صحت کور

لومړی کال، پنځمه گڼه، میزان ۱٤۰۵ش/ سپتمبر ـ اکتوبر ۲۰۲٦م/ ربيع الثاني ـ جمادى الاولى ۱٤٤۸ ق



د غوره طبي او روغتیایي کېریبر جوړولو لارې‌چارې

کډوالو وطندارانو سره به څرنګې طبي مرسته کوو؟

په MD بست کې مقرري څومره منډه غواړي؟

بهرني طبي چانسونه د واقعیت په هیندارہ کې

د تخصص له‌پاره د روغتون انتخاب

طب په اینګلېش که په وطني ژبه؟

د طب محصلانو ته د زړۀ خبرې

زمورږ Gen-Z ډاکټران

د روغتون پټ رازونه

لړليک

۱ طبي ټپې او طبي نقد ۱
۲ د طب محصلانو ته د زړۀ خبرې ۴
۳ که غواړې د طبي کورنۍ د سر سړی سې ۶
۴ د ځینو طبي محصلانو او ډاکټرانو مسلې ۸
۵ بې اېګزېټه زۀندون ګران دی! ۹
۶ طبي حکایتونه او روایتونه ۱۱
۷ که تازه تازه روغتون جاین کوئ نو. ۱۳
۸ بهرني طبي چانسونه د واقعیت په هیندارہ کې ۱۴
۹ د غوره طبي او روغتیایي کېریېر جوړولو لارې‌چارې ۱۷
۱۰ فُل طبي پیکېج ۲۱
۱۱ اېګزېټ ټرېکس ۲۳
۱۲ ډاکټرصاحبانو ریجیکشن ته تیار اوسئ! ۲۵
۱۳ اېګزېټ او تخصص یوازې په وېډیوګانو ۲۷
۱۴ د روغتون پټ رازونه ۲۹
۱۵ زمور Gen-Z ډاکټران ۳۱
۱۶ تخصص په اېران کې ۳۳
۱۷ طب په اینګلېش که په وطني زبه؟ ۳۶
۱۸ په MD بست کې مقرري څومره منډه غواړي؟ ۳۷
۱۹ د تخصص له‌پاره د روغتون انتخاب ۳۹
۲۰ د طب مینَ به په‌خپله راځي ۴۰
۲۱ د تخصص د ریفرېنس په اړه دوه خبرې ۴۲
۲۲ د تخصص د داخله پرنسېپ کلینیکي برخه ۴۴
۲۳ طبي ماسټري په کابل کې ۴۶
۲۴ کډوالو وطندارانو سره به څرنګې طبي مرسته کوو؟ ۴۸
۲۵ د لیکنې چېښتن تر کوم حده باید وپېژنو؟ ۵۰

صحت کور
Health House
Nayel

مسـؤل مدیر :
ډاکټـر زاهدالله نایل

ډیـزاین چارې:
انجنیر شاهدالله ودیر
انجنیـر شریف احمد

کـتـنـپلاوی :
عابـدالله عظمت
سـاجدالله عظمت
احمدخان هشـام

انلاین ادرسـونه :
سیکارام ویبسـایټ
کتابتون ویبسـایټ
افغان‌جـرمن پورتال
ګوګل ارشـیف

یادونه

(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 نیولوسره یې هر څوک، هر وخت، په هر ځای کې نشرولی شي.

په دې ګڼه کې به د طبي محصلانو او ډاکټرانو د ستونزو، اېګزېټ او تخصص، طبي زده‌کړو، بهرنیو فرصتونو، مسلکي پرمختګ او د غوره طبي کېریېر جوړولو په اړه عملي او له واقعیتونو ډکې لیکنې ولولئ .

همدارنګه، د طبي حکایتونو، نقدونو، تجربو اوزمور د طبي ټولنې د اوسمهالو موضوعاتو په اړه به هم له نویو لیدلورو خبر سئ.

اداره

طبي ټپې او طبي نقد

موږې محصل ته مې ور نه کړې
چېپټر به يې ورک وي ما به گرده گډوينه

نورې بايد دا زړې او پنډ پنډ چېپټرې ځکه هم ختمې سي چې زمور د "فيوچر ډاکټر" شهی گرده نسي پسې گرځېدای کنه ياره.

نن مې په وچو کولو درد دی
جينی سپېرکی شه چې دې خولې ته



خیر خو دی چې جلکی به خولې ته اچوې؟ دا بیسکوپان ګولی د څه له‌پاره دي؟ او ریلېسپا فورټ ولې نه خوړې ها؟

خدای دې د زړۀ په رنځ اخته که
چې تر لندنه دې و نه شي علاجونه

زه خو وایم نسته اوس هغه بزرګې محبوبې چې ښېرا به یې ټک سره ولګېده او بل لندن نۀ اوس کابل کې هم د زړۀ علاج کېږي.

طبیبه وروره لاس مې ګوره
له مور او پلاره را ته پټ وایه حالونه

لاس کې خو یو د زړۀ نبضان مالومیږي او تا ته به یو څو نور ټېستونه کول غواړي البته مور او پلار ته به دې ولې وایو، هغوی به په تا ولې زهیروو.

ځان دې لېونی که په ما راشه
د لېونیانو لارې چا نیولې دینه

ځانونه مه لېونیان کوئ، وطن کې د اعصابو ډاکټراني چېرې خو ټولې نسایي ولادي دي یا جراحاني دي، بیا به همدغسې بې دیدنه او بې ښې او بدې پاتې یئ.

په ساه‌لنډۍ دې چیلم پرېښود
زما د سپینې خولې دې نه منل سوالونه

د شاه‌ليلا دا سوال به دې مانۀ کنه اوس به دې دومره اخ او ټوخ نه لټېدۀ او نۀ به دې د ساه‌لنډې د څپې د اوږدېدو په وجه په دې او په ځان مرګ تېراوۀ.

ورک شې طبيبه بې ترتيبه
زېړی مې نه دی د يار غم مې زېړوينه

سيي ده چې ته وايې نو خو بيا هم بايد لږ د زېړي او کمخوني معاينات درته وليکل سي، خير که ستا کار کېږي او که نه، د ډاکټر خو به وسي.

خدايه حبيب زما طبيب کړې
چې په ترتيب مې په زخمونو پټې ږدينه

نا نو ته زخمي کېږې ولې؟ او بيا حبيب ولې يو د جراحي طبيب غواړې؟ که نه دا دې خيال دی چې ټپ دې هم ګُلدوزي او ميده‌دوزي سي؟

خدای دې د خولې لاړې دارو که
زه درتلای نشمه دعـا درته کومـه

ای ته خواره مه سې، دغومره نو نه دی زوبل، يو وېډيوکال چې ورته وکړې بيا يې ګوره چې څنګه اېغ نېغ درته را کېنې!

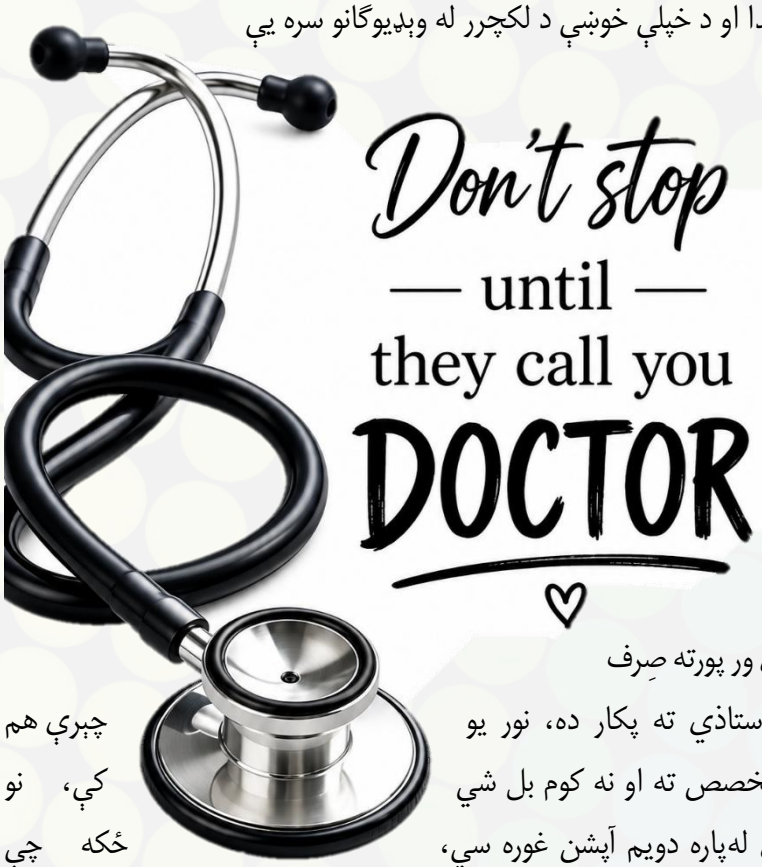
ما ويل چې نه نېغه به وکم
د علي اباد په مريضانو واوښتمه

ويش جار! ته لکه چې له دې نه وې خبر "مينه د دوو هوښيارانو تر منځ نسي پايېدلی، يو يې بايد حتماً احمق وي.!"

د طب محصلانو ته د زړۀ خبرې

1. کله هم دا په زړۀ کې مه راولئ چې دولتي طب پوهنځي کې ناست یم او که خصوصي، سترګو ته دا درته ودروئ چې وطندار مې شاید او باید په تشخیص او تداوي پسې بهر لاړ نسي بلکې په کور دننه به یې همدا زه د درد درمان کړئم.

2. اعلی طبي ریفرېنسونه په اینګلېش دي نو اول دا ښۀ سم زده او روان کړئ او بیا په همدغه زبه نړیوال ماخذونه پیدا او د خپلې خوښې د لکچرر له وېډیوګانو سره یې ګورئ.



3. که رڼه وهې؛ که کنسېپ جوړوې او Reasoning زده کوې، طبي ماسټریو او سکالرشېپس ته جوړه 60 یا 65 فیصدي هسې هم پې اخیستلی سئ او تر دې ور پورته صِرف د داخلي پوهنتونونو استاذي ته پکار ده، نور یو چېرې هم په درد نه خوري، نه تخصص ته او نه کوم بل شي کې، نو ښه ده چې د زده‌کړې له‌پاره دویم آپشن غوره سي، ځکه چې هر وخت او هر جای دایمي ګټه ګټه ده.

4. د اول کال، ورپسې د پاراکلینیکي سیمیسټرونو او بیا د کلینیکي هغو، ټوله هارډ او سافټ ډېټا خوندي وساتئ، په سِتاژ، اېګزېټ او نورو ټولو پوسټ‌ګریجوېټ مسیرونو کې مو بیا بیا په کار راځي.

5. د پوهنځي دوران کې هم ښسبک او هم کلینیک داسې ووایئ چې د سِتاژ پر مهال مو ټول فوکس د روغتون په روټین وي او د اېګزېټ او تخصص ریفرېنس درنه مازې یو تکرار وغواړي.

6. په کور دننه دا زمور خپل تخصص لوی غنیمت دی خو که د نیزدې ګاونډ، سیمې او نړۍ تخصصونو ته مو وس کېدۀ، ضرور یې وکړئ.

7. که شرایطو نۀ وطني او نۀ بهرني تخصص ته پرېښودې بیا هم له MD نومه ځان خلاصوه او یو شی ووایه، هغه که یو کلن او دوه کلن ولې نه وي، خیر که په تخصص او ماسټري نه قبلیږي، په فېلوشېپ خو منل کېږي او له ډاکټر احمد نه پې سونولوجېسټ ډاکټر احمد کېږي.

8. له اېګزېټه پس چې رسمي ډاکټر سوې دا په دې مانا نه ده چې متخصص هم سوې بلکې معالج ډاکټر یې نو که پریکټېس دې کاوۀ، تخصصي کېسونو سره غرض مه لره، ټریاژوه یې، اولیه کومک دې که په وس و هغه وکړه، نور یې نو مناسب جای ته ریفروه، په دې ته کم نه راځي بلکې لا مسلکي ښکاري.

9. مریدان که د پېر لمن نه پرېږدي طبیبان کتاب؛ نو باید چې مطالعه پابنده او جاري وساتې ګوندې دا د ځان آپډېټ ساتنه دې په یو داسې فرصت ور برابر کړي چې خیال کې به دې هم نه تېریږي.

10. او کوم نوی شی دې چې زده کاوۀ، د مادي ګټې له‌پاره یې ضرور په کار راوله خو عمومیات یې د امکان تر حده بې پوښتنې، بې بلنې او بې لالچه شریکوه چې د عمومي او عمري خیر سبب سې.

که غواړې د طبي کورنۍ د سر سړی سې

طبي الګو جوړېدل یو لیاقت او زحمت نه غواړي لږ نوښت او پایښت هم غواړي ځکه خو د دونیا په دا دومره ډېرو ډاکټرانو کې د فالو کولو قابل هغه په شمار دي.

په دغه کتار کې یو هم **ډاکټر رفیع الله اپریدی** دی چې هم په پرېکټیس کې تکړه دی، هم په پرېزېنټ کولو کې ماهر دی او هم په لیکلو کې چُست او چابک دی.

د کارډیالوجي غوندې
ګران



تخصص لري، روزنیز پروګرامونه یې بېل دایروي او د طبي لایسېنس او تخصص د آمادګي سفر یې په څو معتبرو کتابونو کې ځانته سره راغونډ کړی.

چې اوس یې له پښتونخوا ور ها خوا ایسته د ټول پاکستان او آن هېند، بنګال، نېپال او سري‌لنکا طبي محصلان او ډاکټران ښۀ په پراخه کچه ګوري.

کیسه یې داسې ده چې د پاکستان اېګزېټ نه د وتلو او تخصص ته یې د ورننوتلو کوشش کاوۀ نو څه یې هم چې مطالعه کول هغه یې ساتلي او بیا سره راټول کړي.

کوم چې اوس د Pearls ،FCPS Fast Aid او Medicine Notes په نوم د طبي لایسېنس او تخصص د انټرنس، منځنۍ او خروجي ازموينې آزموده ریفرېنسونه دي.

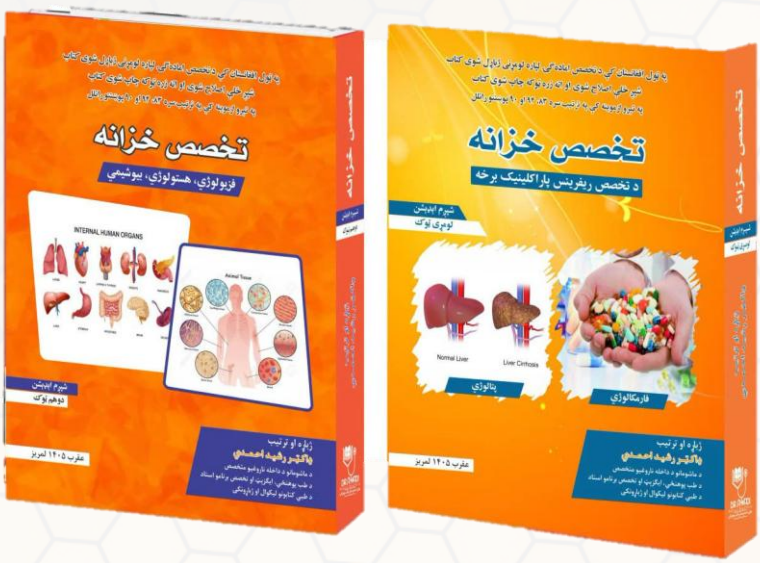
په وطن کې بیا یو **استاد رشید احمدي** دی چې زمور د اېګزېټ او تخصص له‌پاره يې د اېګزېټ خزانه، تخصص خزانه او Davidson's پښتو ژباړه سره ترتیب کړي.

ډاکټر رفیع دې له استاد احمدي سره آباد وي دواړه د طبي کهول ویاړونه دي البته استاد ته په ډېر درناوي عرض دی چې دوی هم خپل کتابونه د هارډ تر څنګ سافټ کړي.

ټوله دونیا کې رواج دی چې معتبر معتبر ریفرېنسونه اوس په مختلفو پلېټفارمونو په مختلفو سافټ بڼو د لاسرسي وړ وي او خپله ګټه هم پکې ضرور سنجول سوې وي.

باقي دې نو خدای پاک هغه ورځې زر راولي چې هم مو وطني تخصص حیثیت موندلی وي او هم را باندې د ګاونډیو او نورو نړیوالو تخصصونو لارې بندې نه وي.

نور نو که بیا مازې اراده سره را کلکه او روتین برقرار وساتو، مور هر یو د خپل مسلک نمونه څه چې "هر دِل عزیز" براند جوړېدی سو؛ ان‌شاءالله!



د ځینو طبي محصلانو او ډاکټرانو مسلې

زړۀ به پې بد کړي ښۀ ستنډرډ ریفرښنس او ادرس به وروښيې چې "ښس" يې جوړ سي، دی به اخر کې درته ووايي چې سالارزی څنګه دی؟ مجبور ورته ووايې؛ ښۀ دی USMLE هم پې پاس کېږي.

خپله به په کلي کې د ګل‌مامد دوکان چا ته سم نه ورښيي او تا ته به ګيله راوړي چې هغه ډاکټر ملګري خو دې هسې برسېرن مالومات راکړل، دقيق يې پوی نه کړم! مطلب مفت ترتيب يې نه وي ور جوړ.

د ګاونډ د ويزې را اېستلو وس به يې نه کېږي، هسې د "ډرېس" په خاطر به پوښتنې د خارجي پراسېس کوي. سړيه! خارج خو څه د "لوند خوړ" خيرات نه دی چې مور وخوړ او ته پاتې يې.

چېرې به يې عادي نوټ هم چا ته د کاپي کولو له‌پاره نه وي ورکړی او له بله به په سلګونو GB ډېټا په فري کهاته کې غواړي ګيني بيا ېروسيږي او د پيسو په جای يې داسې ښۀ خرپنده غيبت پې راکش کوي.

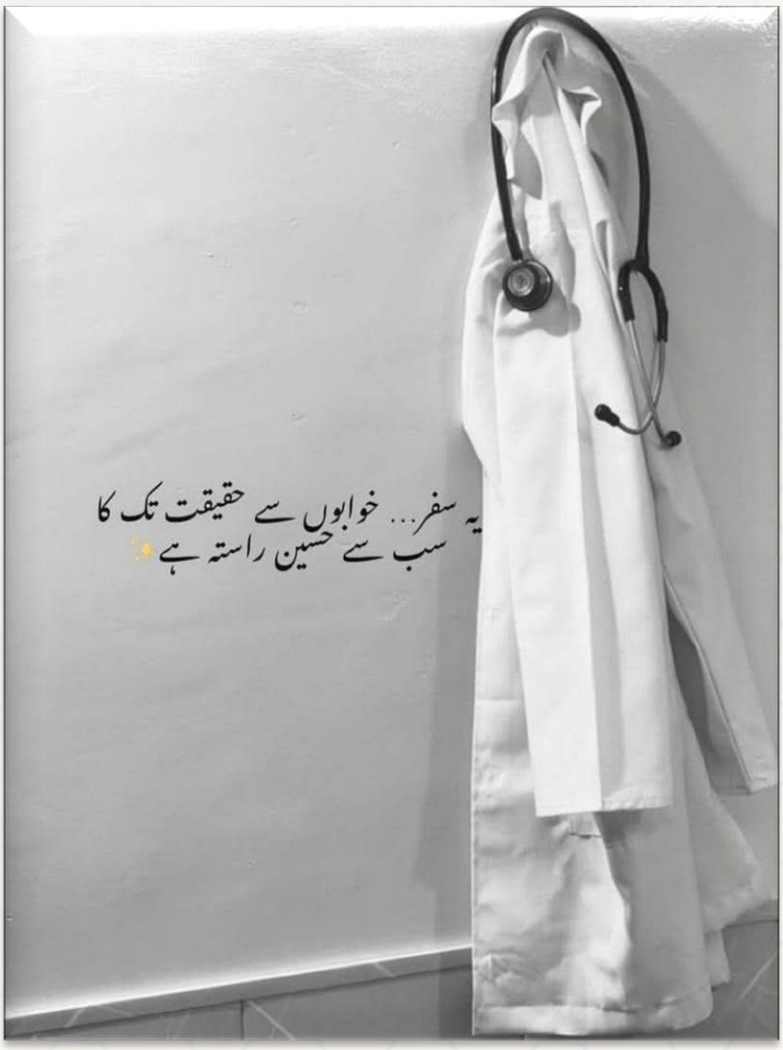


په واورې کې تګ غوندې غږ کې
به دړې دړې مېنټه

وايس وکړي چې ليکنه مې دې وليدله خو ډېره اووورده وه که دلته لږ (!) تفصيل راکړې نو TIA! يانې Thanks in advance! هلکه! زما له‌خوا هم TIA! هماغه ليکنه به ولولې.!

بې اېګزېټه زۀندون ګران دی!

ټوله دونیا به خبره وي چې تا پوهنتون وېلی او سِتاژ دې هم کړی خو اېګزېټ دې چې نه وي پاس بیا نه د رسمي معالج ډاکټر په توګه پېژندل کېږي او نه د فعالیت جواز درکول کېږي چې "همدا شی" دې مزل اوږدوي او منزل لرې کوي.



په کور دننه خو له MD روسته نورو پوهنتوني او روغتوني زده‌کړو یانې ماسټري او تخصص دواړو ته ضرور دی او بهر کې هم تخصص ته "مَسټ" دی البته ماسټري ته یې بیا ځینې پوهنتونونه غواړي او ځینې نۀ.

بل بې اېګزېټه "کلینیکل دندو" ته هم آپلای نسۀ کولای هم په داخل کې او هم په خارج کې البته د "غیر معالجوي" یا "غیر مسلکي" وظیفو کیسه جلا ده؛ شاید وا یې خېستلی سۀ.

اوس به وایۀ چې ډېر لګیا دي بې اېګزېټه او بې

جوازه پربکټس کوي.! بالکل يې کوي خو غيرِ قانوني يې کوي، کله چې له "بينا سترګې" لاندې راغلل بيا يې خالي "حشر او نشر" گورئ.!

رښتيا که بهر کې د ټرېننګ/ کلينکي زده‌کړو له‌پاره چټ‌جي‌پي‌ټي يا کوم بل AI پلیټفارم نه پوښتنه وکړئ نو شروع کې به درته ووايي چې ستاسې د وطن اېګزېټ نه دی ضرور، خو که لږ جر او بحث ورسره وکړئ بيا تفصيل درکوي چې اولنۍ خبر يې سرسَري او نا درُسته وه.

بېرون چې طبي پربکټس کول غواړې هغه که د معالج په توګه وي او که د ټرېني نو افغان طبي لايسېنس (د فعاليت د جواز کارت يا ثبوت) او Good Standing سند درنه غواړي او هغه به د افغانستان له طبي شورا ور جوړوې نو اېګزېټ دې چې نه وي پاس، طبي شورا دغه اسناد نه درکوي او چې در يې نه کړي نو خارج پاتې وبوله.

د بهرني تخصص له‌پاره له اېګزېټه پرته يو بل شی هم ضرور دی هغه دا چې بايد د پوهنتون نوم مو په World Directory Of Medical School کې وي يانې نړۍ ته د منلو وړ وي، چې له نېکه‌مرغه ډېرۍ افغان دولتي او خصوصي طبي پوهنتونونه/ پوهنځي پکې شامل دي، نو تشويش مه کوئ او که بيا يې هم کتل غواړئ، همدا پاس انګريزي نوم ګوګل کړئ او خپل پوهنتون پکې وګورئ.

روستۍ خبر دا چې يو چا شپږ اووه کاله خواري کړي وي څو د ډاکټر "ټايټل" ترلاسه کولو ارمان پوره کړي نو شپږ اووه مياستې لږ نوره کلکه خواري ولې نه کوي چې "رسمي ډاکټر" سي او ځانته د نورو ډېرو فرصتونو لارې پرانيزي؟

په دغو "يو څو مياستو" کې که "سم ريفرېنس" راټيننګ کړل سي نو نه يوازې دا چې اېګزېټ به پاس سي بلکې "د همدغې مطالعې" په زور هر جای چې وغواړي هم "نښه دنده" موندلی سي او هم "تخصص" او نورو "پوسټ‌ګريجوېټ زده‌کړو" ته لار ور جوړولی سي. بِإِذْنِ اللهِ.!

طبي حکايتونه او روايتونه

رټه که کُنسپټ.؟

نوي چې پوهنتون ته راغلو، له ځانه زياته مو د سينيېر هلکانو د مطالعې طريقه څارله، يو و چې ډوډۍ ته به ناست و هم به يې چيپټر تر څنګ و، بل همصنفی يې و هغۀ بيا چيپټرې نه ټسولې بلکې بهرني لکچررز به يې له اينګلېش ريفرېنس سره تعقيبول، هغه وخت به دا يو تل ټاپر و او دا بل به کله کله ټاپ ټېن کې راتۀ، خو اوس دا يو همغسې MD ګرځي او دا بل ممتاز ټرېنر متخصص دی.

نومیالي او ګټيالي.

يوۀ ورځ مو د بايوفزيک استاد ب. ر. خدازده تر څه پورې ووېل، خو ويې ويل دا د اولو کتارو ډاکټرصاحبان چې له سوال پوره کولو مخکې د ځواب له‌پاره ګوتې پورته کوئ، په ياد ولرئ عملي ميدان يانې د ګټې وټې معامله کې به بېک‌بېنچرز درنه مخکې وي، اوس چې ورته ګورم رښتيا هم هماغسې ده.

يو اېګزېټ که بل هنر هم؟

دغه خبر ډېره کېږي چې خارجيانو تل له مور ګټه کړې يا يې د ګټې ښکار کړي يوو خو دا به اول وار دلته اورئ چې يو افغان MD د افغان ډاکټرانو په شمول خارجي ډاکټرانو نه د تخصص د آمادګي د لارښوونې، آپلای او ريفرېنسونو په زور سلګونه ډالر ګټي، په داسې حال کې چې خپله يې اېګزېټ هم نه دی ورکړی.

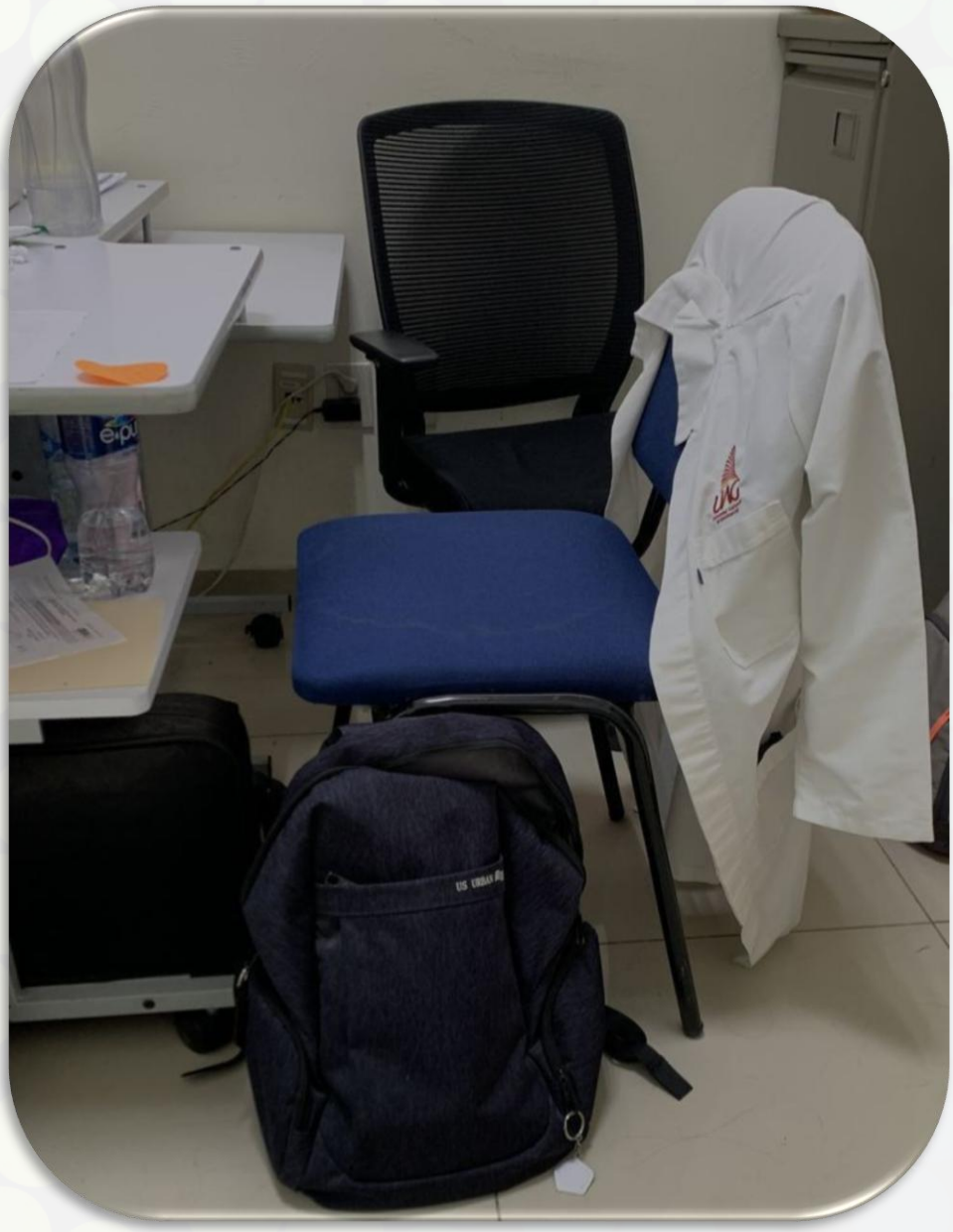
ستراټژيکه دنده.

يو ډېر خواريکښ او تکړه معالج ډاکټر لاړ په يوې لرې پرتې ولسوالۍ کې يې دنده واخيسته، نورو ډېرو ملګرو يې آمادګي، تخصص او ماسټرې ته مخه کړله، فکر کېدۀ چې سړی له کاروانه پاتې سو، خو هغه هلته غټه شوړه را ټوله کړله او خارج ته پې لاړ، له نورو ښۀ تخصص او ښه زندګي يې نصيب سوله.

د طبابت مقصد.

د يوې مسلکي جلکۍ د خپلولو او د خپلوانو د سوزولو په خاطر يې طب شروع کړ، په ديکو ديکو سر ته تري ورسول سو، د واده کارت کې يې د ډاکټر ليکلو ارمان پوره سو، خو نه يې له

ډارلېنګ سره ګډ زۀند سم هغسې نوم وکړ د کوم له‌پاره يې چې ناحق ضد کړی و، اوس سو او نه يې خلکو کې يو دوه کې حيران پاتې چې په دې ځي او که په دې.!



که تازه تازه روغتون جاین کوئ نو...

1. په شروع شروع کې خپل اصلي او فعلي جای، مذهب او طریقه او خپل خپلوان یا ملګري او همصنفیان چا ته مه ښیئ، روسته دې بیا پوی سي پروا نه کوي.

2. رییس او سرطبیب مو که شناخته یا سمت وال وي نو ډېر لر بر مه ورسره کېږئ، همکاران مو بیا فکر کوي چې جاسوس یې دی.

3. سېنیر طبي سټاف سره ضرور ښې اړیکي وپالئ، یو شی - می به هم ترې زده کوئ او چې کوم نیزدې مریض مو راځي، د مشورې له‌پاره به یې هم ډاډه ورځئ.

4. د غټو معایناتو لکه سي‌ټي‌سکِن، MRI، انجیوګرافي، اپنډوسکوپي، برانکوسکوپي، بایوپسي او زورورو یا د غټ ګرام IV درملو د توصیه کولو زده‌کړې کې ښېره مه کوئ، بدنامېږئ.

5. که کومې همکارې، مریضې یا پایوازې چېرې در وخندل یا یې نمبر در نه واخیستهٔ؛ ډایرېک Flirting مه شروع کوئ څه کېپل شرما خو نه یې.

6. له اداري مدیرانو سره یو معمولي دعا او سلام کوئ نور ترې ازاد ازاد ګرځئ، د خښتې شپږ مخونه وي او د دوی شپږ ضرب شپږ.

7. د IT مدیر ځان ته سم د اترا اداري د مشر فکر کوي، د وای‌فای له‌پاره ورته سوال مه کوئ، له پاسه ورته یوه پُرزه راوړئ، شی به درته کنېکټ کړي.

8. د کانټین والا سره خامخا کهاته ساتئ، معاش به مو ځنډېدلی وي، پیسې به نه وي درسره او ناڅاپي مېلمه به در پېښ سوی وي نو پښتو به مو بیا نه خرابیږي.

9. بې جایه غرور مه کوئ خو یو attitude شاید او باید ولرئ چې ځینې پوښتنې او ځینې معاملې بې جوابه پرېږدئ څه د ریسېپشن والا خو نه یئ کنه.

10. او که کومه خبر د خپل ټارګټ تر غوږو رسول غواړئ نو همالته شاوخوا یې کومې زړې نرسې، مشر کارګر یا د لابراتوار همکار ته وکړئ، ور و به رسي ان‌شاءالله!

بهرني طبي چانسونه د واقعيت په هينداره کې

بحث چې سره پې کوو هغه طبي او روغتيايي چانسونه؛ تخصص، فوقِتخصص، ماسټري، دوکتورا، فېلوشپ او نور لنډمهالي کورسونه او ټرېننګونه وو/ دي چې MD ډاکټران او متخصصان به بهر پسې تلل يا ځي.

دا چې د ډېرو يا تقريباً دغو ټولو طبي او روغتيايي زده‌کړو پرومېټرېک سنټرونه يا د امتحان مرکزونه او د اسنادو پراسېس له ګاونډه کېدۀ يا کېږي نو اول په دې خبر کوو.

مالومه خبر ده چې د اېران ويزې تازه ډېرې سختې سوې خو بيا هم له پاکستانه لږ په کم نرخ پيدا کېږي خو هلته ډېرى پروميټرېک مرکزونه او بهرني سفارتي مامورېتونه ټرل سوي يا محدود سوي.

د هيندوستان ويزه هم هر څوک نسي پيدا کولى، فې‌الحال يې يوازې ډيپلوماټان، سوداګر او واسطه‌دار مريض او پايواز ترلاسه کولى سي.

او د پاکستان ويزې خو له ډېره وخته راهيسې په تور بازار کې موندل کېږي خو اوس سره له ډېر لوړ نرخه هم هغسې په لوړ شمېر نسته؛ کم‌يابه او محدودې سوې.

خو که بيا هم کوم ډاکټر يا روغتيامسلکى په يوۀ نۀ يوۀ رقم دغو ګاونډيو هېوادونو ته د تلو طريقه جوړوي او له هغه جايه يا خپله له وطنه طبي چانسونه فالو کول غواړي نو نن سبا کيسه څه دا رنګې ده:

1. لنډمهالي کورسونه او ټرېننګونو چې ډېرى د روغتيا نړيوال سازمان او UN يا نورو نړيوالو موسسو او بنسټونو تمويلول هغه د بوديجې د کمښت يا نشتون له کبله ډېر را کم سوي يا ببخي په ټپه ولاړ دي ځکه خو يې اوس عمومي اعلانونه هم ډېر نه ښکاري او چا ته په ايمېل او حضوري توګه هم چندان اطلاع نه راځي.

2. د امريکا تخصص که پاس کړئ يا چا پاس کړى هم دى، ويزه يا نه ورکول کېږي يا ببخي په ډېره سختۍ په غيرِتحصيلي لارو ترلاسه کېږي.

3. اینګلېنډ چې په کومو هېوادونو تعلیمي او د ماهرو کارګرو ویزې بندې کړې، په هغو کې افغانستان هم دی چې له کبله یې اوس افغان ډاکټران او صِحي‌مسلکي هم نسي کولی چې آن د PLAB او MRCP یا ماسټري او دوکتورا د آپلای په ذریعه ویزه ترلاسه کړي.



4. نورو اینګلېش لرونکو هېوادونو لکه کاناډا، استرالیا، نیوزیلېنډ او ایرلېنډ ته د تخصص او ماسټري لاین ور جوړیږي خو ښېنک ستېټمېنټ او ضمیمه مصارف یې له شلو تر څلوېښتو زرو ډالرو کم نه دي چې دا بیا د هر چا د وس خبر نه ده.

5. له اینګلېش روسته چې ښهٔ تخصصونه او ماسټرۍ پې کېږي هغه فرانسوي، جرمني، هسپانیي او نورې لوکل اروپایي زبې دي چې یو خو یې زده‌کړه دوه، درې او پینځه کاله وخت غواړي او بل د دغو زبو لرونکو هېوادونو بل سخت شرط د بلاک اکاونټ دی چې له لسو پورته تر پینځلس‌زرو ډالرو به پکې ږدې.

6. عربي هېوادونه لکه سعودی، عمان، متحده‌عرب‌امارات او قطر بیا دومره ډېره خرچه نه غواړي خو د بهرنیانو له‌پاره یې د تخصص سېټونه کم او ماسټري یې بیا زیاتره په عربي وي چې ډېر ډاکټران ورسره لکه اینګلېش غوندې نه دي بلد.

7. د پاکستان، چین، روس او قرغزستان دوه کلن تخصص چې چا کړی د هغوی کیسه د عامې روغتیا وزارت له اکمال تخصص ریاست سره روانه ده خو له 2027 روسته یې نور بېخي نه مني.

8. ایران او پاکستان بیا سره له ډېرو ملاحظاتو د تخصص او ماسټري ښۀ آپشنونه ول یا دي خو اوسني سیاسي او امنیتي وضعیت ته په کتو هیڅ نه دي ریکُمېنډېډ.

9. هیندوستان بیا ماسټري، دوکتورا، فوقِ‌تخصص او فېلوشېپو ته ښۀ دی خو تخصص ته یې شاملېدۀ د طبي لایسېنس د سخت پراسېس او بل لکه د پاکستان غوندې افغانانو او نورو بهرنیانو ته داسې مالومو او مختصو بستونو نه لرلو له کبله مشکل دي.

10. مالیزیا او ترکیه بیا له تخصصه زیات کلینیکل ماسټریو ته ښۀ جایونه دي، خرچه یې هم مناسبه ده، خو د اینګلېش تر څنګ د محلي زبې یو څه ډېره بلدتیا در نه غواړي.

11. د فېلوشېپس طریقې جوړېږي هم ګاونډ ته، هم عربو ته او هم تایلېنډ، روس او چین ته خو باید چې له یوۀ کاله کم نه وي ځکه چې د تخصص بشپړولو ریاست یې بیا نه مني.

12. او سکالرشېپس یا بورسیې یو خو ډېرې کمې سوې او بل یې دلته په داخل کې د اسنادو د تائید په اړه ښۀ خبرونه نه لرو البته عملي او عمومي کوم بندېز لا نسته خو خیر به یې غواړو چې داسې څه ونسي.

خُلاصه دا چې له افغانستانه د امتحان او اسنادو نه پراسېس، د ویزو سختي، په اینګلېش کې د OET یا آیېلټس او ټافل لرلو او نورې زبې 2B او 1C کچې ته رسولو، بلاک اکاونټ، بېنک ستېټمېنټ او نورو ډېرو څنګزنو لګښتونو د بهرنیو طبي چانسونو کیسه یو څه سخته کړې خو په کېدو کېږي که څوک پوره مالي او ذهني توانایي ورته ولري!

د غوره طبي او روغتيايي کېږيږ جوړولو لارې‌چارې

1. ډاکټر/ ډاکټره چا سره واده وکړي؟

که مسلک، يو بل سره زر او ښۀ "انډَسټېنډېنګ" او تر ټولو مهم د "کَپَل" په توګه د ښۀ عايد چانسونو ته ګورې نو اهلِ‌طب او که طبيعت يا د زړۀ مرضي ته ګورې نو که ملاينه وي او که نايښه، انجينر وي او که کارګر؛



پروا نه کوي، هغه ټپه ده کنۀ:

حوصله او ستمبنا لري نو

شمول د بنو بنو فرصتونو له‌پاره

زړۀ په مثال د سوداگر دی
چې چیرته خوښ شي هلته واړوي بارونه

مو مخه خلاصه سي.

2. سپلف ستډي، کلاس او که وډیوګاني؟

که څوک برحاله دنده لري یا ډبر وخت له مطالعې لرې پاتې سوی وي نو خپلو شرایطو ته په کتو حضوري یا انلاین کلاس جاین کول یا کوم موثر وډیو سیرېز کتل بنۀ آپشنونه دي البته که څوک وخت،

سیلف‌ستډي چې یو ستډي متیریل هم پکې کم نه وي تر ټولو غوره ده.

3. څه وکړو چې اېګزېټ کې بنې نومرې واخلو؟

خالي ځان کامیابول پکې پکار دي چې له جنجاله بې بې‌غمه سئ او د تخصص او ماسټریو په

4. له تخصصه پرته MD نوم نه څنګه ځان خلاص کړو؟

په وطن کې د الټراساونډ او اېکو په کورس یا فېلوشېپ او د عامې روغتیا، تغذیې، پتالوجي، مایکروبیالوجي، اروا‌پوهنې، ټولنپوهنې او اِپیډیمولوجي په ماسټري او

ډیپلومې او په ګاونډ او نوره نړۍ کې د خدای بلا فېلوشېپو، نن-کلینیکل او کلینیکل ماسټریو او دوه کلنو تخصصونو په مټ.

5. په MD ځان څنګه د ښۀ عاید چېښتنان سو؟

یا د ښې زوروړې دولتي دندې یا د موسسې د کوم کلیدي پوزیشن په مرسته؛ یا په اطرافو کې د یوې ګوزاره‌حالې دندې تر څنګ د خپل شخصي سېټ‌آپ په توسط.

6. د افغانستان تخصص که د ایران او که د اروپا؟

چې مالي، ذهني او د زېږې توانایي وي، اول اروپا او بیا ایران؛ ګیني نو "د ستړو ځای شهبازګړه وي" مطلب د افغانستان چانس خو چا وړی نه دی.

7. د بېرون ماسټري او تخصص ته به څنګه آپلای کوو؟

که انټرنیټي مهارتونه مو ښۀ وي نو د امکان تر حده ټول په خپله، که نه نو بهر کې د کوم خپلوان یا ملګري په کومک او یا د تحصیلي او سیاحتي ادرس له لارې، خو چې لږ نه؛ ډېر اعتباري وي.

8. خارجي تخصص یا ماسټري د زېږې له سنده پرته کېږي؟

په ډېره کمه استثنا نه؛ زبه او د زبې سند هر چېرې غواړي، په انګریزي OET، آیېلټس، ټافل او ډولینګو او په غیرِ انګریزي زبو B2 او C1 یا آپر انټرمیډیټ او اډوانس لېول.

9. نن سبا بهرني سکالرشیپونه پیداکېږي او که نه؟

هو؛ یو، نیم جای اعلانیږي البته خاص د افغانستان له‌پاره داسې خال خال او عمومي هغه چې افغانان ورته اپلای کولای سي، ډېر دي، خو شرایط یې نسبتاً "تر خاصو هغو یو څه" سخت دي.

10. څنګه عاید لرونکې رشتې؟

انټروېنشنل راډیالوجي، انټروېنشل کارډیالوجي، سرجیکل انکالوجي، ګېسټرواانټرولوجي، کلینیکل پتالوجي، پلاستیک سرجري، یورولوجي، ENT، انډرولوجي، ډیابیټالوجي، کلینیکل نیوټرېشن او عامه روغتیا دي.

فُل طبي پيکېج

که غواړئ چې له محصلي تر اېګزېټه او ايسته مرحلو پورې دوران مو ښۀ تېر سي نو بايد چې دا شَيونه ولرئ:

1. يو خو د مطالعې ريفرېنسونه ډېر آپډېټ ساتئ هغه که هارډ وي او که سافټ؛ تر څنګ يې رنګارنګ قرطاسيه هم ګرځوئ چې سټډي مو رنګينه وي.

2. مطالعه په يو رنګې او بل رنګې پوزيشن کې نه کېږي، ښۀ ښايسته مېز او لکه د محبوبې غېږ غوندې آرامدِه چوکۍ غواړي ګيني بيا به پېن‌کېلرز خورئ.

3. سمارټفون خو به هسې هم لرئ خو يو ټېبلېټ يا آی‌پېډ او لږ تېز لېپټاپ به هم واخلئ چې په مرسته يې بېلابېلو وختونو او حالتونو کې هر رقم ډېټا په آسانۍ ذخيره کوئ او ګورئ.

4. غوږو کې د چوخېدونکو ګوشکو په جای به ها غوږونه چې پټوي، هغه غټ هيډفون واخلئ، کله کله به د خپل ذوق او شوق "څشی" هم پکې اورئ او وېډيو لکچرز او انلاين پروګرامونو ته به مو هم توجه ښه برابروي.

5. د نظري او عملي زده‌کړو څومره نوټونه، کتابچې او کتابونه چې لرئ، يوه پاڼه يې څۀ چې يو حرف پې ليکل سوی وي، هغه کاغذ هم ضايع نه کړئ، د استعمال په موخه د بېرته ورګرځېدو وخت يې راځي.

6. د پوهنتون او روغتون؛ کتابتون او کېفي ته هيڅ بې هيڅه هم په خپل تقسيم اوقات کې جای ورکړئ، په ګټه يې ډېر وخت بعد خپله پېښېږئ، اوس صِرف دومره درته وايم چې دغه لحظې به مو بيا له هغو ښو ښو يادونو څخه وي.

7. د سهار وختي او قضا مازيګر واک له‌پاره نرۍ جرابې، نرم سپورټي بوټان يا پيزار او يو ښکلی د اوبو بوتل يا پټکی او د رخصتيو د چکر له‌پاره هم اړوند لوازمات رېډي ساتل غواړي.



8. که يې د استعمال جای ته رسېدلي يئ او که نه خو يوه مظبوطه فشار آله، ېو لږ گرانبيه پَلس‌اُګزي‌ميټر او يو لټېست ماډل ګلوکوميټر ضرور خريداري کړئ، دم‌ساعت يې ضرورت پېښېدای سي.

9. رښتيا دوه درې داسې نفرو سره مو هم بايد اړيکه واوسي چې په مختلفو پړاوونو کې پرته له کومې تمې او احسانه ښه د اخلاص مشوره او لارښوونه درکوي.

10. بل؛ يو داسې لايف‌پارټنر لرل چې درسره تېرېدونکې هرې شېبې نه يې سکون وَريږي او ستا سترېا له ښو ښو مشروباتو او نشه‌آورو درملو هم زر ورسره هوسا کېږي.

روستۍ خبر دا چې دغه پيکېج به کمی زياتی ضرور لري، هغه به تاسې راته ووايئ خو "فعالول" يې چې څومره زر وسي بيا هم وختي نه دی.

اېګزېټ ټېرېکس

1. که د امتحان له‌پاره یو څه نقل غواړئ نو د MedPrep Pro AFG هغه 218 کوُر کُنسېپټس او د اېګزېټ د ټېرو دورو کلیدونه ضرور وګورئ، په ډېر احتمال +50 سوالونه ورنه راتلی سي.

2. باقي نو تر دې دمه مو چې څه هم مطالعه کړي وي اوس یوازې او یوازې هماغه ریوایز کړئ، هسې یوه خوا او بله خوا سترګې مه اړوئ، ذهن مو منتشر کېږي.

3. پارچې مو له انساني لاس وهنې پرته په عصري ټیکنالوجي چیک کېږي، د درغلي او واسطې چانس پکې نسته، نو مه تشویش کوئ او مه بې جایه واسطې.

4. که څوک 359,99 نومرې یوسي او که ایله 216، دواړه کامیاب دي، مطلب د کامیابي له سرحده ور ها خوا جېګه او ټیټه نومره یو جای هم پکار نه راځي، بس مازې ځان پاس کړئ.

5. دا مو که اول اېګزېټ وي او که دویم یا دریم؛ پخوانی او اوسنی ID نمبر مو باید ښۀ کلک ساتلی اوسي ځکه چې په بل او بل امتحان، د طبي شورا اسنادو او نورو جایونو کې بیا بیا پکاریږي.

6. امتحان ته له ټاکلې نېټې او وخت یو څه مخکې راسئ، د لارو او حادثو څه پته نه لګي، بل سفر کې مه بې جایه ګپونه لګوئ او مه میوزیک اوړئ، د کامیابي په صورت کې به بیا ډېر مجلسونه سره له ټنګ ټکوره وکړئ.

7. له امتحانه روسته که کامیاب وئ او که پاتې، دغه کړې مطالعې پسې مو شِفټ ډیلېټ مه وهئ، له ورځ نیمې دمې روسته بیا ریویژن او لږ نورې سټډي ته کښئ، تخصص او یا هم بل اېګزېټ مو په مخ کې دی.

8. کوم سوالونه چې درته اسان ښکاربدل، ډېر کله له پساته ډک وي، په حل باندې یې ډایربک مه ورځئ، لکه د نورو لږ سختو سوالونو غوندې دا هم دویم واري او دریم واري ګورئ چې بیا بې‌جایه پښېمانه نه یئ.

9. د امتحان له هاله چې راووتئ، خپل نارمل روټین برقرار وساتئ، د کوم سوال په سر له ځان یا ملګرو سره جنجال مه کوئ او

هاپير کېږئ خو ببخي مه، بس د قابل اعتماد ادرسونو کليد او د امتحان نتيجې ته

کېږئ، پرې ورسئ، د ډېرې او ښې آمادګۍ په خاطر بل کال ته مه ايسارېږئ، تازه چې له يوه



امتحانه راوتلي يئ، بل درنه خواري لږ غواړي خو چانس ډېر لرئ.

منتظر سئ.

10. که کامياب وئ او نيزدې وختو کې د تخصص ازموينه هم وه نو زړه نازړه مه

ډاکټر صاحبانو ریجیکشن ته تیار اوسئ!

کابو هر پینځم او شپږم ډاکټرصاحب چې وینې ګیلې - شکوې کوي او ادعا لري چې ښۀ های کوالیفایډ وم خو نه مې دغلته کار وسو او نه هغلته؛ نه مې د دغې آپلای پته ولګېده او نه د هغې، نه مې



دا جای پریښښی او نه هاغه.

ډاکټرصاحب! چې د روابطو او ظوابطو خبر راسي د نړۍ په ټاپ ټاپ سیستمونو کې ظوابط ماتیږي او روابط کار باسي نو که چېرې مو کوم لاین نه سیخېدۀ، عادي یې وګڼئ، آسمان په ځان مه راتیټوئ، بیا د بل چانس له‌پاره حوصله بایلئ.

دریمه نړۍ کې که ځان په ښۀ پوزیشن لیدل غواړې او د مهارت او لیاقت لېول دې له نورې ټولنې یو څه لوړ او ځانګړی نه و نو واسطه به ورته ډېلوې او که څه خاص هنر او وړتیا دې لرله بیا یو معمولي غږ هم ګوندې کار ورکړي خو روابط په هر صورت پکار دي.

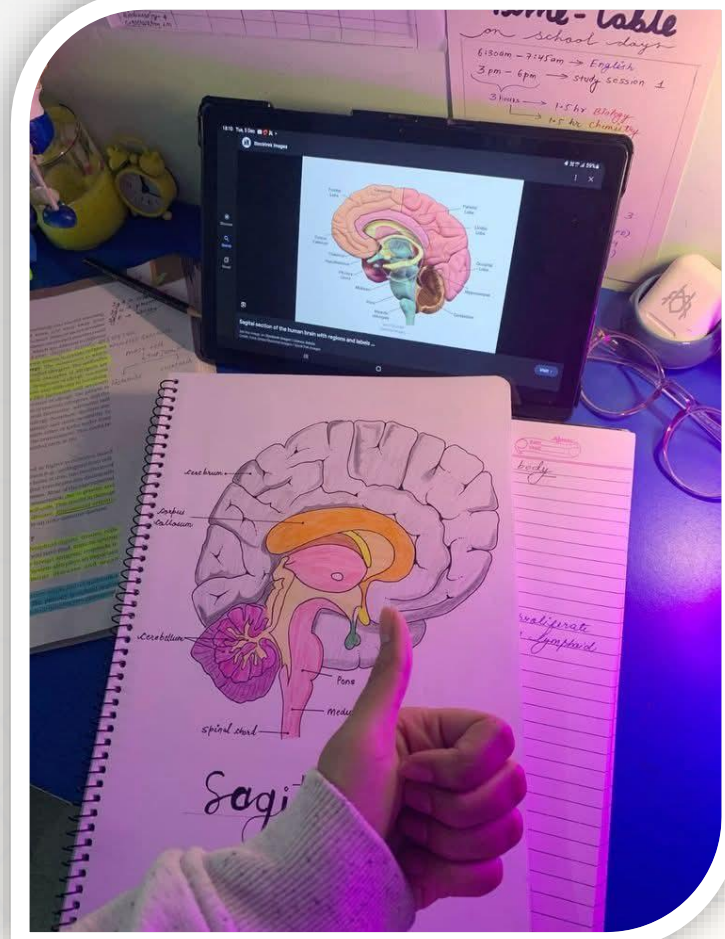
که ته هر څومره تکړه طبي محصل، بیدار معالج، ورزیده ماسټر، تجربه‌کار متخصص او لوی پروفیسر ولې نه یې خو چې خپل کار ته په‌خپله لازم انعکاس ورنکړې، بل څوک هم په‌خپله نه درته را پیدا کېږي چې تا او ستا هنر وقدروي.

نو ښه دا ده چې د نصابي زده‌کړې تر څنګ د کېریېر په مختلفو پړاوونو کې د رسمي او غیر رسمي مجلسونو، سټدي سرکلز، سیمینارونو، ورکشاپونو او نورو بېلابېلو تربیوي او ظرفیتي پروګرامونو له لارې لږ په خپلو مسلکي او کمیونیکېشن مهارتونو هم کار وکړئ.

چې بیا یې هم په حضوري بڼه او هم په سوشیبل مېډیا ځانته د بازارموندنې له‌پاره وکاروئ ګیني نو د بار بار ریجیکشنو له لاسه به همداسې بړوس بړوس ګرځئ لکه تازه مو چې بریک‌آپ سوی وي. خدای مه که!

اېګزېټ او تخصص يوازې په وېډيوګانو

د محصلي او سِتاژ دوران کې هم وخت وي او هم حوصله؛ ځکه خو خالي د يوۀ زده‌کړييز يا امتحاني ريفرېنس په خاطر کتابونه، نوټونه، پي‌ډي‌اېف، د سوالونو بېنک، فلش‌کارډز، ډياګرام او شيماګانې، وېډيو، آډيو، ژورنالونه، سايټونه او نور انټرنيټي پلېټفارمونه که ټول نه وي زياتره خو کتل کېدای سي.



البته د سِتاژ تر څنګ د څنګزنې دندې يا له سِتاژه روسته فول‌ټايم وظيفې له امله د خپل ټارګېټ يانې اېګزېټ او تخصص د آماده‌ګي په خاطر هغومره پراخو طبي سرچينو ته رسيده‌ګي سختيږي نو که يوازې يو وېډيوسيرېز هم تعقيب سي بالکل نتيجه ورکوي.

دا چې ډېرې افغان ډاکټران له پښتو او دري روسته په اينګلېش او اُردو ښه برلاسي وي/ دي نو په څلورو واړو زبو به د يوۀ يوۀ هغۀ وېډيوتدريس د آدرسونو معرفت يا يادۀنه وکړو چې هم موثر، هم اسان، هم ارزان او آن مفت دي.

1. په پښتو ډاکټر جلال د فرسټ‌اېډ، BRS فزیالوجي، Pathoma، سنبل اناټومي او تازه د تخصص د کلینیکي ریفرېنس او د اېګزېټ د مخصوص ریفرېنس تدریس دومره په کم قېمت روان کړی چې یادول یې هم مناسب نه دي.

تیار ثبت سوي درسونه نه لري، ځکه خو به یې روان کلاس جاین کوئ؛ څلور میاستې درس یې تېر سوی، دوه پاتې.

2. په دري اسلمي اکاډیمي ښۀ کار روان کړی، د اکمال تخصص او اېګزېټ خپل مربوطه ریفرېنس تدریسوي، سوالونه ور نه ډېر راغلي او راځي او فېس یې هم د ګوزارې دی که کلاس ورسره اخلئ.

او که ریکارډ سوې وېډیوګانې یې غواړئ هم پیداکېږي بیا به یې پخپله ګورئ.

3. په اُردو DIMS ټول ښسېک او کلینیک په خپل ستایل (36) څېرکو کې سره را ټول او ډېر کُنسیپټؤل تدریس کړی.

لکچرې او اړوند پي‌ډي‌اېف نوټونه یې د یو او بل محصل/ ډاکټر له‌خوا لاس په لاس کېږي یانې مفت پیداکېږي، چا ته پیسې مه پې ورکوئ.

4. په اینګلېش B&B ډېرې ښې وېډیوګانې دي چې د فرسټ‌اېډ ون او CK یانې پاراکلینیک او کلینیک د کیلي یا استاذ حیثیت لري.

دا وېډیولکچرز هم له سینېر ملګرو، یوټیوب او واټساپ او ټیلي‌ګرامو چینلونو او بوټس څخه ترلاسه کولی سئ.

که دغو وېډیوګانو سره خپل خپل کتابونه او PDF ټکي په ټکي نسئ کتلئ، خیر بیا یې هم درته پیدا او په مرسته یې له لکچرو ځانته په خپله طریقه ښۀ ښایسته ریویېونوټس تیار کړئ چې امتحان ته خالي یو ریویژن یا د ملایانو په اصطلاح "مُرور" وغواړي او بس!

د روغتون پټ رازونه

1. د نرسنګ مدیر د جهان پساتی وي، د روغتون په هر فرد او کونج او کنار یې نظر وي ځکه خو ورسره ښکر کله هم مه اړموئ البته د امکان تر حده یې ناز هم اخلئ، بنده عاجز دی کوم کسر و نه لرئ.

2. امنیتي ټیم سره مو باید دومره غږ لاړ سي چې مریض یا مېلمه مو په نیمه خوله را پربږدي، نور یې نۀ په ډېره اندیوالي کې خیر سته او نۀ په تقابل کې.

3. دنده دې چې په عاجل وارډ یا ICU کې وي نو جراحي ټرېنیانو سره تر نورو ډېر دعا او سلام ساتئ، دوی لکه بد تربرونه په بده ورځ کې خامخا ډېر سخت پکار درځي.

4. نوکریوالي کې د سترېا وسا کولو په خاطر ضرور لږ لږ بهر راوځئ خو داسې ګونبه ګونبه جایونو کې موبایل په لاس ډېر مه ګرځئ، ځینو مضرانو ته به په لوی لاس د پسِ شا خبرو موقعه په لاس ورکړئ.

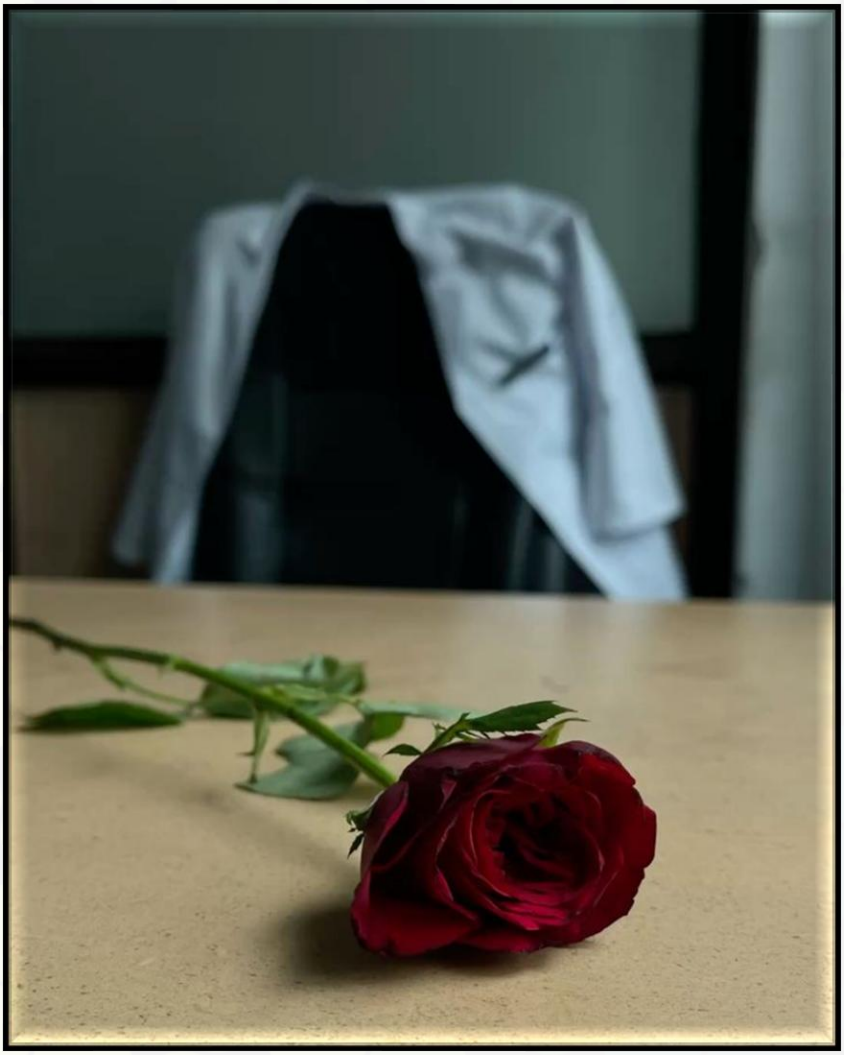
5. خیاط ته چې ورځئ، د سرطبیب یا اداري مدیر د امر تر څنګ یوه راني یا اېنرجي او کېک یا بسکټ هم درسره وړئ، پوښاک به مو هم له درکړې نېټې زر تیاریږي او هم آن یو جوړ اضافه.

6. نرسانو او ټیکنېشنانو سره مو که تر یوۀ حده نزاکت نه ساتۀ او د سینیېر ډاکټرانو په خپلمنځي تعلقاتو او ذاتي معاملاتو کې بې ګودره ور ګډېدئ نو په دواړو صورتونو کې بې‌آبي په بیه اخلئ.

7. که کوم لوړ پوړي چارواکي یا داسې متنفذ کس سره مو واسطه راغله او په «آن پن» کې یې بیا واټساپ هم درکړ، غلطېږه مۀ، هسې دې د "خپلو" کارونو له‌پاره تمه کې ساتي، ستا کوم "بنیادي" کار نه درته کوي.

8. د معایناتو، دوا او پروسیجرونو له طریقه مو که خدای مه که! پیسې اخیستلې، نو چې دا ېښي درته حلالې هم سي، له رنګ‌بدي یې نه خلاصېږئ، اول به درپسې خپل پارټنران غږیږي چې شوړه‌مار دی.

9. معاش مو چې راغی او صدقې ته مو پکې زړۀ و، کارګرانو ته يې بېخي هم ور نه کړئ، هغوی اکثر اخو دېخوا پيداګير لري البته رويه ورسره نرمه ساتئ او کله کله يې خوراک کې در شريکوئ، په درد خوري.



10. او که د چا له‌پاره مو فيلينګز لرل، روسته له ښې پوره پلټنې يې زر تر زره يوۀ منطقي انجام ته رسوئ، يا رشته يا لار جدا، خبره به سندره کوئ نۀ، affair بيا د حيثيث په بيه تمامېدای سي.

زمور Gen-Z ډاکټران

نوره نړۍ کې جین-زي لوی لوی انقلابونه راولي، روغ روغ حکومتونه را چپه کوي او زمور له جین-زي طبي محصلانو او ډاکټرانو لوری ورک دی چې دې د سمارټفون، سوشیبل میډیا او انټرنېټ زمانه کې خپل کېریېر څنګه جوړ او مخته بوځي.

لږ خو دغه عصري ټیکنالوجي له سیلفیانو، ریلز او چلونو، ریفرېنسونو، لکچرز او لکچررز، سِتاژ، سکېلز، فېلوشېپس، ماسټري، تخصص، ټېسټس، سکرولېنګ نه ور ها خوا د مطالعې د لایسېنس امتحان، لېنګویج دوکتورا، مونوګراف، ډېزرټېشن، CV جوړولو او آپلای کولو له‌پاره هم پکار



راولئ؛ ستېټس مو خپله جوړیږي.

چې یوهٔ ښهٔ ریفرېنس ته ولګېدئ او لږ ښهٔ اخذ مو ور نه وکړ بیا یې کسئ چې د سِتاژ او تخصص په راوند او وېزېټ کې څنګه د پنجو په سر ګرځئ، فېلوشېپو، ماسټریو او دوکتورا ته څنګه لار مومئ او له بشپړولو روسته یې څه څه رقم فرصتونه په لاس درځي.

اوس خو چې ګوري د ډاکټر صاحب مطالعه به پراګنده وي، سِتاژ به خوند نه ورکوي، اېګزېټ ته به یې وانې تښتېدلې وي، تخصص ته به یې وار پار خطا وي، له ماسټریو او فېلوشېپو به خبر نه

وي، CV به په بل چا جوړوي، مونوګراف او تېسېس به په پيسو تياروي، طبي ويبسايټونه او ژورنالونه به نه پېژني خو د کاري فرصت له نشتونه به سر ټکوي.

سړيه لږ دې اينګلېش او کمپيوټر لېول ښۀ که، لږ ښېک جوړ که، لږ نور اړين مهارتونه زده او هغه زده يو څه پالېش کړه، انلاين کلاسونه او کورسونه وکړه، کېرېير کؤنسلېنګ او ببلډېنګ موقعې فالو کوه او بيا يې پايله ګوره چې خوند درکوي او که نه.!

اخېر کې دا و نه وايئ چې جين-زي کې څوک راځي؟ همدا مورِ او تاسې ځوانان پکې راځو چې نور نو يا له لېسو فارغيږو يا په پوهنتونونو کې يوو او يا ترې فارغ سوي او تازه تازه په ستاژ، اېګزېټ، دندې، ماسټري، تخصص، شارټ کورس او کوم بل ټرېنېنګ اخته يوو يا امادګي ورته نيسو او يا يې تکميلوو پخير.

بايد

لږ ځانونه سره

وښوروو ګيني ډېر وران الفا او بېټا

جينيرېشن راپسې را روان دی کوم به چې په هر

قالب او هر فرصت کې فېټ کېږي او مورِ چې بيا

څلوېښتو ته رسېدلي يوو نو هسې به کلاسېک

کلاسېک کېږو او نوره به نو هره موقعه

دوی غنيمت

کوي.

تخصص په ایران کې

زمونږ د تحصیلاتو روغتونونو ته ګورئ چې پوهنتونونو پورې تړلي او په لویه کې د لوړو زده‌کړو وزارت له‌خوا چلیږي؛ دغسې کیسه د ایران هم ده خو هلته سیستم بیا د صحت عامې په لاس کې دی.

زمونږ د لوړو زده کړو وزارت یو ولنټیبر امتحان اخلي چې له رسمي امتحان نه لږ آسان وي، ایران یې په جای File Review لري او بل رسمي امتحان دی چې زمونږ یې "د ازموینې ملي اداره" اخلي او ایران کې یې "د صحت او طبي زده‌کړو وزارت" اخلي.

کوم خصوصي روغتونونه یې چې تړښنګ لري هغه هم د پوهنتونونو (دولت) زېر اثر یا ورسره تړلي وي، مطلب هغو سره هم ازادانه ډیل نه کېږي چې پیسې ورکړه او تخصص ته یې شامل سه.

د ایران د تخصص د امتحان یا "ازمونِ‌دستیاری‌پزشکی" نوم لیکنه د زمي په اخر کې د طبي زده‌کړو د ارزۍنې د ملي مرکز له لارې انلاین کېږي، امتحان یې چې په کال کې یو وار اخیستل کېږي پسرلي کې وي او د تړښیانو جذب د همدغه کال په مني کې.

امتحان یې هم لکه زمونږ د تحصیلاتو غوندې اویا - اتیا فیصده کلینیک او شل - دېرس سلنه بېسېک دی خو بېسېک یې هم د کلینیکي سناریو غوندې.

ازمونِ‌دستیاری کې دې چې لوړې نومرې واخیستلې نو که ایرانی یې، که افغان یې او که د کوم بل وطن تبعه، مستقیماً دې دولتي معاش لرونکي تړښنې بست ته ورکوي او که نومرې دې د کامیابي وي خو معاش‌دار بست ته نه وې جوړې او تا تخصص کول غوښتل، کولی یې سې خو پیسې به بیا "ته" ورکوي.

مقصد امتحان په دواړه رقمه بستونو کې سته خو یو ته دولت ماهانه پیسې ورکوي چې له 150 نه تر 450 ډالرو پورې وي او بل کې یې تړښنې ورکوي چې تخصصي رشتې ته په کتو فرق کوي خو عموماً به د کال له دریو تر اتو زرو ډالرو تحویلوي.

بله خبر دا چې د ټاپ تخصصي رشتو لکه نیوروسرجري، کارډیالوجي، عمومي‌جراحي، راډیالوجي، ډرماټالوجي او ENT بستونه د ټاپ نومرو والا ته ورسي او دې نورو ته چې پیسې هم دوی ورکوي ډېرې وخت اېله عمومي داخله، اطفال او فېملي میډیسن پاتې سي.

له ازمونِ‌دستیاری یا د تخصص له مرکزي امتحانه پرته په دا بل سیستم یانې فایل‌ریویۍ کې چې دوی یې "بررسیِ‌مدارک" بولي هم کله کله داسې وړکی شانې امتحان اخلي ګینې انټرویۍ او مربوطه ارزیابي خو خامخا وي.



د فایل‌ریویۍ سیستم هر کال نه وي یوه خبر او که وي هم د لویو ښارونو تخصصي روغتونونو او ټاپ تخصصي څانګو له‌پاره نه وي دا دې بله خبر او د تخصص روټین یې هم هغسې دی لکه د رسمي امتحان د تخصص غوندې.

یانې داسې نه ده چې د فایل‌ریویۍ له طریقه څوک تخصص ته شامل سي نو نوکریوالي به نه کوي، یا به یې حاضري ضروري نه وي، یا به په ټرېننګ کې اضافه کومک ورسره کېږي ځکه چې دوی کلنی فیس پرې کوي. نه نا.!

خُلص خبر؛ که د رسمي امتحان د جګو نومرو له لارې تخصص ته شاملیږي او که په برابرو یا کمو نومرو او که په فایل‌ریویۍ، اصول، شرایط او روغتیایي چاپېریال ټول ته یو دي.

په هر حال د مشهد، کِرمانشاه، حمدان، قُم، زاهِدان او کُردستان ولایتي پوهنتونونه/ روغتونونه دا د کمو نومرو او فایل‌ریویۍ نوماندانو ته ښۀ دي، د تخصص چانس پکې لګیږي.

را به سو اصلي کیسې ته چې نن سبا د اېران د تخصص پوښتنه ولې ډېره او بیا بیا کېږي؟ حیرانېږئ مه خو ځواب یې زمور په اېګزېټ او تخصص پورې اړه لري.

هغه داسې؛ چا چې اېګزېټ پاس کړی نو د افغانستان د تخصص د کمو بستونو له کبله د چانس د کمي او وخت د ضایع کېدو په سبب د اېران د تخصص مالومات او احتمالاً ازمویل غواړي.

بل یې هغوی پوښتنه کوي چې اېګزېټ یې نه دی پاس کړی یا یې په پاس کولو ډاډه نه وي او اوربدلي یې دي چې اېران کې د افغانستان د اېګزېټ ثبوت نه درنه غواړي.

دا سمه ده چې د اېران تخصص پوهنتونونو سره ټرلی دی نو یو د پوهنتون د اسنادو یانې ډیپلوم، ټرانسکرېپټ او د سِتاژ د سند غوښتنه کوي او د اېګزېټ یا افغان طبي لایسېنس ثبوت هر جای نه غواړي خو ځینې وخت Good Standing سند او د افغانستان د تجربې تائید درنه غواړي چې دا دواړه بیا بې اېګزېټه څوک نه درکوي.

بل که اېران کې د اېګزېټ، اخلاقو او تجربې سند یا کوم بل هیڅ شی درنه و نه غواړي او تخصص ته یې شامل سې او پوره یې هم کړي بیا هم چې وطن ته راسې، اول به اېګزېټ ورکوي او بیا به دې د تخصص اسناد "د تخصص بشپړولو لوی ریاست" څخه خلاصوي.

نور یې نو په صورتِ‌عموم سره د تخصص ریکوایرمېنټس دا دي: پاسپورټ، ویزه، مهاجرکارت (هلته مېشت افغانانو ته)، د پوهنتون او سِتاژ د سندونو تائید د اېران د صحت او طبي زده‌کړو وزارت له خوا، د خپل وطن اېګزېټ/ طبي لایسېنس (کله غوښتل کېږي کله نه)، د طبي فارسي ارزیابي، عمومي امتحان یا فایل‌ریویۍ د دولتي یا خصوصي روغتونونو (پوهنتونونو) له‌خوا.

روستۍ خبر دا چې اېګزېټ که هلته درنه و نه غواړي، دلته یې غواړي او دا د شخصي لګښت په معامله به هم پېښدلي یئ کنه چې د "پیسې ورکړه او ټرېنې سه" کیسه بالکل نه ده.

طب په اینګلیش که په وطني ژبه؟

کوم شی چې په مورنۍ ژبه څه‌رنګې زده کړې په بهرنۍ هغسې موثر نه زده کړي ځکه چې بنده سوچ، تحلیل او حافظې ته د سپارلو پریکټیس په خپله ژبه کوي.

خو دا چې مور په وطني (ملي او مورنیو) ژبو د طب او طبابت هغسې معیاري کتابونه نه لرو کوم چې په اینګلیش او نورو نړیوالو ژبو دي نو ځکه هم په اینګلیش د طبي زده‌کړې سپارښتنه فاریو کې ده.

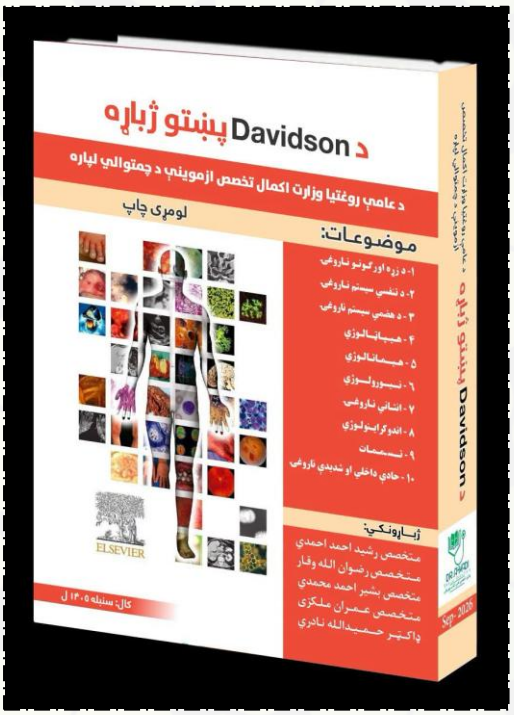
نور نو که یو څوک کوم معتبر بهرنۍ طبي ریفرېنس په معیاري بڼه کومې وطني ژبې ته را اړوي یا اړولی وي، ښۀ ډاډه یې مطالعه کوئ.

دا چې یو څوک بهر کې د طبي زده‌کړې یا پریکټیس اراده لري نو له اوله دې هماغه ژبه او ریفرینسونه یې تعقیبوي چې بیا اضافه یا جداګانه دوه درې کاله ورنه و نه نیسي.

یوه خبر دې بله هم واضحه وي چې د طب بډایه ماخذونه یوازې په اینګلیش نه دي، عربي، فارسي، جرمني او فرانسوي هم ښه غني طبي پانګه لري خو دا چې د افغانانو زیاتره اینګلیش کنټریز یا سیسټمونو ته ور مخه وي یا ده نو ځکه د اینګلیش اینګلیش ګردان ډېر دی.

روستۍ خبر دا چې طبي زده‌کړې یا خدمات که په هره ژبه کوئ اول د همغې ژبې او بیا د طب او طبابت بېس جوړ کړئ چې آینده کې مو زحمت کم وي.

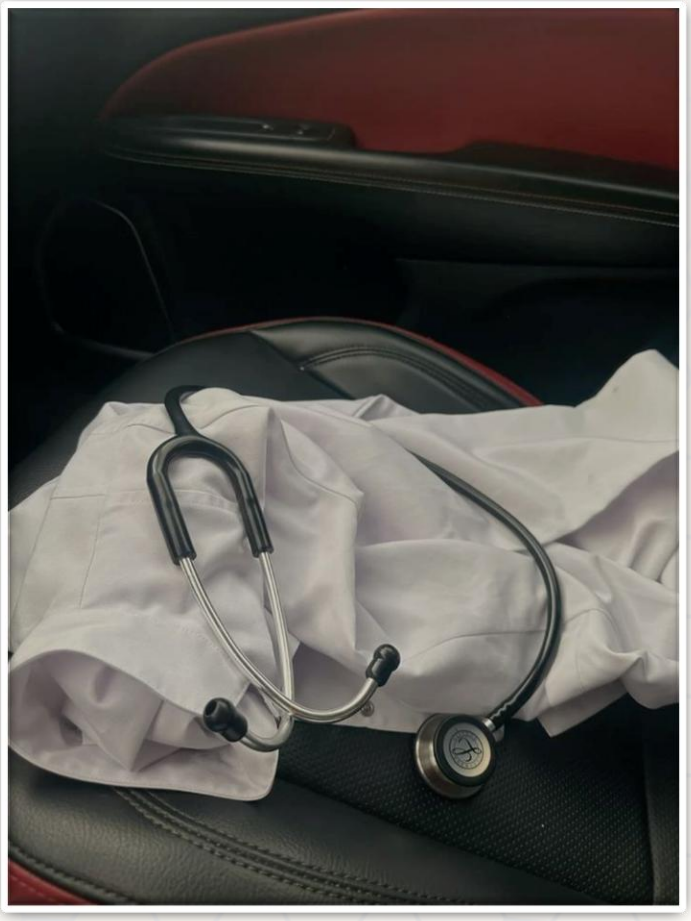
را به سم مشخص زمور د تخصص د داخله پرنسېپ دغه ضخیم ریفرېنس ته نو که څوک یې په دې لنډ تنګ وخت کې د تخصص امتحان ته ګوري نو همدا پښتو ژباړه دې یې راونیسي چې یوازې او یوازې هماغه ځانګړي فصلونه لږ په روانۍ کَوَر کړای سئ.



او که د کُنسېپټ یا نصابي مجبورۍ له کبله یې ګورئ نو په اینګلیش یا کومه بله خارجي ژبه یې له داسې مناسبو وېډیولېکچرو سره ښۀ سم نقطه په نقطه مطالعه کړئ.

په MD بست کې مقرري څومره منډه غواړي؟

خبره که د دولتي بست وکړو نو د عامې روغتیا وزارت یو MD ډاکټر په پینځم بست کې، تحصیلات عالي په څلورم بست کې او نظامي روغتونونه او کلینیکونه یې د لومړي بریدمن او لومړي څارن په بست کې نیسي.



نارمل مقرري همدا ده چې وینئ یې د کومې چې ټوله میاشتنۍ تنخوا د دولس زرو او دوه ویشت زرو افغانیو تر منځ جوړیږي.

هغه چې د مدیریت، آمریت، انچارج، آفیسر، سرطبابت، ریاست، ډګرمن، ډګروال، سمونوال او جنرال په بستونو مقرریږي د هغو کیسه جلا ده مه پسې ګرځئ.

خصوصي کلینیکونه او روغتونونه په اطرافو کې تر یوې اندازې ښۀ دي؛ البته په مرکزي ساحو کې دوی له دولتي بسته هم خبر ور تېره کړي وي کار به د اوو اتو ساعتونو په جای لس دولس ساعته درنه غواړي خو معاش به یې ترې لږ وي.

د موسسو بستونه او معاشونه يې پخوا د افغانستان په سطحه په فاريو کې وو که څه هم له نورې نړۍ کم وو خو اوس هغه کم هم نور پسې کم سوي.

اوس به راسو د منډې خبرې ته، نو منډه خو ښه پوره منډه غواړي، دولتي ملکي بستونو کې به د بست کوډ يا ورته قاطع حکم اخلې او د نظامي بست له‌پاره به بيا د موافقې، سپارښتنې او ضمانت ترتيب جوړوي.

او خصوصي سکتور کې که د کلينيک بست وي، که د موبايل ټيم، که د کوم بل ټيم او يا هم روغتون نو له‌پاره به يې د دغو بنسټونو له داخلي تعلقاتو کار اخلې.

په صورت عموم سره معامله د شناخت، ملګرتيا او خپلوي ده البته بستونه اعلان ته هم ځي هغه که ملکي دي که نظامی او که خصوصي البته ډېر کم.

بقايه نو د تقرر له‌پاره به دې اسناد له لوړو زده‌کړو وزارته خلاص وي، اېګزېټ به دې پاس وي، د طبي شورا کارت به لري، تجربه درنه غواړي، امنيتي او استخباراتي مالومات به دې کېږي، صحي معاينات به کوي، جواز کارت به دې جوړيږي، بانک کارت به اخلې او بيا به دې ايله په بيله له دېرس څلوېښت امضاءوو روسته بست ترلاسه کړی وي.

مطلب د دولس کاله ښوونځي، پينځه شپږ کاله پوهنځي او يو يو نيم کال سِتاژ او کال دوو کالو تجربې ثمره عموماً له پينځلس شل زرو تر دېرس پينځه ديرس زره افغانيو پورې ده.

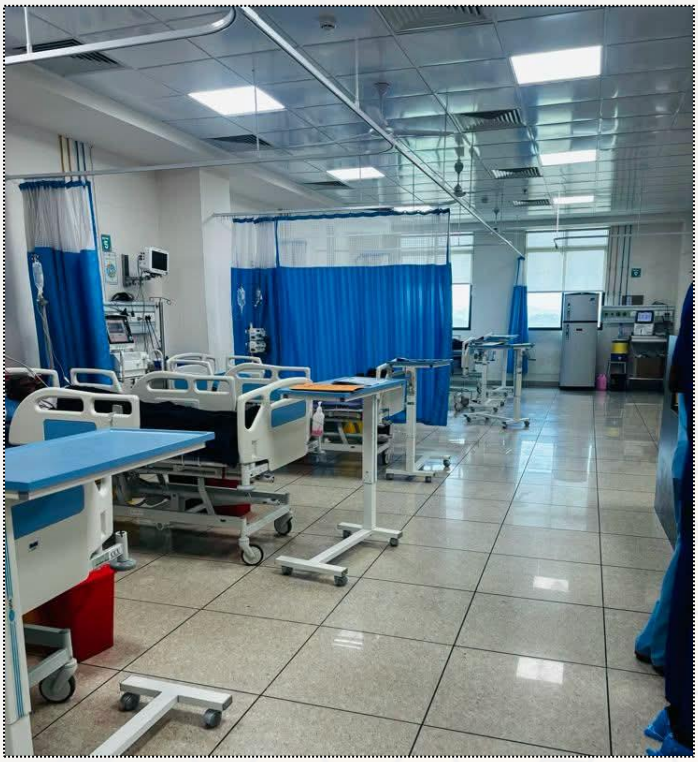
که د خپلو دې دومره ډېرو ستومانيو او ځيګرخونيو ثمره تر دې لوړه او خوندوره ليدل غواړې نو له MD نومه به ځان خلاصوې هغه که په تخصص وي، که په ماسټري وي، که په کوم فېلوشپ او يا ټرېننګ.

نور نو که د ستاژ وخت کې لاس په کار کېږي، که د اېګزېټ د اماده‌ګي پر مهال ځان مخکې سفر ته رېډي کوې او که د MD په حيث له دندې سره خپل هدف پسې ځې خو چې څومره تادي کوې بيا هم وختي نه دی.

د تخصص له‌پاره د روغتون انتخاب

درې - څلور کاله مخکې د کابل د یوۀ لوی روغتون په عاجل وارډ کې یوۀ خوستي ژنکي سره مخ سوم، له مخې سره یې پوښتنه وکړله د داخله تخصص له‌پاره "دا" څنګه جای دی؟

د اېغ نېغ ځواب په جای مې لاس نیولی د داخله سروېس اړوند ګڼو شعبو لکه IPD، ایمرجینسي، ICU، التراساوند، لابراتوار، اېکسرې، OPDیانو، د شکر او معدې کلینیکونو او وینې بانک باندې وګرځاوۀ.



له ټرېنیانو ملګرو او دوو ټرېنرصاحبانو سره هم کېناست، ښې ډېرې پوښتنې او مالومات یې

وکړل او له دې خبرې سره یې رخصت واخیست چې بل وار به د داخله ټرېنې په توګه سره وینو.

که تاسو سره هم دغه‌رنګې "سودا" وي نو له امتحانه مخکې یو وار د خپلې خوښې رشتې د دوو دریو روغتونونو د مریضانو له بهیره، لازمو تجهیزاتو او د ټرېنېنګ کوالټي نه ښۀ ځان مطمئین کړئ.

نور به مو نو د خدای پاک مهرباني او خپل "زور" او "باور" د ټرېنې په توګه ورته راولي. ان‌شاءالله.

د طب مینَ به په‌خپله راځي

"که طب پیلوې یا MD یې نو دا مشورې خامخا ولوله!" په عنوان اولنۍ لیکنه مې چې دا ما وېل دا زما کمال نه دی؛ په پښتو د دغسې موضوعاتو کمی دی چې دا زموږ د شخصي



څنګه شیر کړله بیا وایرل سوې وه نو د څنګ ملګرو مې راته کړل و دې لیدل کنډ چې لیکلو دې څومره توجه راخپله کړله. بنډار کیسې میسې هم دومره رییچ اخلي البته د لوستونکو یې ببخي کور ودان چې لا اضافه مینه او مننه هم کوي.

څه موده مخکې بیا یوؤ ډاکټرصاحب مېسېج کړی و که تخصص مې پاس کړ تا او استاد جلال ته به ځانګړې ډالی درکوم، ما وېل استاد یې حقدار دی درس او د بري انګېزه دواړه درکوي، ما خو صِرف ادرس درکړی.

له خپلې کیسې تېرېږم، د استاد د کیسې نچوړ درته وایم، د دوی له‌خوا تدریسېدونکی ریفرېنس کافي زور غواړي او هغه زور یې په لِکچرو کې ښکاري؛ ځکه خو بې پوهنتونه لکه د یوؤ پوهنتون هومره محصلان ورسره لګیا دي.

هدف دا دی چې یو کار ته د خیر نېت وکړې خپله هایلایټ کېږي ګیني خپله اولنۍ لیکنه لکه دا اوس داسې را په زړۀ ده چې څومره ورته زړۀ نا زړۀ وم، دغسې د استاد اولنۍ وېډیو چې ما د ډاکټر ننګیال په وال ولیدله.

خو بیا د خان زمان کاکړ په خبره:

چـــې مـــې ځـــان کړ حوالـه د قام و درد تـــه

یو سړی وم خدای په څو ورځو کې سل کړم

د تخصص د ریفرېنس په اړه دوه خبرې

مدیرصاحب مو د سردار محمد داوود خان د جمهورېت د وخت کیسه کوله چې نصاب بدلېدۀ نو اول استادان ټرېن او لارښود کتابونه ورته جوړ سول بیا په نصاب شروع وسوه هغه هم صِرف د اول، دویم او دریم ټولګي؛ یانې پیل له ابتدایه وسو دا دې یوه خبر.

اوس په جای د دې چې اول د طب پوهنځي د لومړي کال، بیا د پاراکلینیک او



کلینیک تدریسي نصاب یو او آپډېټ سي، سِتاژ او اېګزېټ هم منځ کې پاتې، راساً د تخصص ریفرېنس تغیریږي او اضافه کېږي.

بله خبر دا چې د امریکا غوندې د پرمختللي تخصص د درې واړو ستېپونو له ریفرېنسه زمونږ د دوه ستېپه تخصص ماخذونه زیات خو د ټرېنېنګ لېول، تجهیزات او د ټرېني او ټرېنر عاید کم دي.

دا که اول د طب پوهنځي تدریسي نصاب او بیا د سِتاژ او ایګزېټ ریفرېنس مالوم، یو او آپډېټ او بیا بالاخره (په خپل نوښت) د فرسټ‌اېډ ون او CK غوندې هایېلډ ماخذونو کې سره را خُلص او د تخصص ازموینې ته ریفرېنس سوی وای نو دومره غوغا کله هم نه جوړېده.

مورږ ته چې د پوهنځي دوران کې زاړۀ او فرسوده چیپټرې او کتابونه وېل کېږي او د سِتاژ وخت کې هم د دې له امله چې مالوم ریفرېنس، ټرېنران او چندان څار او پوښتنه نه وي او هغسې او دغسې ګرځو بیا مو چې یو دم دومره لوی او بدل ریفرېنس ته مخه کېږي نو خود به مو چیغه خیزي.

چاره پکار ده او ښه اساسي چاره.! له پاسه تغیر راووستلو نه ښه دا وه/ ده چې له ښکته خوا سیستم سره را جوړ، تنظیم او منظم سي هغه که تدریسي نصاب وي، که د ازموینو ریفرېنس وي، که تجهیزات وي، که سِتاژرانو نه د فیس اخیستو په جای هغوی ته داسې ګوزاره‌حال جیب‌خرڅ برابرول وي او که لږ د ټرېني او ټرېنر د معاش ډېرېدۀ وي.

د تخصص د داخله پرنسپپ کلینیکي برخه

1. کلینیکي برخې ته یې Davidson's Essential Of Medicine انتخاب سوی.

2. له Davidson's Principle سره یې مه غلطوئ، هغه د ټرېنېنګ دوران کې وېل کېږي.

3. د تخصص ریاست له دغه اول کتاب نه د داخله پرنسپپ کاندیدانو ته 16 څېرکي ټاکلي.

4. په هر څېرکي کې یې Topics او Subtopics هم په منظمه توګه لېست کړي.

5. د تغذیې، Ageing او Ranges څېرکي یې معاف کړي خو که څوک یې ګوري، تاوان نه کوي.



6. که چا يې اينګلېش ورژن کتلی وي يا يې ګوري نو هماغه دې بيا تکراروي، ژباړې باندې دې يې ځان نه ستړيوي.

7. او که څوک يې د ژباړې لټه کې وي نو (کتابي) پښتو ژباړه يې هم راوتلې پاس به مو يې عکس ليدلی وي.

8. انلاين يا سافټ ژباړه يې AFG MedPrep لا پخوا شېر کړې هم په پښتو او هم په دري.

9. دغه کتابي پښتو ژباړه 10 فصله ده، 6 کمه ده، خدازده ولې؟ بل ټوک کې يې نشروي او يا بل څه؟ نه پيښېرم.

10. د Afgh MedPrep آپ هغه بيا پوره 16 څېرکي دي، تر څنګ يې اصل اينګلېش نسخه هم ورسره ده.

11. کتابي پښتو ژباړه هم ښه روانه او مفهومي ده او د آپ هغې باندې هم خواري سوې.

12. د کتابي ژباړې بيه 450 افغانۍ ده او دغه آپ بيا له پلې‌ستوره مفت ډاونلوډيږي او په دوه دري سوه «ټول‌عمري» پريمييم کېږي.

13. کتابي ژباړه په ننګرهار، کابل، خوست، پکتيا، کندهار، هلمند او غزني کې د لاسرسي وړ ده.

14. او آپ په ګرد افغانستان کې څۀ چې په ټوله نړۍ کې ډاونلوډولی سئ هغه هم خپل ډيوايس کې.

15. باقي مو خپل زړۀ چې هارډ مطالعه کوئ او که سافټ؟ يا هم دغه 10 فصله هارډ او 6 فصله سافټ.

طبي ماسټري په کابل کې

د کابل په مختلفو دولتي او خصوصي پوهنتونونو کې دغه طبي ماسټرياني سته: عامه روغتيا، تغذيه، پتالوجي، اړوپوهنه، مايکروبيالوجي، طبي ټکنالوجي، فارميسي او نرسنګ.

سوشيالوجي او MBA هم سته چې له طبابت سره اړخ لګوي خو دوی يې فيس لږ جبګ اخلي وايي خلافِ رشته دي مګر داخله درکوي.



تازه په تازه کابل طبي علومو پوهنتون دMPH ، پتالوجي او تغذيې له‌پاره نوم ليکنه اعلان کړې.

او د دې نورو له‌پاره بيا خپله د کابل طبي علومو پوهنتون، افغان نړيوال پوهنتون، کاتب او شفا پوهنتونونو ادرسونه او د NeXA پلټفارمونه ګورئ وخت په وخت يې اعلانوي.

د کابل او افغان نړيوال پوهنتونو ماسټري دوه کاله يا څلور سيمېسټره ده چې اولنيو دريو سيمېسټرونو کې به باقاعده ورځئ او څلورم سيمېسټر يې بيا عموماً اړېګولر دی ځکه چې په هغه کې به د ماسټري د دفاع له‌پاره په درکړل سوې موضوع کار کوئ.

درسونه يې په اونۍ کې درې - څلور ورځې وي او هغه هم له رسميانو يانې څلورو بجو روسته او د يوۀ سيمېسټر فيس يې بيا 25000 افغانۍ دی.

د پتالوجي ماسټري ته يوازې د معالجوي طب پوهنځي فارغان ثبتِ‌نام کولی سي او تغذيې او عامې روغتيا ته بيا د معالجوي طب تر څنګ د ستوماټولوجي، عامې روغتيا، فارمسي، نرسنګ او متممو صحي علومو فارغان هم نوم‌ليکنه کولی سي البته لسانس

هغه؛ دوه کلن او درې کلن نۀ.

ربنتیا فیصدي هم شرط ده چې د پتالوجي له‌پاره 65 ده او د دې نورو له‌پاره 60 هم کار ور کوي.

ازموینه یې دوه برخې لري؛ سل سواله یې مسلکي وي چې اصل نومرې د همدغو وي البته پاتې 50 د اېنګلېش سوالونه هم په نتیجه تاثیر لري خو د څنګه؟ او څومره په اړه یې وضاحت نسته.

اینګلېش کې ووکېبلري، ربګولر او اېربګولر نومونه او شکلونه، اکټېف او پېسېف وایس، ټېنسونه او د پارټس آف سپیچ له حرف ربط، حرف اظافه، قید او صفت برخو نه سوالونه جوړیږي.

یو کال یې هم چې اینګلېش لږ ښۀ وېلی وي او دغه برخې یې لږ او ډېرې ریویېو کړې اوسي بیا یې ځوابول دومره سخت نه دي.

اصل خبره تر ډېره د مسلکي سوالونو درست ځوابول دي ځکه چې د دریو واړو ماسټریو سټونه ایله دېرس - دېرس دي؛ مقصد رقابت زیات دی.

تېر ځل د عامې روغتیا د امتحان ګډونوال زر شاوخوا ول چې د دېرسم کامیاب نفر یا په بل عبارت د کامیابۍ ټیټه نومره 70 وه.

د تغذیې ماسټري نو بیا نوې وښیئ ځکه چې تېر وار یې ورته خپل خلک یانې د کابل پوهنتون او د اړوندو تدریسي روغتونونو کادري غړي نیولي ول او سږ کال د هر خاص او عام له‌پاره ده نو د ثبتِ‌نام "څومره‌والی" یې دقیق نسي اټکل کېدلی خو دا چې د تغذیې سکوپ هم ښۀ دی نو که زر نه وي سلګونه خو به وي.

پتالوجي کې بیا چانس ډېرر ځکه دی چې تېره دفعه یې هم ثبت‌نام له دوو سوو کم و او سږ کال به هم په همدغه لېول کې وي.

د MPH ریفرېنس د صحت‌کور په ټیلي‌ګرام کې سته او د دې نورو له مربوطه ادارو په بیه ترلاسه کولی سئ.

روستۍ خبر یې دا که د دومره پنډو ماخذونو مطالعه درته سخته وي نو اول د تېرو دورو سوالونه او بیا د امتحان ریفرېنس AI ته ورکړئ او ځانته یې شارټ نوټس، MCQsاو ون‌لاینرز جوړ کړئ، نسخه مجربه ده، ګټه درته کوي مګر لږ او ډېرر به خپله هم آپډېټ یئ.

کډوالو وطندارانو سره به څرنګې طبي مرسته کوو؟

که له پښتونخوا یا ایسته پاکستان نه راغلي یا راځي، که له ایرانه او که له نورو ګاونډیو هېوادونو او یا سیمې او نړۍ؛ طبي او روغتیایي مرسته مه ترې سپموئ.!

یو خو زیاتره د وطن له ټرمینالوجي او روغتیایي چاپېریال سره نه وي بلد، مالي حالت یې ښه سره ګډوډ وي د ځینو، بل اکثر داسې مرضونه لري چې ډېره جدي پاملرنه غواړي.

مثلاً په کابل کې یا نیزدې شاوخوا کوم مریض دی او لوری ترې ورک دی چې اوس څه وکړي او چېرې لاړ سي نو که د پیسو کومک نسو ورسره کولی یو ښۀ ادرس خو ور ښودلی سو.

سرطان دی پوښتنه ترې وکړئ که د وینې و او ماشوم و نو صحتِ‌طفل او که لوی و نو علي‌جناح روغتون ته به یې ولېږئ او که د بدن د کومې بلې برخې سرطان و نو د سرطان ملي روغتون یا علي اباد ته به یې ولېږئ.

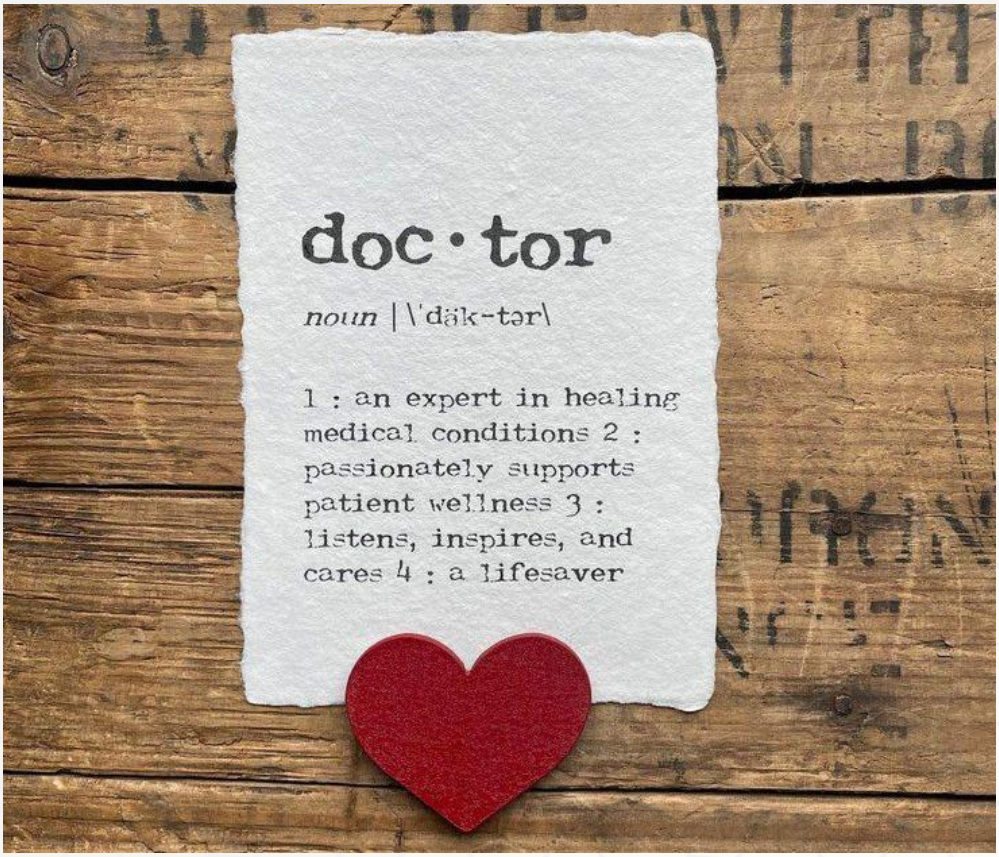
که قلبي مریض و، اېکو، انجیوګرافي، انجیوپلاستي یا اوپن سرجري یې غوښتله نو که وس کې ښۀ و او شخصي شخصي یې کول نو فرانسویانو، امیري یا اریانا ته یې ولېږئ ګینې نو چارصد بستر ته یې د ملکي ناروغانو وخت کې یانې مازیګر دریو بجو کې سره له تذکرې ور ولېږئ.

وینه یې پکار وه، سینماپامیر سره د وینې د مرکزي بانک یا د لویو دولتي روغتونونو د وینې د بانک ادرس ورکړئ او که ډېر معاینات یې لرل او د خصوصي لابراتوارونو پیسې یې نه لرلې نو په کومه دولتي شفاخانه کې یې په چا ورته ولیکئ او سیخ یې د پل ارتل او پل اسمایي تر منځ د عامې روغتیا وزارت مرکزي لابراتوارونو ته ولېږئ چې په ښې کم نرخ یې ښۀ کار وسي.

دغسې یې که د نورو څانګو اړوند کومه ناروغي لرله نو د خپلو مالوماتو او تجربې مطابق مناسب دولتي، خصوصي یا شخصي جای ورښیئ یا ورسره ځئ که له ډېر ضروري کاره نه پې وتلئ.

او د دغه بیکاره ټرېنډ برخه خو ښې مه جوړېږئ چې په زبې یا لهجې پسې یې وخاندئ چې هله لابراتوار یې و نه وېل،

لېباټري يې ووېل، صحتِ‌عامه نه پېژني، اوس چې راغلل يا راځي هم نو آن مړي يې له پېغوره نه دي را نه خلاص.



سرکاري هسپتال ورته وايي يا معاينې ته آزمايش يا ټېسټ وايي.

بل خو دغه خبر کله هم مه کوئ چې اېله يې وطن ته خپل مړي راورسول؛ چې نه راتلل هم به مو وېل چېشته نه راځي، سايل صاحب وايي:

څه رشته خو بويه لـه وطـن سره سائلـه
کور دې پکې نه سهي خو گور پکې پيدا کړه

خير دی که په صحتمند بدن يې وطن سره تعلق هر رنگې و، و به، په مريض ځان او آن په مرگوني حالت هم چې د وطن غېږې ته راځي، خپل وطن يې دی، جار او قربان به ورته کوو، هغه هم تر نورو زيات.

د لیکنې چېښتن تر کوم حده باید وپېژنو؟

د کوم جای یې؟ اوسې چېرته؟ درس دې چېرې وېلی؟ کوې څشی؟ خپله دې څه پوزیشن دی؟ دا امتحان دې ورکړی؟ واده دې کړی؟ مینَ هم پاتې سوی یې؟ نه مې پېژنې؟ ډېر مغرور نه یې؟

په جای که راساً د ناروغي، ټېسټ، دوا، ډاکټر، زده کړې، سټډي، ریفرېنس، فرصت، کېرېبر، کوم اړین لېنک یا آدرس په اړه خبر وسي، پرته له دې چې وکتل سي څوک او څه رقم بنده ځواب راکوي، نو ته وایه بده به وي؟

پېښرم چې دا پاس "کُمپلیمېنټس" به ضرور خپل دلیل لري؛ لکه: مینه، کُنجکاو طبیعت، وسواس، د خپل خیال او ګمان په ښس کې د جوړ سوي نظر تحقق او. .

خبر دا ده چې د هر چا په زندهګۍ کې ځینې "Untold Stories" وي چې Privacy ساتنه یې غواړي؛ زړۀ یې نه وي چې ډېر حکایت یې وکړي یا یې څوک د راسپړلو کوشش وکړي.

ځکه خو وایم چې بنده تر کومې اندازې در غږیږي همغومره یې پرېښودل پکار دي، په را سپخولو او ذاتیاتو خبرېدلو کې یې اکثر تاوان وي.

یو دوه لنډې کیسې به درته وکړم، ممکن زما په خبر او خپلو باورنو مو سوچ وکړئ. .

یو وخت مې چې ادبیات څومره خوښېدل، همدومره مې یې د لیکوال او شاعر په شخصي زوند پسې هم بِجلی رڼا کوله چې دغه خوی مې د ډېرو ښو ادبي ټولګو له انجوای کولو لرې او آن محروم کړم.

هغه داسې چې لیکوالي، ادبي مجلسونو او ادبي کتابونو سره د ټرلي یو ډېر مشهور "نوم" معاملې مې له نیزدې ولیدلې نو یو په احترام یې پښېمان نه سوم بلکې د خپل ځان په رنګې نورو یې هم زما شک کړ.

دغسې د کۀټې یو ادیب و چې ریکوېسټ سره یې سلام راغی نو ما چې له کلونو کلونو راهیسې په مجلو کې لوستۀ نو په ډېره مینه مې ځواب ورکړ.

سړي زما د مکتب او د پوهنتون د اولو وختو عکسونه په ګلونو او زړونو ښایسته کړي

مېسنجر ته رالېږل شروع کړل نو څه بل بل رقم احساس مې کاوه.

گپ يې ورو ورو له مېسنجره واټساپ ته او له پخې کچې ته کړ چې يو ورځ يې مېسج راته وکړ، زه خو د لوی افغانستان . ته راغلی يم، ملاقات به نه وسي؟

ايسته مې يې د زړو مېسجو يو څۀ سکرين شاټونه د جنوبي پښتونخوا يوۀ بل ډېر درانۀ او قدرمن ليکوال او شاعر ته ولېږل او د ليدلو د "شديد" خواهښ مې يې ښېل ورته ووښل.

هغۀ په ډېره ښېره د ليکلو په جای وايس وکړ، وای لرې ترې گرځه؛ سړی مرضي دی چې لږ په رنگ جوړ هلک ووينې نو په چل ول يې "ټرېپ" کوي او بيا ځان پې خرابوي!

ما وښل دغه "علاج" دې بل چېرې وکړي، نور مې نو د غوسې، خپگان، او خندا څه عجيبه مېکس فيلينگ درلود او سړی مې پسې بلاک کړ.

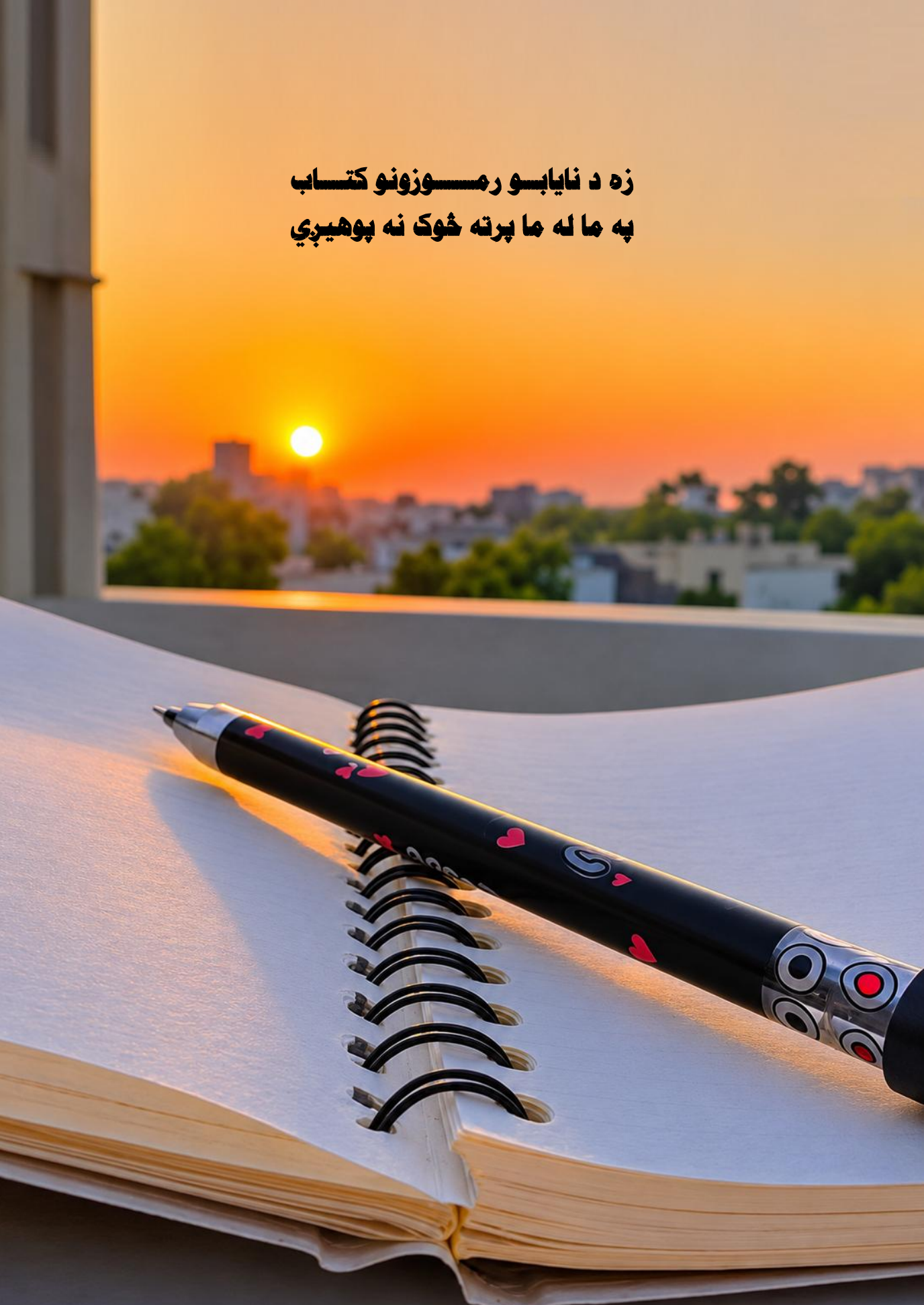
هغه ورځ ده او دا ورځ ده بيا مې دې ته نه دي کتلي چې دا شعر يا دا نثر د لمازي بنده دی که د بېلمازه؟ د ښځې دی که د نر؟ روغ دی که مرضي؟ نشې کوي که سجدې؟ لوی دی که ووړ؟ بس ليکل گورم او چا چې کړي وي، په اړه يې فکر نه کوم.

اوس به خپله خبر وکړم هغه دا چې زه نه کوم نامتو ليکوال يم نه کوم سيليبريټي؛ چې د شخصي زوند له نشيب او فرازه مې څوک خبر سي.

همدا مات گوډ ليکل چې کوم، له شوقه يې کوم، په چا احسان نه کوم او که محسوسه مې کړه چې گټه نه کوي او تاوان يې ډېريږي نو چورلټ يې پرېږدم.

باقي د ليکنې د سر او دغه‌رنگې نورو ډېرو سوالونو ځوابونه مې ښخي پبلېک ويل خو فکر کوم چا ته يې گټه نه رسي او احتمال دې ولري چې د "بندۀخاکی" په ليکلو جوړ هغه لږ زَرَه "باور" مو خراب سي.

نو "د ډېوې د لاس په جای يې رڼا پسې د گرځېدو" مقولې ته په کتو؛ له خوارو ليکنو مې که يو "بڅرکی" خير هم در رسي؛ هغې پسې گرځئ ما پسې نه.! خوشاله دې وئ.!


زه د نایابــو رمـــــوزونو کتـــاب
په ما له ما پرته څوک نه پوهیږي

Sehat Kor

First Year, Fifth Issue, Mizan 1405 SH / September–October 2026 AD / Rabi al-Thani – Jumada al-Awwal 1448 AH.

په طبي کېږيږ کې کېپ راوستل يا راتلل لږنۀ ډېر تاواني دي، فراغت پسې چې څومره زر کېدی سي په ستاژ، اېګزېټ، تخصص، فرعي تخصص، فوق تخصص، ماسټري، فېلوشېپس او ټرېننګونو ورځې نو کيسه به مو له ښې بهتره او له بهترې بهترينه کېږي. انشاءالله..!

