



SBMS Blog Series
February 2023

العمل الأول لطبيب مبتدئ في بريطانيا قادماً من بلده الأم
تفكير بصوت مرتفع قليلاً

The first job in the UK of an IMG junior doctor Thinking out loud

بقلم: علا فحام و عمر الحراكي

طبيبين جونيور في مشفى لينكولن

United Lincolnshire Hospitals NHS Trust

بعد عناء طويل ورحلة الألف ميل التي توجت بحصولك أخي/ أختي على ترخيص مزاولة المهنة في المملكة المتحدة وإيرلندا الشمالية GMC registration، سوف تتفاجأ بأن الحصول على الوظيفة الأولى First job هي واحدة من أصعب المراحل في حياتك المهنية إن لم تكن أصعبها. فكثير منكم سمع عن طبيبة مازالت تبحث عن فرصتها الأولى منذ بضعة شهور دون أن تنال مرادها، وعن طبيب تقدم إلى 40 وظيفة على موقع NHS Jobs دون أن يحصل على أي مقابلة عمل. اطمئن فهذا أمر طبيعي وشائع، وماهي إلا مسألة وقت وستصل إلى مرادك، ولكن تذكر أنه في بلاد الانكليز لا يمكنك أن تناله في يوم أو أسبوع، وأن عداد الوقت هنا يُقاس بالأشهر، فحافظ على هدوئك وحاول تطوير مهاراتك وقدراتك وبناء سيرتك الذاتية ريثما تجد الفرصة المناسبة.

أشياء قد تُسهّل حصولك على العمل الأول في الـ NHS:

1. سيرة ذاتية قوية.
2. خبرات بحثية Published Research
3. خبرات تدريسية Teaching Experience
4. خبرات سريرية.
5. Clinical attachment في أحد المشافي البريطانية.
6. نوعية وأماكن المشافي التي يتقدم إليها الطبيب للعمل.
7. علاقات شخصية مع أطباء في بريطانيا من نفس بلدك الأم.

قد نتكلم عن هذا الموضوع مفصلاً في لقاءات أخرى ولكن السؤال الأهم هنا من أين أبدأ؟ وأي عمل هو المناسب لي كطبيب يبدأ خطواته الأولى في مشافي بريطانيا؟ السطور القادمة موجهة للأطباء الجدد في بريطانيا ممن تخرجوا من جامعات بلاد أخرى IMGs ، وحديثي التخرج ويملكون خبرة سريرية قصيرة الأمد ويخططون لبدء حياة طبية جديدة في النظام الصحي البريطاني.

لعل أهم ما يميز العمل كطبيب junior في بريطانيا هو عدم اضطرارك للتقدم إلى برنامج تدريبي منذ البداية، وأن تصبح رهن قبولك في اختصاص معين أو عدمه، أو قعيد المنزل حتى العام القادم أملاً في فرصة جديدة كما في أمريكا وأوروبا.. الخيارات أوسع هنا في بريطانيا نتيجة النقص الكبير في الكوادر الصحية. دعونا نتحدث باختصار عن ثلاثة منها قد تكون ممكنة ونقارن بينها على عجلة. وأترك لكم حرية اختيار المناسب منها بناء على الظروف والمعطيات.

1- الوظيفة التدريبية Training Job:

موضوع ضخم ولا يمكنني الحديث عنه في سطور قليلة، ولكننا هنا لنناقش فكرة البدء بوظيفة تدريبية منذ البداية وبلا أي خبرة في الـ NHS. الأمر ممكن طبعاً ومتاح، فلاي أحد إمكانية التقدم إلى المفاضلات التدريبية التي تبدأ عادة أواخر كل عام، وللعلم فجميع الاختصاصات متاحة مع اختلاف نسبة التنافسية، ولكل منها شروط خاصة تجودها في موقع الكلية الملكية الخاصة بكل اختصاص. ولكن لنسأل أنفسنا الأسئلة التالية:

We thank the authors for this blog post. The opinions and advice expressed are those of the authors and not of SBMS.



SBMS Blog Series

February 2023

- هل أنا مضطر للبدء بوظيفة تدريبية (اختصاص) مباشرة في بريطانيا كما في أمريكا مثلاً؟
- هل يمكنني من خلال سيرتي الذاتية أن أقارع أطباء عملوا سنتين في بلدهم الأم ويعملون في بريطانيا منذ سنتين مثلاً ويتقدمون الى نفس البرنامج التدريبي؟
- هل من الحكمة بعد قبولي في أي برنامج تدريبي ان أجد نفسي في أجنحة وأروقة NHS لا أعرف شيئاً عن النظام وآلية العمل بينما زملائي ممن تم قبولهم معي لديهم تلك الخبرة؟
- هل تعتقد أنه بلا NHS experience, QIP, research, Audit ستكون فرصتي كبيرة في الحصول على البرنامج التدريبي الذي أحلم به؟

أسئلة كثيرة واجاباتها نعم ولا. كل شيء ممكن ومتاح ولكن يجب علينا أن نكون منطقيين وواقعيين. فمن الممكن أحياناً التقدم من البلد الأم لبرنامج تدريبي لبعض الاختصاصات مثل GP والحصول على مقعد مباشرة رغم صعوبة الأمر أحياناً، ولكنه قد يكون صعباً جداً الحصول مباشرة على اختصاصات كالباطنة والجراحة وشبه مستحيل لأمراض العين والجراحة العصبية مثلاً.

وبالقياس إلى الصدمة الحضارية التي يتعرض لها الشخص عند انتقاله من بلده الأم إلى أي بلد جديد باختلاف اللغات والثقافات والعادات، والشعور بالحنين والوحدة التي قد تلازم الشخص خلال عامه الأول، فتجربتك الأولى في الـ NHS قد تكون صادمة أحياناً وقد تحتاج الى الكثير من الدعم والوقت لتعتاد على نظام صحي بلا شك أنه ليس الأفضل في العالم ويعاني الكثير حالياً، ولكنه أيضاً بلا ريب يختلف عن أي شيء مارسته في بلدك الأم.

ملاحظة: F2 Stand-alone - UK Foundation Programme قد يكون خياراً جيداً ولا ينطبق عليه بعض ما ذكر أعلاه رغم حاجته الى متطلبات خاصة.

2- الوظيفة الخدمية: Non-training job, Trust Grade, Service job

سمها ما شئت ولكنها بامتياز وظيفة خدمية بغض النظر ان عملت كـ SHO, Clinical Fellow تختلف المسميات والعمل واحد (طبيب جونيور). تقوم فيها بعمل معين لقاء حصولك على المال والفيزا. بالمقابل تكتسب الخبرة وبعض العلم ويمكنك العمل على بعض النواقص في سيرتك الذاتية لتكون مستعداً بعد عام أو عامين لتدخل غمار المنافسة على البرنامج التدريبي الذي تحلم به وقد استعديت لذلك اليوم.

ميزاتها:

- عقد عمل ثابت ومحدد (يمكن أن تعمل وتجدد العقد سنوات وسنوات).
- على الأقل 2-4 أسابيع Shadowing (أي تعمل كمراقب لطبيب junior آخر لتتعلم منه مهارات سير العمل)
- لديك clinical supervisor.
- راتب جيد أو مقبول.
- تحصل على certificate of sponsorship (CoS) وبالتالي يمكنك التقدم للحصول على الفيزا أو تجديدها بأريحية.
- الخبرة NHS experience
- بناء السيرة الذاتية وفق المعايير البريطانية.
- الحصول على CREST form الضروري للتقدم للوظائف التدريبية.
- 40-48 ساعة عمل أسبوعياً فقط. (الحد الأقصى 12 ساعة يومياً).
- يمكنك أخذ مناسبات إضافية مأجورة.

عيوبها:

- لا تُحتسب من عدد سنوات الاختصاص (هنالك استثناء في طريق CESR)
- عمل مرهق وشاق أحياناً للطبيب المبتدئ باختلاف المشافي والاختصاصات.
- تكتسب خبرة في النظام الصحي وروتين وبيروقراطية العمل ولكن القليل من الخبرة السريرية.

We thank the authors for this blog post. The opinions and advice expressed are those of the authors and not of SBMS.



SBMS Blog Series
February 2023

3- اللوكم Locum Agency

هي أحد الخيارات المتاحة والتي قد يلجأ إليها البعض حال يأسه من الحصول على العمل الأول. حيث يتواصل الطبيب مع إحدى وكالات التوظيف الطبية وما أكثرها لتأمين العمل المناسب. يعمل في هذه الوكالات أشخاص محترفون يجيدون فن اللعب بالكلمات وبيع الأحلام الوردية. ستقوم الوكالة بإرسال سيرتك الذاتية للمشافي التي تتعامل معها وتتجاوز معهم في الاختصاص والمكان الذي تفضل العمل به وسيسوقون لك في المستشفيات على أنك واحد من أمهر الأطباء على وجه الأرض، وهذا ما يرفع توقعات المشفى منك وتحديداً خلال الأيام الأولى. سيرسلون لك الكثير من الايميلات وعقود العمل وتختار أنت المناسب لك. وللعلم لن تأخذ منك شركة التوظيف باونداً واحداً وإنما ستأخذ من المشفى الذي سيقوم بتوظيفك فقط. ولكن! هل الأمور وردية إلى هذا الحد؟ وإلا لم لا يعمل كل الأطباء الجدد من خلال شركات التوظيف!

تخيل معي أخي القارئ أن إحدى الوكالات قد قامت بتوظيفك في مشفى ريفي وهو عمك الأول في بريطانيا وأنك لم تدخل الـ NHS قط!.. وعند وصولك الى جناح Acute Medicine في أسبوعك الأول صباح يوم عاصف وممطر، وبعد أن عرفت بنفسك وبأنك طبيب حديث العهد هنا، أخبروك أنك مسؤول عن Bay 1 والمكون من 10 مرضى مع طبيب استشاري ولكنه لم يأت بعد. خلال ثوان أخبرتك كبيرة الممرضات أن حالة أحد مرضاك تتدهور ولديه ألم بطني وتسرع تنفس وسكره 20 والكيوتون 9.3 وأنه غالباً لديه DKA وأن عليك التصرف حيال هذا الأمر! عادت الممرضة مسرعة اليك لتقول وهو يحتاج الى كانيولا أيضاً، فلتقم بها أنت، فأنا لا أتفهم هذا الأمر! تخيل!

تخيلي معي أختي الطبية أن إحدى الوكالات قامت بتوظيفك بعقد مجز لمدة 3 أشهر مع أحد المستشفيات وكان هذا عمك الأول مع NHS، ووجدت نفسك صباح اليوم الثاني مضطرة للحديث مع المريض وأهله عن عدم جدوى الانعاش القلبي الرئوي وأن عليك توقيع RESPECT form وأنك لم تسمعي بهذا المصطلح في حياتك! وفجأة أخبرتك الممرضة أنها تلقت اتصالاً هاتفياً من المخبر يفيد بأن المريض على السرير رقم 32 لديه ارتفاع شديد في البوتاسيوم 6.7 وعليك التصرف بسرعة حيال الأمر وفق بروتوكول المشفى المعتمد.

صديقاً هي سيناروهات حقيقية من أرض الواقع، قد تكون بسيطة للبعض ولكنها قد تكون صادمة للبعض الآخر. حدثت مع أغلبنا ويمكن أن تحدث مع هذا الطبيب المسكين من اليوم الأول أو حتى من الساعة الأولى دون أي يكون له معين. في الظروف المثالية ستلقى الدعم من الكادر الطبي والتمريضي وسيكون لديك القدرة الكافية للتعامل مع تلك الحالات ببساطة إن كان لديك خبرة سابقة في هذا الاختصاص أو عملت سابقاً في NHS ولديك علاقات جيدة مع كادر المشفى. أما طبيب اللوكم كما يقال له في أروقة المشفى فالـ expectations عالية ونظرة الحسد كبيرة ولن يتلقى الدعم الكافي، بل بكثير من الأحيان سيجد نفسه وحيداً.

الميزات:

- راتب مرتفع وقد يصل الى 3 أضعاف راتب الوظيفة الخدمية.
- مرونة في التحكم بعدد المناوبات وأيام العمل بالتنسيق مع المشفى.

العيوب:

- ضغط نفسي شديد جداً وتحديداً في الأسابيع الأولى.
- ضغط عمل كبير لأنه في الغالب سيتم إرسالك الى مكان فيه نقص كبير في الكادر.
- لا يوجد فترة shadowing وفي أحسن الظروف قد يعطيك المشفى 2-3 أيام فقط وهي غير كافية أبداً.
- قد تجد نفسك كل يوم في جناح مختلف وكادر جديد حسب النقص وكيفما يريد مشرفو الـ HR.
- لا يوجد لك مشرف سريري أو تدريسي.
- قد ترسلك الوكالة الى مشافي نائية حسب الحاجة والنقص.
- عقد مؤقت قصير الأمد (يوجد حالات خاصة).
- لا تحصل على CoS وبالتالي لا يمكنك تأمين الفيزا من خلال هذا العمل إلا في حالات خاصة ونادرة جداً.

We thank the authors for this blog post. The opinions and advice expressed are those of the authors and not of SBMS.



SBMS Blog Series

February 2023

أعتقد أن مثل هذه الوظائف بالنسبة لطبيب الجونيور قد تناسب:

- من لديه إقامة دائمة، جنسية بريطانية، أو حق لجوء ممن لا يهتمهم أمر تجديد الفيزا.
- لديه خبرة سريرية ممتازة في بلده الأم في الاختصاص الذي يرغب بالعمل فيه.
- لديه خبرة لا تقل عن 2-3 أشهر في NHS ويعرف كيف تدار الأمور في نظام أقل ما يوصف بالبيريوقراطي والمعقد أحياناً وتحديداً في المشافي التي ماتزال تتعامل بالنظام الورقي والالكتروني معاً.
- لديه شخصية قوية لتحمل التجارب الجديدة وصدمة البدايات.

ما تم سرده في الأعلى هي وجهة نظر شخصية متواضعة، قد أكون أصبت في بعض النقاط وأخطأت في بعض. الأمر متروك لبحثكم في غياهب وعالم جوجول ويوتيوب ففيهم الكثير. قد يختلف الأمر بين المناطق أحياناً، فبريطانيا أربع دول كما تعلمون وNHS مقسم الى Trusts مختلفة. ولكن عليكم أن تتذكروا دائماً أنه لا مكان لذلك العالم الوردي على أرض الواقع، وأن هذه البلاد التي كانت يوماً ما لا تغرب عنها الشمس.. أصبحت تغرب .. وباكراً في الثالثة عصراً.

بقلم: علا فحام و عمر الحراكي

طبيبين جونيور في مشفى لينكولن

United Lincolnshire Hospitals NHS Trust

بعض الروابط التي قد تكون مفيدة:

Shadowing for junior doctors

<https://www.bma.org.uk/advice-and-support/career-progression/training/shadowing-for-junior-doctors>

F2 Stand-alone - UK Foundation Programme

<https://foundationprogramme.nhs.uk/programmes/f2-stand-alone>

CREST Form

<https://specialtytraining.hee.nhs.uk/portals/1/Content/Resource%20Bank/Recruitment%20Documents/CREST%202021%20Reference%20Version.pdf>

F3

<https://www.bmj.com/careers/article/bmj-s-guide-to-planning-your-f3-year>

We thank the authors for this blog post. The opinions and advice expressed are those of the authors and not of SBMS.