
د مجازي پاملرنې د اختیارونو په اړه زده کول


# څه ده

**مجازي پاملرنه؟**

مجازي لومړنۍ پاملرنه یوه لاره ده چې تاسو د لومړنۍ پاملرنې ډاکټر سره وصل کړي (لکه یو

کورنی ډاکټر یا نرس) د تلیفون، ویډیو یا لنډ پیغام په کارولو سره، په ځای د دې چې دوی سره په شخصي توګه ملاقات وکړئ.

مجازي پاملرنه ښایي هغه وخت یو اختیار وګرځي کله چې:

* تاسو یواځې یوې پوښنتې کولو یا معلومات ترلاسه کولو ته اړتیا ولرئ (لکه د وینې د معایناتو پایلې)
* تاسو په مستقیم ډول یوې فیزیکي معاینې یا طرزالعمل ته اړتیا ونلرئ (لکه د یو واکسین ترلاسه کول

یا ستاسو د وینې فشار اخستل)

# څنګه کولی شئ د مجازي پاملرنې په اړه لا نور څه زده کړئ

ستاسو د لومړنۍ پاملرنې ډاکټز یا د دفتر کارمندان ستاسو د مجازي پاملرنې اختیارونو په اړه د معلوماتو تر ټولو غوره سرچینې دي. دوی سره وغږیږئ

که تاسو:

* د مجازي پاملرنې په اړه پوښتنې لرئ
* ځیني هغه شیان نلرئ چې تاسو ورته د مجازي پاملرنې لپاره اړتیا لرئ

ستاسو د لومړنۍ پاملرنې ډاکټر یا د دفتر کارمند ښایي توان ولري تاسو سره د مجازي پاملرنې یوه بریالۍ لیدنه ترلاسه کولو کې مرسته وکړي. **په ځینې مواردو کې، په شخصي توګه یوه لیدنه ښایي ستاسو لپاره تر ټولو غوره اختیار وي**

***زمونږ د تمرین (کار کولو) معلومات:***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**د مجازي پاملرنې مختلف ډولونه**

لاندې ورکړل شوی چارټ د مجازي پاملرنې مختلف ډولونه او هغه څه په ګوته کوي چې تاسو یې باید د هر ډول لپاره په پام کې ونیسئ.

|  |  |
| --- | --- |
| تلیفوني ملاقاتونهA picture containing text, clipart  Description automatically generated | **تلیفوني ملاقاتونه څنګه په غوره توګه کارول کیږي*** د موجوده شرایطو لپاره د معمول تعقیبي لیدنو (ملاقاتونو) لپاره
* د ساده غوښتنو لپاره لکه د یوې نسخې بیا نوي کول
* مهرباني وکړئ په یاد ولرئ: کله چې ستاسو چمتو کونکی د یو ملاقات لپاره زنګ وهي، تاسو ممکن  شمیره ونه پېژنئ یا ستاسو په تلیفون کې زنګ وهونکی ښایې د یو “نامعلوم“ په توګه ښکاره شي. دا د محرمیت لاملونو لپاره وي.

**هغه شیان چې تاسو ورته د یو تلیفوني ملاقات لپاره اړتیا لرئ*** یو تلیفون (لینډ لاین یا یو ګرځنده تلیفون)
* که یو ګرځنده تلیفون کارول کیږي، یو ښه سګنال او په بشپړتوګه چارج شوي تلیفون ته اړتیا ده او یوهیډ فون یا د غوږ بډونه (واړه وایرلیس یا بې تاره هیډفونونه) ښایي کمک وکړي
* یو خاموشه، شخصي ځای چې خوندي او باراحته وي
 |
| ویډیویي ملاقاتونهA picture containing text, clipart  Description automatically generated | ويډیویي ملاقاتونه څنګه په غوره توګه کارول کیږي* + د هغه ملاقاتونو لپاره چیرته چې دا ښایي ستاسې د لومړنۍ پاملرنې ډاکټر سره ستاسو په کتلو کې یا ستاسو په بدن د شیانو په کتلو مرسته وکړي (د مثال په توګه یو خال یا دانه)
	+ د یو په یو ملاقات یا ډله ایز ملاقاتونو لپاره
	+ د کورنۍ یا پاملرنه کونکو لپاره چې دا ډول ډله ایزه درملنه یا د تدریس ناستو کې ګډون وکړي

هغه شیان چې تاسو ورته د یو ویډیویي ملاقات لپاره اړتیا لرئ* په یو سمارټ فون (موبایل یا ګرځنده تلیفون)، ټابلیټ یا کمپیوټر کې ویب کیم او مایکروفون
* د انټرنیټ یو د باور وړ کنکشن (ارتباط) او د بریښنالیک د اعتبار وړ ادرس
* ښایي تاسو د یوې برنامې یا اپلیکیشن (“app”) ډاونلوډ کولو ته اړتیا ولرئ
* یو شخصي، خاموشه، او په ښه توګه روښانه ځای چې خوندي او باراحته وي
 |
| لنډ پیغام لیږل (رسول)A picture containing clipart  Description automatically generated | پیغام لیږل څنګه په غوره توګه کارول کیږي* + اکثره (ډیری وختونه) د یادونې، خبرتیاو، د ملاقاتونو تعقیب، هغه پاملرنه چې عاجله نه وي یا د لږ حساسو معلوماتو شریکولو لپاره کارول کیږي
	+ کیدی شې ساده اړیکه نیول وي چې د بریښنالیک، لڼد پیغام یا د یو ان لاین پورټل له لارې د پیغام لیږلو په کارولو سره نیول کیږي
	+ ښایي تاسو ته اجازه درکړي چې د خپلې د روغتیا مسلې په اړه انځورونه، اسناد، یا معلومات واستوئ
	+ تاسو کولی شئ هر وخت پیغامونه واستوئ، مګر ستاسو پیغامونو ته ځوابونه ممکن ژر نه وي

هغه شیان چې تاسو ورته پیغام لیږلو لپاره اړتیا لرئ* د انټرنیټ یو د باور وړ کنکشن (ارتباط) او د بریښنالیک د اعتبار وړ ادرس
* ښایي تاسو د یوې برنامې یا اپلیکیشن (“app”) ډاونلوډ کولو ته اړتیا ولرئ
 |
| *که مجازي پاملرنه تاسو لپاره مناسبه نه وي، تاسو ممکن د یوې شخصي لیدنې غوښتنه وکړئ یا تاسو ته یې وړاندیز وشي* |