donate life

ਇਨ ਰਿਫ਼ਲੈਕਸ਼ਨ

ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ
ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਕਰਿਸ਼ਮਾ

ਅੱਜ ਮੈਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈਰਾਨੀ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਵੇਖੀ। ਅੱਜ ਮੈਂ ਇੱਕ ਕਰਿਸ਼ਮਾ ਵੇਖਿਆ! ਮੈਂ ਪਹੁ ਫੁੱਟਦੀ ਵੇਖੀ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਖਿੜਖਿੜਾਉਂਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਚੁੰਮਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਬਾਗ਼ ਵਿਚ ਇੱਕ ਫੁੱਲ ਨੂੰ ਖਿੜਦਿਆਂ ਵੇਖਿਆ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਹਰ ਇੱਕ ਗੱਲ ਇੱਕ ਕਰਿਸ਼ਮਾ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਮੇਰੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਕਰਿਸ਼ਮੇ ਹਨ।

ਅਤੇ ਪਿਛਲੇ ਸਤਾਰਾਂ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਹਰ ਰੋਜ਼, ਮੈਂ ਜੀਵਨ ਵਿਚਲੇ ਉਸ ਦੂਜੇ ਮੌਕੇ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਲਾਏ ਜਾਣ ਨਾਲ ਮੈਨੂੰ ਮਿਲਿਆ, ਦਾ ਅਨੰਦ ਮਾਣਿਆ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜ਼ਾਰ ਹੋਈ।

ਮੈਂ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਲੋਂ, ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਦਾ ਦਾਨ ਦਿੱਤਾ। ਜੀਵਨ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਮੌਤ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਰਾਹੀਂ, ਉਹ ਹੋਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਦੇਣਾ ਜਾਰੀ ਰਖਣਗੇ।

ਅਸੀਂ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦਾ ਵੀ ਸਤਿਕਾਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਉਹ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਅਜਿਹੇ ਸਦਮੇ, ਜਿਸਦੀ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਕਲਪਨਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਉਸ ਸਮੇਂ ਉਸ ਦੁੱਖ ਤੋਂ ਪਾਰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਦਾ ਹੋਣਾ; ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਲੋਂ ਫ਼ੈਸਲੇ ਕੀਤੇ ਹਨ; ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਜੀਣ ਦੇਣ ਅਤੇ ਕੁਆਲਿਟੀ ਵਾਲਾ ਜੀਵਨ ਜੀਣ ਦੇਣਾ, ਜੋ ਉਂਜ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਣਾ ਸੀ।

ਮੈਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਉਹਨਾਂ ਦੋ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਕਰਦੀ ਹਾਂ, ਜਿਹਨਾ ਨੇ ਇੰਨਾ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮੇਰੇ ਵਰਗੇ ਇੱਕ ਬਿਲਕੁਲ ਅਨਜਾਣ ਨੂੰ ਇੱਕ ਦਿਲ ਦਿੱਤਾ, ਜੋ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਛੱਡਿਆਂ ਧੜਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂਜੋ ਮੈਂ ਸੂਰਜ ਚੜ੍ਹਦਿਆਂ ਵੇਖ ਸਕਾਂ; ਮੈਂ ਜੱਫ਼ੀ ਪਾਉਣ ਦਾ ਨਿੱਘ ਲੈ ਸਕਾਂ; ਮੈਂ ਫੁੱਲਾਂ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ ਮਾਣ ਸਕਾਂ; ਮੈਂ ਕਿਸੇ ਫਲ ਦੀ ਤਾਜ਼ਗੀ ਦਾ ਸੁਆਦ ਲੈ ਸਕਾਂ; ਅਤੇ ਇੱਕ ਬੱਚੇ ਦਾ ਹਾਸਾ ਸੁਣ ਸਕਾਂ।

ਇਹ ਰੋਜ਼ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੇ ਉਹ ਕਰਿਸ਼ਮੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕ ਆਮ ਵਾਂਗ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਜੋ ਕਿਸੇ ਲਈ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ, ਪਰ ਮੇਰੇ ਲਈ ਅਸਧਾਰਣ ਹੈ।

Fiona Coote

ਜਦੋ ਤੁਸੀਂ ਦੁਖੀ ਹੋਵੋ, ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਵਲ ਫਿਰ ਤੋਂ ਵੇਖੋ, ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਏਗਾ, ਕਿ ਅਸਲ ਵਿਚ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਉਸ ਲਈ ਰੋ ਰਹੇ ਹੋ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਰਿਹਾ ਹੈ।

Kahlil Gibran

© Organ & Tissue Authority 2014

ਇਹ ਪੁਸਤਿਕਾ ਮੂਲ ਲੇਖਕਾਂ ਵਜੋਂ DonateLife ਏਜੰਸੀਆਂ ਨਾਲ ਭਾਈਵਾਲੀ ਵਿਚ ਤਿਆਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਫੋਨ: 02 6198 9800

ਫ਼ੈਕਸ: 02 6198 9801

enquiries@donatelife.gov.au

www.donatelife.gov.au

ਸਮਰਪਣ

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਫ਼ਰਾਖ਼ਦਿਲੀ ਨਾਲ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਰਾਹੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਬਦਲ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।

ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਮਾਣ ਦਿੰਦੀ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕੀ।

ਵਿਸ਼ਾ-ਵਸਤੂ

1 ਭੂਮਿਕਾ

3 ਸੈਕਸ਼ਨ ਇੱਕ - ਦੁੱਖ

4 ਦੁੱਖ ਕੀ ਹੈ?

4 ਦੁੱਖ ਮੇਰੇ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ?

8 ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਦੁੱਖ

9 ਵਰ੍ਹੇਗੰਢਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ?

11 ਸੈਕਸ਼ਨ ਦੋ - ਸਹਾਇਤਾ

12 ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ

13 ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ

14 ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

17 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ

18 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ

20 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ

21 ਸੰਪਰਕ

23 ਸੈਕਸ਼ਨ ਤਿੰਨ – ਅੰਗ-ਦਾਨ

24 ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

24 ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣਾ

26 ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ (ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ)

28 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

31 ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

34 ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ

ਭੂਮਿਕਾ

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦੋਸਤਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਲਈ ਲਿਖੀ ਗਈ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਆਪਣੇ ਕਿਸੇ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਮੌਤ ਦੇ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਝੱਲਿਆ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕੀਤੀ ਹੈ, ਜੋ ਬਾਕੀ ਰਹਿੰਦੇ ਕਿਸੇ ਸੁਆਲ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇ ਸਕੇ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਪੁਸਤਕ ਵਿਚ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਦਿਲ ਨਾਲ ਯੋਗਦਾਨ ਦਿੱਤਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਸਾਰੀ ਪੁਸਤਕ ਨੂੰ ਇਸੇ ਵੇਲੇ ਪੜ੍ਹਣਾ ਨਹੀਂ ਚਾਹ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੁੱਖ ਅਤੇ ਸੋਗ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਿਜੀ ਸਫ਼ਰ ਬਾਰੇ ਕੀ ਉਮੀਦ ਕਰੋ, ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।

ਦੁੱਖ

4 ਦੁੱਖ ਕੀ ਹੈ?
4 ਦੁੱਖ ਮੇਰੇ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ?
8 ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਦੁੱਖ
9 ਵਰ੍ਹੇਗੰਢਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ?

ਦੁੱਖ ਕੀ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮੌਤ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਇੱਕ ਸਰਬਵਿਆਪੀ ਅਨੁਭਵ ਹੈ ਅਤੇ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਗੁਜ਼ਰ ਜਾਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਦੁੱਖ ਦੇ ਅਹਿਸਾਸ ਤੋਂ ਬਚਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਇਹ ਉਦੋਂ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਿਆਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਮੌਤ ਅਚਾਨਕ ਜਾਂ ਅਚਿੰਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋਣ ਦਾ ਕੋਈ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ - ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਨਹੀਂ ਮਿਲਦਾ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਦਮਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਡੌਰ ਭੌਰੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਡਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਦੁਨੀਆ ਨੂੰ ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਵੇਖ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਉਹ ਅਚਾਨਕ ਬਦਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਰਾਖੀ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਅਹਿਸਾਸ ਹਿੱਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ 'ਫ਼ਾਨੀ ਦੁਨੀਆ' ਵਿਚ ਹੋਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਘੇਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੁੱਸੇ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੋ ਕੁਝ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਲਈ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਠਹਿਰਾਉਣ ਦੀ ਸ਼ਿੱਦਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਤੁਹਾਡੇ 'ਤੇ ਮੌਤ ਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਕਈ ਕਾਰਕ ਹਾਵੀ ਕਰਨਗੇ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਮਰਣ ਵਾਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਉਮਰ, ਉਸ ਨਾਲ ਰਿਸ਼ਤੇ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮੌਤ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਹਾਲਾਤ ਵੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ।

ਦੁੱਖ ਮੇਰੇ ਤੇ ਕਿਵੇਂ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ?

ਇਹ ਗੱਲ ਜਾਣਨੀ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਦੁੱਖ ਲਈ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ 'ਖ਼ਾਕਾ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਕੋਈ ਸੀਮਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਿੱਥੀ ਹੁੰਦੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਨੂੰ 'ਚੰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ' ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਦੇ ਕੋਈ ਨਿਸ਼ਚਿਤ 'ਪੜਾਅ' ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੇ। ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਸਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਇਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰੀਕੇ ਹਨ। ਪਰ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਹਨ, ਜੋ ਦੁੱਖ ਵਿਚਲੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਲੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਪਛਾਣ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਵੀ, ਜਿਹਨਾਂ ਬਾਰੇ ਤੁਸੀਂ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਨੂੰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਵੀ ਅਨੁਭਵ ਹੋਣਾ ਬਿਲਕੁਲ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

ਜਜ਼ਬਾਤੀ

- ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਜਾਂ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਵਿਚ ਅਕਸਰ ਗੁੰਮ-ਸੁੰਮ ਹੋਣਾ ਅਤੇ ਯਕੀਨ ਨਾ ਆਉਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਹੈਰਾਨ ਨਾ ਹੋਵੋ, ਜੇ ਗੁੰਮ-ਸੁੰਮ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਬੀਤ ਜਾਣ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ।
- ਸਮਝੋ ਕਿ ਗੁੱਸਾ, ਦੁੱਖ ਦਾ ਇੱਕ ਆਮ ਪਹਿਲੂ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੁੱਖ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਦਿਓ - ਆਪਣੇ ਦੁਆਲੇ ਹਰੇਕ ਲਈ ਮਜ਼ਬੂਤ ਬਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਦਿਓ ਕਿ ਉਹ - ਵਿਹਾਰਕ ਕੰਮਕਾਜ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਮਦਦ ਦੇਕੇ ਕਿਵੇਂ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਦੇ ਸਾਥ ਦੀ ਲੋੜ ਅਤੇ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਇਕੱਲੇ ਹੋਣ ਵਿਚਕਾਰ ਝੂਲਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਨ ਖੋਲ੍ਹੋ - ਉਹਨਾਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਬਾਰੇ ਦੱਸੋ।
- ਆਮ ਜਿਹੇ ਕੰਮਕਾਜਾਂ ਵਿਚ ਵੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸਮਾਂ ਲਾਉਣਾ ਵਿਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਆਪਣੇ ਆਪ ਤੋਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੀ ਉਮੀਦ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਸੋਗ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਅਹਿਸਾਸ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਘਬਰਾ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਇਹ ਕੋਈ ਵੱਖਰੀ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਅਸਧਾਰਣ ਗੱਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਦੀ ਤੀਬਰਤਾ ਅਤੇ ਵਕਫ਼ੇ ਤੋਂ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਹੋ, ਤਾਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਮਦਦ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਾ ਝਿਜਕੋ।

ਸਰੀਰਕ

- ਇਹ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਲਾਪਰਵਾਹ ਨਾ ਹੋਵੋ। ਤੁਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦਬਾਅ ਹੇਠ ਹੋ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲਾਗਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਸਾਹ-ਸੱਤ ਹੀਣ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਖਾਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ, ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁਝ ਵੀ ਚੰਗਾ ਨਾ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ।
- ਤੁਹਾਡੇ ਸੌਣ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ। ਦਿਨ ਦੌਰਾਨ ਜਦੋਂ ਵੀ ਹੋ ਸਕੇ, ਅਰਾਮ ਕਰਨ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਸ਼ਰਾਬ, ਨਸ਼ੀਲੀਆਂ ਦਵਾਈਆਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਪਦਾਰਥ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਚੋ।
- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਫ਼ਿਕਰਮੰਦ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਡਾੱਕਟਰ ਤੋਂ ਸਲਾਹ ਲਓ।

ਸਮਾਜਕ

- ਸੋਗ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਦੋਸਤ-ਮਿੱਤਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਕਸਰ ਵਧੇਰੇ ਸਾਥ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਇਹ ਘੱਟ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜ ਪਏ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਮਦਦ ਲਈ ਕਹਿ ਸਕਣਾ ਅਹਿਮ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਬਾਰੇ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਲਾਉਣ ਤੱਕ ਨਾ ਉਡੀਕੋ। ਉਹ ਅਕਸਰ ਗ਼ਲਤ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਦੇਰ ਬਾਅਦ ਅੰਦਾਜ਼ੇ ਲਾਉਣਗੇ।
- ਸਮਾਜਕ ਇਕੱਠ ਵਿਚ ਖ਼ਾਸ ਕਰਕੇ ਪਹਿਲੇ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਅਤੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿਚ ਬੇਚੈਨੀ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਸਹਿਜ ਰਖੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰੋ, ਜਿਹਨਾਂ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਦੁੱਖ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਨਵੇਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਪਛਾਣਨਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਹਾਲੀਂ ਵੀ ਕਾਫ਼ੀ ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਹੋ, ਤਾਂ ਨਵੇਂ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਨੂੰ ਬੇਲਾਗ ਹੋਕੇ ਵੇਖਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਖ਼ਾਲੀਪਣ ਲਈ ਕੋਈ ਵੀ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ। ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ, ਜਿਵੇਂ ਦੇ ਉਹ ਹਨ, ਅਨੰਦ ਮਾਣਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।

ਮਾਲੀ

- ਜਲਦਬਾਜ਼ੀ ਵਾਲੇ ਫ਼ੈਸਲਿਆਂ ਤੋਂ ਬਚੋ। ਪਹਿਲੇ ਸਾਲ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ, ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਾ ਹੋਵੇ, ਜੀਵਨ ਦੇ ਵੱਡੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਾ ਕਰੋ।
- ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ, ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਭਵਿੱਖ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ, ਜਾਣੇ-ਪਛਾਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਬਿਹਤਰੀਨ ਲੱਗਦਾ ਹੈ।
- ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਤੋਂ, ਜਿਸ 'ਤੇ ਤੁਸੀਂ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਾ ਡਰੋ।

ਰੂਹਾਨੀ

- ਸੋਗ ਦੌਰਾਨ ਜ਼ਾਤੀ ਆਸਥਾ ਸਕੂਨ ਦਾ ਵੱਡਾ ਜ਼ਰੀਆ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਦਾ ਇੱਕ ਸੁਫ਼ਨਾ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਦੀ ਛੋਹ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਦੇ ਆਉਣ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਗੱਲ ਸਕੂਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਦੁਖੀ ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ, ਅਸੀਂ ਇਸ ਦੁਨੀਆ ਦੇ ਕਾਰ-ਵਿਹਾਰ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਅਤੇ ਮਨੁੱਖੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਥਾਂ ਬਾਰੇ ਆਪਣੀ ਆਸਥਾ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰਾਂ ਬਾਰੇ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਵਿਚਾਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਮੁੜ ਜਾਇਜ਼ਾ ਲੈਂਦੇ ਹਾਂ।
- ਅਸੀਂ ਇਸ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਮੌਤ ਦੇ ਅਰਥ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਹੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
- ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਹੈ, ਨੂੰ ਜਾਣਨ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਕਾਰਣ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਵਿਰਾਸਤ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨਾ ਮਦਦਗਾਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਤੁਹਾਡਾ ਸਥਾਨਕ ਮਿਨਿਸਟਰ ਜਾਂ ਧਾਰਮਕ ਰਹਿਨੁਮਾ ਮਦਦ ਦੇਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਮੌਜੂਦਗੀ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਉਪਰ ਉਠਕੇ ਉਸਦੀ ਗ਼ੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਵਿਚ ਪਿਆਰ ਬਹੁਤ ਮਦਦਗਾਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਉਸ ਮਾਹੌਲ ਵਿਚ ਰਚਣ ਵਿਚ ਸਮਾਂ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਜਿਹੜੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗੀ - ਸੰਗੀਤ ਦਾ ਕੋਈ ਟੁਕੜਾ, ਇੱਕ ਖ਼ਾਲੀ ਕੁਰਸੀ, ਮਨਪਸੰਦ ਇਤਰ ਦੀ ਖ਼ੁਸ਼ਬੂ - ਉਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਨੂੰ ਅੱਖਾਂ ਅੱਗੇ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਜਜ਼ਬਾਤਾਂ ਦਾ ਹੜ੍ਹ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇਹ ਗੱਲ ਸਮਝਣਾ ਸਿਖੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਕਿਹੜੀ ਗੱਲ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਉਹਨਾਂ ਮੈਂਬਰਾਂ ਜਾਂ ਦੋਸਤਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਕਰੋਗੇ, ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਆਪੇ ਨਾਲ ਰਹਿਣ ਦੇਣਗੇ ਅਤੇ ਦੁੱਖ ਨੂੰ ਇੱਕ ਅਜਿਹੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨਗੇ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਅਰਥ-ਭਰਪੂਰ ਹੈ। ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ, ਜਿਸਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ ਅਤੇ ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰੋ। ਕਈ ਵਾਰੀ ਲੋਕ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹੋਰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਡਰ ਨਾਲ ਮ੍ਰਿਤਕ ਬਾਰੇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਗੱਲ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕਦੇ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਵਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਆਗਿਆ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰਦੇ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨਾਲ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਮਾਂ ਹੋਰ ਬਿਤਾਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ - ਇੱਕ ਰਸਾਲੇ ਵਿਚ ਆਪਣੇ ਅਹਿਸਾਸਾਂ ਬਾਰੇ ਲਿਖਣਾ, ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਥਾਂ 'ਤੇ ਜਾਣਾ, ਜਿਥੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋਵੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਖ਼ੁਸ਼ਨੁਮਾ ਯਾਦਾਂ ਮਿਲਣ, ਯਾਦਾਂ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਪੁਸਤਕ ਤਿਆਰ ਕਰਨਾ। ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਸਮਿਆਂ 'ਤੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਗੱਲਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਹਰ ਜੀਅ ਦੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਨਾਲ ਖ਼ੁਦ ਦਾ ਖ਼ਾਸ ਰਿਸ਼ਤਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹ ਇਸਦੇ ਅਸਰ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨਗੇ।

ਇਹ ਅਹਿਸਾਸ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਨਹੀਂ ਰਹਿਣਗੇ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਕਈ ਵਾਰੀ ਇੰਜ ਲੱਗੇਗਾ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਬਿਹਤਰ ਹੋਣ ਦੀ ਥਾਂ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਰੂ ਹੋ ਗਏ ਹਨ। ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ 'ਤੇ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਫ਼ਰਕ ਨਜ਼ਰ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਬੁਰੇ ਦਿਨਾਂ ਦੀ ਬਜਾਇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਧੇਰੇ ਚੰਗੇ ਦਿਨ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਤੁਸੀਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਯਾਦਾਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਉਦਾਸੀ ਦੀ ਥਾਂ ਵਧੇਰੇ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਵਧੇਰੇ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਜੀਣ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਲਈ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੱਚੇ ਅਤੇ ਦੁੱਖ

ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਮਝ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਹਿਸਾਬ ਨਾਲ ਵੱਖੋ ਵੱਖ ਹੋਏਗੀ। ਛੋਟੇ ਤੋਂ ਛੋਟਾ ਬੱਚਾ ਵੀ ਇਸ ਗੱਲ ਬਾਰੇ ਜਾਣੂ ਹੋਏਗਾ ਕਿ ਕੁਝ ਬਹੁਤ ਬੁਰਾ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਇਸਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਨੂੰ ਨਾ ਸਮਝ ਸਕੇ।

ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਘਰ ਅਤੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਉਹ ਜਾਣਦੇ ਹਨ, ਸਿਰਫ਼ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਘਬਰਾਹਟ ਅਤੇ ਅਤੇ ਗੜਬੜੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਤੋਂ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਹ ਸਕੂਨ ਲੈਂਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਗੱਲ ਅਹਿਮ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਦੁਲਾਰ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਵਿਹਾਰ ਗੁੰਮ-ਸੁੰਮ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਵਿਹਾਰ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਬਹੁਤ ਛੋਟੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਕਰਦੇ ਸਨ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ:

- ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਰਹਿਣ ਦੀ ਜ਼ਿਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਅੱਡ ਹੋਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਡਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਵਿਚ ਵਿਘਨ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਭੈੜੇ-ਭੈੜੇ ਸੁਫ਼ਨੇ ਆ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕਿਸ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਮਦਦ ਲਈ ਕੁਝ ਗੱਲਾਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇਸੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰਖਦਿਆਂ ਅਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਨੂੰ ਹੇਠਾਂ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤਾ ਹੈ:

- ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਅਕਸਰ ਖੇਡ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਪ੍ਰਗਟਾਉਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੇਡਣ ਲਈ ਸਮਾਂ ਕੱਢੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ।
- ਉਹਨਾਂ ਨਾਲ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਮਨ ਨਾਲ ਅਤੇ ਇਮਾਨਦਾਰ ਰਹੋ - ਅਤੇ ਜਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਹੋ ਸਕੇ ਅਸਾਨ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ।
- ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਿਲ ਕਰੋ - ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਹ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਸੀ, 'ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਣ' ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ - ਇੱਕ ਬਾਗ਼ ਬਣਾਉਣਾ, ਇੱਕ ਫੁੱਲ ਰਖਣਾ, ਆਪਣੇ ਵਲੋਂ ਬਣਾਈ ਗਈ ਕਿਸੇ ਚੀਜ਼ ਨੂੰ ਕਬਰਿਸਤਾਨ ਵਿਚ ਲਿਜਾਣਾ। ਰਚਨਾਤਮਕ ਰਹੋ।
- ਜਿੰਨੀ ਛੇਤੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਸਕੂਲ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਕੀ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਇਸ ਨਾਲ ਅਧਿਆਪਕਾਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਉਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਮਿਲੇਗਾ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਉਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਜਦੋਂ ਉਹ ਕਲਾਸ ਵਿਚ ਵਾਪਸ ਆਉਣ, ਬਿਹਤਰ ਮਦਦ ਦੇ ਸਕਣ।
- ਇੱਕ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਵਜੋਂ ਇਹ ਜਾਣਨ ਨਾਲ ਹੀ ਧਰਵਾਸ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਇਹਨਾਂ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਆਮ ਹਨ। ਪਰ, ਜੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ, ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਕਿਵੇਂ ਨਜਿੱਠ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਚਿੰਤਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਡਾੱਕਟਰ ਰਾਹੀਂ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਸਲਾਹ ਲੈਣ ਤੋਂ ਨਾ ਝਿਜਕੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ, ਦੋਹਾਂ ਲਈ ਕਈ ਸ਼ਾਨਦਾਰ ਕਿਤਾਬਾਂ ਹਨ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕੁਝ ਦੀ ਇੱਕ ਸੂਚੀ ਤੁਹਾਡੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚ DonateLife ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਵਰ੍ਹੇਗੰਢਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਬੰਧ ਕਿਵੇਂ ਕਰੋ?

ਵਰ੍ਹੇਗੰਢਾਂ ਅਤੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਦਿਨ, ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸ ਨੂੰ ਤੁਸੀਂ ਪਿਆਰ ਕੀਤਾ, ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਦੀ ਵੀ ਪਹਿਲਾਂ ਵਰਗਾ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ। ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਪਹਿਲਾ ਸਾਲ, ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ 'ਤੇ ਤਕਲੀਫ਼ਦੇਹ ਹੋਏਗਾ। ਹਰ ਅਹਿਮ ਦਿਨ ਲਈ 'ਤਿਆਰ ਹੋਣ' ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ, ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਵਧ ਰਹੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਵਾਲਾ ਹੋਏਗਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਵਿਚੋਂ ਕਿਵੇਂ 'ਗੁਜ਼ਰੋਗੇ'।

ਕਿਸ ਨਾਲ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ?

- ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾਓ - ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਉਸ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਖੁੱਲ੍ਹਕੇ ਗੱਲ ਕਰੋ - ਹਰ ਇੱਕ ਦੀਆਂ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਅਤੇ ਆਸਾਂ ਉਮੰਗਾਂ ਹੋਣਗੀਆਂ।
- ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਮੁੜ-ਭਰੋਸੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ ਕਿ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜੀਵਨ, 'ਜਿਥੋਂ ਤੱਕ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕੇ, ਆਮ ਵਾਂਗ' ਜਾਰੀ ਰਹੇਗਾ।
- ਉਸ ਦਿਨ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਬਿਤਾਓ, ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਨੰਦ ਮਿਲਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਹਨਾਂ ਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਸੁਖਾਵਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।
- ਤੁਸੀਂ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਆਮ ਵਿਹਾਰ ਤੋਂ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆਉਣ ਦੀ ਚੋਣ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਪਰਿਵਾਰਕ ਰਿਵਾਇਤ ਬਣਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।
- ਦਿਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਰਥ-ਭਰਪੂਰ ਬਣਾਉਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰੋ।
- ਹੋਰਨਾਂ ਨੂੰ, ਇਹ ਯਾਦ ਰਖਦਿਆਂ ਕਿ ਇਹ ਤੁਹਾਡਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਮਾਂ ਹੈ, ਯੋਜਨਾ ਵਿਚ ਆਪਣੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦਿਓ।
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ, ਆਪਣੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਹਾਸਾ ਅਤੇ ਅਥਰੂਆਂ, ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਾ ਕਰਨ ਦਿਓ - ਇਸ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਆਪਣੇ ਜਜ਼ਬਾਤ ਪ੍ਰਗਟ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।
- ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦਿਆਂ ਰਚਨਾਤਮਕਤਾ ਲਿਆਓ - ਇੱਕ ਮੋਮਬੱਤੀ ਜਲਾਓ, ਕ੍ਰਿਸਮਿਸ ਟ੍ਰੀ ਲਈ ਇੱਕ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਸਜਾਵਟ ਖ਼ਰੀਦੋ, ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਖ਼ਰੀਦੋ, ਜਿਸਦਾ ਸਾਰਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅਨੰਦ ਲੈ ਸਕੇ।
- ਬੱਚੇ, ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ, ਜਿਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋਈ ਹੈ, ਲਈ ਇੱਕ ਤਸਵੀਰ ਬਣਾਉਣਾ ਜਾਂ ਇੱਕ ਚਿੱਠੀ ਲਿਖਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹਨ।
- ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਸਹਿਜ ਰਹੋ - ਹਾਸਿਲ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਣ ਵਾਲੇ ਟੀਚੇ ਮਿੱਥੋ।
- ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਭਕੇ ਰਖੋ - ਤੁਸੀਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਆਪਣੇ ਦਿਲ ਵਿਚ ਰਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਹਾਇਤਾ

12 ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ

13 ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ

14 ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

17 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ

18 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ

20 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ

21 ਸੰਪਰਕ

ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਦੌਰਾਨ ਅਤੇ ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਕਾਇਮ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਸਹਾਇਤਾ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚਲੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੀ ਹੋਏਗੀ।

ਹਰ ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੀ DonateLife ਏਜੰਸੀ ਵਿਚ, ਸੇਵਾ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੋਔਰਡੀਨੇਟਰਸ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੋਔਰਡੀਨੇਟਰਸ, ਤੁਹਾਡੇ ਦੁੱਖ ਦੇ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ; ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮੁੜ-ਭਰੋਸਾ ਦੇਣ ਲਈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਸੁਆਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾ, ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਲਈ ਉਥੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਮਦਦ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਲੱਗ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਸੇਵਾ ਵਿਚ ਸਲਾਹਕਾਰੀ ਜਾਂ ਜੇ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਦੁੱਖ ਸਬੰਧੀ ਸਥਾਨਕ ਸਲਾਹਕਾਰਾਂ ਕੋਲ ਭੇਜਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ।

DonateLife ਏਜੰਸੀ ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚਿੱਠੀ-ਪੱਤਰੀ ਤੋਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਚੱਲੇਗਾ ਕਿ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਰਾਹੀਂ ਕਿੰਨੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਕਿਵੇਂ ਜੀਵਨ ਬਿਤਾ ਰਹੇ ਹਨ। ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲੇ, ਦੋਵਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਸੰਵੇਦਨਸ਼ੀਲ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਹੋਣ ਅਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚ ਢਲਣ ਲਈ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਬਾਰੇ ਹਾਲਾਂਕਿ ਦੱਸਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੋਔਰਡੀਨੇਟਰਸ ਜਾਂ ਡੋਨਰ ਕੋਔਰਡੀਨੇਟਰ, ਜੇ ਤੁਹਾਡੀ ਇੱਛਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਚਿੱਠੀ-ਪੱਤਰੀ ਭੇਜਣ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਹਨ। ਇਸੀ ਤਰ੍ਹਾਂ, ਤੁਸੀਂ ਉਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਨੂੰ ਲਿਖਣਾ ਜਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣਾ ਚਾਹ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਸਮਾਂ ਬੀਤਣ ਤੇ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕੁਝ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕੋਔਰਡੀਨੇਟਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੇਗਾ।

ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਿਹਤ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਸਾਧਨਾਂ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤਾਜ਼ਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਬਾਕਾਇਦਾ ਤੌਰ ਤੇ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਸਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ, ਜੇ ਸਾਲਾਂ ਵਿਚ ਹਾਲਾਤ ਬਦਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਨਹੀਂ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਕਰਨਾ

ਸਾਲਾਂ ਸਾਲ, ਔਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੀਆਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਰਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਫ਼ਰਾਖ਼ਦਿਲੀ ਨੂੰ ਮਾਣ ਦੇਣ ਦੇ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਰੀਕੇ ਤਿਆਰ ਕੀਤੇ ਹਨ।

DonateLife ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਯਾਦ-ਦਿਹਾੜਾ

DonateLife ਦੀਆਂ ਯਾਦ ਕਰਨ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਨਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਦਾ ਉਦੇਸ਼, ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇਣ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਲਈ ਇੱਕ ਫ਼ੋਰਮ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਇਹ, ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ, ਹੋਰਨਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਮਿਲਣ ਦੀ ਵੀ ਇੱਕ ਮੌਕਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਵੀ ਇਸ ਅਨੁਭਵ ਨਾਲ ਬਦਲ ਗਈ ਹੈ।

ਡੋਨਰ ਫ਼ੈਮਿਲੀ ਸਪੋਰਟ ਪਿਨ

ਇਹ ਲੈਪਲ ਪਿਨ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤੌਰ ਤੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

DonateLife ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਪੁਸਤਕ

DonateLife Book of Life, ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਤੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਨਾਲ ਫ਼ਰਕ ਪਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਕਹਾਣੀਆਂ ਉਹਨਾਂ ਜ਼ਿੰਦਗੀਆਂ ਨੂੰ ਫ਼ਰਾਖ਼ਦਿਲੀ ਲਈ ਸ਼ਰਧਾਂਜਲੀ ਦਿੰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਦੁਖਾਂਤਕ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਅਚਾਨਕ ਖ਼ਤਮ ਹੋ ਗਈਆਂ ਹਨ। Book of Life ਨੇ ਔਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿਚ ਆਪਣਾ ਸਫ਼ਰ ਫ਼ਰਵਰੀ 2011 ਵਿਚ DonateLife ਹਫ਼ਤੇ ਨਾਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ। ਇਸ ਦੀ ਲੋਕਪ੍ਰਿਯਤਾ ਨਾਲ, ਇਹ DonateLife ਵਸੀਲਿਆਂ ਦਾ ਇੱਕ ਸਥਾਈ ਹਿੱਸਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹੀ ਥਾਂ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੱਸੀਆਂ ਜਾ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ। Book of Life ਲਈ, DonateLife website (www.donatelife.gov.au) ਰਾਹੀਂ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਉਪਰ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕਿਸੇ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੀ DonateLife ਏਜੰਸੀ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਨ ਰਿਫ਼ਲੈਕਸ਼ਨ—ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ

ਦੋ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੇ ਦਿਆਨਤਦਾਰੀ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਨਿਜੀ ਅਨੁਭਵ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸਾਂਝੇ ਕੀਤੇ।

ਪਹਿਲੀ ਕਹਾਣੀ

ਕੁਝ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ, ਜੁਲਾਈ ਦੇ ਅੱਧ ਵਿਚਲੇ ਇੱਕ ਉਦਾਸ ਦਿਨ ਮੈਨੂੰ ਟੈਲੀਫੋਨ ਰਾਹੀਂ ਪਤਾ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪਿਆਰੇ ਵੱਡੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ ਸਿਰ ਵਿਚ ਸੱਟ ਲੱਗਣ ਮਗਰੋਂ ਤੁਰੰਤ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ। ਇਹ ਮੋਟਰ-ਗੱਡੀ ਦੇ ਹਾਦਸੇ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਸੀ, ਜੋ ਕੰਮ ਤੋਂ ਘਰ ਪਰਤਦਿਆਂ ਉਸ ਨਾਲ ਰਾਹ ਵਿਚ ਵਾਪਰਿਆ ਸੀ।

ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਮਗਰੋਂ, ਉਸਦੀ ਨੌਜਵਾਨ ਵਿਧਵਾ, ਦੁੱਖ ਵਿਚ ਗ਼ਲਤਾਨ ਹੋਣ ਕਰਕੇ, ਡੋਨਰ ਕੋਆੱਰਡੀਨੇਟਰ ਵਲੋਂ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰਨ ਲਈ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੇ ਲੋੜੀਂਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਦੇ ਅਸਮਰੱਥ ਸੀ।

ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਇੱਕ ਡੋਨਰ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰਡ ਕਰਾਇਆ ਸੀ, ਪਰ ਉਸਨੂੰ ਇੱਕ ਪਿਆਰ ਭਰਿਆ, ਸੋਚਣ ਸਮਝਣ ਵਾਲਾ, ਸੁਲਝਿਆ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦ, ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਆਸਥਾ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਵਜੋਂ ਜਾਣਨ ਕਰਕੇ, ਮੈਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਲਏ ਜਾਣ ਲਈ ਆਗਿਆ ਦੇਣ ਵਿਚ ਕੋਈ ਝਿਜਕ ਨਹੀਂ ਹੋਈ। ਇਹ ਕਹਿੰਦਿਆਂ ਕਿ ਜੇ ਇਹ ਉਸਦੀ ਇੱਛਾ ਸੀ, ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸਦੀ ਅਚਾਨਕ ਮੌਤ ਦੇ ਇਸ ਸਮੇਂ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇਣ ਦੀ ਉਸਦੀ ਇੱਛਾ ਨੂੰ ਮਨ੍ਹਾ ਕਰਨ ਦਾ ਕੋਈ ਹੱਕ ਨਹੀਂ ਸੀ।

ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਦੇਣ ਮਗਰੋਂ, ਅਸੀਂ ਉਸਦੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਵੇਖ ਸਕੇ ਅਤੇ ਵੇਖਿਆ ਕਿ ਉਹ ਉਵੇਂ ਦਾ ਹੀ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਸੁੱਤਿਆਂ ਹੋਇਆਂ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲੱਗਦਾ ਹੁੰਦਾ ਸੀ। ਕੁਝ ਚਿਰ ਮਗਰੋਂ, ਮੈਨੂੰ ਡੋਨਰ ਕੋਆੱਰਡੀਨੇਟਰ ਤੋਂ ਦਿਲ ਨੂੰ ਛੂਹਣ ਵਾਲੀ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਵਧੀਆ ਚਿੱਠੀ ਮਿਲੀ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਪੁੱਤਰ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਦੇਣ ਬਦਲੇ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸੀ।

ਮੈਂ ਮਾਣ ਨਾਲ ਇਹ ਗੱਲ ਸਾਂਝੀ ਕਰ ਰਹੀ ਹਾਂ ਕਿ ਮੇਰੇ ਪੁੱਤਰ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਅੱਖਾਂ, ਦਿਲ ਦੇ ਵਾਲਵ, ਲੱਤਾਂ ਦੀਆਂ ਹੱਡੀਆਂ ਐਚਿਲਸ ਨਸਾਂ ਦਾਨ ਕੀਤੀਆਂ ਸਨ। ਮੈਨੂੰ ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਵੀ ਮਾਣ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਵਲੋਂ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦਾਨ ਨਾਲ ਪੈਂਤੀ-ਛੱਤੀ ਸਾਲ ਦੀ ਇੱਕ ਔਰਤ ਅਤੇ ਮਰਦ ਦੋਹਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਇਆ ਅਤੇ ਸਤਾਰਾਂ ਹੋਰਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਹੱਡੀਆਂ ਲਾਈਆਂ ਗਈਆਂ – ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿਚ ਪੰਜ ਬੱਚੇ ਸਨ।

ਮੇਰੇ ਪੁੱਤਰ ਦੀ, ਇੱਕ ਬਚੇ ਦਾ ਪਿਤਾ ਬਣਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮੌਤ ਹੋ ਗਈ ਸੀ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਉਸ ਤੇ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਣ ਹੈ। ਮੌਤ ਮਗਰੋਂ, ਉਸਦੇ ਤੋਹਫ਼ਿਆਂ ਸਦਕਾ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ ਤੇ ਉਸਨੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ – ਸਿਰਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਲਾਏ ਗਏ ਹਨ, ਨੂੰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਲਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਵੱਡੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਵੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਈ ਹੈ। ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਾਰੇ, ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਜੀਵੀ ਜਾ ਰਹੀ ਅਨੰਦਮਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਕੁਆਲਿਟੀ ਤੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਹਨ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮੇਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਮੇਰੇ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਖ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੈ।

ਦੂਜੀ ਕਹਾਣੀ

ਸਾਡੇ ਲਈ ਜ਼ਿੰਦਗੀ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਅਸੀਂ ਇਸ ਨੂੰ ਜਾਣਦੇ ਹਾਂ, ਕਈ ਸਾਲ ਪਹਿਲਾਂ ਬਦਲ ਗਈ ਸੀ। ਇਹ ਇੱਕ ਦਿਨ ਤੜਕਸਾਰ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਹੋਰ ਨਵੇਂ ਦਿਨ ਬਾਰੇ ਸੋਚਦੀ ਜਾਗਦੀ ਪਈ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਅਚਾਨਕ ਮੈਨੂੰ ਨਾਲ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਵਿਚੋਂ ਰੋਣ ਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਆਈ। ਇਹ ਅਵਾਜ਼ ਮੇਰੀ ਵੱਡੀ ਹੁੰਦੀ ਕੁੜੀ ਦੀ ਸੀ। ਉਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਦੱਸਿਆ, "ਮੰਮੀ, ਮੇਰਾ ਸਿਰ, ਇੰਜ ਲੱਗਦੈ ਜਿਵੇਂ ਫਟ ਜਾਏਗਾ। ਡਾੱਕਟਰ ਬੁਲਾਓ। ਕੁਝ ਗ਼ਲਤ ਹੈ!"

ਪੰਦਰਾਂ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਉਹ ਬੇਹੋਸ਼ ਹੋ ਗਈ ਸੀ। ਮੈਂ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਬੁਲਾ ਰਹੀ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਸਦਾ ਸਾਹ ਰੁਕ ਗਿਆ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਤਦ ਤੱਕ ਸਾਹ ਦਿੰਦੀ ਰਹੀ, ਜਦ ਤੱਕ ਐਂਬੂਲੈਂਸ ਨਹੀਂ ਆਈ। ਉਸਦੀ ਅਵਾਜ਼ ਸੁਣਨ ਦੇ ਪੰਤਾਲੀ ਮਿੰਟਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਉਹ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਸੀ। ਇੱਕ ਮਾਂ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਬੁਰਾ ਸੁਫ਼ਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ।

ਸਮੱਸਿਆ ਕੀ ਸੀ, ਬਾਰੇ ਸਾਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਈ ਘੰਟੇ ਲੰਘ ਗਏ। ਇੱਕ CT ਸਕੈਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਚੱਲਿਆ ਕਿ ਉਸਦੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਨੱਸ ਫੱਟ ਗਈ ਸੀ। ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਉਸਨੂੰ ਭਰਤੀ ਕਰਨ ਦੇ ਚਾਰ ਘੰਟਿਆਂ ਮਗਰੋਂ ਉਹ ਇੰਟੈਂਸਿਵ ਕੇਅਰ ਵਿਚ ਸੀ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਿਲ ਸਕੇ ਸੀ। ਉਹ ਇੰਨੀ 'ਆਮ' ਲੱਗ ਰਹੀ ਸੀ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਸੁੱਤੀ ਪਈ ਹੋਵੇ। ਉਹ ਗਰਮ ਸੀ। ਉਸਦੀ ਛਾਤੀ ਧੜਕ ਰਹੀ ਸੀ। ਇਸ ਗੱਲ ਦੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਤੱਖ ਸੰਕੇਤ ਨਹੀਂ ਸਨ ਕਿ ਕੁਝ ਵੀ ਗ਼ਲਤ ਸੀ। ਸਾਨੂੰ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਅੰਦਰ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਵਾਪਰਿਆ, ਤੇ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਨੇ, ਸਾਡੇ ਵਲੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਇੰਟੈਂਸਿਵ ਕੇਅਰ ਵਿਚ ਵੇਖਣ ਦੇ ਤੁਰੰਤ ਮਗਰੋਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ। ਉਹਨਾਂ ਸਾਨੂੰ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਿਆ ਕਿ ਉਸਦਾ ਖ਼ੂਨ ਕਿਉਂ ਨਿਕਲ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਪਰ ਇਹ ਇੰਨਾ ਘਾਤਕ ਸੀ ਕਿ ਠੀਕ ਹੋਣ ਦੀ ਬਿਲਕੁਲ ਕੋਈ ਉਮੀਦ ਨਹੀਂ ਸੀ। ਇਹ ਗੱਲ ਸੁਣਕੇ, ਮੈਨੂੰ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਹ ਖ਼ਿਆਲ ਆਇਆ ਕਿ ਉਸ ਨੂੰ ਹਾਲੇ ਜ਼ਿੰਦਾ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂਜੋ ਉਸਦੇ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਵੱਡੀ ਭੈਣ, ਜੋ ਦੂਜੀ ਸਟੇਟ ਵਿਚ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ, ਅਲਵਿਦਾ ਕਹਿਣ ਲਈ ਉਥੇ ਪਹੁੰਚ ਸਕਣ। ਅਗਲੀ ਗੱਲ ਮੈਂ ਇਹ ਕਹੀ ਕਿ ਉਹ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਬਣਨਾ ਚਾਹੇਗੀ। ਪਰ, ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਫ਼ੌਰਨ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਇਸ ਬਾਰੇ, ਜਦ ਤੱਕ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਪੱਕਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਗੱਲਬਾਤ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਏਗੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਚੌਵੀ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਟੈਸਟ ਨਹੀਂ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ।

ਅਸੀਂ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਸੀ, ਜਦੋਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਡ੍ਰਾਈਵਿੰਗ ਲਾਇਸੈਂਸ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਲਰਨਰ ਦੇ ਪਰਮਿਟ ਲਈ ਗਈ ਸੀ ਅਤੇ ਉਸ ਨੇ ਉਦੋਂ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਕਰਨਾ ਸਹੀ ਗੱਲ ਸੀ। ਮੈਂ ਖ਼ੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਸੀ, ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸ਼ੱਕ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ ਉਹ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦਏਗੀ। ਮੇਰਾ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੰਨਣਾ ਸੀ ਕਿ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਤੋਂ ਕੁਝ ਚੰਗਾ ਨਤੀਜਾ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਇਕੋ ਇੱਕ ਰਾਹ ਸੀ, ਪਰ ਕਦੀ ਵੀ ਇਹ ਸੋਚਿਆ ਨਹੀਂ ਸੀ ਕਿ 'ਇਹ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ'। ਉਸਦਾ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਭੈਣ ਉਸ ਦਿਨ ਮਗਰੋਂ ਜਿਹੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਉਸ ਨਾਲ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਬਿਤਾਇਆ। ਉਸਦੀ ਛੋਟੀ ਭੈਣ ਉਸਦਾ Walkman ਲਿਆਈ ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਉਸਦੀਆਂ ਮਨਪਸੰਦ CDਆਂ ਚਲਾਈਆਂ। ਉਸਦੇ ਦੋਸਤ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਯੋਜਨਾਵਾਂ ਅਤੇ ਸੁਫ਼ਨਿਆਂ, ਜੋ ਹੁਣ ਪੂਰੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੇ, ਬਾਰੇ ਉਸ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕੀਤੀ। ਮੈਂ ਉਥੇ ਬੈਠੀ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਹੱਥ ਫੜਿਆ ਅਤੇ ਉਮੀਦ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਰਥਨਾ ਕੀਤੀ ਕਿ ਉਹ ਇਹ ਸੁਣਨ ਲਈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕਿੰਨਾ ਪਿਆਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਾਂਗੇ, ਹਾਲੀਂ 'ਉਥੇ' ਸੀ।

ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਟੈਸਟਾਂ ਨੇ ਸਾਡੇ ਸਭ ਤੋਂ ਮਾੜੇ ਤੌਖ਼ਲਿਆਂ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਲਈ ਅਮਲ ਸ਼ੁਰੂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਸਨ, ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਕਿਹਾ 'ਅਸੀਂ ਉਸ ਦੇ ਜੀਣ ਦੀ ਆਸ, ਬਹੁਤ ਛੇਤੀ ਛੱਡ ਦਿੱਤੀ – ਆਖ਼ਰਕਾਰ, ਲੋਕੀਂ ਡੂੰਘੀ ਬੇਹੋਸ਼ੀ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਠੀਕ ਹੁੰਦੇ ਹਨ'। ਫਿਰ ਮੈਂ ਨਰਸਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਔਖੇ ਟੈਸਟਾਂ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਸ ਗੱਲ ਨੂੰ ਸਮਝਦੀ ਹਾਂ ਕਿ ਉਹ ਭਾਵੇਂ ਜਿੰਨੀ ਵੀ ਦੇਰ ਤੱਕ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਤੇ ਰਹਿੰਦੀ, ਉਸ ਨੇ ਨਹੀਂ ਉੱਠਣਾ ਸੀ।

ਜਦੋਂ ਉਸ ਨੂੰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਲਈ ਥੀਏਟਰ ਵਲ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਸੀ, ਲਿਫ਼ਟ ਦੇ ਦਰਵਾਜ਼ਿਆਂ ਨੂੰ ਬੰਦ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੇਖਣਾ, ਦਿਲ ਨੂੰ ਤੜਫਾਉਣ ਵਾਲਾ ਸੀ, ਪਰ ਸਾਨੂੰ ਯਕੀਨ ਸੀ ਕਿ ਇਹ ਕਰਨਾ ਠੀਕ ਸੀ। ਸਾਨੂੰ ਹਾਲਾਂਕਿ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੁੱਖ ਸੀ, ਪਰ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਸਕੂਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਸੀ ਕਿ ਕਿਤੇ 'ਉਥੇ' ਲੋਕ ਇਸ ਗੱਲ ਲਈ ਖ਼ੁਸ਼ ਸਨ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਨੂੰ ਦੂਜਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਸੀ।

ਮੇਰੀ ਧੀ ਦੀ ਮੌਤ ਨਾਲ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਪਿਆ ਅਤੇ ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੋਈ ਵੀ ਗੱਲ ਇਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦੀ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਸੁਫ਼ਨੇ ਪੂਰੇ ਕਰਨ ਲਈ ਉਥੇ ਨਹੀਂ ਸੀ, ਉਸ ਵਲੋਂ ਪਿੱਛੇ ਛੱਡੀ ਗਈ ਪਿਰਤ ਦਾ ਦੂਰ ਤੱਕ ਅਸਰ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਮਰਣ ਤੋਂ ਰੋਕਣ ਲਈ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਸੀ, ਪਰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਉਸਦੀ ਮੌਤ ਅਜਾਈਂ ਨਹੀਂ ਗਈ। ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲੇ, ਕਦੀ ਵੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣਨਗੇ ਕਿ ਉਹ ਕੌਣ ਸੀ, ਪਰ ਮੈਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਅਨਜਾਣ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਉਸਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਤੋਹਫ਼ੇ 'ਜੀਵਨ ਦੇ ਤੋਹਫ਼ੇ' ਕਾਰਣ ਜੀਣ ਦਾ ਦੂਜਾ ਮੌਕਾ ਮਿਲਿਆ ਹੈ, ਉਸ ਨੂੰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਗੇ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਲੋਕਾਂ ਦੀਆਂ ਜੀਵਨ ਬਚਾਉਣ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਬਦਲ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗ੍ਰਹਿ ਵੇਖਣ ਲਈ:
www.donatelife.gov.au/resources/book-of-life ਤੇ ਜਾਓ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕੀਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ

ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਹਮਦਰਦੀ ਵਾਲੇ ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰੇ ਸ਼ਬਦਾਂ ਲਈ ਸ਼ੁਕਰੀਆ – ਇਸ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਫ਼ਰਕ ਪਿਆ

ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਇਹ ਸੱਚ ਕਿ ਸਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਰਾਹੀ ਹੋਰਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕੇ ਸੀ, ਸਾਡੇ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਕੂਨ ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਖ਼ੁਸ਼ੀਆਂ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ।

ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਸਾਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹਰ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਨੇ ਸਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਦੇ ਜਾਣ ਦੇ ਦੁੱਖ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਨਿਕਲਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਦੱਸਿਆ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿੰਨਾ ਖ਼ਿਆਲ ਰਖਿਆ।

ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਪਰਿਵਾਰ

ਸਿਰਫ਼ 'ਸ਼ੁਕਰੀਆ' ਕਹਿਣਾ ਆਪਣੇ ਆਪ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਲੱਗਦਾ ਹੈ...

ਬਹੁਤ ਹੀ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜਾਰ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀਆਂ ਚਿੱਠੀਆਂ

ਸਾਡੇ ‘ਵਿਸ਼ੇਸ਼’ ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ,

ਅਸੀਂ ਸ਼ਬਦਾਂ ਵਿਚ ਬਿਆਨ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕੀ ਅਰਥ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਛੋਟਾ ਬੱਚਾ ਹੁਣ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਸ ਨੂੰ, ਉਸ ਦੇ ਜਿਗਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਤੱਖ ਕਾਰਣ ਦੇ ਨਕਾਰਾ ਹੋਣ ਮਗਰੋਂ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਹਫ਼ਤੇ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਸੀ। ਸਾਡੇ ਲਈ ਇਹ ਬਹੁਤ ਵੱਡਾ ਸਦਮਾ ਸੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਹਮੇਸ਼ਾ ਤੋਂ ਹੀ ਬਹੁਤ ਸਿਹਤਮੰਦ ਰਿਹਾ ਸੀ। ਆਪਣੇ ਸਥਾਨਕ ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਥੋੜ੍ਹੀ ਦੇਰ ਰਹਿਣ ਮਗਰੋਂ, ਬਾਅਦ ਵਿਚ ਉਸ ਨੂੰ ਉਸਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚਾਉਣ ਵਾਲਾ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਮਿਲ ਗਿਆ ਸੀ। ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਨਾ ਕਰਦੇ, ਤਾਂ ਉਹ ਮਰ ਗਿਆ ਹੁੰਦਾ। ਉਸ ਫ਼ੈਸਲੇ ਨੇ ਸਾਡੇ ਦਿਲ ਨੂੰ ਵਲੂੰਧਰਿਆ, ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਡੋਨਰ ਦੇ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਲਈ ਅਰਦਾਸ ਕਰ ਰਹੇ ਸੀ, ਅਸੀਂ ਜਾਣਦੇ ਸੀ ਕਿ ਕਿਸੇ ਤੋਂ ਆਪਣਾ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਖੁੱਸ ਜਾਏਗਾ।

ਸਾਡਾ ਗੋਲੂ-ਮੋਲੂ, ਜ਼ਿੰਦਾ ਦਿਲ ਛੋਟਾ ਬੱਚਾ ਹੁਣ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਿਹਤਮੰਦ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਅਤੇ ਇੱਕ ਚਾਰ ਸਾਲ ਦੇ ਆਮ ਬੱਚੇ ਵਾਂਗ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਜੀ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਪਰਿਵਾਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬਹੁਤ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜਾਰ ਹਾਂ।

ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਦੁੱਖ ਦੀ ਇਸ ਘੜੀ ਵਿਚ ਇਹ ਚਿੱਠੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸਕੂਨ ਦਏਗੀ। ਤੁਸੀਂ ਸਿਰਫ਼ ਸਾਡਾ ਪੁੱਤਰ ਹੀ ਨਹੀਂ ਬਚਾਇਆ, ਬਲਕਿ ਇੱਕ ਭਰਾ, ਪੋਤਰਾ, ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਭਰਾ ਅਤੇ ਭਤੀਜਾ/ਭਣੇਵਾਂ ਵੀ ਬਚਾਇਆ ਹੈ।

ਸਹਾਇਤਾ

ਪਿਆਰੇ ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰ,

ਮੈਂ ਇੱਕ ਮਾਂ ਹਾਂ ਅਤੇ ਲਗਭਗ ਅਠਾਰਾਂ ਮਹੀਨੇ ਪਹਿਲਾਂ, ਮੈਨੂੰ ਅਹਿਸਾਸ ਹੋਇਆ ਕਿ ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਕਮਜ਼ੋਰ ਹੋ ਰਹੀ ਸੀ। ਕ੍ਰਿਸਮਿਸ ਤੋਂ ਜ਼ਰਾ ਕੁ ਪਹਿਲਾਂ, ਬਹੁਤ ਧੁੰਦਲੀ ਅਤੇ ਅਸਪਸ਼ਟ ਨਜ਼ਰ ਨਾਲ ਉੱਠੀ, ਜੋ ਕਿ ਬਹੁਤ ਡਰਾਉਣਾ ਸੀ। ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਜੀਪੀ ਨੂੰ ਫੋਨ ਕੀਤਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਸਿੱਧਿਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਇੱਕ ਮਾਹਿਰ ਕੋਲ ਭੇਜਿਆ, ਜਿਸ ਨੇ ਫ਼ੱਚਸ ਡਿਸਟ੍ਰੌਫੀ ਸਿੰਡਰਮ, ਜੋ ਕਿ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਜਮਾਂਦਰੂ ਬਿਮਾਰੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਲਈ ਦੋਹਾਂ ਅੱਖਾਂ ਵਿਚ ਕੋਰਨੀਆ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋਏਗੀ, ਦਾ ਰੋਗ-ਨਿਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਪਿਛਲੇ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਵੇਖਦੀ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਮੇਰੀ ਨਜ਼ਰ ਹੌਲੀ ਹੌਲੀ ਜਾ ਰਹੀ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਯਾਦ ਹੈ ਕਿ ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਧੀ ਲਈ ਪੜ੍ਹਣ ਲਈ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋਈ, ਮੈਨੂੰ ਟਾੱਰਚ ਫੜਣੀ ਪਈ, ਤਾਂਜੋ ਮੈਂ ਉਸ ਲਈ ਪੜ੍ਹ ਸਕਾਂ। ਮੇਰੇ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਵੀ ਇਹੀ ਬਿਮਾਰੀ ਸੀ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਕੋਰਨੀਆ ਲੁਆਇਆ ਸੀ, ਇਸ ਲਈ ਮੈਂ ਇਸ ਅਮਲ ਬਾਰੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਬਹੁਤ ਜਾਣਦੀ ਸੀ, ਪਰ ਹਾਲੀਂ ਵੀ ਬਹੁਤ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਅਤੇ ਡਰੀ ਹੋਈ ਸੀ। ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਤੇ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਫੋਨ ਕਾੱਲ ਚਾਰ ਮਹੀਨੇ ਬਾਅਦ ਹੀ ਆ ਗਈ, ਅਤੇ ਡਰੀ ਹੋਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਮੈਂ, ਇੱਕ ਦਿਨ ਦੁਬਾਰਾ ਵੇਖ ਸਕਣ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕਣ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਰਹੀ ਸੀ।

ਮੈਨੂੰ ਕੋਰਨੀਆ ਲਾਏ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁਣ ਦੱਸ ਮਹੀਨੇ ਬੀਤ ਚੁੱਕੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ ਵੀ ਦਿਨ ਅਜਿਹਾ ਨਹੀਂ ਬੀਤਿਆ ਹੋਣਾ, ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਆਪਣੇ ਡੋਨਰ, ਜਿਸ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦਾ ਮੌਕਾ ਦਿੱਤਾ, ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਸੋਚਦੀ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਗੁਜਾਰ ਹੁੰਦੀ ਹਾਂ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੇ ਅੰਗ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਚੋਣ ਨਾ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਚਾਰ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਣਾ ਸੀ ਅਤੇ ਮੈਨੂੰ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਮਿਲਿਆ, ਲਈ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਣਾ ਸੀ।

ਮੈਂ ਆਪਣੀ ਛੇ ਸਾਲ ਦੀ ਬੱਚੀ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਕੇ ਸੁਣਾ ਸਕਦੀ ਹਾਂ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਣਾ ਸਿੱਖਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ। ਪਿਛਲੇ ਹਫ਼ਤੇ, ਮੈਂ ਪਹਿਲੀ ਵਾਰੀ ਉਸ ਦੀ ਨੱਕ ਤੇ ਝਾਈਆਂ ਵੇਖੀਆਂ। ਮੈਂ ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਦੱਸ ਸਕਦੀ ਕਿ ਇਹ ਛੋਟੇ ਛੋਟੇ ਅਨੁਭਵ ਕਿੰਨੇ ਵਧੀਆ ਹਨ।

ਮੈਂ ਇਸ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਲਈ, ਜੋ ਪਿਆਰ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹਾਂ, ਉਹ ਬਿਆਨ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੈ। ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਫ਼ਰਾਖ਼ਦਿਲੀ ਅਤੇ ਨਿਸੁਆਰਥ ਪਿਆਰ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੀ ਧੀ ਨੂੰ ਵੇਖਣ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਦਿੱਤੀ ਹੈ। ਮੈਂ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਦਿਆਂ ਥੱਕ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਸਿਰਫ਼ ਇਹ ਜਾਣਨਾ ਕਿ ਉਥੇ ਕਿਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੇ ਮੈਨੂੰ ਦੁਨੀਆ ਵਿਚ ਸਭ ਤੋਂ ਖ਼ੁਸ਼ ਮਾਂ ਬਣਾਇਆ ਹੈ। ਬਿਨਾ ਇਸ ਦਾਨ ਦੇ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਚਿੱਠੀ ਨਹੀਂ ਲਿਖ ਸਕਦੀ ਸੀ।

ਮੈਂ ਤਹੇ-ਦਿਲੋਂ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਦੀ ਹਾਂ। ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਤੋਹਫ਼ੇ ਲਈ ਸ਼ੁਕਰੀਆ। ਅਸੀਂ ਹਾਲਾਂਕਿ ਸ਼ਾਇਦ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਮਿਲਾਂਗੇ, ਇਹ ਪਰਿਵਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮੇਰੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਅਤੇ ਅਰਦਾਸਾਂ ਵਿਚ ਰਹੇਗਾ...ਸ਼ੁਕਰੀਆ!

ਸਹਾਇਤਾ

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਦੀ ਮਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਰ

ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ,

ਮੈਂ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹਾਂ, ਉਸ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਦੂਰ ਦੂਰ ਤੱਕ ਸਫ਼ਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਮੈਨੂੰ ਸੋਚ-ਵਿਚਾਰ ਲਈ ਕਾਫ਼ੀ ਸਮਾਂ ਮਿਲਦਾ ਹੈ। ਬੀਤੀ ਰਾਤ, ਜਦੋਂ ਮੈਂ ਘਰ ਵਾਪਸ ਆ ਰਹੀ ਸੀ, ਤਾਂ ਮੈਂ ਸੋਚ ਰਹੀ ਸੀ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਕੀ ਹਾਲ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਸਾਡੇ ਰਿਸ਼ਤੇਦਾਰ ਵਿਚੋਂ ਇੱਕ ਦੇ ਅੰਗ ਮਿਲੇ ਸੀ। ਤੁਹਾਡੀ ਚਿੱਠੀ ਮਿਲਣ ਤੇ ਮੇਰੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਬਾਰੇ ਸੋਚੋ। ਜਵਾਬ ਵਿਚ ਮੈਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੇ ਠੀਕ-ਠਾਕ ਹੋਣ ਦੀ ਕਾਮਨਾ ਕਰਨ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ।

ਮੈਨੂੰ ਇਹ ਸੋਚਕੇ ਚੰਗਾ ਲੱਗ ਰਿਹਾ ਹੈ ਕਿ ਮੇਰੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਆਤਮਾ ਦਾ ਇੱਕ ਅੰਸ਼ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਚ ਰਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਦਾਨ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰਾ ਇਨਸਾਨ ਸੀ; ਬਹੁਤ ਖ਼ਿਆਲ ਰੱਖਣ ਵਾਲਾ, ਅਸਾਨੀ ਨਾਲ ਦੋਸਤ ਬਣਾਉਣ ਵਾਲਾ, ਰੂਹ ਵਾਲਾ ਅਤੇ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਖਿਡਾਰੀ ਸੀ, ਜੋ ਬਾਹਰ ਖੇਡਣ ਵਾਲੀ ਕਿਸੇ ਵੀ ਚੀਜ਼ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਸੀ। ਉਸਦੇ ਅਚਾਨਕ ਜਾਣ ਤੇ, ਹਾਲਾਕਿ ਸਾਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਦੁੱਖ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਪਰ ਉਸਦੀਆਂ ਯਾਦਾਂ ਬਹੁਤ ਮਿੱਠੀਆਂ ਹਨ।

ਕੀ ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਬੇਨਤੀ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ? ਸਿਰਫ਼ ਇੰਨਾ ਹੀ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅਤੇ ਨਜ਼ਦੀਕੀ ਦੋਸਤਾਂ-ਮਿੱਤਰਾਂ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਮਿਲ ਰਿਹਾ ਹੈ। ਮੈਂ ਇੱਕ ਖ਼ਾਸ ਪਲ ਵਿਚ, ਥੋੜ੍ਹਾ ਕੁ ਸਮਾਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਬਿਲਕੁਲ ਅਚਾਨਕ ਇਹ ਦੱਸੇ ਜਾਣ "ਮੈਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਿਆਰ ਕਰਦਾ ਹਾਂ, ਮੰਮੀ", ਕਾਰਣ ਖ਼ੁਸ਼ਕਿਸਮਤ ਸੀ ਅਤੇ ਇਹ ਮੇਰੀਆਂ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਧ ਬੇਸ਼ਕੀਮਤੀ ਯਾਦਾਂ ਵਿਚੋ ਇੱਕ ਹੈ।

ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਅਤੇ ਰੱਬ ਤੁਹਾਡਾ ਭਲਾ ਕਰੇ।

ਸੰਪਰਕ

Organ and Tissue Authority
Level 6, 221 London Circuit
Canberra City ACT 2600
Phone: 02 6198 9800
Fax: 02 6198 9801
enquiries@donatelife.gov.au

DonateLife ACT
Canberra Hospital, Building 6, Level 1
Yamba Drive, Garran ACT 2605
Phone: 02 6174 5625
Fax: 02 6244 2405
organ.donation@act.gov.au

DonateLife NSW
Level 6, 4 Belgrave Street,
Kogarah NSW 2217
Phone: 02 8566 1700
Fax: 02 8566 1755
nsworgandonation@sesiahs.health.nsw.gov.au

DonateLife NT
1st Floor, Royal Darwin Hospital
Rocklands Drive, Tiwi NT 0810
Phone: 08 8922 8349
Fax: 08 8944 8096
donatelife@nt.gov.au

DonateLife QLD
Building 1, Level 4,
Princess Alexandra Hospital
199 Ipswich Road,
Woolloongabba QLD 4102
Phone: 07 3176 2350
Fax: 07 3176 2999
donatelife@health.qld.gov.au

DonateLife SA
Level 6, 45 Grenfell Street,
Adelaide SA 5000
Phone: 08 8207 7117
Fax: 08 8207 7102
donatelifesa@health.sa.gov.au

DonateLife TAS
Hobart Corporate Centre
Level 3, 85 Macquarie Street
Hobart TAS 7000
Phone: 03 6270 2209
Fax: 03 6270 2223
donatelife.tasmania@dhhs.tas.gov.au

DonateLife VIC
Level 2, 19–21 Argyle Place South,
Carlton VIC 3053
Phone: 03 8317 7400
Fax: 03 9349 2730
donatelife@redcrossblood.org.au

DonateLife WA
Suite 3, 311 Wellington Street,
Perth WA 6000
Phone: 08 9222 0222
Fax: 08 9222 0220
donatelife@health.wa.gov.au

ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕੇ ਵਿਚਲੀ DonateLife ਏਜੰਸੀ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ **ਸ੍ਰੋਤ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ** ਬ੍ਰੋਸ਼ਰ ਵੇਖੋ।

ਇਨ ਰਿਫਲੈਕਸ਼ਨ—ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

ਸਹਾਇਤਾ

ਅੰਗ-ਦਾਨ

24 ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

24 ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣਾ

26 ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ (ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ)

28 ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

31 ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

ਅੰਗ-ਦਾਨ

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇ ਅਮਲ ਦੌਰਾਨ, ਤੁਸੀਂ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਵੱਧ ਦਬਾਅ ਵਾਲੇ ਅਤੇ ਜਜ਼ਬਾਤੀ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲੇਗੀ। ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸਮਾਂ ਬੀਤਦਾ ਹੈ, ਲੋਕ ਅਕਸਰ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਸਪਸ਼ਟ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਯਾਦ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਅਮਲਾਂ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਸਮਝਣ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਿਰੇ ਚਾੜ੍ਹੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਗਲੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਦੋਸਤਾਂ ਵਲੋਂ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਆਮ ਸੁਆਲਾਂ ਦੇ ਜਵਾਬ ਮਿਲਦੇ ਹਨ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ

ਦੋ ਤਰੀਕੇ ਬਿਆਨ ਕਰਕੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਸਭ ਤੋਂ ਅਸਾਨ ਢੰਗ ਨਾਲ ਦਰਸਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦੱਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਮੌਤ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ, ਮੌਤ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਮੌਤ ਬਾਰੇ ਦੋ ਤਰੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।
- ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਨਾਲ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਦਿਲ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ।

ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣ ਅਤੇ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਕਰਕੇ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਮੌਤ ਵਿਚਕਾਰ ਫ਼ਰਕ ਸਮਝਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਵੇਂ ਮਰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਅਮਲ ਕਿਵੇਂ ਸਿਰੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇ ਅਮਲ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਅਨੁਭਵ ਵੱਖਰਾ ਹੋਏਗਾ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਪਿਆਰੇ ਨੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਨਾਲ ਮੌਤ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣਾ

ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣਾ ਕੀ ਹੈ?

ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਦਾ ਹੈ ਕਿ ਇਹ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਅਤੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇੰਜ, ਸਿਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਗੰਭੀਰ ਸੱਟ ਲੱਗਣ, ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਵਗਣ, ਜਿਵੇਂ ਦੌਰਾ ਪੈਣ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਨਸ ਫਟਣ, ਦਿਮਾਗ਼ ਦੀ ਲਾਗ ਜਾਂ ਰਸੌਲੀ ਜਾਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਆੱਕਸੀਜਨ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਹੋਰ ਹਿੱਸੇ ਵਾਂਗ, ਜਦੋਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਸੱਟ-ਫੇਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਹ ਸੁੱਜ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਿਮਾਗ਼ ਇੱਕ ਸਖ਼ਤ ਖਾਨੇ, ਜੋ ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਸੁੱਜਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਦੀ ਵੀ ਸੀਮਾ ਕਿ ਦਿਮਾਗ਼ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਫੈਲ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਇੱਕ ਜ਼ਖ਼ਮੀ ਕੂਹਣੀ, ਉਹ ਜਿੰਨਾ ਮਰਜ਼ੀ ਸੁੱਜ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਸੁੱਜਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਬਾਅ ਬਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਪੱਕੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਣ ਦਾ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ।

ਸੁੱਜੀਆਂ ਹੋਈਆਂ ਥਾਵਾਂ, ਬ੍ਰੇਨਸਟੈਮ, ਜਿਥੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਧੌਣ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਸੁਖਮਨਾ ਨਾੜੀ ਨਾਲ ਜੁੜਦਾ ਹੈ, 'ਤੇ ਦਬਾਅ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਬ੍ਰੇਨਸਟੈਮ ਕਈ ਕਾਰਜਾਂ 'ਤੇ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ, ਬਲੱਡ-ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਿਵੇਂ ਹੀ ਦਿਮਾਗ਼ ਸੁੱਜਕੇ ਵਧਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਖੋਪੜੀ ਦੇ ਅੰਦਰ ਦਬਾਅ ਇਸ ਬਿੰਦੂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਵਿਚ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਲਹੂ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਪੀੜੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ। ਆਖ਼ਰਕਾਰ ਖ਼ੂਨ, ਜਿਸ ਵਿਚ ਆੱਕਸੀਜਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਜਾਣਾ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ (ਡਾਇਆਗ੍ਰਾਮ 1 ਵੇਖੋ)। ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆੱਕਸੀਜਨ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਸੈਲ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਸਰੀਰ ਵਿਚਲੇ ਕਈ ਹੋਰ ਸੈਲਾਂ ਵਾਂਗ, ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਸੈਲ ਮੁੜ-ਵਧਦੇ ਜਾਂ ਮੁੜ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ। ਜੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਸੈਲ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਾਰਜ ਮੁੜ ਕਦੀ ਵੀ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਨਗੇ, ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨੂੰ 'ਦਿਮਾਗ਼ ਦਾ ਮਰਣਾ' ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਦਿਮਾਗ਼ ਅਤੇ ਬ੍ਰੇਨਸਟੈਮ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਕਾਰਜਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ, ਨੂੰ ਕੰਟਰੋਲ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਸੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਨਾਂ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਨਾਲ ਜੋੜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਫੇਫੜਿਆਂ ਵਿਚ ਬਣਾਉਟੀ ਆੱਕਸੀਜਨ ਭੇਜਦੀ ਹੈ। ਫਿਰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਨੂੰ ਦਿਲ ਰਾਹੀਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਹਿੱਸਿਆਂ ਵਿਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਦਿਮਾਗ਼ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ, ਪਰ ਇਹ ਦਿਲ ਵਿਚ ਲਾਏ ਗਏ ਕੁਦਰਤੀ ਪੇਸਮੇਕਰ (ਡੱਬੀ) ਰਾਹੀਂ ਕੰਟਰੋਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਨੂੰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਮਿਲਣ 'ਤੇ ਇਹ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਪੁਚਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਛਾਤੀ ਧੜਕਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਏਗੀ, ਇੰਜ ਲੱਗਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਉਹ ਸਾਹ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਛੁਹਣ 'ਤੇ ਉਹ ਨਿੱਘਾ ਲੱਗੇਗਾ। ਇਹ ਸੰਕੇਤ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਮਰਣ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਪਰ, ਭਾਵੇਂ ਲਗਾਤਾਰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਮਿਲੇ, ਦਿਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਲਈ ਧੜਕਣਾ ਜਾਰੀ ਨਹੀਂ ਰਖ ਸਕਦਾ ਅਤੇ ਆਖ਼ਰਕਾਰ ਦਿਲ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਏਗਾ।

ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਪਤਾ ਚੱਲਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰ ਗਿਆ ਹੈ?

ਹਸਪਤਾਲ ਵਿਚ ਗੰਭੀਰ ਰੂਪ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰ ਲੋਕ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਸੰਭਾਲ ਕਰ ਰਹੇ ਮਾਹਿਰ ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਨਰਸਿੰਗ ਟੀਮਾਂ ਦੀ ਲਗਾਤਾਰ ਨਿਗਰਾਨੀ ਹੇਠ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੋ ਰਹੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਨੇੜਿਓਂ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬਹੁਤ ਸਾਰੀਆਂ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਵਿਚ ਰੋਸ਼ਨੀ ਪ੍ਰਤੀ ਅੱਖ ਦੀ ਪੁਤਲੀ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ ਵਿਚ ਕਮੀ ਆਉਣਾ, ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਸਾਹ ਲੈਣ ਵਿਚ ਮੁਸ਼ਕਿਲ, ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਘਟਣਾ, ਬਲੱਡ-ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਤਾਪਮਾਨ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਵੇਖਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇਹ ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਲਈ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਮਰਣ ਦੀ ਕਲਿਨਿਕਲ ਟੈਸਟਿੰਗ ਕਰੇਗੀ।

ਦੋ ਸੀਨੀਅਰ ਡਾੱਕਟਰ ਬਿਸਤਰੇ 'ਤੇ ਹੀ ਕਲਿਨਿਕਲ ਟੈਸਟਾਂ ਦਾ ਉਹੀ ਸੈਟ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰਨਗੇ। ਦਿਮਾਗ਼ ਮਰਣ ਦੀ ਟੈਸਟਿੰਗ ਕਰ ਰਹੇ ਡਾੱਕਟਰ ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਘੋਖ ਕਰਨਗੇ ਕਿ ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵਿਚ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਿਆਂ ਵਿਚੋਂ ਕੋਈ ਗੱਲ ਹੈ:

- ਕਿਸੇ ਦਰਦ ਭਰੀ ਚੋਭ 'ਤੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ
- ਰੋਸ਼ਨੀ ਹੋਣ 'ਤੇ ਪੁਤਲੀ ਫੜਕਣੀ
- ਅੱਖ ਛੂਹਣ 'ਤੇ ਪਲ ਛਿਣ ਲਈ ਅੱਖਾਂ ਬੰਦ ਕਰਨੀਆਂ
- ਕੰਨ ਵਿਚ ਠੰਡਾ ਪਾਣੀ ਪਾਉਣ 'ਤੇ ਅੱਖ ਵਿਚ ਹਿਲਜੁਲ
- ਗਲੇ ਦਾ ਪਿਛਲਾ ਹਿੱਸਾ ਛੂਹਣ 'ਤੇ ਖੰਘ ਜਾਂ ਸਾਹ ਘੁੱਟਣਾ
- ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਏ ਜਾਣ 'ਤੇ ਸਾਹ ਲੈਣਾ।

ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਕੋਈ ਹੁੰਗਾਰਾ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦਾ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਦਿਮਾਗ਼ ਨੇ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮਰ ਗਿਆ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ ਦਿਲ ਅਜੇ ਵੀ ਧੜਕੇਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਦੀ ਮਦਦ ਨਾਲ ਦਿਲ ਨੂੰ ਅਜੇ ਵੀ ਆੱਕਸੀਜਨ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੈ।

ਕਈ ਵਾਰੀ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਸੱਟ-ਫੇਟ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਦੇ ਕਲਿਨਿਕਲ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਰਣ ਸਬੰਧੀ ਇਹਨਾਂ ਸਾਰੇ ਟੈਸਟਾਂ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ। ਉਦਾਹਰਣ ਲਈ, ਚਿਹਰੇ ਦੇ ਗੰਭੀਰ ਜ਼ਖ਼ਮ, ਅੱਖਾਂ ਜਾਂ ਕੰਨਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ, ਦਿਮਾਗ਼ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਹਾਅ ਦਾ ਪਤਾ ਲਾਉਣ ਲਈ ਮੈਡੀਕਲ ਇਮੇਜਿੰਗ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਦਿਮਾਗ਼ (ਸੈਰੇਬ੍ਰਲ ਐਂਜੀਓਗ੍ਰਾਮ ਜਾਂ ਸੈਰੇਬ੍ਰਲ ਪਰਫ਼ਿਊਜ਼ਨ ਸਕੈਨ) ਵਿਚਲੀਆਂ ਖ਼ੂਨ ਦੀਆਂ ਨਾੜੀਆਂ ਦੇ ਡਾਈ ਟੈਸਟ ਵਰਗੇ ਟੈਸਟ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਇੱਕ ਵਾਰੀ ਮੌਤ ਦੀ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਦੇ ਮੈਂਬਰ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਉਣ ਸਮੇਤ, ਅਗਲੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਅਨੁਭਵ ਮਾਮੂਲੀ ਵੱਖਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਥੋੜ੍ਹਾ ਅੱਗੇ-ਪਿੱਛੇ ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਏਗੀ।

ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ (ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਹੋਣਾ)

ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ ਕੀ ਹੈ?

ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸਦਾ ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇੰਜ ਅਚਾਨਕ ਹੋਈ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਹਾਦਸੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਇਹ ਲੰਮੀ ਬਿਮਾਰੀ ਦਾ ਆਖ਼ਰੀ ਪੜਾਅ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਉਸ ਵੇਲੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਿਰ ਵਿਚ ਸੱਟ ਲੱਗਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਦਿਮਾਗ਼ ਨਹੀਂ ਮਰਦਾ, ਪਰ ਇਹ ਅਜੇ ਵੀ ਇੰਨੀ ਗੰਭੀਰ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਆਪਣੀ ਖ਼ੁਦ ਦੀ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਚਲਾਈ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਸਾਹ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੈ ਸਕਦਾ। ਅਜਿਹੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਨੂੰ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਆੱਕਸੀਜਨ ਭੇਜਣ ਲਈ ਉਸ ਨੂੰ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਨਾਲ ਬਣਾਉਟੀ ਸਾਹ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਇਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ, ਕੀਤੇ ਜਾ ਰਹੇ ਇਲਾਜ ਨੂੰ ਤਾਂ ਹੀ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਜਾਰੀ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਉਸਦੇ ਮੁੜ ਸਿਹਤਯਾਬ ਹੋਣ ਦੀ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਨਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਮੌਤ ਅਟਲ ਹੈ ਅਤੇ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਅੰਤ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਉਦੋਂ ਤਰਜੀਹ ਮਨ ਦੀ ਸ਼ਾਂਤੀ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਸੰਭਾਲ ਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਦੁੱਖ ਤਕਲੀਫ਼ ਤੋਂ ਨਿਜਾਤ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜੀਵਨ ਸੰਭਾਲ ਦਾ ਹਮਦਰਦੀ ਨਾਲ ਅੰਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਕੀਤਾ ਜਾ ਰਿਹਾ ਇਲਾਜ, ਹਮੇਸ਼ਾ ਪਰਿਵਾਰ (ਅਤੇ ਜੇ ਸੰਭਵ ਹੋਇਆ, ਤਾਂ ਮਰੀਜ਼) ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਫ਼ੈਸਲਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੀ, ਦਿਲ ਦੇ ਦੌਰੇ ਕਰਕੇ ਹੋਈ ਮੌਤ ਮਗਰੋਂ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਗੱਲਬਾਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਦੇ ਇਹ ਮੰਨਣ ਕਿ ਮਰੀਜ਼ ਦੇ ਦਿਲ ਦੀ ਧੜਕਣ ਬੰਦ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਹੈ, ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਯਕੀਨ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਨਾਲ ਚੱਲ ਰਹੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਹਾਲਤ ਬਿਹਤਰ ਨਹੀਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀ, ਤਾਂ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀਆਂ ਆਖ਼ਰੀ ਇੱਛਾਵਾਂ ਅਤੇ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਵਾਂਗ ਕੰਮ ਨਾ ਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਸਮੇਤ ਅਗਲੀ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਗੇ। ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਉਣ 'ਤੇ, ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਾਹ, ਦਿਲ ਤੱਕ ਆੱਕਸੀਜਨ ਪੁਚਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਨਹੀਂ ਹੋਣਗੇ। ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਏਗਾ, ਕਿਉਂਕਿ ਉਸਨੂੰ ਹੁਣ ਆੱਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਰਹੀ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਫਿਰ ਦਿਮਾਗ਼ ਸਮੇਤ ਸਰੀਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਅੰਗ ਕੰਮ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਮਰ ਜਾਏਗਾ।

ਜੇ ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਨੂੰ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਵਿਅਕਤੀ ਸਾਹ ਲੈਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਏਗਾ ਅਤੇ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਉਣ ਦੇ 90 ਮਿੰਟਾਂ ਬਾਅਦ ਮਰ ਜਾਏਗਾ, ਤਾਂ ਉਸ ਵੇਲੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਮੌਕਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕਾਰਡੀਅਕ ਡੈਥ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਿਰਫ਼ 90 ਮਿੰਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਅੰਦਰ ਹੀ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਸੰਭਵ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਜਦੋਂ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਦਰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਵਹਾਅ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਫਿਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਣੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਣਗੇ, ਕਿਉਂਕਿ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਬਣੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆੱਕਸੀਜਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ।

ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਸੰਭਵ ਬਣਾਈ ਜਾਏਗੀ, ਕਿ ਉਹ ਇੱਛਾਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ। ਪਰ, ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਉਣ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦਵਾਈਆਂ, ਜੋ ਮਰੀਜ਼ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਰਹੀਆਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਨੂੰ ਦੇਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਮਰਣ ਵਿਚ ਕਿੰਨਾ ਸਮਾਂ ਲੱਗੇਗਾ, ਬਾਰੇ ਬਿਲਕੁਲ ਸਹੀ ਸਮਾਂ ਦੱਸ ਸਕਣਾ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਮਰੀਜ਼ 10 ਜਾਂ 20 ਮਿੰਟ ਅੰਦਰ ਮਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਲੋਕ ਕੁਝ ਘੰਟਿਆਂ ਬਾਅਦ ਤੱਕ ਵੀ ਨਹੀਂ ਮਰ ਸਕਦੇ। ਜੇ ਇੰਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਫਿਰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੋਏਗਾ, ਪਰ ਅੱਖ, ਦਿਲ, ਹੱਡੀ ਅਤੇ ਚਮੜੀ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਕੰਮ ਅਜੇ ਵੀ ਸੰਭਵ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਰਾਜੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ, ਤਾਂ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਡਾੱਕਟਰ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੇਗਾ। ਜਦੋਂ ਵੈਂਟੀਲੇਟਰ ਹਟਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਆੱਕਸੀਜਨ ਦੀ ਕਮੀ ਕਰਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦਿਲ ਧੜਕਣਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਏਗਾ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਚਮੜੀ ਠੰਡੀ ਅਤੇ ਪੀਲੀ ਹੋ ਜਾਏਗੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਦਾ ਵਹਾਅ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ, ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖੇ ਬਿਨਾ, ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਖ਼ਤਮ ਹੋਣ ਦੇ ਅਮਲ ਦੌਰਾਨ ਸੰਭਾਲ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਹਮੇਸ਼ਾ ਬਹਾਲ ਰਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਹਰ ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਮਾਮੂਲੀ ਵੱਖਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਉਸ ਵੇਲੇ ਹੋਏਗਾ, ਜਦੋਂ ਡਾੱਕਟਰ ਮੰਨਦੇ ਹਨ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਪਿਆਰਾ ਹੁਣ ਮੁੜ-ਸਿਹਤਯਾਬ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਸੀ, ਮੈਡੀਕਲ ਟੀਮ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੀ ਹੈ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਿਚ ਕੀ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਦਾ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ, ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਾਂਗ ਉਸੀ ਸੰਭਾਲ ਨਾਲ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਹਮੇਸ਼ਾ ਮਾਣ ਅਤੇ ਸਤਿਕਾਰ ਵਾਲਾ ਵਿਹਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਉੱਚ ਕੁਸ਼ਲਤਾਪ੍ਰਾਪਤ ਸਰਜਨਾਂ ਅਤੇ ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਰਾਂ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਮਾਹਿਰ ਡਾੱਕਟਰਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰਨਾਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਤੋਂ ਬੁਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਹੋਰਨਾਂ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨਾਂ ਵਾਂਗ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਕੱਢਣ ਲਈ ਸਰਜੀਕਲ ਚੀਰਾ ਲਾਇਆ ਜਾਏਗਾ, ਅਤੇ ਫਿਰ ਇਸ ਚੀਰੇ ਨੂੰ ਬੰਦ ਕੀਤਾ ਜਾਏਗਾ ਅਤੇ ਫਿਰ ਉਸ ਉਪਰ ਪੱਟੀ ਬੰਨ੍ਹੀ ਜਾਏਗੀ। ਇੱਕ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪੂਰਾ ਹੋਣ ਵਿਚ 3 ਤੋਂ 8 ਘੰਟੇ ਲੱਗ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰੇਗਾ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਕੱਢੇ ਜਾ ਰਹੇ ਹਨ।

ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਸਰੀਰ ਦੇ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਅੰਗ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਥੀਏਟਰ ਤੋਂ ਹਸਪਤਾਲਾਂ ਵਿਚ ਲਿਜਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਥੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਹੋਏਗੀ।

ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਵੱਖਰਾ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਮਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਸਰੀਰ ਪੀਲਾ ਪੈਣਾ ਅਤੇ ਉਸਦੀ ਚਮੜੀ ਠੰਡੀ ਲੱਗਣਾ ਇੱਕ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਹੁਣ ਉਸਦੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਖ਼ੂਨ ਅਤੇ ਆੱਕਸੀਜਨ ਦਾ ਵਹਾਅ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਅੰਗ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਕੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਦਿੱਖ ਵਿਚ ਕੋਈ ਹੋਰ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀਆਂ। ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਲਾਇਆ ਗਿਆ ਸਰਜੀਕਲ ਚੀਰਾ ਬੰਦ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਕਪੜਿਆਂ ਹੇਠ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ।

ਕੀ ਸਸਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਪੈਂਦਾ ਹੈ?

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ ਸਸਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਤੇ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦਾ। ਸਰੀਰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣਾ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਤਾਬੂਤ ਵਾਲੇ ਸਸਕਾਰ, ਦੋਵੇਂ ਸੰਭਵ ਹਨ। ਜੇ ਕੋਰੋਨਰ ਨੇ ਪੜਤਾਲ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਸਕਾਰ ਦੇ ਪ੍ਰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਦੇਰੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੋਰੋਨਰ ਦੀ ਪੜਤਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਕਦੋਂ ਪੈਂਦੀ ਹੈ?

ਕੁਝ ਮੌਤਾਂ, ਜਿਵੇਂ ਗੈਰ-ਕੁਦਰਤੀ ਕਾਰਣਾਂ ਕਰਕੇ ਹੋਈਆਂ ਮੌਤਾਂ ਜਾਂ ਜਿਥੇ ਮੌਤ ਦੇ ਕਾਰਣ ਦਾ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ, ਲਈ ਕਾਨੂੰਨ ਅਨੁਸਾਰ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕਾਈ ਕੋਰੋਨਰ ਵਲੋਂ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇਹਨਾਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਵਿਚ, ਕੋਰੋਨੀਅਲ ਆਟੋਪਸੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਕੋਰੋਨੀਅਲ ਪੜਤਾਲ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਟੇਟ ਅਤੇ ਇਲਾਕਾਈ ਕੋਰੋਨਰ ਦੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਦਫ਼ਤਰ, ਕਾਉਂਸਲਰ ਨੂੰ ਪਹੁੰਚ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਕਿ ਅਮਲ ਬਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਵਾਲੀ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਮਦਦ ਮੁਹੱਈਆ ਕਰਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਫੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਹਾਂ। ਜਿਸ ਵੇਲੇ ਮਰੀਜ਼ ਨੂੰ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਥੀਏਟਰ ਵਿਚ ਲਿਜਾਇਆ ਜਾ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਵੇਲੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਆਪਣੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ ਬਾਰੇ ਧਾਰਮਿਕ ਵਿਚਾਰ ਕੀ ਹਨ?

ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਵੱਡੇ ਧਰਮ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪਰਿਵਾਰ ਦੇ ਕੋਈ ਸੁਆਲ ਹਨ, ਜਿਸ ਬਾਰੇ ਉਹ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁਣਗੇ, ਤਾਂ ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵਾਧੂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਧਾਰਮਿਕ ਰਹਿਨੁਮਾ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੀ ਲਾਗਤ ਲਈ ਭੁਗਤਾਨ ਦੀ ਉਮੀਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ?

ਨਹੀਂ। ਮੌਤ ਦੀ ਰਸਮੀ ਤੌਰ ਤੇ ਪੁਸ਼ਟੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਕੋਈ ਮਾਲੀ ਲਾਗਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਸਬੰਧ ਵਿਚ, ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾਲੀ ਸਟੇਟਮੈਂਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕਾਈ ਡੋਨੇਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ ਜਾਂ ਡੋਨਰ ਕੋਆੱਰਡੀਨੇਟਰ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਇਨ ਰਿਫ਼ਲੈਕਸ਼ਨ—ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।
ਅੰਗ-ਦਾਨ

ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?

ਹਸਪਤਾਲ ਦਾ ਸਟਾਫ਼ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗਾਂ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ ਦੇ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਉਮਰ, ਮੈਡੀਕਲ ਪਿਛੋਕੜ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਮੌਤ ਦੀਆਂ ਸਥਿਤੀਆਂ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪੁਸ਼ਟੀ ਕਰਨ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰ ਤੋਂ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਸਹਿਮਤ ਹੋਈ ਸੀ। ਇਸ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਸਹਿਮਤੀ ਫ਼ਾਰਮ ਤੇ ਦਸਤਖ਼ਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਪੰਨਿਆਂ ਤੇ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਪਰਿਵਾਰ ਕਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਕਿਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ?

ਨਹੀਂ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦੇਣ ਦਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪ੍ਰੋਟੋਕਾੱਲਸ ਅਨੁਸਾਰ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਟੀਮਾਂ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਕਸੌਟੀ ਦੇ ਨੰਬਰਾਂ ਤੇ ਅਧਾਰਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹਨ, ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਅਤੇ ਦਾਨ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਸੰਭਵ ਨਤੀਜੇ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ, ਵਧੀਆ ਸੁਮੇਲ ਕੌਣ ਹੋਏਗਾ।

ਕੀ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਵਾਕਈ ਲਾਏ ਜਾਂਦੇ ਹਨ?

ਜਦੋਂ ਪਰਿਵਾਰ ਵਲੋਂ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਇੱਛਾਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਹਰ ਸੰਭਵ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਅੰਗ-ਦਾਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਕਈ ਵਾਰੀ ਇਹ ਗੱਲ ਸਪਸ਼ਟ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਸਲ ਵਿਚ ਮੈਡੀਕਲ ਤੌਰ ਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਲਈ ਢੁਕਵੇਂ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਜੇ ਅਜਿਹੀ ਸਥਿਤੀ ਬਣਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਪਰਿਵਾਰ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਫ਼ਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਅੱਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਨੂੰ ਆਪਣੀਆਂ ਸਫ਼ਲ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ ਲੁਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਲੰਮੇ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਕਰਕੇ ਅੰਤਰਰਾਸ਼ਟਰੀ ਪੱਧਰ ਤੇ ਮਾਣਤਾ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਹੈ। ਕਿਸੇ ਵੀ ਅੱਪ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਾਂਗ, ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਸਰਜਰੀ ਨਾਲ ਕੁਝ ਜੋਖਮ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਪਰ ਅੰਗ ਲੁਆਉਣ ਵਾਲੇ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਤੋਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਫ਼ਾਇਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਹ ਭਰਪੂਰ ਅਤੇ ਸਰਗਰਮ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਿਤਾਉਣ ਦੇ ਸਮਰੱਥ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਉਹਨਾਂ ਮਰੀਜਾਂ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਤੋਂ ਲਾਭ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਬਾਰੇ ਕੀ ਪਰਿਵਾਰ ਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ?

ਅੱਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨ ਡੋਨਰ ਅਤੇ ਅੰਗ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਵਿਚਕਾਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਂਝੀ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਨਾਖ਼ਤ ਕਰਨ ਦੀ ਪਾਬੰਦੀ ਲਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਪਰ, ਅੰਗ-ਦਾਨ ਨਾਲ ਨਜਿੱਠਣ ਵਾਲਾ ਸਟਾਫ਼, ਉਸ ਵੇਲੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਕਿਹੜੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਲਾਏ ਗਏ ਸੀ ਅਤੇ ਅੰਗ ਲੁਆਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਗਤੀ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਆਪਣੀ ਸਟੇਟ ਜਾਂ ਇਲਾਕਾਈ ਡੋਨੇਸ਼ਨ ਏਜੰਸੀ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਦੂਜੇ ਨੂੰ ਅਨਾਮ ਚਿੱਠੀਆਂ ਲਿਖ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਆਮ ਸੁਆਲ

ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਨਾਲ, ਕਈ ਲੋਕ, ਜੋ ਕਿ ਬਿਮਾਰ ਹਨ ਅਤੇ ਮਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਬਚ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਹਿਮ ਤਬਦੀਲੀ ਆ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਨਕਾਰਾ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਗੰਭੀਰ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਜਨਕ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸਿਹਤਮੰਦ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਇੱਕ ਆਸ ਹੈ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਪੰਨਿਆਂ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਦੇ ਵੱਖ ਵੱਖ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ, ਜੋ ਕਿ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਦੀ ਲੋੜ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਕਾਰਣਾਂ ਬਾਰੇ ਕੁਝ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਪਲਬਧ ਕਰਾਈ ਜਾਏਗੀ।

ਦਿਲ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਦਿਲ, ਸਰੀਰ ਵਿਚਲੇ ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਚਲਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਸਰੀਰ ਦੇ ਹੋਰਨਾਂ ਸਾਰੇ ਅੰਗਾਂ ਨੂੰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਪੁਚਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਦਿਲ ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਸਹੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਪੰਪ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਬਾਕੀ ਹਿੱਸਾ ਬਹੁਤ ਤੇਜ਼ੀ ਨਾਲ ਬਿਮਾਰ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਦਿਲ ਨਕਾਰਾ ਹੋਣ, ਵਾਇਰਲ ਲਾਗ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦਾ ਜਮਾਂਦਰੂ ਵਿਗਾੜ ਵਾਲੇ ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਦਿਲ ਦੇ ਪਿਓਂਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਦਿਲ ਦੀ ਪਿਓਂਦ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਮੈਡੀਕਲ ਇਲਾਜ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਕਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਮਨੁੱਖੀ ਦਿਲ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਤੱਕ ਆਰਜ਼ੀ ਤੌਰ ਤੇ ਬਣਾਉਟੀ ਦਿਲ ਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਪੂਰਾ ਦਿਲ ਨਹੀਂ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਤਾਂ ਅਜੇ ਵੀ ਦਿਲ ਦੇ ਵਾੱਲਵ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਫੇਫੜਾ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਫੇਫੜੇ, ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਆੱਕਸੀਜਨ ਦਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਕਾਰਬਨ ਡਾਈਆੱਕਸਾਈਡ ਕੱਢਦੇ ਹਨ। ਅਕਸਰ ਸਿਸਟਿਕ ਫ਼ਾਈਬ੍ਰਸਿਸ ਜਾਂ ਐਂਫ਼ੀਸੇਮਾ ਵਾਲੇ ਲੋਕ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਫੇਫੜੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਰੀਰ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਆੱਕਸੀਜਨ ਨਹੀਂ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੇ, ਨੂੰ ਫੇਫੜੇ ਲਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਵਿਚ ਇਕੱਠਿਆਂ ਦੋ ਫੇਫੜੇ ਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਰਕੇ ਦੋ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ, ਇੱਕ ਇਕੱਲੇ ਫੇਫੜੇ ਵਜੋਂ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅੰਗ-ਦਾਨ

ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤਮਾਖੂਨੋਸ਼ੀ ਫੇਫੜੇ ਦਾਨ ਕਰਨ ਨੂੰ ਰੋਕੇਗੀ। ਪਰ, ਇਹ ਸੱਚ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇੰਟੈਸਿਵ ਕੇਅਰ ਵਿਚ ਇਹ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿ ਫੇਫੜੇ ਕਿੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ, ਲਈ ਟੈਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਨਤੀਜੇ ਦਾਨ ਕਰਨ ਲਈ ਇਹਨਾਂ ਦੀ ਯੋਗਤਾ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣਗੇ।

ਗੁਰਦਾ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਗੁਰਦਿਆਂ ਦਾ ਮੁੱਖ ਕੰਮ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚਲੀ ਰਹਿੰਦ-ਖ਼ੂਹੰਦ ਨੂੰ ਛਾਣਨਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਸਰੀਰ, ਭੋਜਨ ਵਿਚੋਂ ਜੋ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਲੈ ਲੈਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਰਹਿੰਦ-ਖ਼ੂਹੰਦ ਨੂੰ ਫਿਰ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਭੇਜਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੁਰਦਿਆਂ ਰਾਹੀਂ ਛਾਣਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਪਿਸ਼ਾਬ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਵਿਚੋਂ ਬਾਹਰ ਕੱਢਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇ ਗੁਰਦੇ ਖ਼ਰਾਬ ਹਨ ਜਾਂ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਹਨ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਨੂੰ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਛਾਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਤਾਂ ਰਹਿੰਦ-ਖ਼ੂਹੰਦ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚ ਵਧਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪੁਚਾਉਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਗੁਰਦੇ ਬੁਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਕਾਰਾ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਡਾਇਲਿਸਿਸ ਤੇ ਰਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚੋਂ ਰਹਿੰਦ-ਖ਼ੂਹੰਦ ਨੂੰ ਛਾਣਦੇ ਹਨ, ਜਦੋਂ ਗੁਰਦੇ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਪਰ, ਇਹਨਾਂ ਵਿਚੋਂ ਕਈ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਗੁਰਦੇ ਲਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪਏਗੀ। ਇੱਕ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ ਵਿਚ ਇਕੱਠਿਆਂ ਦੋ ਗੁਰਦੇ ਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਇਹਨਾਂ ਨੂੰ ਵੱਖ ਵੱਖ ਕਰਕੇ ਦੋ ਵੱਖੋ-ਵੱਖਰੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ, ਇੱਕ ਇਕੱਲੇ ਗੁਰਦੇ ਵਜੋਂ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਿਗਰ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਜਿਗਰ ਕਈ ਕੰਮ ਕਰਨ ਵਾਲਾ ਸਰੀਰ ਦਾ ਗੁੰਝਲਦਾਰ ਅੰਗ ਹੈ। ਇਸਦੇ ਮੁੱਖ ਕਾਰਜ ਪੌਸ਼ਟਿਕ ਤੱਤਾਂ (ਜਿਵੇਂ ਗਲੂਕੋਜ਼, ਵਿਟਾਮਿਨਸ ਅਤੇ ਚਿਕਨਾਈਆਂ) ਦਾ ਸੰਤੁਲਨ ਬਣਾਈ ਰੱਖਣਾ, ਰਹਿੰਦ-ਖ਼ੂਹੰਦ ਕੱਢਣਾ ਅਤੇ ਖ਼ੂਨ ਦੇ ਥੱਕਿਆਂ ਨੂੰ ਨੇਮਬੱਧ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਖਾਣਾ ਪਚਣ ਸਬੰਧੀ ਜਿਗਰ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਹੈਪੇਟਾਈਟਸ B ਜਾਂ C, ਅਤੇ ਬਿਲਿਆਰੀ ਐਟਰੀਸੀਆ ਵਰਗੇ ਜਿਗਰ ਦੇ ਜਮਾਂਦਰੂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਜਿਉਂਦੇ ਰਹਿਣ ਲਈ ਸਾਰਿਆਂ ਨੂੰ ਜਿਗਰ ਬਦਲਵਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਿਗਰ, ਸਰੀਰ ਦਾ ਇੱਕ ਵਿਲੱਖਣ ਅੰਗ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਇਹ ਮੁੜ ਠੀਕ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇੱਕ ਬਾਲਗ਼ ਦੇ ਜਿਗਰ ਦਾ ਅਕਾਰ ਘਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ ਵਿਚ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਥੇ ਇਹ ਫਿਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਵਧ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਜਿਗਰ ਨੂੰ ਵੰਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਅਗਨਾਸਾ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਅਗਨਾਸੇ ਵਿਚ ਆਇਲੈਟ ਨਾਂ ਦੇ ਸੈਲ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਸਰੀਰ ਦੇ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚਲੇ ਮਿੱਠੇ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਨੇਮਬੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਇੰਸੁਲਿਨ ਬਣਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਟਾਈਪ -1 ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਅਗਨਾਸਾ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਜਾਂ ਬਿਲਕੁਲ ਵੀ ਇੰਸੁਲਿਨ ਨਹੀਂ ਬਣਾਉਂਦਾ, ਅਤੇ ਇੰਸੁਲਿਨ ਦੇ ਟੀਕੇ ਲਾਉਣ ਦੇ ਬਾਵਜੂਦ ਖ਼ੂਨ ਵਿਚਲੇ ਮਿੱਠੇ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਨੇਮਬੱਧ ਕਰਨਾ ਬਹੁਤ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਵੇਲੇ, ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਅਗਨਾਸੇ ਬਦਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਟਾਈਪ -1 ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਗੁਰਦੇ ਨਕਾਰਾ ਹੋਣ ਦਾ ਕਾਰਣ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਕਰਕੇ, ਅਕਸਰ ਅਗਨਾਸੇ ਨੂੰ ਇੱਕੋ ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਤੋਂ ਗੁਰਦੇ ਨਾਲ ਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।

ਅਗਨਾਸੇ ਦੇ ਸੈਲ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਕਈ ਵਾਰੀ ਇੰਜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਅਗਨਾਸੇ ਨੂੰ ਪੂਰੇ ਅੰਗ ਵਜੋਂ ਬਦਲਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਪਰ, ਡਾਇਬਟੀਜ਼ ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਜੋਂ, ਅਗਨਾਸੇ ਦੇ ਇੰਸੁਲਿਨ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਆਇਲਿਟ ਸੈਲ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਬਦਲੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਅੱਖ ਦਾ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਅੱਖ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਨਾਲ ਕੋਰਨੀਆ ਅਤੇ ਅੱਖ ਦਾ ਚਿੱਟਾ ਹਿੱਸਾ ਲਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕੋਰਨੀਆ ਇੱਕ ਪਾਰਦਰਸ਼ਕ ਟਿਸ਼ੂ ਹੈ, ਜੋ ਅੱਖ ਦੇ ਰੰਗਦਾਰ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਢਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨਾਲ ਅੱਖ ਦੇ ਪਰਦੇ ਵਿਚੋਂ ਰੌਸ਼ਨੀ ਲੰਘਦੀ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ। ਕੋਰਨੀਆ ਲਾਏ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਨਜ਼ਰ ਆਉਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਨਜ਼ਰ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜੈਨੇਟਿਕ ਸਥਿਤੀ, ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਸੱਟ-ਫੇਟ ਕਰਕੇ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋਏ ਕੋਰਨੀਏ ਕਾਰਣ ਬਿਲਕੁਲ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦਾ। ਸਕਲੇਰਾ, ਅੱਖ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਦਾ ਚਿੱਟਾ ਹਿੱਸਾ ਹੈ। ਅੱਖ ਦਾ ਚਿੱਟਾ ਹਿੱਸਾ ਸੱਟ-ਫੇਟ ਕਾਰਣ ਅੰਨ੍ਹੇਪਨ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿਚ ਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੀ ਅੱਖ ਤੋਂ ਕੈਂਸਰ ਹਟਾਇਆ ਗਿਆ ਹੈ।

ਹੱਡੀ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਹੱਡੀ ਦੇ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਟਿਸ਼ੂ, ਉਸ ਹੱਡੀ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਲਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਰਸੌਲੀਆਂ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਜਾਂ ਦੂਜੀ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਹਾਦਸਿਆਂ ਕਰਕੇ ਖ਼ਰਾਬ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਫ੍ਰੈਕਚਰ ਠੀਕ ਕਰਨ, ਚੂਲ਼ੇ ਨੂੰ ਮਜ਼ਬੂਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਗੋਡਿਆਂ ਦੇ ਜੋੜ ਬਦਲਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ੋਰਾਂ ਵਿਚ ਰੀੜ ਦੀ ਹੱਡੀ (ਸਕੋਲਿਓਸਿਸ) ਵਿਚ ਪਏ ਵਿੰਗ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਿਓਂਦ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਦੇ ਅਧਾਰ ਤੇ ਇਕੱਲੀ ਹੱਡੀ ਦੇ ਦਾਨ ਨਾਲ ਦੱਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਲਾਭ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਚਮੜੀ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਜਿਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਸਦਮਾ ਸਹਿਣਾ ਪਿਆ ਹੈ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਗ ਕਾਰਣ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਜਾਂ ਖ਼ਰਾਬੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਾਂ ਅੱਗ ਨਾਲ ਬਹੁਤ ਜਿਆਦਾ ਝੁਲਸ ਚੁੱਕੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਫਿਰ ਤੋਂ ਤੰਦਰੁਸਤ ਹੋਣ ਲਈ ਚਮੜੀ ਲਾਏ ਜਾਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਚਮੜੀ ਦਾਨ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਬਹੁਤ ਪਤਲੀ ਪਰਤ ਲਾਹੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਉਂਜ ਹੀ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਧੁੱਪ ਨਾਲ ਝੁਲਸ ਜਾਣ ਵਾਲੀ ਚਮੜੀ ਉਤਰਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਪਿੱਠ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਲੱਤਾਂ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਪਾਸੇ ਤੋਂ ਲਾਹਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਔਸਤਨ, ਚਮੜੀ ਹਾਸਿਲ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਲਈ ਤਿੰਨ ਡੋਨਰਾਂ ਦੀ ਚਮੜੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਦਿਲ ਦਾ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨਾ

ਦਿਲ ਨੂੰ ਸਰੀਰ ਦੇ ਪੂਰੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਦਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਦਿਲ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂ ਵੀ ਵੱਖਰੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਦਾਨ ਕੀਤੇ ਗਏ ਦਿਲ ਦੇ ਟਿਸ਼ੂਆਂ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦਿਲ ਦੇ ਵਾਲਵ ਨੂੰ ਮੁੱਖ ਤੌਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਵਿਚਲੇ ਜਮਾਂਦਰੂ ਵਿਕਾਰਾਂ ਨੂੰ ਠੀਕ ਕਰਨ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟਿਸ਼ੂ ਬਾਲਗਾਂ ਵਿਚ ਬਿਮਾਰੀ ਵਾਲੇ ਵਾਲਵਾਂ ਨੂੰ ਬਦਲਣ ਲਈ ਵੀ ਵਰਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ।

ਸ਼ੁਕਰਾਨਾ

ਇਹ ਪੁਸਤਕ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਵਿਚ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਵੱਡਮੁੱਲੇ ਯੋਗਦਾਨ ਲਈ ਅਸੀਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਲੋਕਾਂ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹਵਾਂਗੇ।

- ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਖ਼ੁਦ ਦੇ ਨਿਜੀ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੂੰ ਸਾਂਝਿਆਂ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਦਲੇਰੀ ਲਈ।
- ਅੰਗ-ਪਿਓਂਦ ਕਰਾਉਣ ਵਾਲਿਆਂ ਵਲੋਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਹਾਣੀਆਂ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨੀਆਂ ਅਤੇ ਸ਼ੁਕਰਾਨੇ ਲਈ।
- ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਏਜੰਸੀਆਂ ਦੇ ਨੁਮਾਇੰਦੇ, ਜਿਹਨਾਂ ਦੇ ਡੋਨਰ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਵਾਲੇ ਸਮੂਹਕ ਅਨੁਭਵਾਂ ਨੇ ਇਸ ਕਿਤਾਬ ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਅਕਾਰ ਦੇਣ ਵਿਚ ਮਦਦ ਦਿੱਤੀ ਹੈ।
- ਅਸੀਂ ਖ਼ਾਸ ਤੌਰ ਤੇ, ਔਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿਚ ਆਧੁਨਿਕ ਹਾੱਸਪਿਸ ਲਹਿਰ ਦੇ ਮੋਢੀ - Teresa Spencer Plane, ਸੋਗ ਸਬੰਧੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਅਤੇ ਸਿਖਿਆ-ਸ਼ਾਸਤਰੀ ਦਾ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਕਰਨਾ ਚਾਹਵਾਂਗੇ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਅੰਗ-ਦਾਨ ਦੇ ਜ਼ਾਤੀ ਅਨੁਭਵ ਨੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ, ਡੋਨਰਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਲਈ ਕੇਅਰਿੰਗ ਸਟਰੇਂਜਰਸ [Caring Strangers] ਨਾਂ ਦੀ ਪੁਸਤਕ ਲਿਖਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਤ ਕੀਤਾ। ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਮਰਪਣ ਨੇ ਸਾਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਮੂਲ ਕੰਮ ਨੂੰ ਅੱਗੇ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਪ੍ਰੇਰਤ ਕੀਤਾ ਹੈ। DonateLife ਨੈਟਵਰਕ ਵਲੋਂ, ਸਾਡਾ ਭਾਈਚਾਰਾ ਅਤੇ ਪ੍ਰਾਪਤਕਰਤਾ, ਅਸੀਂ ਹੋਰਨਾਂ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡੀ ਫ਼ਰਾਖ਼ਦਿਲੀ ਲਈ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਅਦਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

donatelife

ਇਨ ਰਿਫ਼ਲੈਕਸ਼ਨ—ਉਹਨਾਂ ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਦੀ ਹਿਮਾਇਤ ਕਰਨਾ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅੰਗ ਅਤੇ ਟਿਸ਼ੂ ਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਵਿਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ।

"ਸ਼ਬਦਕੋਸ਼ ਵਿਚ ਅਜਿਹਾ ਕੋਈ ਸ਼ਬਦ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਮੇਰੀ ਖ਼ੁਸ਼ੀ ਨੂੰ ਇੰਨੀ ਚੰਗੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬਿਆਨ ਕਰ ਸਕੇ, ਜਿਹੜੀ ਕਿ ਮੇਰੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਾਡੇ ਦਾਨ-ਕਰਤਾ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਪਰਿਵਾਰ ਲਈ ਹੈ।

ਸਿਰਫ਼ ਸ਼ੁਕਰੀਆ ਕਹਿਣਾ ਹੀ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦਾ।''

ਬੱਚੇ ਦੀ ਮਾਂ, ਜਿਸ ਨੂੰ ਟਿਸ਼ੂ ਲੱਗਿਆ ਹੈ।

Punjabi

An Australian Government Initiative

ਇਨ ਰਿਫ਼ਲੈਕਸ਼ਨ

ਫੋਨ: 02 6198 9800

ਫ਼ੈਕਸ: 02 6198 9801

enquiries@donatelife.gov.au

www.donatelife.gov.au