal.

OET is owned by Cambridge Boxhill Language Assessment Unit Trust (CBLA), a venture between Cambridge English (Aus) and Box Hill Institute.

په یوه سېشن کې په څه کم درې ساعتونو کې خلاصیږي او

د ازموینې موخه په اینګلیش کنټریز لکه UK، آیرلېنډ،

ketabton.com - The Digital Library

آسټرالیا، نیوزیلېنډ او خلیجي هېوادونو لکه قطر، UAE او سعودي او ځینو نورو هېوادونو لکه سینګاپور، نمیبیا او د هسپانیې بعضي برخو کې د کلینیکي فعالیت وخت کې درُست او روان افهام او تفهیم دی.

چې کنفیوز نسئ نو کلنیکي فعالیت نه مراد د MD یا متخصص په توګه دنده، خپله تخصص پروګرام او کلینیکل فېلوشپس او ماسټرز دی.

دا ازموینه چې پکې چلېږي نو هغو هېوادونو کې مو د امریکا نوم و نه لیده؛ پیېږئ ولې؟

هغه ځکه چې هلته خپله د USMLE سټیپونه کفایت کوي او په بعضي مواردو کې IELTS او TOEFL غواړي.

او په دې نورو هېوادونو کې دا روستی دوه ازموینې د مهاجرت، پوهنتوني زده کړو اودفتري کارونو لهپاره پکارېږي.

د کلینیکي فعالیت لهپاره شاید یو نیم جای کار ورکړي ګینې نور نو OET درنه غواړي هر چېرې.

اوس دا چې څه او څه پکې پوښتل کېږي یا ارزیابي کېږي؛ هغه نو کوم داسې څه نه دي چې تاسې نه یئ ورسره مخ سوي.

همدا د ډاکټر او مریض تر منځ محاوره، تاریخچه، توصیه، د کېس تشریح، ریفر خط او ډسچارج لېټر اساسي موضوع وي.

خو په روټین طبي کېسونو لکه شکر، فشار، امېدواري، ساه بندي، ډایټ او اروایي روغتیا او اینګلېش سکېلز به کافي کار ورته کوئ.

اینګلېش مهارتونو کې به مو ووکیلري یا وییپانګه غښتلې وي، ټېنسونه یا فعلونه به په خپل جای سم کاروئ، پرېپوزېشنز یا اضافي حروفو ته به مو پام وي او سپېلېنګ او جملې سیې کول خو به مو ښېخي ټایټ او رایټ وي.

د امتحان نتیجه مو په نومرو نه بلکې په ګرېډېنګ راووځي او باید چې په څلورو برخو کې خو مو د دریو ګرېډ A او B واوسي او یو که پکې +C یا C وي هم دومره باك نه کوي زیاتره جایونو کې قبلیږي.

ګرېډېنګ لهپاره به د لاندې عکس په تشریح او تفسیر ځان پوهول غواړې چې ګرېډ مو څه رقم او په کوم لېول اینګلېش مهارتونه ښیي.

/

نور نو دغو د کنسېلټنسیانو او شرکتونو غلو ته د امتحان د پاس کولو لهپاره پیسې مه ورکوئ په خپل ښېښك کار وکړئ او خپله یې پاس کړئ.

د هوم اپېېشن یا له کوره امتحان نه د ټېسټ سنټر هغه ښه دی ګینې ریزلټ او حیثیت یې یو دی خو بیا هم دا دویم لړ ښه قبلیږي زه چې څومره خبر یم.

ketabton.com - The Digital Library

خپل ویبسایټ لري او له هغه جایه یې امتحان بوک کوی سئ که انتخاب مو کورنۍ بڼه وي.

او که ټیسټ سنټر کې یې ورکوئ نو د هغې لهپاره به ګاونډ ته ځئ ځکه چې وطن کې د شرکتونو د دوکه بازانو له وجې شی بند دی.

له تګه ډېر مخکې یې هم مه ورکوئ او چې لاړئ نو کارونه مو زر سره سیخوئ چې معیاد یې ایله دوه کاله دی.

فیس یې تغیر کوي خو همدا د ۳۵۰ او ۴۵۰ امریکایي ډالرو تر منځ یې وښیئ خو پهخپله یې تحویل کړئ چې مطمین اوسئ.

باقي که کوم متخصص، معالج یا نرس د دغه امتحان منونکو هېوادونو کې کوم یوه ته تګ پلان کړی وي.

نو سر له ننه دې ورته د کوم کلاس، یوټیوب او ChatGPT په مرسته پریکټیس ضرور شروع کړي. بیسټ آف لک!

OET Results table

OET numeric score	OET letter grade	OET band descriptors
500 490 480 470 460 450	A	Can communicate very fluently and effectively with patients and health professionals using appropriate register, tone and lexis. Shows complete understanding of any kind of written or spoken language.
440 430 420 410 400 390 380 370 360 350	B	Can communicate effectively with patients and health professionals using appropriate register, tone and lexis, with only occasional inaccuracies and hesitations. Shows good understanding in a range of clinical contexts.
340 330 320 310 300	C+	Can maintain the interaction in a relevant healthcare environment despite occasional errors and lapses, and follow standard spoken language normally encountered in their field of specialisation.
290 280 270 260 250 240 230 220 210 200	C	
190 180 170 160 150 140 130 120 110 100	D	Can maintain some interaction and understand straightforward factual information in their field of specialisation, but may ask for clarification. Frequent errors, inaccuracies and mis-or overuse of technical language can cause strain in communication.
90 80 70 60 50 40 30 20 10 0	E	Can manage simple interaction on familiar topics and understand the main point in short, simple messages, provided they can ask for clarification. High density of errors and mis- or overuse of technical language can cause significant strain and breakdowns in communication.

ketabton.com - The Digital Library

ډاکټران دې هسې زوند نه په داؤ کوي!

د مریضې په معاینه لګیا ډاکټرې د هغې پایواز ته ویلي چې دا زنانه جای دی نو ته دِ باندې ووځه د سړیو انتظارګاه ته.

سړي ته خبر ښه نه ده ور لګېدلې، ډاکټرې #مهوش‌حیات سره یې لفظي تکرار راغلی او ها بله ورځ یې په کوهاټ کې عاجزه په رڼا ورځ وژلې.

یو څو ورځې مخکې بیا په کابل کې د سرطان ملي روغتون یو خوار کارګر د یوه پایواز له خوا په چاقو وهل کېدو تر ایمرجینسي شفاخانې رسولی و.

دغو دوو خبرونو دا څو ورځې سوشیل مېډیا کې ګردش وکړ نو ما هم څکه د نمونې په توګه راواخیستل.

نور نو فکر نه کوم چې زموږ د ټولنې کومه ورځ دې له ډاکټرانو او نور طبي پرسونل سره له لانجو او اخ او ډبه پرته هم تېره سوې وي.

له سیاستوالو را روسته ډاکټران او روغتیایي عمله هغه خلک دي چې د ولس خولو ته ور لوېدلي او په دا رقم یې بد یادوي چې پوښتنې یې مه کړه او هغه هم په داسې حال کې چې ترې رغېږي یې هم نه.

زه دا نه وایم چې طبابت سره تړلي مسلکیان ټول ملایکې دي او کمه او زیاته نه ترې کېږي، بلکل ترې کېږي خو د شکایت جای یې هم مالوم دی چې شاید او باید مراجعه ورته وسي.

خو دلته ډېری خلک نه مخ ګوري او نه څټ؛ بس لکه د پَلک د وار غونډې بې رحمانه تنقید کوي او یو له مخې په ټولو خط را کش کاږي.

نو زه خپلو همزولو ځوانو ډاکټرانو ته وایم چې تاسې صِرف او صِرف له تشخیص او تداوي سره کار وساتئ نور مه

ketabton.com - The Digital Library

مریض او مه یې پایواز ته کومه خبر کوئ چې حق هم وي.

نن سبا ډېر خلک د مختلفو عواملو له کبله د اضطراب ښکار دي، خپه دي او غوسه دي نو خالي موقعه غواړي او تاسې دا موقعه مه ورکوئ چې خپل "بُغت" درباندې وباسي هغه که د بې‌جایه تکرار په شکل وي او که د وار. خدای مه که!

څو کاله مخکې مې چې له اېگزېټه پس تازه پرېکټېس شروع کړی و نو همدغسې روزه وه او دوو داسې پایوازانو سره مخ سوم چې سم یې ډاکترانو ته زړه ډک وو.

له ډېرو اخوا دېخوا خبرو پس یې هم ینه یخه نه سوه خو چې بېخي یې حد کراس کړ نو ما هم یو څه ورته ووېل؛ آتي نور هم ګرَم سول خو خیر خبر لاس او ګرېوان کېدلو ته و نه رسېدله.

بیا یوه مشر ډاکټر صاحب راته وېل چې په مورړ خو سړې او تودې تېرې دي که دغو خلکو نور هم څه ویلي وای ما بیا هم غږ نه ورته کاوه او ته هم باید خپله خونسردي حفظ کړې؛ روسته روسته به خپله بلد سې.

وایي په روزه او هغه هم ماسپښین او مازیګر کې اکثر خلک بېخي په Fight & Flight موډ کې وي که درته وېل یې چې دا مځکه خو چورلي نو ته یې هم بې چُون و چِرا ورسره منه او ورته وایه بالکل! یې څرخېده زیات سوی، دا دی زه یې هم له پلِ‌چرخي نه مکرویانو ته راورسولم.

روغتونونو او کلینیکونو کې چې کوم امنیتي پرسونل، ګاروان او کارګران وي د هغو کار هم دا دی چې روغتیایي چاپېریال ارام وساتي.

نو یو ډاکټر یا بل صِحي همکار ولې د دوی کار په لاس کې اخلي او خلکو ته د دلته او هلته کېدو خبر کوي یا ورته لکه د وړو ماشومانو د معلم غوندې نصیحت کوي.

زما مطلب دا بالکل نه دی چې کارګرانو خوارانو یا امنیتي ټیم ته سردرد پیدا کړو بلکې دا وایم باید چې د خپلې دندې په حدودو کې پاتې سو او خپل خوندیتوب وساتو.

باقي نو روغتیایي کارکوونکو ته هم پکار ده چې خپل Behaviour او Ethics ته خاص پام وکړي او مراجعین دې هم ځان کې لږ نه ډېر برداشت پیدا کړي.

دوی او ناروغان خو یې ډاکټرانو نه دي مریضان کړي څه!؟ خو بس د خدای رضا ده او قبلول یې پکار دي.

د هغې ورځې په هیله چې ټولنه مو عموماً او روغتیایي چاپېریال مو خصوصاً دومره ارام او محفوظ وي چې د چا شور پکې لا جېګ نسي، لاسونه خو پرېږده.

ketabton.com - The Digital Library

اهلِ‌طب ولې باید لیکل او ویل ډېر کړي!

چې ټولنې سره تر بل چا ډېر ښکېل وي نو عامه پوهاوی، آګاهي او بیداري يې هم ور له غاړې ده.

د دې له‌پاره به لیکل کوي، ښه به یې کوي، ضرور به یې کوي او ډېر به یې کوي.

که شرایط یې لیکلو ته نه وي جوړ نو سمارټ‌فون یا لیپ‌ټاپ خو به لري، یو مایک او سټېنډ دې هم ورسره کړي او لنډ لنډ کلیپونه جوړول دې شروع کړي.

د ډاکټر یې له شعر سره څه؟ د ډاکټر یې له لیکلو سره څه؟ د ډاکټر یې له دومره غړېدلو سره څه؟ چټي "ذهنیت" ته که تسلیم سولو نو د روغتیایي او طبي مالوماتو دا دومره لویه خلا به مو ټولنه لا پسې سردرګُمه او پس پاتې کړي.

اینسټاین ته منسوبه وینا ده چې د مسلک په یوه خبر دې یو ماشوم پوی نسو کړای نو نه دې دی زده.

موږ ته راسه چې ماشوم خو څه کوې؛ لویانو ته هم سر نسو ورخلاصولی ځکه چې د دوی ژبه نسو ورسره کولی یا یې نه کوو چې له کبله یې زموږ له پوهې ډېر څوک نه مستفېد کېږي.

د طب د یو محصل او یوه تازه دمي فارغ د کېرېر حیاتي کلونه له دې وجې ضایع سي چې ترې مخکې هم‌مسلکو ورته څه بنیادي لارښوونې یا لږ او ډېر مرستندویه مالومات تر شا نه وي پرېښي.

کوم چې څه ګران کار هم نه دی؛ بس یو ډاکټر یا له طب سره تړلی بل هر مسلکي چې د خپلې روټین مطالعې، د ازموینې د آماده‌ګي او دندې یا بل فرصت وړه غونډې کیسه شریکه کړي نو د ورپسيوو لار به سیده او آسانه سي.

دغسې که د خپلې مربوطه څانګې یو څه عمومیات، ښې او بدې او لږ لږ مالومات هم شیېر کړي نو خلک به له دې نه وي بې خبره چې کوم کوم روغتیایي خدمات په کور دننه چېرته او په څه ترتیب ترسره کېږي؟

هغه چې نسته بهر چېرې پسې لاړ سي؟ ښه جای یې کوم دی؟ د تګ طریقه څنګه جوړېږي؟ څه او څه یې پکار راځي؟

او د دغو مالوماتو له‌پاره باید یو فیسبوک او ټیکټاک را و نه نیول سي بلکې په نورو انټرنیټي پلېټفارمونو هم خپاره سي چې بیا یې د ګوګل، ChatGPT او AI سرچ اینجنې راواخیستلی سي او ستا په ژبه ستا د وطن کیسې تر نورو ورسیږي.

بل که خدای مه که! بیا دا د معتادینو خوارانو د روغتون غونډې تراژیدي سره مخ کېدلو نو صِحي‌مسلکي یې هم چې په مسلکي او پراخه کچه خبر او

ketabton.com - The Digital Library

سوژه کړي او يوازې ژورنالېست او اديب ته يې ور پرېږدي نو ډېره ښه به منعکس سي.

نړۍ به ښه پې خبره سي، د پېښې د ساحې طبي او صِحي چارې به ښې تنظيم سي او وطنداران به له نور زيانه وژغورل سي.

خير دی که د چا املاء، انشاء او وينا ډېره علمي او معياري نه وي هم پروا نه کوي؛ هدف د پيغام رسول، سرټکی ګرځول او وايرل کول دي.

رښتيا لېنګوېج سکيلز او د ټيکنالوجي استعمال مو په همدغه جای کې پکار راځي چې په مرسته يې خپل وطنوال، ګاونډ او جهان ته لنډ خو واضح او کوټلی مېسېج ورکړئ..!

ketabton.com - The Digital Library

SehatKor Magazine

(صحت کور) یوه مهالنۍ طبي ـ روغتیایي خپرونه ده، چې د (صحت کور) په طبي او تخنیکي ټیم پورې اړه لري.د حقوقو په پام کې نیولو سره یې هر څوک په هر ځای کې نشرولی شي.

اداره

Thank you for reading

Find more e-books and articles on Ketabton - your multilingual digital library.

www.ketabton.com

Ketabton - Pashto, Farsi, Arabic & English