# اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت

## نیو ساؤتھ ویلز میں اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت

ان معلومات میں موت اور مرنے کا ذکر ہے۔ یہ معلومات مختلف تہذیبوں اور زبانوں سے تعلق رکھنے والی کمیونٹیوں کے ان لوگوں کے لیے ہیں جو اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے متعلق معلومات کی تلاش میں ہیں۔ آپ کی زبان میں معلومات NSW Health website (نیو ساؤتھ ویلز ہیلتھ کی ویب سائیٹ) پر دستیاب ہیں اور آپ کی مدد کرنے کے لیے انٹرپریٹرز (زبانی مترجم) بھی دستیاب ہیں۔

اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا موضوع کچھ لوگوں اور ان کے گھرانوں کے لیے حسّاس ہو سکتا ہے۔ شاید آپ اپنے پیاروں اور کمیونٹی کے ساتھ بات کر کے طے کرنا چاہیں کہ آیا اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت آپ کی اقدار اور نظریات سے مطابقت رکھتی ہے اور آیا یہ آپ کے لیے درست انتخاب ہے۔

### اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت سے کیا مراد ہے؟

اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا مطلب یہ ہے کہ کچھ لوگ مرنے کے لیے ڈاکٹر سے میڈیکل مدد مانگ سکتے ہیں۔

یہ سب لوگوں کے لیے نہیں ہے - آپ کو اہلیت کے تقاضے پورے کرنے پڑتے ہیں اور ہر اہل شخص اس کا انتخاب نہیں کرے گا۔ یہ فیصلہ آپ کے ہاتھ میں ہے۔ آپ ایسی دوائی لیتے ہیں یا آپ کو دوائی دی جاتی ہے جس کی وجہ سے آپ کی مرضی کے وقت اور جگہ پر آپ کی وفات ہو جاتی ہے۔

اس مقصد کے لیے آپ کو دوائی صرف ایسا ڈاکٹر دے سکتا ہے جسے منظوری حاصل ہو اور جسے خاص تربیت حاصل ہو۔

### کون لوگ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا انتظام کر سکتے ہیں؟

اگر آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا انتخاب کرنا چاہتے ہیں تو ضروری ہے کہ:

- آپ کی عمر 18 سال یا اس سے زیادہ ہو۔ 17 سال اور اس سے کم عمر کے بچے اہل نہیں ہیں
- آپ آسٹریلیا کے شہری یا مستقل رہائشی ہوں یا آپ کم از کم 3 سال مسلسل آسٹریلیا میں رہ چکے ہوں
- آپ کم از کم پچھلے 12 مہینوں سے نیو ساؤتھ ویلز میں رہ رہے ہوں
- آپ کو کوئی ایسی بیماری ہو جو 6 مہینے سے کم عرصے میں آپ کی وفات کا باعث بنے گی یا اعصابی نظام کو بتدریج ختم کرنے والی (neurodegenerative) بیماری (جس میں مرکزی نظام عصبی کے خلیات اپنا کام چھوڑ دیتے ہیں یا مر جاتے ہیں) کی صورت میں 12 مہینوں میں آپ کی وفات ہو جائے گی

- آپ کو شدید درد میں مبتلا کرنے والی کوئی بیماری ہو۔ یہ درد جسمانی، نفسیاتی، سوشل یا جذباتی ہو سکتا ہے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کے درد کی سطح کو سمجھنے اور اس درد کو سنبھالنے کے طریقے بتانے کے لیے آپ سے بات کرے گا
- آپ تمام عمل کے دوران خود اپنے فیصلے کرنے اور ان فیصلوں کے متعلق بتانے کے قابل ہوں
- آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت چاہتے ہوں۔ Voluntary یا 'اپنی مرضی سے' کا مطلب ہے کہ یہ آپ کا اپنا فیصلہ ہونا ضروری ہے۔

صرف ذہنی بیماری یا معذوری بطور وجہ قابل قبول نہیں ہے۔ تاہم اگر آپ اوپر دیے گئے اہلیت کے تمام تقاضے پورے کرتے ہوں اور اگر آپ کو کوئی معذوری یا ذہنی بیماری ہو (لیکن اہم یہ ہے کہ آپ خود اپنے فیصلے کرنے اور ان کے بارے میں بتانے کے قابل ہوں) تو آپ کو اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت مہیا ہو سکتی ہے۔

## آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا انتظام کیسے کروا سکتے ہیں؟

نیو ساؤتھ ویلز میں آپ کے لیے بعض قانونی مراحل پورے کرنا لازمی ہے۔ اکثر مراحل میں آپ اپنی رفتار سے اس عمل میں آگے بڑھ سکتے ہیں۔ آغاز کے لیے، اپنے ڈاکٹر سے اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے متعلق بات کریں۔ اکثر لوگوں کے سلسلے میں یہ ڈاکٹر ان کی بیماری میں نگہداشت کرنے والی معالج ٹیم سے تعلق رکھتا ہو گا۔

نیو ساؤتھ ویلز میں صرف کچھ ڈاکٹر ہی لوگوں کو ان کی مرضی کے ساتھ موت کے لیے مدد دے سکتے ہیں۔ اگر آپ کا ڈاکٹر بتائے کہ وہ ایسی موت کے لیے مدد نہیں دیتا تو آپ NSW Voluntary Assisted Dying Care Navigator Service (نیو ساؤتھ ویلز میں اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے لیے رہنمائی کی سروس) (تفصیلات نیچے دیکھیں) سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ Care Navigator Service آپ کو ڈاکٹر تلاش کرنے میں مدد دے سکتی ہے اور آپ کے سوالات کا جواب دے سکتی ہے۔

اگر آپ کو زبان کے لیے مدد کی ضرورت ہے تو آپ **131 450 پر ٹرانسلیٹنگ اینڈ انٹرپریٹنگ سروس (TIS National) کو کال کر کے انہیں 133 802 1300 پر NSW Voluntary Assisted Dying Care Navigator Service** کو کال کرنے کے لیے کہہ سکتے ہیں۔

## آپ کے گھرانے، دوستوں اور کیئررز کا کردار

ہو سکتا ہے کچھ لوگ موت اور مرنے کے فیصلے اپنے گھر والوں کے ساتھ مل کر کرنا چاہیں۔

اگر آپ کے خیال میں آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت چننا چاہتے ہیں تو شاید آپ اپنے پیاروں کے ساتھ اس بارے میں بات کرنا پسند کریں۔

اگر کوئی شخص عموماً آپ کی صحت کے فیصلے کرنے کے لیے آپ کو مدد دیتا ہے یا آپ کی طرف سے ڈاکٹر سے بات کرتا ہے تو آپ کا اس شخص سے بات کرنا اہم ہے۔

جب آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے متعلق اپنے ڈاکٹر سے بات کریں تو آپ کے پیارے آپ کے ساتھ موجود رہ سکتے ہیں لیکن قانون میں اس کے لیے کچھ اہم اصول طے ہیں:

- صرف آپ خود ہی موت کے لیے میڈیکل مدد مانگ سکتے ہیں
- کوئی اور آپ کے لیے مدد کے ساتھ موت کا تقاضا نہیں کر سکتا
- کوئی اور آپ کو مدد کے ساتھ موت کی درخواست کرنے کے لیے مجبور نہیں کر سکتا

قانون کہتا ہے کہ مراحل اور حفاظتی اصولوں کی پیروی کرنا لازمی ہے۔ اس طرح یہ یقینی بنتا ہے کہ آپ پر کوئی دوسرا شخص مدد کے ساتھ موت کے لیے دباؤ نہیں ڈال رہا۔

اس سے یہ بھی یقینی بنتا ہے کہ یہ آپ کا اپنا فیصلہ ہے۔

آپ کے خاندان میں کچھ لوگوں کو یہ قبول کرنے میں مشکل ہو سکتی ہے کہ آپ مرنے کے لیے میڈیکل مدد لینا چاہتے ہیں۔ ممکن ہے وہ آپ سے اختلاف کریں۔ تاہم اگر آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت چاہتے ہوں اور آپ اہلیت کے تمام تقاضے پورے کرتے ہوں تو وہ آپ کو اس سے روک نہیں سکتے۔

مختلف لوگوں کے خیالات مختلف ہو سکتے ہیں۔ یہ اہم ہے کہ آپ اپنے بھروسے کے کسی شخص سے بات کریں۔

## دوسری ضروری باتیں جن کا علم ہونا چاہیے

- **آپ کسی بھی وقت اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا عمل مستقل یا عارضی طور پر روک سکتے ہیں۔ آپ کو کوئی وجہ بتانے کی ضرورت نہیں**
- چاہے آپ کو دوائی کا نسخہ اور دوائی مل گئی ہو، آپ کے لیے دوائی لینا ضروری نہیں ہے
- ممکن ہے آپ کئی دنوں، ہفتوں یا مہینوں بعد ہی آخری فیصلہ کریں کہ آپ دوائی لیں گے/آپ کو دوائی دی جائے، اور اس میں کوئی حرج نہیں ہے
- آپ گھر میں اپنے پیاروں کی موجودگی میں دوائی لے سکتے ہیں۔ اگر آپ کو ہسپتال یا معمّر افراد کے ادارے میں دوائی لینی ہو تو بھی آپ کے پیارے آپ کے پاس موجود رہ سکتے ہیں۔ آپ نیو ساؤتھ ویلز سے باہر جا کر دوائی نہیں لے سکتے
- آپ کو اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے لیے مدد دینے والا ڈاکٹر اور/یا فارماسسٹ آپ کو دوائی کے متعلق تفصیلی معلومات دے گا جس میں دوائی کو رکھنے کے متعلق ہدایات بھی ہوں گی۔ دوائی کو محفوظ طریقے سے رکھنے کے لیے کچھ اصول ہیں
- آپ کی پرائیویسی اور رازداری کے حق کا تحفظ کرنا ڈاکٹروں کا فرض ہے۔ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے متعلق آپ نے ڈاکٹر سے جو بات چیت کی ہو، اسے راز میں رکھنا بھی اس فرض میں شامل ہے۔ آپ کا ڈاکٹر آپ کے گھرانے، دوستوں یا کیئررز کے ساتھ آپ کے فیصلے کے متعلق بات نہیں کر سکتا، سوائے اس کے کہ آپ اسے بات کرنے کی اجازت دیں
- اگر آپ نیو ساؤتھ ویلز میں ریجنل یا دور دراز علاقے میں رہتے ہیں تو آپ کے لیے Isolated Patients Travel and Accommodation Assistance Scheme (دور دراز مریضوں کے سفر اور قیام میں مدد کی سکیم) دستیاب ہو سکتی ہے جو سفر اور قیام کے اخراجات کے لیے مالی مدد دے سکتی ہے
- اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت اور خودکشی میں فرق ہے۔ نیو ساؤتھ ویلز کے قانون کے تحت موت کے لیے میڈیکل مدد مانگنا خودکشی **نہیں** ہے
- آپ کی موت کے سرٹیفکیٹ پر موت کی وجہ یہ نہیں لکھی جائے گی کہ یہ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت تھی

## زندگی کے آخری دنوں میں نگہداشت

آپ اور آپ کا ڈاکٹر آپ کی نگہداشتی ضروریات، امیدوں اور مستقبل کے لیے ترجیحات پر بات چیت کے لیے مل کر کام کریں گے۔ اس میں یہ جاننا شامل ہے کہ آپ کو زندگی کے اختتام پر کن فیصلوں کا موقع حاصل ہے۔

نیو ساؤتھ ویلز کا نظام صحت آپ کی نگہداشت کرے گا چاہے آپ کا فیصلہ کچھ بھی ہو۔

اگر آپ اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا انتخاب کریں تو بھی آپ کو آپ کی ضرورت کی دوسری نگہداشت مہیا ہو گی جس میں مریض کی زندگی کے آخری دنوں کو آرام دہ بنانے کی سروس (palliative care) شامل ہے۔

زندگی کے آخری دنوں کو آرام دہ بنانے کے متعلق مزید معلومات حاصل کریں: health.nsw.gov.au/palliativecare

### The NSW Voluntary Assisted Dying Care Navigator Service
### (نیو ساؤتھ ویلز میں اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے لیے رہنمائی کی سروس)

Care Navigator Service مریضوں اور ان کے گھرانوں سمیت سب لوگوں کی مدد کرتی ہے۔

یہ سروس اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے انتخاب کے متعلق سوالات کے جواب دے سکتی ہے۔ یہ سروس اس عمل کے تمام مراحل پر دستیاب ہے۔

Care Navigator کے امدادی عملے سے بات کرنے کے لیے:

کال کریں:**1300 802 133** پیر تا جمعہ، صبح 8:30 بجے سے شام 4:30 بجے تک (عوامی تعطیلات کے علاوہ)

ای میل: NSLHD-VADCareNavigator@health.nsw.gov.au

## مجھے اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت حاصل کرنے کے لیے انٹرپریٹر کی ضرورت ہے۔ میں کیا کروں؟

اگر آپ انگلش کے علاوہ کوئی اور زبان بولنے کو ترجیح دیتے ہیں تو اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کا عمل شروع کرنے کے لیے آپ انٹرپریٹر استعمال کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کو انٹرپریٹر کی ضرورت ہے تو اپنے ڈاکٹر سے بات کریں۔ ڈاکٹر انٹرپریٹر کا انتظام کر سکتا ہے۔ یہ مفت ہے۔

اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت کے معاملے میں انٹرپریٹنگ صرف خاص تربیت رکھنے والے کچھ لوگ ہی کر سکتے ہیں۔

گھر کے لوگ، دوست، کیئرر یا خاص تربیت نہ رکھنے والے لوگ آپ کے لیے انٹرپریٹنگ نہیں کر سکتے۔ یہ نیو ساؤتھ ویلز کے قانون کا اصول ہے۔

## ذہنی صحت کے لیے مدد

موت اور اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت پر بات کرنا مشکل اور تکلیف دہ ہو سکتا ہے۔ اگر آپ کو مدد کی ضرورت ہے تو ان مفت سروسز کو فون کریں:

- Transcultural Mental Health Line (مختلف کلچروں کے لیے ذہنی صحت کی فون لائن) 911 648 1800 – پیر تا جمعہ صبح 9 بجے سے شام 4.30 بجے تک کھلی ہے۔ ایسے معالجوں سے بات کریں جو آپ کا کلچر سمجھتے ہیں اور آپ کی زبان میں بات کر سکتے ہیں
- Lifeline (لائف لائن)، فون 14 11 13 – نہایت مشکل حالات میں مدد کے لیے 24 گھنٹے کھلی فون لائن
- Beyond Blue، فون 4636 22 1300 - نہایت مشکل حالات میں مدد کے لیے 24 گھنٹے کھلی فون لائن
- Mental Health Line (ذہنی صحت کی لائن)، فون 511 011 1800 پر – NSW Health کی ذہنی صحت کی سروسز سے آپ کا رابطہ کروانے کے لیے 24 گھنٹے کھلی فون لائن

## مزید معلومات

- اپنی مرضی سے مدد کے ساتھ موت: health.nsw.gov.au/vad
- زندگی کے آخری دنوں کو آرام دہ بنانا: health.nsw.gov.au/palliativecare
- زندگی کے اختتام پر نگہداشت کا پلانر: nsw.gov.au/planning-for-end-of-life


November 2023 © NSW Ministry of Health