



جب کوئی دنیا سے رخصت ہونے والا ہو تو کیا توقع کریں  
خاندانوں اور نگہداشت کاروں کے لئے معلومات

## تعارف

یہ کتابچہ وضاحت کرتا ہے کہ زندگی کے آخری ایام اور اوقات میں کیا ہو سکتا ہے اور یہ مثالیں دیتا ہے کہ آپ مرنے کے قریب شخص کی مدد کیلئے کیا کچھ کر سکتے ہیں۔ اس میں یہ بھی بتایا گیا ہے کہ کسی کے وفات پانے کے بعد کیا کرنے کی ضرورت ہے۔

اگر آپ کے کوئی سوالات ہیں، تو برائے مہربانی اس شخص کی نگہداشت میں شامل ڈاکٹر یا نرس سے بات کریں۔ وہ مدد کرنے کے قابل ہوں گے۔

یہ سمجھنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے کہ جب کوئی اپنی زندگی کے اختتام کے قریب ہو تو کیا ہو سکتا ہے۔ اس سے آپ کو اس کے لئے تیار ہونے اور یہ سمجھنے میں مدد ملے گی کہ آپ مدد کے لئے کیا کر سکتے ہیں۔ تاہم، یہ یاد رکھنا اہم ہے کہ ہر کوئی ایک طے شدہ نمونے پر عمل نہیں کرتا ہے؛ ہر شخص کی موت منفرد ہوتی ہے۔

موت بعض اوقات اچانک یا غیر متوقع طور پر اس وقت سے پہلے ہو جاتی ہے جس کی توقع کی گئی ہوتی ہے۔ آپ زندگی کے آخری ایام اور اوقات میں ان میں سے کچھ، کوئی بھی نہیں یا شاید یہ تمام علامات دیکھ سکتے ہیں۔ اگر آپ کے اس بارے میں کوئی سوالات ہیں کہ آیا کیا وہ شخص اچانک یا توقع سے پہلے فوت ہو سکتا ہے تو ڈاکٹر یا نرس سے بات کریں۔

## تھکاوٹ اور توانائی کی کمی

فوت ہونے والے شخص میں توانائی بہت کم رہ جائے گی۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ ان کی دوسروں کے ساتھ تعامل کرنے کی صلاحیت بہت کم رہ جاتی ہے یا وہ ایسی چیزیں کرنے لگتے ہیں جن سے وہ پہلے لطف اندوز ہوتے تھے۔ وہ شخص کنارہ کشی اختیار کرتا ہوا دکھائے دے گا اور اپنے آس پاس کی دنیا میں کم دلچسپی ظاہر کرنے لگے گا۔ ہو سکتا ہے وہ زیادہ بات چیت کرنے کے قابل نہ ہوں اور سونے کی طرف ان کا رجحان زیادہ ہو جائے گا۔

وفات سے پہلے کے دنوں یا گھنٹوں میں، فوت ہونے والا شخص آوازوں اور چھونے پر کم ردعمل دینے لگے گا اور کبھی ہوش کھونے اور کبھی بحال کرنے لگے گا۔ بعض اوقات، کافی غیر متوقع طور پر، وہ اچانک زیادہ چوکس اور باتونی ہو سکتے ہیں اور یہاں تک کہ ایسا لگنے لگتا ہے جیسے ان میں بہتری آئی ہے۔ یہ کچھ کہنے کے لئے 'موقع کی کھڑکی' ہو سکتی ہے جو آپ کو محسوس ہو سکتا ہے کہ آپ کو ابھی بھی کہنے کی ضرورت ہے اور ایک ساتھ کچھ قیمتی وقت گزارنا ہے۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- آپ بولنے سے پہلے انہیں یاد دلائیں کہ آپ کون ہیں۔
- نرمی سے چھوئیں اور یقین دہانی کرائیں۔ انہیں بتائیں کہ آپ کون ہیں، وہ کہاں ہیں اور ان کے آس پاس کیا ہو رہا ہے۔
- یہاں تک کہ اگر وہ الجھن میں یا کوما میں ہیں اور آپ کو جواب نہیں دے سکتے ہیں، تو اس شخص کے لئے واقف آوازیں سننا بہت ہی تسلی بخش ہو سکتا ہے۔
- یاد رکھیں کہ ایسا کہا جاتا ہے کہ انسان کی سماعت سب سے آخر میں دم توڑتی ہے، لہذا یہ تصور کریں کہ آپ کی کہی جانے والی ہر بات سنی اور سمجھی جا سکتی ہے چاہے وہ جواب نہ دیتے ہوں۔

- بعض اوقات واقف موسیقی کی آوازیں، ریڈیو یا ٹیلیویژن کے پروگرام انسان کو سکون میں مدد کر سکتے ہیں۔
- نیز خاموش اور پرسکون اوقات کی بھی اجازت دیں، کیونکہ بعض اوقات امن و سکون ہی ایسی چیز ہوتی ہے جس کی انسان کو ضرورت ہوتی ہے۔

## بھوک نہ لگنا

جب کوئی شخص فوت ہونے والا ہو، تو وہ اکثر کھانے پینے میں دلچسپی کم کر دیتا ہے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ان کے جسم کو کام کرتے رہنے کے لئے ایندھن کی ضرورت نہیں ہوتی۔ یہ مرنے کا ایک عام حصہ ہے۔ یہ اہم ہے کہ آپ کسی پر کھانے پینے کے لئے دباؤ مت ڈالیں جسے اب مزید کھانے پینے کی ضرورت محسوس نہ ہو رہی ہے، کیونکہ ایسا کرنے سے ان کے اور آپ دونوں کے لئے باعث پریشانی بن سکتا ہے۔

اس شخص کے لئے نگلنا اور بھی زیادہ مشکل ہو سکتا ہے اور وہ محفوظ طریقے سے نگلنے کے قابل نہیں بھی ہو سکتے ہیں۔ اگر آپ دیکھیں کہ جب، یا نگلنے کے بعد فرد کھانس رہا ہے، تو یہ اس بات کی علامت ہو سکتی ہے کہ وہ اپنی نگلنے کی حرکت کو محفوظ طریقے سے مربوط کرنے کے قابل نہیں ہیں، لہذا کھانا پینا ہو سکتا ہے کہ غلط راستے سے نیچے جا رہا ہو۔ اسے "ایسپیریٹنگ" کہا جاتا ہے اور پریشان کن علامات کا سبب بن سکتا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ اس شخص کی دیکھ بھال کرنے والے ڈاکٹر اور نرسیں فیصلہ کرتے ہیں کہ ان کی سلامتی اور سکون کے لئے انہیں منہ سے کھانا پینا نہیں ('منہ سے کچھ بھی نہیں') دینا چاہیے۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- اگر وہ چاہیں تو انہیں کھانے پینے کی پیشکش کریں، لیکن اگر وہ نہ چاہیں تو پریشان مت ہوں یا ان پر کھانے پینے کے لئے دباؤ مت ڈالیں۔
- اگر اس شخص کو کھانا کھاتے یا پیتے ہوئے کھانسی آتی ہے تو ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں، تاکہ وہ مشورہ دے سکیں۔
- منہ کو نم کرنے کے لئے آئس چپس یا سیال کی گھونٹ دیں۔
- پانی میں بھگوئے نرم دانتوں کے برش سے ہونٹوں اور منہ کو گیلا کریں۔
- ہونٹوں کو سوکھے پن سے بچانے کے لئے ہونٹ بام لگائیں۔

## مٹانے اور آنتوں کے کام کرنے میں تبدیلی

چونکہ توانائی کی سطح میں کمی آتی ہے اور اس شخص میں اردگرد آنے جانے کی صلاحیت کم ہو جاتی ہے، اس لئے وہ ٹوائلٹ یا کموڈ کے لئے جانے کے قابل نہیں ہو سکتے ہیں۔ اس شخص کی ممکنہ حد تک باعزت اور پرسکون رہنے میں مدد کرنا نہایت اہم ہے۔

زندگی کے آخری حصے پر موجود لوگ اکثر مٹانے اور آنتوں پر اختیار کھو دیتے ہیں۔ یہ ایک عام بات ہے اور ڈسٹرکٹ نرس اس کا انتظام کرنے کا طریقہ بتا سکتا ہے۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- اس شخص کو تسلی دلائیں کہ اگر اس نے مٹانے یا آنتوں پر کنٹرول کھو دیا ہے تو اس میں شرمندہ ہونے کی کوئی ضرورت نہیں ہے۔

- سکون کو فروغ دینے اور دباؤ والے زخموں (جنہیں بستر کے ناسور بھی کہا جاتا ہے) سے بچنے کے لئے متاثرہ جگہوں کو صاف اور خشک رکھیں
- اگر اس شخص کو قبض ہوگئی ہے یا ضبط نہیں رہا ہے تو ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں تاکہ وہ مشورہ دے سکیں۔

## الجہن یا واہمہ

لوگ جو انتقال کرنے کے قریب ہوں اکثر الجہن، واضح خوابوں اور واہموں (ہذیان) کا سامنا کرتے ہیں۔ آپ دیکھ سکتے ہیں کہ قریب انتقال شخص کسی سے بات کر رہا ہے، یا ایسی چیزیں یا لوگوں کو دیکھ رہا ہوتا ہے، جو موجود نہیں ہوتی ہیں۔ ان کے لئے یہ غیر معمولی نہیں کہ وہ اپنے لئے اہم ان لوگوں کو دیکھیں یا سنیں جو پہلے ہی مر چکے ہیں۔ یہ بالکل عام بات ہے لیکن ان پیاروں کے لئے پریشان کن ہو سکتا ہے جنہیں ٹھیک سے معلوم نہیں کہ کس طرح کا ردعمل دینا ہے۔

بعض اوقات یہ خواب اور واہمے انتقال کرنے والے شخص کے لئے کسی تکلیف کا باعث نہیں بنتے ہیں، اور یہاں تک کہ یہ عمل راحت بخش بھی ہو سکتا ہے، لیکن بعض اوقات یہ خوفزدہ کرنیوالا یا پریشان کن بھی ہو سکتا ہے۔ اگر وہ وفات پانے والے شخص کے لئے تکلیف دہ ہیں، تو ڈاکٹر ان کے لئے دوا کا بندوبست کر سکتا ہے، جس سے اس شخص کو پرسکون رہنے اور موجودہ زندگی سے مطابقت اختیار کرنے میں مدد ملے گی۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- اس شخص کو یاد دلائیں کہ وہ کہاں ہے اور انہیں بتائیں کہ ان کے ساتھ کون کون ہے اور اس کے آس پاس کیا ہو رہا ہے۔
- بعض اوقات اس شخص سے اختلاف یا اسے سمجھانے کی کوشش کرنے سے کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ اگر ایسا ہو، تو جسے وہ حقیقت سمجھ رہے ہوں اسے للکارنے کی کوشش مت کریں؛ خلفشار بعض اوقات مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔
- اگر شخص کو واضح خواب یا واہمے ہو رہے ہوں، خاص طور پر اگر وہ شخص ان سے تکلیف محسوس کر رہا ہو تو ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں، کیونکہ ان کی دوائیوں میں تبدیلی کی ضرورت ہو سکتی ہے۔

## بے چینی اور نزاع کا عالم

زندگی کے آخر میں بے چینی اور نزاع کا عالم ہونا عام بات ہے۔ بعض اوقات ایک واضح وجہ (جیسے درد یا اضطراب) ہو سکتی ہے جس کا سدباب کیا جا سکتا ہے، لیکن بعض اوقات ہم نہیں بتا سکتے کہ یہ شخص کیوں بے چین ہے۔

بعض اوقات بے چینی حل طلب مسائل یا پریشانیوں کا نتیجہ ہو سکتی ہے۔ انتقال کے قریب لوگوں کو اکثر اس بات کی تسلی دینے کی ضرورت ہوتی ہے کہ جن چیزوں کیلئے وہ پہلے ذمہ دار تھے، ان کا خیال رکھا جائے گا اور ان کے پیچھے رہ جانے والے سلامت رہیں گے۔ بعض اوقات وہ کسی ایسی چیز کے بارے میں پریشان رہتے ہیں جو انہوں نے ماضی میں کہی ہے یا جو کیا ہے؛ کہ کسی بھی غلط کام کو معاف کر دیا جائے گا؛ کہ ان کی زندگی اہمیت کی حامل تھی اور انہیں یاد رکھا جائے گا۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- یہاں تک کہ قریب المرگ شخص اگر آپ کو اچھی طرح سے جانتا ہے، تو بھی ہو سکتا ہے کہ وہ آپ کو اس وقت نہ پہچان پائے – ہمیشہ اپنا متعارف کرائیں اور انہیں یاد دلائیں کہ آپ کون ہیں، وہ کہاں ہیں اور ان کے

آس پاس کیا چل رہا ہے۔

- نرم دھیمی آواز اور تسلی بخش چھونے کے عمل کو استعمال کریں۔
- کسی بھی طرح کے اشاروں سے حساس پذیر بنیں جو اس بات کی علامت ہو سکتے ہیں کہ کچھ ایسا ہے جسے وہ شخص مرنے سے پہلے حل کرنا چاہتا ہے۔
- اگر وہ شخص بے چین ہے تو ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں۔ وہ کسی بھی ممکنہ وجوہات کا جائزہ لیں گے اور دیکھیں گے کہ آیا ایسی کوئی ایسی ادویات ہیں جو مددگار ثابت ہو سکتی ہوں۔
- خود کو پرسکون رکھیں – ایک پر امن اور پرسکون ماحول فرد کو تسلی و تشفی دینے میں اور اطمینان سے رہنے میں مدد کر سکتا ہے۔

## سانس لینے میں تبدیلیاں

آپ اس شخص کے سانس لینے میں متعدد مختلف تبدیلیاں محسوس کر سکتے ہیں۔ یہ گہری اور تیز، یا سست اور زور طلب سانس میں تبدیل ہو سکتی ہے۔ یہاں تک کہ اس شخص کے سانس لیتے وقت غرانے یا گڑگڑانے کی آوازیں بھی آ سکتی ہیں۔ تھوک اور لعاب، جسے عام طور پر نکلنے یا کھانسنے سے صاف کیا جاتا ہے، گلے کے عقبی حصے میں جمع ہو جاتا ہے؛ یہ ان رطوبتوں سے گزرنے والی ہوا ہوتی ہے جو اس آواز کا سبب بنتی ہے۔ یہ شور کرتے ہوئے سانس لینا اکثر مرنے کے قریب شخص کے لئے باعث تکلیف نہیں ہوتا ہے۔

سانس لینا بھی بہت زیادہ بے قاعدہ ہو سکتی ہے۔ زندگی کے اختتام پر اکثر دیکھے جانے والے اک خاص پیٹرن کو چائن اسٹوکس سانس لینا کہا جاتا ہے۔ اس پیٹرن میں بہت کم سانس لینا یا بالکل سانس نہ لینے کی مدت شامل ہے، یا اس کے بعد زیادہ تیز سانس یا کہیں زیادہ گہرے سانس آنے لگتے ہیں۔ یہ فوت ہونے والے شخص کے لئے تکلیف دہ یا پریشان کن نہیں ہے، لیکن اسے دیکھنا یا سننا پریشان کن ہو سکتا ہے۔ یہ اس بات کی علامت ہے کہ موت قریب ہو سکتی ہے۔

## آپ کیا کر سکتے ہیں:

- پرسکون رہنے کی کوشش کریں - آپ کا پرسکون رہنا فوت ہونے والے شخص کے لئے اطمینان بخش ہو سکتا ہے۔
- دھیمے انداز سے بولیں اور نرم، تسلی بخش چھونے کا عمل استعمال کریں۔
- بستر کے سر کے سہارے کو اونچا نیچا کرنا (میکانکی طور پر یا تکیوں کے ساتھ) یا بعض اوقات اس شخص اپنی طرف رخ موڑنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔
- اگر منہ میں رطوبتیں جمع ہو رہی ہیں، تو آہستگی سے اس شخص کے سر کو ایک طرف پھیر دیں تاکہ کشش ثقل انہیں نکالنے میں مدد کر سکے۔
- اگر آپ کو پریشانی ہو رہی ہے کہ اس شخص کا سانس لینا مزید مشکل ہو رہا ہے، یا آپ کو تشویش ہے کہ وہ تکلیف میں ہیں تو ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں۔

## ادویات کاری

دوائیں لینے سے بہت ساری توانائی اور محنت استعمال ہو سکتی ہے اور اس سے مضر اثرات مرتب ہو سکتے ہیں، لہذا ہر دوا کے ممکنہ فوائد پر احتیاط سے غور کرنے کی ضرورت ہے۔ جب کوئی انتقال کرنے والا ہو، تو

انہیں اکثر منہ سے دوا لینے میں دشواری پیش آتی ہے۔ وہ بہت زیادہ نیند میں رہنے کا رجحان رکھتے ہیں، یا ننگلے کی صلاحیت کھو سکتے ہیں۔

طبی ٹیم اس شخص کی ادویات کا جائزہ لیتے وقت احتیاط کے ساتھ سوچے گی اور کسی بھی مزید بے فائدہ دوا کو روک دے گی۔ یہاں تک کہ جو ادویات کئی سالوں سے لی جا رہی ہیں اور ہمیشہ بہت اہم رہی ہیں انہیں بھی روکا جا سکتا ہے۔

زندگی کے اختتام کے وقت سکون میں مدد کے لئے ادویات کو جلد میں انجکشن یا نفوذ کے ذریعے دیا جا سکتا ہے۔ انہیں جلد کے نیچے نرم بافتوں میں چھوٹی سوئی کے ذریعے دیا جاتا ہے۔

اگر اس شخص کو بار بار انجکشن لگانے کی ضرورت ہو تو ایک سرنج ڈرائیور استعمال کیا جا سکتا ہے۔ یہ ایک بیٹری سے چلنے والا چھوٹا پمپ ہے جو اندرون جلد نفوذ فراہم کرتا ہے تاکہ دوا کو متواتر، مستحکم شرح پر پہنچایا جا سکے۔ اس طرح سے دوا دینا بار بار لگنے والے انجکشن سے زیادہ آرام دہ ہو سکتا ہے اور علامت کنٹرول میں 'اتار چڑھائو' سے بچنے میں بھی مدد مل سکتی ہے۔

### زندگی کے اختتام پر لوگوں کے لئے ضروری ادویات۔

- درد کش دوا (درد اور بعض اوقات سانس کی کمی اور کھانسی کے لئے استعمال کی جاتی ہے)
- بیماری روک دوائیں (متلی، التی یا ہچکیوں کے لئے استعمال کیا جاتا ہے)
- سکون آور (بے چینی، پریشانی، یا نیند میں مدد کے لئے)
- ہڈیان روک دوائیں (واہموں یا باعث تکلیف الجھن کے لئے)
- رطوبتوں کو کم کرنے والی دوائیں (سانس میں شور، غرغرابٹ کی آوازوں کے لئے)۔

## کسی کے وفات پا جانے کے بعد دیکھ بھال

### جب کوئی فوت ہو جاتا ہے تو کیا ہوتا ہے؟

جب وہ شخص فوت ہو جاتا ہے، آپ دیکھ سکتے ہیں کہ ان کا چہرہ فوراً پرسکون ہو جاتا ہے۔ انہوں نے سانس لینا بھی روک دیا ہوگا۔

اگر آنکھیں کھلی رہ جائیں، تو آپ 30 سیکنڈز کے لئے انگلیوں کے سرے سے آہستگی سے پلکوں کو تھام کر انہیں بند کر سکتے ہیں۔ اگر اس طرح سے بند نہ ہو، تو جنازے کا منتظم اس میں مدد کر سکتا ہے۔ منہ کھلا رہنے کی صورت میں وہ منہ بند کرنے میں بھی مدد کر سکیں گے۔

### کسے کال کرنی ہے

خاص کر کچھ ایسا نہیں ہے جس میں بہت جلدی کرنی ہے۔ لوگ اپنے پیاروں یا اپنے قریبی فرد کے کھو جانے پر مختلف طریقوں سے ردعمل دیتے ہیں۔ ہو سکتا ہے آپ الوداع کہنے کے لئے ان کے ساتھ کچھ وقت گزارنا چاہیں یا پھر آپ سیدھا کمرہ چھوڑنا چاہتے ہوں۔

ڈاکٹر یا دیگر مناسب نگہداشت صحت کے پیشہ ورانہ افراد کو جسم دیکھنے اور موت کی تصدیق کرنے کی ضرورت ہو گی۔ کوئی بھی آلات جو استعمال ہو رہے تھے (جیسے سرنج ڈرائیور) کو اسی جگہ چھوڑ دینا چاہئے جب تک یہ درست طور پر ریکارڈ نہ ہو جائے کہ موت واقع ہو چکی ہے۔

• کام کے معمول کے اوقات میں، آپ کو مریض کے جی پی سرجری سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہوگی تاکہ ڈاکٹر یا مناسب تربیت یافتہ نرس آ کر موت کی تصدیق کر سکے۔

• اگر وفات رات کے وقت ہوتی ہے، تو آپ کو اگلی صبح تک ڈاکٹر سے رابطہ کرنے کی ضرورت نہیں جب تک کہ آپ نہ چاہیں۔

• اگر آپ نگہداشت صحت کے پیشہ ورانہ فرد کو رات کے وقت بلانا چاہتے ہیں اور اگر سروس اس شخص سے واقف تھی تو آپ گھر سے ہسپتال کال کر سکتے ہیں۔ متبادل کے طور پر، آپ 111 پر کال کر سکتے ہیں۔ یہ بتانا اہم ہے کہ کیا موت متوقع تھی اور کیا اس شخص کے پاس مصنوعی آلات سے سانس دینے کی کوشش نہ کریں فارم تھا۔ وہ انتقال کی تصدیق کرنے کے لئے ایک ڈاکٹر، مناسب تربیت یافتہ نرس، یا پیرامیڈک بھیج سکتے ہیں۔

### مذہبی رسومات یا ترجیحات

اگر کوئی مذہبی رسومات یا ترجیحات ہیں جنہیں انجام دینے کی ضرورت ہے، تو برائے مہربانی موجود کسی بھی ڈاکٹر یا نرس کو بتائیں تاکہ وہ آپ کی اور متوفی شخص کی خواہشات کا احترام کر سکیں۔

اگر، مذہبی یا ثقافتی وجوہات کی بناء پر، فوری تدفین کرنے کی ضرورت ہے، تو آپ مقامی رجسٹر دفتر یا جنازہ منتظم سے مشورہ حاصل کر سکتے ہیں۔

### جنازے کے ڈائریکٹر سے کب رابطہ کریں

موت کی تصدیق کے بعد، آپ میت لے جانے کا بندوبست کرنے کے لئے کسی تدفین منتظم سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ ضروری نہیں کہ یہ کرنے میں جلدی کی جائے۔ جنازے کا منتظم اکثر رابطہ کرنے کے ایک ہی گھنٹے میں آجائے گا۔ اگر آپ کچھ مزید وقت چاہتے ہیں، یا اہل خانہ اور دوستوں کے آنے کا انتظار کرنے کی ضرورت ہے، تو آپ جنازے کے منتظم سے پوچھ سکتے ہیں کیا وہ کچھ وقت بعد آ سکتے ہیں۔ جنازے کے منتظم عام طور پر میت کو جنازہ گھر منتقل کرنے کے لئے 24 گھنٹے خدمت فراہم کرتے ہیں۔

مزید معلومات اس کتابچے کے اختتام کے تئیں 'تجهیزو تکفین کا بندوبست کرنا' کے حصے میں تلاش کی جا سکتی ہیں۔

## آلات و سامان جمع کرنے کا بندوبست کرنا

بدقسمتی سے، آلات و سامان کو ہمیشہ فوری طور پر جمع نہیں کیا جا سکتا۔ نگہداشت صحت کے پیشہ ورانہ فرد سے بات کریں جس کی اس کی فراہمی کا بندوبست کیا (پیشہ ورانہ معالج یا ڈسٹرکٹ نرس) تاکہ وہ جمع کرنے کا بندوبست کر سکیں۔ متبادل طور پر، آپ NRS کو **01869 225420** پر کال کر سکتے ہیں۔

تمام غیر استعمال شدہ ادویات کو محفوظ طریقے سے ضائع کرنے کے لئے کسی فارماسسٹ کو واپس کرنے کی ضرورت ہوگی۔

## طبی سرٹیفکیٹ حاصل کرنا

وفات کی تصدیق ہو جانے کے بعد، ڈاکٹر کو موت کی تصدیق کرنے کی ضرورت ہوگی۔ اس میں آپ کو موت کی وجہ کا طبی سرٹیفکیٹ فراہم کرنا شامل ہے۔

بعض اوقات ایک جی پی تصدیق اور ایک ہی وقت میں موت کی تصدیق کرے گا، لیکن اگر ڈسٹرکٹ نرس یا مقررہ اوقات کے علاوہ حاضر ڈاکٹر موت کی تصدیق کرتا ہے، تو آپ کو موت کی وجہ کا طبی سرٹیفکیٹ لینے کا بندوبست کرانے کے لئے اس شخص کے جی پی سے رابطہ کرنے کی ضرورت ہوگی۔

اگر اس شخص کا معمول کا جی پی دستیاب نہیں ہے، یا اگر جی پی کے وفات سے متعلق سوالات ہیں، تو اسے کورونر کو اطلاع دینے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ اگر متوفی شخص صنعتی بیماری (جیسے اسبسطوس کی وجہ سے) فوت ہوا ہے، یا ان کی وفات کے بارے میں کوئی سوالات ہیں، تو اس موت کے بارے میں کورونر کو بھی اطلاع دینے کی ضرورت ہوگی۔ اس کے نتیجے میں یہ پتہ لگانے کے لئے تفتیش کی جا سکتی ہے کہ موت کیوں واقع ہوئی۔ ان حالات میں، کورونر موت کی وجہ کا طبی سرٹیفکیٹ فراہم کرے گا۔

اگر آپ آخری رسومات کا ارادہ کر رہے ہیں، تو ایک دوسرے ڈاکٹر کو یہ ہونے سے پہلے ایک اضافی فارم پُر کرنا ہوگا۔ اسے تدفین کا تصدیقی طبی سرٹیفکیٹ کہا جاتا ہے۔ اگر آپ جی پی کو جو موت کی وجہ کا طبی سرٹیفکیٹ فراہم کرتا ہے کو بتاتے ہیں کہ آخری رسم وقت طے کر دیا گیا ہے، تو وہ کسی مختلف جی پی پریکٹس سے کسی ڈاکٹر کے ذریعہ اس فارم کو مکمل کرنے کا بندوبست کریں گے؛ یہ ڈاکٹر موت کے بارے میں آپ سے کچھ سوالات پوچھنے کے لئے کال کر سکتا ہے۔

## انتقال کا اندراج کرنا

جب آپ کو موت کی وجہ کا میڈیکل سرٹیفکیٹ مل جاتا ہے، تو آپ کو وفات کے اندراج کے لئے اپنے مقامی رجسٹر آفس سے ملاقات کرنے کی ضرورت ہوگی۔ اسے پانچ دنوں کے اندر مکمل کرنا ضروری ہے، ماسوائے اگر وفات کو کورونر کے پاس ریفر نہ کر دیا گیا ہو۔ اگر ایسا ہو، تو انتقال کا اندراج کرانے سے پہلے آپ کو کورونر کے اجازت دینے کا انتظار کرنا ہوگا۔

آکسفورڈشائر رجسٹر آفس کے ساتھ ملاقات کا بندوبست کرانے کے لئے، برائے مہربانی **0345 241 2489** پر (پیر سے جمعہ) ٹیلیفون کریں۔ یہ ملاقات کسی رشتہ دار، وفات کے وقت موجود کوئی فرد یا جنازے کے انتظامات کرنے والے شخص کی طرف سے کی جا سکتی ہے۔

آپ کو موت کی وجہ کا طبی سرٹیفکیٹ اپنے ساتھ لے جانے کی ضرورت ہوگی، تاکہ رجسٹرار آپ کو ڈیٹھ سرٹیفکیٹ دے سکے۔



رجسٹرار آپ کو **Tell Us Once** سروس کے بارے میں بھی بتائے گا۔ یہ سروس لوگوں اور تنظیموں کو متوفی شخص کے بارے میں بتانے کے لئے آپ کی ٹیلیفون کالوں کی تعداد کو کم کرنے میں مدد کرتی ہے۔ اس کے ذریعے آپ مرکزی اور مقامی حکومت کے محکموں کو فوری طور پر موت کی اطلاع دے سکتے ہیں؛ یہ عمل بینیفٹس اور پنشنز کی زیادہ ادائیگی سے بچنے کے لئے مفید ثابت ہو سکتا ہے۔

اگر آپ اس سروس کو استعمال کرنا چاہتے ہیں، تو آپ کو موت کے اندراج کے لئے ایک طویل وقت کی ملاقات مختص کرانی پڑے گی۔ آپ کو اپنے ساتھ یہ بھی لے جانے کی ضرورت ہوگی:

- اس شخص کا قومی انشورنس نمبر
  - ان کا پاسپورٹ نمبر (اگر ان کے پاس تھا)
  - ان کا ڈرائیونگ لائسنس (اگر متعلقہ ہو تو)
  - ان کی گاڑی کا رجسٹریشن نمبر (اگر متعلقہ ہو تو)
  - ان کا 'بلیو بیج' (اگر متعلقہ ہو تو)
  - کوئی رعایتی بس پاس
  - بینیفٹس کی تفصیل جو وہ وصول کر رہے تھے (جیسے ریاستی پنشن)
  - ان کے قریبی رشتہ داروں کا نام اور پتہ
  - کسی بھی حیات شریک حیات یا سول پارٹنر کا نام اور پتہ
  - ان کی جائیداد سے متعلقہ کام کرنے والا شخص یا کمپنی (یہ ان کا 'تعمیل کنندہ' یا 'منتظم ہے') کا نام، پتہ اور رابطے کی تفصیلات
  - کسی بھی سرکاری شعبے یا مسلح افواج کی پنشن اسکیمیں جو وہ وصول یا ادا کر رہے تھے کی تفصیلات
- Tell Us Once** سروس کو بذریعہ ٹیلیفون یا آن لائن، بعد کی کسی تاریخ میں استعمال کرنا بھی ممکن ہے۔ رجسٹرار آپ کو رابطے کی تفصیلات اور استعمال کرنے کے لئے ایک منفرد حوالہ نمبر دے گا۔

## تجهيز و تكفين كا بندوبست كرنا

اگر پہلے سے ادا شدہ آخری رسومات كا منصوبہ موجود ہے تو اس ميں عام طور پر تفصيلات شامل ہوں گي كه اس شخص كي كيا خواہشات تھيں، اور يہ كه جنازے كے منتظم كو كونسى كا استعمال كرنا ہے۔ اگر انہوں نے اپنے جنازے كے لئے پہلے سے ہدایات فراہم كي ہوئی ہيں ليكن ان كي خواہشات كو پورا كرنے جتنى كافى رقم موجود نہيں ہے، تو آپ تبديلياں كر سكتے ہيں، كيوں كه ہدایات قانونى طور پر پابند كرنے والى نہيں ہوتى ہيں۔

آپ (يا تجهيز و تكفين كا اہتمام كرنے والا شخص) يا تو جنازے كے بندوبست كے لئے خود تمام انتظامات كر سكتے ہيں، يا جنازے كے منتظم كو آپ كے لئے ايسا كرنے كا کہہ سكتے ہيں، يا ان كے ساتھ انتظامات كا اشتراك كر سكتے ہيں۔ تجهيز و تكفين مذبى عقائد پر مبنى رسم ہو سكتى ہيں، اس ميں كوئى مذبى عنصر نہيں ہو سكتا ہے، يا ان دونوں باتوں كي كوئى درميانى چيز ہو سكتى ہے۔

تجهيز و تكفين كے خود سے انتظام كرنے كے بارے ميں مشورہ يہاں سے دستياب ہے:

## تجهيز و تكفين كا اچھا رہنما كتابچہ

ويب سائٹ: [www.goodfuneralguide.co.uk](http://www.goodfuneralguide.co.uk)

## طبعى موت مركز

ويب سائٹ: [www.naturaldeath.org.uk](http://www.naturaldeath.org.uk)

تجهيز و تكفين پر كافى لاگت آ سكتى ہے۔ يہ ضرورى ہے كه فيونرل ڈائريكٲر كے ساتھ معاہدہ (يا انتظام فارم) پر تب تك دستخط نہ كريں جب تك كه آپ كو يقين نہ ہو كه آپ ان كي سروس كو استعمال كرنا چاہتے ہيں اور آپ جان نہ ليں كه تجهيز و تكفين كي كيسے ادائىگى كي جائے گي۔

## مزید معلومات

زندگى كے آخرى حصے ميں ديكھ بھال اور معاونت كے بارے ميں مزید معلومات **Dying matters** سے بھى دستياب ہے۔ [www.dyingmatters.org](http://www.dyingmatters.org)

## غم اور سہارا

آپ كے كسى قريبى شخص كي وفات كے بعد، آپ كے اہل خانہ اور قريبى دوستوں كے علاوہ كسى سے بات كرنا اكثر مددگار ثابت ہوتا ہے۔ آپ كا جى پى غم ميں سہارا اور مشاورت كي خدمات كے بارے ميں معلومات فراہم كر سكتا ہے۔

## مفید فون نمبرز

ان سب کو ایک جگہ رکھنا مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ یہاں جگہ مہیا کی گئی ہے تاکہ آپ مفید نمبر شامل کر سکیں۔

ڈسٹرکٹ نرس:

فیونرل ڈائریکٹر:

رجسٹر آفس: 0345 241 2489

## رائے

اگر آپ اس کتابچے پر رائے دینا چاہتے ہیں، تو ہم آپ کی بات سننے کو سراہیں گے۔ آپ لکھ سکتے ہیں:  
Community Team, Sobell House, Churchill Hospital, Old Rd, Oxford, OX3 7LE  
یا ای میل کریں:  
[sobell.advice@nhs.net](mailto:sobell.advice@nhs.net)

ستمبر 2018

OUH اسپیشلسٹ پیلی-ایٹو کیئر ٹیمز کی طرف سے تیار کردہ۔

اصل 'موت کے قریب آنے پر کیا توقع کریں' بطرف بریجٹ ٹیلر (جولائی 2017) سے اختیار کردہ

OMI 42017P