

ਹੁਣ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ?

ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਵਿਹਾਰਕ ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਮਾਰਗਦਰਸ਼ਨ... (ਹਮਦਰਦੀ ਦੇ ਅਧਾਰ 'ਤੇ ਜਣੇਪਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨਾ)



ਤੁਹਾਡੇ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਸਮੱਸਿਆ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇੱਛਿਤ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਅਲੱਗ-ਥਲੱਗ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਦਰਦਨਾਕ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕਰ ਰਿਹਾ ਸਟਾਫ਼ ਸਮਝਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮਾਂ ਹੈ ਅਤੇ ਅੱਗੇ ਜੋ ਕੁਝ ਹੋਵੇਗਾ ਉਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ 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।

ਇਹ ਮੇਰੇ ਨਾਲ ਹੀ ਕਿਉਂ ਹੋਇਆ?

ਕਈ ਵਾਰ ਇਹ ਵਿਆਖਿਆ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਕਾਰਨ ਲੱਭਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਕਿਉਂ ਆਈ ਹੈ, ਪਰ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਇੱਥੋਂ ਤੱਕ ਕਿ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾਉਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ, ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਕਿ ਕੁਝ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਕਿਉਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਅਸਧਾਰਨਤਾ ਕਾਰਨ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਵਾਲੀਆਂ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਆਪਣੇ-ਆਪ ਵਾਪਰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਜੋੜਿਆਂ ਦੀ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਸਫਲ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਜੇ ਟੈਸਟ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਆਮ ਹਨ।

ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣਾ ਫੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਕੁਝ ਟੈਸਟ ਕਰਵਾ ਲਏ ਹੋਣ ਅਤੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖੂਨ ਦੇ ਟੈਸਟਾਂ ਅਤੇ ਸਵੈਬਾਂ, ਪਲੇਸੈਂਟਾ ਦੀਆਂ ਜਾਂਚਾਂ, ਬੱਚੇ ਦੀ ਜੈਨੇਟਿਕ ਜਾਂਚ ਅਤੇ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਜਾਂਚ ਸਮੇਤ ਵਾਧੂ ਟੈਸਟਾਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ 2 ਕਿਸਮ ਦੇ ਪੋਸਟਮਾਰਟਮ ਮੁਆਇਨੇ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਠਹਿਰਾਓ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਡਾਕਟਰੀ ਕਾਰਨਾਂ ਕਰਕੇ ਗਰਭ ਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਕ੍ਰੀਨਿੰਗ ਟੀਮ ਦਾ ਕੋਈ ਮੈਂਬਰ ਜਾਂ ਇੱਕ ਸੀਨੀਅਰ ਡਾਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੋਵੇਗਾ। ਮੈਡੀਕਲ ਇੰਡਕਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਸੂਤ-ਪੀੜਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਫਿਰ ਸੁੰਗੜਾਅ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ ਦਵਾਈ ਦੇਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ 2 ਪੜਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਤੁਸੀਂ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਦਾ ਫੈਸਲਾ ਕਰ ਲੈਂਦੇ 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 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। ਜੇ Mifepristone ਗੋਲੀ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਬਿਮਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹੋ, ਦਰਦ ਜਾਂ ਸੁੰਗੜਾਅ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਹਾਡੀ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਗਾਤਾਰ ਉਲਟੀਆਂ ਜਾਂ ਦਸਤ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇਰੀ ਸਲਾਹ ਲਈ ਵਾਰਡ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ। ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ, Mifepristone ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਪ੍ਰਸੂਤ ਪੀੜਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

compassionate
care

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਮੇਰੇ ਠਹਿਰਾਅ ਦੌਰਾਨ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦੇਖਭਾਲ ਕੈਲਡਰਡੇਲ ਰੌਇਲ ਹਸਪਤਾਲ (Calderdale Royal hospital) ਵਿਖੇ ਲੇਬਰ ਵਾਰਡ ਵਿੱਚ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਤੁਹਾਡੇ ਠਹਿਰਾਓ ਦੌਰਾਨ ਪਰਿਵਾਰਕ ਮੈਂਬਰ ਅਤੇ ਦੇਸਤ 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 ਲਈ 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 ਮਿਆਦ ਹੋਵੇਗੀ। ਥੋੜ੍ਹੇ ਜਿਹੇ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਔਲ (ਪਲੇਸੈਂਟਾ) ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲਦਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਦਵਾਈ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਇਸ ਨੂੰ ਬਿਏਟਰ ਵਿੱਚ ਹਟਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ ਕੋਈ ਦਰਦ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਦੀ ਦਵਾਈ ਲੈ ਸਕਾਂਗੀ?

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੀ ਪ੍ਰਸ਼ੁਤ-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 ਬਾਅਦ ਦੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਐਪੀਡੂਰਲ ਐਨੇਸਥੀਸੀਆ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

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। ਕੁਝ ਪਰਿਵਾਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜਨਮ ਤੋਂ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਘਰ ਜਾਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਦੂਜੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਲਈ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣਾ ਪਸੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ। 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 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 ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਛੱਡਣੀਆਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਛੋਟੇ ਕੱਪੜੇ, ਟੋਪੀਆਂ ਅਤੇ ਕੰਬਲ ਹਨ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਜਨਮ ਤੋਂ ਬਾਅਦ

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

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, ਟੈਂਡੀ, 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।

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 ਕਫ਼ਨ 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 ਕੁਲਿੰਗ ਗੱਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਰਹਿਣ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸਹੂਲਤ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ 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?

ਚੈਪਲੇਨ 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 ਠਹਿਰਾਓ 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?

ਜੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ 24 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਜਨਮ ਸਮੇਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਕੋਈ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਸਨ, ਤਾਂ ਜਨਮ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਈ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਕੋਲ ਰੱਖਣ ਲਈ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਸਰਟੀਫਿਕੇਟ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੇਗਾ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਵਧੇਰੇ ਅੱਗੇ ਵੱਧ ਗਈ ਸੀ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਮਜ਼ੋਰ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਜਾਂ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹੋਰ ਸੰਖੇਪ ਸੰਕੇਤਾਂ ਨਾਲ ਪੈਦਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਮਾਮਲਿਆਂ ਵਿੱਚ, ਜਨਮ ਅਤੇ ਮੌਤ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟਰੀ ਆਫਿਸ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦਾ ਜਨਮ 24 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਜਨਮ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇ। ਤੁਹਾਡੇ ਹਸਪਤਾਲ ਤੋਂ ਜਾਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸਟਾਫ਼ ਢੁਕਵੇਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਪੂਰੇ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ 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। ਜਨਮ ਨੂੰ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਵੇਗੀ।

ਜਨਮਾਂ ਨੂੰ ਇੱਥੇ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

The Calderdale Register Office
Spring Hall Mansion
Huddersfield Road
Halifax
HX3 0AQ

ਫੋਨ: 01422 288080

ਇੱਕ ਵਾਰ ਇਹ ਹੋ ਜਾਣ 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 ਵੀ ਰਜਿਸਟਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਢੁਕਵੇਂ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਤੁਹਾਨੂੰ ਭੇਜੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਹਾਲਾਂਕਿ 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।

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 ਫਿਊਨਰਲ ਡਾਇਰੈਕਟਰ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਹਸਪਤਾਲ ਦੇ ਚੈਪਲੇਨ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਵੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। 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 ਜੇ 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 ਟੈਪੋਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਸੈਨੇਟਰੀ ਟੌਲੀਏ 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 ਸਫ਼ਾਈ 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 ਖਾਣ ਜਾਂ 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।

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 ਚੈਪਲੇਨਸੀ 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, ਦੇਸ਼, 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, ਦੇਸਤਾਂ, 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 Forget me Not Children's Hospital ਦੁਆਰਾ ਮੁਹੱਈਆ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਉਂਸਲਿੰਗ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ Talkthru ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਥਾਨਕ ਅਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ।

ਚੈਪਲੇਨਸੀ 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
ਜਨਰਲ ਆਫਿਸ ਕੈਲਡਰਡੇਲ

ਫੋਨ: 01484 342000
ਫੋਨ: 01422 222088

ਮਦਦ ਅਤੇ ਸਮਰਥਨ

ਚੈਪਲੇਨੀ 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
ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: 07500 761111
Sarah.hall@cht.nhs.uk

ਐਨ ਫ੍ਰੋਸਟ (Ann Frost)
ਮੈਟਰਨਿਟੀ ਮੈਟਰਨ
Calderdale Royal Hospital
ਟੈਲੀਫੋਨ ਨੰਬਰ: 01422 222947
Ann.Frost@cht.nhs.uk