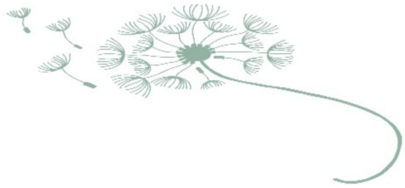
NHS
Calderdale and Huddersfield
NHS Foundation Trust

ਹੁਣ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਹਾਰਕ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ...



ਸਾਨੂੰ ਅਫ਼ਸੋਸ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਉਂਦਾ ਨਾ ਰਹੇ। ਮਰੇ ਹੋਏ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਇੱਕ ਦੁਖਦਾਈ ਅਤੇ ਅਣਉਮੀਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਵਿਨਾਸ਼ਕਾਰੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਅੱਗੇ ਜੋ ਕੁਝ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਸਟਾਫ਼ ਉਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਉਹ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਲਿਖਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹੀ ਹਨ। ਜੇ ਕੁਝ ਸਪਸ਼ਟ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਕਿਸੇ ਮੈਂਬਰ ਨੂੰ ਪੁੱਛਣ ਵਿੱਚ ਸੰਕੋਚ ਨਾ ਕਰੋ।

ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

24 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਜਿਸ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਉਸ ਨੂੰ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਜੋਂ ਜਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

2022 ਵਿੱਚ, ਯੂਕੇ ਵਿੱਚ ਹਰ 250 ਵਿੱਚੋਂ ਲਗਭਗ 1 ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦਾ ਅੰਤ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਨਾਲ ਹੋਇਆ, ਮਤਲਬ ਕਿ ਹਰ ਰੋਜ਼ 8 ਬੱਚੇ ਮਰੇ ਹੋਏ ਪੈਦਾ ਹੋਏ (ONS, 2024)।

ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਇਹ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਿਉਂ ਹੋਇਆ ਹੈ ਅਤੇ ਲਗਭਗ 60% ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੀ ਵਿਆਖਿਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ। ਇੱਕ ਆਮ ਗਲਤ ਧਾਰਨਾ ਹੈ ਕਿ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਸਿਰਫ ਉੱਚ-ਜੋਖਮ ਵਾਲੀਆਂ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਉਦੋਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਗਿਆਤ ਸਮੱਸਿਆ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਮਾਂ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਿਹਤ ਸਥਿਤੀਆਂ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਪਤਾ ਨਾ ਲੱਗੀ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼ ਅਤੇ ਥਾਇਰੌਇਡ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ, ਅਤੇ ਨਾਲ ਹੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ - ਹਾਈ ਬਲੱਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ, ਇਨਫੈਕਸ਼ਨ, ਬੱਚੇ ਦਾ ਅਸਧਾਰਨ ਵਿਕਾਸ ਅਤੇ ਪਲੇਸੈਂਟਾ ਦਾ ਜਲਦੀ ਵੱਖ ਹੋਣਾ - ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਵਧਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਕੁਝ ਬੱਚੇ ਇਸ ਲਈ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਵੱਧ ਰਹੇ ਸਨ।

ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਲਈ ਟੈਸਟ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੌਤ ਕਿਉਂ ਹੋਈ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟ ਅਤੇ ਸਵੈਬ, ਪਲੈਸੈਂਟਾ (ਔਲ) ਦੀ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਜਾਂਚ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਜੈਨੇਟਿਕ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ, ਤਾਂ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਮੁਆਇਨਾ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ 2 ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਮੁਆਇਨੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਠਹਿਰਾਓ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨੇ ਚਾਹੋ ਓਨੇ ਜਾਂ ਘੱਟ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਪ੍ਰਸੂਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਤਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ। ਜਦੋਂ ਤੱਕ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਿਜ਼ੇਰੀਅਨ ਸੈਕਸ਼ਨ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ

ਯੋਨੀ ਰਾਹੀਂ ਜਨਮ ਦਿਓ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੱਧ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਲਦੀ ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਪ੍ਰਸੂਤ-ਪੀੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣ ਅਤੇ ਮਰ ਚੁੱਕੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਸਦਮੇ ਵਜੋਂ ਆ ਜੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਇਸ ਤਜਰਬੇ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਮਾਵਾਂ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਹੈ ਕਿ ਪ੍ਰਸੂਤ-ਪੀੜਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣਾ ਸਹੀ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਹਤ ਸੰਬੰਧੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਡਕਸ਼ਨ (ਡਾਕਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਣੇਪਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ) ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਠੀਕ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਘਰ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚਣ ਜਾਂ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪ੍ਰਸੂਤ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਹੋਵੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਡਕਸ਼ਨ ਨਾਲ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ Mifepristone (ਮਾਈਫੇਪ੍ਰਿਸਟੋਨ) ਨਾਮਕ ਗੋਲੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੂਤ-ਪੀੜਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਨਿਗਰਾਨੀ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮਿਆਦ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕਰ ਕੇ ਘਰ ਭੇਜ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ 36-48 ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਪ੍ਰਸੂਤ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਵਾਪਸ ਆਉਣ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਠਹਿਰਾਅ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੈਲਡਰਡੇਲ ਰੌਇਲ ਹਸਪਤਾਲ (Calderdale Royal hospital) ਵਿਖੇ ਲੇਬਰ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪਣੇ ਕਮਰੇ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਠਹਿਰਾਓ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਦੋਸਤ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲਣ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਗਰਮ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਰਾਤ ਭਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀਆਂ ਸਹੂਲਤਾਂ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇੱਕ ਮਿਡਵਾਈਫ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰੇਗੀ ਅਤੇ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰੇਗੀ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਿਰੀਖਣ ਲਏ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਫਿਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਿਯਮਿਤ ਸੁੰਗੜਾਅ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਜਾਂ ਤਾਂ ਮੂੰਹ ਰਾਹੀਂ ਜਾਂ ਯੋਨੀ ਰਾਹੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ prostaglandin (misoprostol) ਗੋਲੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ। ਜੇ ਦਵਾਈ ਦੀਆਂ 5 ਖੁਰਾਕਾਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਦਵਾਈ ਦੇ ਦੂਜੇ ਦੌਰ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਰਾਮ ਦੀ ਛੋਟੀ ਜਿਹੀ ਮਿਆਦ ਹੋਵੇਗੀ। ਥੋੜ੍ਹੀਆਂ ਜਿਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ, ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਔਲ (ਪਲੇਸੈਂਟਾ) ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਥਿਏਟਰ ਵਿੱਚ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਕੋਈ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਾਂਗੀ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਸੂਤ-ਪੀੜਾਂ ਅਤੇ ਜਨਮ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਿੰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ ਅਰਾਮਦੇਹ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੇ ਕਈ ਤਰੀਕੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣਗੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਰਾਸੀਟਾਮੋਲ, ਗੈਸ ਅਤੇ ਹਵਾ, ਟੀਕੇ ਵਾਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਅਤੇ ਐਪੀਡਿਊਰਲ ਐਨੇਸਥੀਸੀਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਜਨਮ ਦੇਣ ਜਾਂ ਸਾਡੇ ਜਨਮ ਪੂਲ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰਸੂਤ ਕਰਵਾਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੈਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਕੀ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਇਹ ਅਨੁਮਾਨ ਲਗਾਉਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੈ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡਾ ਠਹਿਰਾਓ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਰਹੇਗਾ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਜਾਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਅਸੀਂ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਰਾਤ ਭਰ ਲਈ ਨਹਾਉਣ-ਧੋਣ ਦੇ ਸਮਾਨ ਦਾ ਬੈਗ, ਰਾਤ ਦੇ ਕੱਪੜੇ, ਬਦਲਣ ਲਈ ਕੱਪੜੇ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਅੰਡਰਵੀਅਰ, ਬ੍ਰੈਸਟ ਪੈਡ ਅਤੇ ਸੈਨੇਟਰੀ ਟਾਵਲ ਲਿਆਓ। ਤੁਸੀਂ ਪੜ੍ਹਨ ਲਈ ਕੁਝ, ਕੁਝ ਹਲਕੇ ਸਨੈਕ ਅਤੇ ਪੀਣ ਵਾਲੇ ਪਦਾਰਥ ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਆਪਣੀਆਂ ਫੋਟੋਆਂ ਖਿੱਚਣੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇੱਕ ਕੈਮਰਾ ਜਾਂ ਮੋਬਾਈਲ ਫੋਨ ਲਿਆਉਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਕੱਪੜੇ, ਕੰਬਲ ਜਾਂ ਖਾਸ ਚੀਜ਼ਾਂ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਛੱਡਣੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਕੱਪੜੇ, ਦਫ਼ਨਾਉਣ ਵਾਲੇ ਗਾਊਨ, ਕਾਰਡੀਗਨ, ਟੋਪੀਆਂ ਅਤੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਆਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕੰਬਲ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖ/ਪਕੜ/ਛੋਹ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਦੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਤਜਰਬਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖਣ, ਛੂਹਣ ਅਤੇ ਫੜਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਾਸਤੇ ਘਰ ਲਿਜਾਉਣ ਲਈ ਯਾਦਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰੇਗਾ। ਇਹਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹੱਥਾਂ ਅਤੇ ਪੈਰਾਂ ਦੇ ਨਿਸ਼ਾਨ, ਸਾਂਚੇ ਅਤੇ ਫੋਟੋਆਂ ਅਤੇ ਵਾਲਾਂ ਦਾ ਗੁੱਛਾ, ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਮ ਦਾ ਬੈਂਡ ਅਤੇ ਪਾਲਣੇ ਦਾ ਕਾਰਡ ਲੈਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਖੁਦ ਦਾ ਕੈਮਰਾ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰਾਂ ਨਾਲ ਫੋਟੋਆਂ ਖਿੱਚੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਧੋਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੇ ਗਏ ਕਿਸੇ ਵੀ ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਵੀ ਕੰਬਲ, ਟੈਡੀ, ਪਰਿਵਾਰਕ ਫੋਟੋਆਂ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੈਮੋਰੀ ਬਾਕਸ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਛੋਟੇ ਕੱਪੜੇ, ਨੈਪੀਆਂ, ਕੰਬਲ ਅਤੇ ਲਪੇਟਣ ਵਾਲੇ ਕੱਪੜੇ ਹਨ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਫਿਰ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਘਰ ਲਿਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਬੇਨਤੀਆਂ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਯਾਦਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਸਾਡੇ ਚੈਰਿਟੀ 'Remember my Baby' (ਮੇਰੇ ਬੇਬੀ ਨੂੰ ਯਾਦ ਰੱਖੋ) ਨਾਲ ਸੰਬੰਧ ਹਨ ਜੋ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸੋਗ ਫੋਟੋਗ੍ਰਾਫੀ ਸੇਵਾ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ Aching Arms Bears, Lexi Dolls ਅਤੇ ਯਾਦਗਾਰੀ ਮੋਮਬੱਤੀਆਂ ਵੀ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਘਰ ਲਿਜਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਮੁਸਲਿਮ ਧਰਮ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਜੋ ਕੋਈ ਰਵਾਇਤੀ ਯਾਦਗਾਰੀ ਨਿਸ਼ਾਨੀਆਂ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਸਾਡੇ ਕੋਲ Ibraheems ਦੇ ਗਿਫਟ ਪੈਕ ਹਨ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਦਫ਼ਨਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਫਨ ਦੇਣ ਲਈ ਚਿੱਟੇ ਕੱਪੜੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।

ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਬਿਤਾਇਆ ਸਮਾਂ ਬਹੁਤ ਕੀਮਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਿੰਨਾ ਚਿਰ ਚਾਹੋ ਉਸ ਨਾਲ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਲਡ ਕੋਟ (ਬੱਚੇ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਠੰਡਾ ਰੱਖਣ ਲਈ ਪਾਲਣਾ) (Abi cot) ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕੂਲਿੰਗ ਗੱਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ ਜਾਂ ਫੜਨਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਦਬਾਅ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਵੀ ਯਾਦਗਾਰੀ ਚਿੰਨ੍ਹ ਲੈਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਨਾਲ ਹੋਵੇਗਾ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਸੀਸ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਚੈਪਲੇਂਸੀ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦਿਲਾਸਾ ਦੇਣ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇਣ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਪਰਵਾਹ ਕੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਧਰਮ ਨੂੰ ਮੰਨਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਤੁਸੀਂ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਠਹਿਰਾਅ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੁਆਗਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ, ਉਸਦਾ ਨਾਮ ਰੱਖਿਆ ਜਾਵੇ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅਸੀਸ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਪੈਸਟੋਰਲ ਟੀਮ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸਹੂਲਤ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਤੁਹਾਡਾ ਆਪਣਾ ਧਾਰਮਿਕ ਰਸਮਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਵਿਅਕਤੀ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਲਾਮ ਧਰਮ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਮੁਸਲਿਮ ਚੈਪਲੇਨ (ਮਰਦ ਜਾਂ ਔਰਤ) ਹਨ ਜੋ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਮਿਲ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਇਹ ਇੱਕ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਮਰਿਆ ਹੋਇਆ ਬੱਚਾ ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕੀਤਾ ਹੋਵੇ। ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਸਟਾਫ਼ ਢੁਕਵੇਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੂਰੇ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਬਾਰੇ ਰਜਿਸਟਰੀ ਆਫਿਸ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੇਗਾ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਡਿਸਚਾਰਜ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤਿਆਰ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਜਨਮ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ 6 ਹਫ਼ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਜਨਮਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

The Calderdale Register Office

Spring Hall Mansion

Huddersfield Road

Halifax

HX3 0AQ

ਫੋਨ: 01422 288080

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ, ਅਤੇ ਦਫ਼ਨਾਉਣ/ਦਾਹ-ਸੰਸਕਾਰ ਦਾ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਉਸ ਫਿਊਨਰਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਨੂੰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ ਜੋ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਜਨਮਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਦੇ ਨੇੜੇ ਰਜਿਸਟਰੀ ਆਫਿਸ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਕਾਰਨ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੌਣ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਆਹੇ ਹੋਏ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਦੋਵਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਨਹੀਂ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜੇ ਜਨਮ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ 'ਤੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਵੇਰਵੇ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਹਨ।

ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਯੂਨਿਟ ਤੋਂ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ, ਫਿਊਨਰਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦੇ ਚੈਪਲ ਆਫ ਰੈਸਟ ਵਿਖੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਪੂਜਾ ਦੇ ਸਥਾਨ ਜਾਂ ਮਸਜਿਦ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁਬਾਰਾ ਦੇਖਣਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਕਰ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣਾ ਆਪਣੇ ਵਿਛੋੜੇ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸੋਗ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਕਰਨ ਦਾ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਾ ਇਸ ਦਾ ਹਿੱਸਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਨਮ ਦੇ ਸਮੇਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੁਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਫ਼ਨਾਉਣ ਜਾਂ ਦਾਹ-ਸੰਸਕਾਰ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਜਾਂ ਨਾ ਹੋਣ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹਰੇਕ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਲਈ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੁਨਿਆਦੀ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਤੋਂ ਕੋਈ ਲਾਗਤ ਨਹੀਂ ਲਈ ਜਾਂਦੀ।

ਤੁਸੀਂ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਏ ਬਿਨਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਦਾਹ-ਸੰਸਕਾਰ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਪਰ ਫਿਰ ਵੀ ਅਸਥੀਆਂ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਵਿੱਚ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਚੈਪਲੇਨ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੇ ਨਾਲ ਜਾਂ ਬਿਨਾਂ, ਫਿਊਨਰਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਧਾਰਮਿਕ ਜਾਂ ਗੈਰ-ਧਾਰਮਿਕ ਪ੍ਰਕਿਰਿਤੀ ਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ (ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ), ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਮਿਲ ਕੇ ਕੰਮ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰੇ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਸੰਗੀਤ ਅਤੇ ਪਾਠ ਜਾਂ ਕਵਿਤਾਵਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ, ਅਤੇ ਤਸਵੀਰਾਂ, ਟੈਡੀ ਅਤੇ ਫੁੱਲ ਲਿਆਉਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਵਿੱਚ ਦੂਜੇ ਬੱਚੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣਗੇ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਮੁਸਲਿਮ ਚੈਪਲੇਨਾਂ ਕੋਲ ਮੁਸਲਿਮ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਦਫ਼ਨਾਉਣ ਦੇ ਢੁਕਵੇਂ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ।

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਫ਼ਨਾਉਣਾ **Lockwood Cemetery, Huddersfield, Stoney Royd** ਜਾਂ **Exley Cemetery, Halifax** ਵਿਖੇ ਹੋਵੇਗਾ।

ਦਾਹ-ਸੰਸਕਾਰ **Parkwood Crematorium, Elland ਵਿਖੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।**

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਸਹੀ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 1-6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਹੜੀਆਂ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲਾਂ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਜੇ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਮੁਆਇਨਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂਚ ਲਈ ਲਏ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਸ ਨਾਲ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ 3 ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਦੀ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਸੇਵਾ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਬਹੁਤ ਸਤਿਕਾਰ ਨਾਲ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।

ਵਿਕਲਪਕ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਨਿੱਜੀ ਅੰਤਿਮ-ਸੰਸਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਪਸੰਦ ਦੇ ਫਿਊਨਰਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਅਤੇ ਧਾਰਮਿਕ ਆਗੂ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅੱਗੇ ਹਿਦਾਇਤਾਂ ਦੇਣਗੇ।

ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਘਰ ਲਿਜਾਉਣ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਖੁਦ ਦੇ ਦਫ਼ਨਾਉਣ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਰਨ ਦਾ ਵਿਕਲਪ ਵੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਗਲੇਰਾ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਮੈਂ ਸਰੀਰਕ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਾਂਗੀ?

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਲਗਭਗ 4-6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਲਈ ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵੱਗੇਗਾ। ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਕਾਫੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਹਲਕੇ ਕੜਵੱਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਪਹਿਲੇ 3 ਜਾਂ 4 ਦਿਨਾਂ ਬਾਅਦ ਇਹ ਹਲਕਾ ਹੋ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਲਾਗ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਟੈਂਪੋਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸੈਨੇਟਰੀ ਤੌਲੀਏ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਲਾਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਖੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਾਲ ਗਤਲੇ ਨਿਕਲਦੇ ਹਨ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੇਟ ਵਿੱਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਰਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਡਿਸਚਾਰਜ ਤੋਂ ਬਦਬੂਦਾਰ ਗੰਧ ਆਉਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਜਾਂ ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਸੈਂਟਰ (Maternity Assessment Centre) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਟਾਂਕੇ ਲੱਗੇ ਸਨ, ਤਾਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਲਾਗ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰਨਾ ਅਤੇ ਚੰਗੀ ਸਫਾਈ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ। ਇਹ ਪਹਿਲੇ ਹਫ਼ਤੇ ਲਈ ਬੇਆਰਾਮ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹਲਕੀ ਦਰਦ-ਨਿਵਾਰਕ ਦਵਾਈ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ 4-6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਘੁਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣਾ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਆਮ ਤੰਦਰੁਸਤੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਰੱਖਣਾ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਲਾਂਕਿ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਖਾਣਾ ਅਤੇ ਪੀਣਾ ਪਸੰਦ ਨਾ ਕਰੋ, ਥੋੜ੍ਹਾ-ਥੋੜ੍ਹਾ ਅਤੇ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਖਾਣ-ਪੀਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀ ਸਰੀਰਕ ਸਿਹਤਯਾਬੀ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਦਿਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਦੁੱਧ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਾਂਗੇ। ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਦਵਾਈ ਲੈਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਦੁੱਧ ਦੇ ਕੁਦਰਤੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੰਦ ਹੋਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਯਾਦ ਵਿੱਚ ਸਾਡੇ ਸਥਾਨਕ ਬ੍ਰੈਸਟਮਿਲਕ ਬੈਂਕ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਕਲਪ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਹਸਪਤਾਲ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ

ਜੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਮਰਿਆ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਸੀ, ਤਾਂ ਇਹ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਦੇਖਭਾਲ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਕਰੀਏ। ਇਸ ਨੂੰ ਜਣੇਪੇ ਸੰਬੰਧੀ ਮੌਤ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ (Perinatal Mortality Review) (PMRT) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਮੀਖਿਆ ਵਿੱਚ ਇਸ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਸਟਾਫ਼ ਦੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਇੱਕ ਬਾਹਰੀ ਸਮੀਖਿਅਕ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇਗਾ। ਉਦੇਸ਼ ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣਾ ਕਿ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੌਤ ਕਿਉਂ ਹੋਈ ਅਤੇ ਇਹ ਦੇਖਣਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਮੌਤ ਤੋਂ ਕੁਝ ਸਿੱਖ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਸਮੀਖਿਆ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਕਿਤਾਬਚਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫੀਡਬੈਕ ਦੇਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲੇਗਾ। ਸਮੀਖਿਆ ਟੀਮ ਦਾ ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸਵਾਲ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਮੀਖਿਆ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਕਿਤਾਬਚਾ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਉਰਦੂ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਅਰਬੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਹੋਵੇਗਾ?

ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਛੁੱਟੀ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਮਿਡਵਾਈਫ ਤੋਂ ਘਰ ਵਿੱਚ ਮੁਲਾਕਾਤ ਜਾਂ ਫੋਨ ਕਾਲ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਇੱਛਾਵਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਸੋਗ-ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਡਵਾਈਫ ਦੁਆਰਾ ਟੈਲੀਫੋਨ ਸਹਾਇਤਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਅਤੇ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਚੈਪਲੇਂਸੀ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕਰਕੇ ਘਰ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਤਾਬਚੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ 2-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਲਾਹਕਾਰ ਪ੍ਰਸੂਤੀ ਮਾਹਰ (Consultant Obstetrician) ਨਾਲ ਫਾਲੋ-ਅੱਪ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਨਤੀਜਿਆਂ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਇਸ ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਵਿੱਚ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਪਾਇੰਟਮੈਂਟ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਕੀਤੀ ਗਈ ਕਿਸੇ ਵੀ ਜਾਂਚ-ਪੜਤਾਲ ਦੇ ਨਤੀਜਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦੇਵੇਗੀ
ਅਤੇ ਇਹ ਵਿਕਲਪਿਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੇ ਘਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਨਿਰੰਤਰ ਮਦਦ ਮਿਲਦੀ ਹੈ?

ਬੱਚੇ ਦੇ ਚਲੇ ਜਾਣ ਦਾ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਪ੍ਰਭਾਵ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਗੁਆਉਣਾ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਤਜਰਬਾ ਹੈ ਜੋ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਹਰ ਕੋਈ ਸੋਗ ਨੂੰ ਵੱਖਰੇ ਢੰਗ ਨਾਲ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਲਈ, ਸੋਗ ਦੇ ਪ੍ਰਗਟਾਵੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹਾਵੀ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਜਨਤਕ ਹੋਣਗੇ, ਦੂਜਿਆਂ ਲਈ ਸੋਗ ਨਿੱਜੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਹ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਘੱਟ ਡੂੰਘਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।
ਸਦਮਾ, ਸੋਗ, ਉਦਾਸੀ, ਦੋਸ਼, ਘਾਟੇ ਅਤੇ ਗੁੱਸੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਆਮ ਹਨ। ਸੋਗ ਸਰੀਰਕ ਲੱਛਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ-ਨਾਲ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਲੱਛਣ ਵੀ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਵਿਘਨ ਵਾਲੀ ਨੀਂਦ, ਭੁੱਖ ਨਾ ਲੱਗਣੀ, ਮਤਲੀ, ਬੇਚੈਨੀ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦੀ ਤੇਜ਼ ਧੜਕਣ ਆਮ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਾਥੀ, ਦੋਸਤਾਂ, ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਦਾਈ ਨਾਲ, ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰਕੇ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣ ਅਤੇ ਸਮਝ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਿਸਚਾਰਜ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਦਦਗਾਰ ਸੰਗਠਨਾਂ ਦੀ ਸੂਚੀ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕਿਤਾਬਚੇ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰੇਗਾ।

ਲੋਕਲ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ Forget me Not Children's Hospital ਦੁਆਰਾ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ Talkthru ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਚੈਪਲੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ ਵੀ ਸਹਾਇਤਾ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਰਮ ਕੋਈ ਵੀ ਹੋਵੇ।

ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਲਈ ਨੰਬਰ

ਬਿਰੀਵਮੈਂਟ ਮਿਡਵਾਈਫ (ਸੋਗ-ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਡਵਾਈਫ) ਫੋਨ: 07500761111

ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਮਿਡਵਾਈਫਾਂ ਫੋਨ: 01422 222123

ਲੇਬਰ ਵਾਰਡ (ਪ੍ਰਸੂਤ ਵਾਰਡ) ਫੋਨ: 01422 222129
ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਅਸੈਸਮੈਂਟ ਸੈਂਟਰ (Maternity Assessment Centre) ਫੋਨ: 01422 224392
Calderdale Royal Hospital ਸਵਿੱਚਬੋਰਡ ਫੋਨ: 01422 357171
Huddersfield Royal Infirmary ਸਵਿੱਚਬੋਰਡ ਫੋਨ: 01484 342000
ਜਨਰਲ ਆਫਿਸ ਕੈਲਡਰਡੇਲ ਫੋਨ: 01422 222088

ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ

ਚੈਪਲੈਂਸੀ ਡਿਪਾਰਟਮੈਂਟ: HRI ਅਤੇ CRH ਸਵਿੱਚਬੋਰਡ ਰਾਹੀਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਫੋਨ: 01484 342000 ਜਾਂ 01422 357171

Talkthru: Revenue Chambers, St Peters Street, Huddersfield, HD1 1DL

ਫੋਨ: 01484 515137

ਈਮੇਲ: **office@talkthru.org.uk**

ਵੈੱਬ: **www.talkthru.org.uk**

SANDS (Stillborn and Neonatal Death Society)

ਫੋਨ: 0808 1643332

ਈਮੇਲ: **helpline@sands.org.uk**

ਜੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬਚੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਦੇਖਭਾਲ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਕੋਈ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ:

ਸਾਰਾਹ ਹਾਲ (Sarah Hall)
ਬਿਰੀਵਮੈਂਟ ਮਿਡਵਾਈਫ (ਸੋਗ-ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਡਵਾਈਫ)
Calderdale Royal Hospital
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: 07500 761111
Sarah.hall@cht.nhs.uk

ਐਨ ਫ੍ਰੌਸਟ (Ann Frost)
ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਮੇਟਰਨ
Calderdale Royal Hospital
ਟੈਲੀਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ: 01422 222947
Ann.Frost@cht.nhs.uk