

St Luke's

Sheffield's Hospice

سینٹ لوک میں خوش آمدید

ہمارے یہاں آپ کے قیام کے بارے میں آپ کو جاننے والی تمام معلومات



3	رسائی
4	سینٹ لوک کے داخل مریضوں کے مرکز میں خوش آمدید
5	سینٹ لوک کے بارے میں
6	سینٹ لوک کے بارے میں مزید
6	ہم جو نگہداشت فراہم کرتے ہیں
6	مریض اور خاندان کی معاونت
7	ماہر پالیٹو ان پیشنٹ نگہداشت
7	ماہر تسکینی کمیونٹی نگہداشت
8	ہمارے اقدار
9	ہماری دیکھ بھال کیسے ممکن ہوتی ہے
9	کیا میں مدد کر سکتا ہوں؟
9	آپ کیسے مدد کر سکتے ہیں
10	عملے کی وردی کا رہنما
11	اپنے کمرے میں آباد ہونا اور رہنما رہنمائی
11	نرس کو بلانیں
12	کمرے کا درجہ حرارت ایڈجسٹ کریں۔
12	روشنی کو ایڈجسٹ کریں
13	ٹیلی ویژن استعمال کریں۔
15	ٹیلی فون استعمال کریں
16	وائی فائی سے جڑیں
16	ایک ٹیبلیٹ استعمال کریں
17	صفائی اور کپڑے دھونا
17	تمباکو نوشی
17	برقی آلات
17	تحائف اور رشوت
18	آپ کے قیام کے دوران آپ کے لیے دستیاب اشیاء
18	کمرے کے اندر دستیاب وسائل
19	آپ کے قیام کے دوران آپ کے لیے دستیاب خدمات
19	مریض اور خاندان کی معاونت
22	مہمان نوازی
23	دواسازی
23	ڈاک
24	ہمارے باغات اور گارڈن روم
25	انفیکشن کنٹرول
26	گھر جانا
27	زائرین کے لیے معلومات
27	یہاں پہنچنا
28	سائٹ کا نقشہ
28	مقیم زائرین
28	کس سے ملاقات کی جا سکتی ہے
28	مہمانوں کے لیے کھانا اور مشروبات
29	تمباکو نوشی کی سہولیات
29	آپ کے اہل خانہ/نگہبانوں کے لیے مدد دستیاب ہے۔
29	راءے اور شکایات



براہ کرم درج ذیل رسائی کے افعال تک رسائی کے لیے QR کوڈ اسکرین کریں:

- بلند آواز سے پڑھنا
- متن کے سائز میں تبدیلیاں
- رنگ، لائن کھینچنے والا اور اسکرین ماسک
- لغات
- ترجمے
- میگنیفائر
- سادہ متن کا موڈ
- آڈیو ڈاؤن لوڈ

وائی فائی سے جڑیں

ہمارے وائی فائی سے
کنکٹ ہونا

نیٹ ورک کا نام:
سینٹ لوک کا وائی فائی

صارف نام:
مہمان

پاس ورڈ:
مئی ۱۸۴۰

اگر آپ کے پاس اپنا آلہ ہے جس میں وائرلیس کنکشن موجود ہے تو آپ سینٹ لوک کے وائی فائی نیٹ ورک کے ذریعے انٹرنیٹ سے منسلک ہو سکتے ہیں۔

اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ سے منسلک کرنے کے لیے اپنا کوئی آلہ نہیں ہے تو ہم آپ کو ایک آئی پیڈ ٹیبلیٹ ادھار دے سکتے ہیں۔ بس عمل کے کسی رکن سے پوچھیں۔ آپ کو اس فولڈر کے مریض کے سیکشن میں آئی پیڈ استعمال کرنے کی رہنما کتابچہ ملے گی۔

دائیں جانب وہ تفصیلات ہیں جن کی آپ کو سروس میں لاگ ان کرنے کے لیے ضرورت ہوگی۔ براہ کرم نوٹ کریں کہ چار گھنٹے کے بعد آپ کو انٹرنیٹ استعمال جاری رکھنے کے لیے دوبارہ لاگ ان کرنا ہوگا۔ اگر آپ کو کسی مدد کی ضرورت ہو تو عملے کے کسی رکن سے پوچھیں۔



سینٹ لوک کے داخل مریضوں کے مرکز میں خوش آمدید

سینٹ لوک کے داخل مریضوں کے مرکز میں خوش آمدید

ہم سمجھتے ہیں کہ آپ کے سینٹ لوک کے قیام کے بارے میں آپ کے جذبات مخلوط ہو سکتے ہیں، لیکن ہم آپ اور آپ کے اہل خانہ اور دوستوں کو یقین دہانی کرانا چاہتے ہیں کہ ہم آپ کے ہمارے یہاں قیام کے دوران آپ کی حمایت کے لیے موجود ہیں۔ ہم ہر ممکن کوشش کریں گے کہ سینٹ لوک میں آپ کا قیام آرام دہ ہو۔

سینٹ لوک اعلیٰ معیار کی دیکھ بھال فراہم کرنے میں پیش قدمی کرنے کی کوشش کرتا ہے۔ ہم آپ اور ان پیشینٹ سینٹر کی ٹیم کے لیے روزمرہ معاملات کی اہمیت کو تسلیم کرتے ہیں اور اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کوشاں ہیں کہ ہماری فراہم کردہ تمام دیکھ بھال میں آپ کے معیار زندگی کو اولین ترجیح دی جائے۔

ہم چاہتے ہیں کہ آپ جلد از جلد اپنے نئے ماحول میں آرام دہ محسوس کریں اور گھر جیسا محسوس کریں۔ ہمیں امید ہے کہ آپ کی رہائش آپ اور آپ کے پیاروں کو جاننے سے زیادہ پرسکون ہوگی، لہذا آپ کے پہنچنے ہی ایک ڈاکٹر یا نرس آپ سے آپ کے بارے میں اور اب تک کے علاج کے بارے میں بنیادی معلومات طلب کرے گا۔

وہ آپ سے آپ کی علامات اور بیماری، پسند و ناپسند، آپ کے لیے اہم چیزیں، عقائد، ذاتی حالات، خاندان، یہ کہ آیا آپ کوئی خاص غذا اپناتے ہیں یا گھر میں آپ کو کسی عملی مدد کی ضرورت ہے۔

وہ آپ کو آپ کے نامزد مشیر کے بارے میں بھی مطلع کریں گے۔ ہمارے داخل مریضوں کی دیکھ بھال کرنے والے عملے میں وہ کنسلٹنٹ شامل ہے جو آپ کی ہمارے ہاں قیام کے دوران ذمہ دار ہے، اور ایک کثیرالمہارت ٹیم جس میں نرسیں، معالجین، روحانی نگہداشت، مہمان نوازی اور فارمیسی کی ٹیمیں شامل ہیں۔

ہم نے یہ رہنما کتابچہ آپ کے لیے مرتب کیا ہے تاکہ آپ کو سینٹ لوک اور ہماری پیش کردہ خدمات کے بارے میں کچھ بتا سکیں، اور ہمیں امید ہے کہ آپ کو یہ آپ کے قیام کے دوران مددگار ثابت ہوگا۔

یہ رہنما آپ کے سینٹ لوک اور آپ کی دیکھ بھال کے بارے میں آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دے گی، لیکن اگر آپ کو مزید کچھ جاننا ہو تو براہ کرم ٹیم کے کسی رکن سے پوچھیں۔

سینٹ لوک کی ٹیم



سینٹ لوک کے بارے میں

ہم سینٹ لوک، شیفیلڈ کا ہاسپٹالس ہیں اور ہر سال پورے شیفیلڈ میں تقریباً 1,800 افراد کو پیلنٹیو اور زندگی کے اختتام کی دیکھ بھال فراہم کرتے ہیں، جبکہ ان کے اہل خانہ اور نگہبانوں کی بھی مدد کرتے ہیں۔

ہم شیفیلڈ کے پورے علاقے کے 18 سال یا اس سے زائد عمر کے افراد کے لیے موجود ہیں، زندگی کے ہر مرحلے میں، چاہے وہ کسی لاعلاج بیماری کی تشخیص کا مرحلہ ہو، جیسے اعصابی نظام، دل، گردے یا پھیپھڑوں کی آخری مرحلے کی حالت، کینسر، ایچ آئی وی، ڈیمینشیا یا دیگر سنگین بیماری۔ کچھ لوگ ہماری تمام خدمات تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں، اور کچھ صرف ایک یا دو خدمات تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔

چاہے مریضوں کو ان کے اپنے گھروں میں مدد فراہم کرنا ہو، ہمارے ان پیشینہ سینٹر میں چوبیس گھنٹے تکلیف کم کرنے والی دیکھ بھال فراہم کرنا ہو، یا سماجی نسخہ کاری یا مخصوص علاج کے ذریعے کسی کی مدد کرنا ہو؛ ہم لوگوں کا خیال رکھتے ہیں، نہ کہ صرف کسی حالت کا۔ ہم ہر فرد اور ان کے اہل خانہ یا نگہبانوں کو جامع، انفرادی نگہداشت اور معاونت فراہم کرتے ہیں۔

ہم شیفیلڈ کے اندر اور اس سے باہر دیگر تنظیموں کے ساتھ بھی شراکت داری کرتے ہیں اور انہیں تربیت دیتے ہیں تاکہ ہم اپنی معاونت اور علم دوسروں کے ساتھ بانٹ سکیں اور سب کے لیے زندگی کے اختتام کی بہتر دیکھ بھال ممکن ہو۔

سینٹ لوک شیفیلڈ کے لیے یہاں ہے، شیفیلڈ کی بدولت۔ ہم ایک خبراتی ادارہ ہیں جو مریضوں کو جب انہیں سب سے زیادہ ضرورت ہوتی ہے، بلا معاوضہ نگہداشت فراہم کرتا ہے۔ ہماری چلانے کی لاگت کا تقریباً صرف ایک چوتھائی حصہ حکومتی فنڈنگ سے پورا ہوتا ہے، اس لیے ہم شیفیلڈ کے لوگوں اور مقامی کاروباروں پر انحصار کرتے ہیں کہ وہ ہمیں دیکھ بھال جاری رکھنے میں مدد کریں۔

ہم پچاس سال سے زائد عرصے سے یہ سب کر رہے ہیں اور اس دوران ہم نے اپنی اس سفر میں چالیس ہزار سے زائد مریضوں اور ان کے اہل خانہ کی دیکھ بھال کی ہے۔



سینٹ لوک کے بارے میں مزید

ہم جو نگہداشت فراہم کرتے ہیں

ہماری تین بنیادی خدمات ہیں جو نگہداشت اور معاونت فراہم کرتی ہیں۔ یہ ہیں:

مریض اور خاندان کی معاونت

ہماری مریض اور خاندانی معاونت سروس مریضوں اور ان کے خاندانوں یا نگہبانوں کے لیے عملی، فلاح و بہبود، روحانی اور سماجی نسخہ جات فراہم کرتی ہے۔ اسے سماجی نسخہ نویسی کے نام سے بھی جانا جاتا ہے۔

مریض سب سے پہلے انسان ہوتے ہیں، اس لیے ہماری ٹیمیں ان کے مقاصد اور خواہشات کو سنتے ہیں اور انہیں حاصل کرنے میں مدد کرتی ہیں۔ چاہے وہ کسی کا زیادہ سے زیادہ عرصے تک خود مختار زندگی گزارنے کا خواہشمند ہونا ہو، کسی عزیز سے شادی کرنا ہو یا سیڑھیاں چڑھنے کے لیے خود کو کافی مضبوط محسوس کرنا ہو۔

مریض فزیو تھراپی اور پیشہ ورانہ تھراپی، فلاح و بہبود اور تخلیقی تھراپیاں، سماجی کام اور چیلینسی، یا ہر مذہب اور غیر مذہب افراد کے لیے روحانی معاونت حاصل کر سکتے ہیں۔

18 سال سے زائد عمر کا کوئی بھی فرد، زندگی کے کسی بھی مرحلے میں، جب اسے زندگی کو محدود کرنے والی بیماری کی تسکینی تشخیص ہو چکی ہو، سینٹ لوک کے خدمات سے مستفید ہو سکتا ہے۔

یہ ایک کافی خوفناک وقت ہو سکتا ہے، لیکن ہماری تھراپی سیشنز، دستکاری یا ورزش کی ورکشاپس کا مطلب ہے کہ سینٹ لوک ایک خوف کی جگہ نہیں بلکہ دیکھ بھال، ہمدردی اور سکون کی جگہ ہے جہاں لوگ عملی، ماہرین اور دیگر مریضوں کے ساتھ رابطہ کر سکتے ہیں۔ اگر آپ چاہیں تو آپ ملاقاتوں اور طبی گفتگو کے دوران آپ کے ساتھ رہنے کے لیے ایک ہمراہ مانگ سکتے ہیں۔

ہماری مریض اور خاندانی معاونت کی سروس خاندانوں کو قیمتی وقت فراہم کرنے میں مدد کر سکتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہو سکتا ہے کہ کسی کی اس قدر مدد کی جائے کہ وہ اچھی طرح محسوس کرے اور ایک خاص خاندانی سالگرہ کا لطف اٹھا سکے یا بس ایک ساتھ وقت گزارنے کا مزہ لے سکے۔ زندگی کے اختتام کی دیکھ بھال صرف ایک طبی چیلنج نہیں ہے — ہم پورے فرد کا ہر پہلو میں خیال رکھنا چاہتے ہیں۔ ہم کر سکتے ہیں۔

خاندان اور دوست مریض کی دیکھ بھال میں اہم کردار ادا کرتے ہیں، اس لیے ہم اپنے پیاروں کے لیے سماجی، روحانی اور غمزدگی کی حمایت کے ذریعے خصوصی معاونت بھی فراہم کرتے ہیں۔

ماہر پالیٹو ان پیشنٹ نگہداشت

پچاس سال سے زائد پہلے، سینٹ لوک کے لندن کے علاوہ برطانیہ میں پہلے جدید ہاسپس کے طور پر کھولا گیا۔ ہم نے تب سے بہت ترقی کی ہے اور آج ہمارا مریض مرکز ہر سال تقریباً 300 مریضوں کو 24 گھنٹے ماہر تسکینی نگہداشت فراہم کرتا ہے۔ یعنی تقریباً 5,000 دن اور راتیں نگہداشت کی۔

ہمارا ان پیشنٹ سینٹر سال کے 365 دن کھلا رہتا ہے اور 20 مریضوں کو چوبیس گھنٹے حسب ضرورت نگہداشت فراہم کرتا ہے۔

ہماری کثیر الشعبہ جاتی ٹیم، جس میں تجربہ کار ماہر ڈاکٹرز، نرسیں، روحانی نگہداشت کی ٹیم اور پیشہ ورانہ و فزیوتھراپسٹ شامل ہیں، علامات اور درد کے انتظام میں مہارت رکھتی ہے۔ ان کی مشترکہ معاونت نہ صرف مریضوں کی مدد کرتی ہے بلکہ عزیزوں کو نگہبان کے کردار سے کچھ دیر کے لیے پیچھے ہٹ کر ایک ساتھ قیمتی وقت گزارنے کا موقع بھی فراہم کرتی ہے۔

ہمارے پاس ایک وقف شدہ اندرون خانہ کیئرنگ ٹیم بھی ہے جو مریضوں کی انفرادی ضروریات کے مطابق اپنا مینو ترتیب دے سکتی ہے، تمام غذائی تقاضے پورے کیے جاتے ہیں اور یہ سب مقامی اجزاء سے موقع پر تیار کیا جاتا ہے۔

اس کے علاوہ ہمارے پاس متعدد سہولیات ہیں جن میں مریضوں کے لیے سپا باتھ، فزیو جم، تخلیقی تھراپی روم اور گارڈن روم شامل ہیں، نیز ہمارے احاطے اور باغات تک رسائی بھی دستیاب ہے۔

ماہر تسکینی کمیونٹی نگہداشت

کسی بھی ایک وقت میں، ہم تقریباً 500 مریضوں کا ان کے اپنے گھروں یا نگہداشت کے گھروں میں خیال رکھ رہے ہیں۔ گھر عموماً وہ جگہ ہوتی ہے جہاں ہم سب سے زیادہ آرام دہ محسوس کرتے ہیں اور ان لوگوں اور چیزوں کے سب سے قریب ہوتے ہیں جو ہمارے لیے اہم ہیں، خاص طور پر جب ہم بیمار ہوں۔ ہمارا مشن ان لوگوں کو باختیار بنانا ہے جو اپنی پسندیدہ جگہ پر رہنا چاہتے ہیں۔ یہ صرف ہماری اسپیشلسٹ پیلیٹیو کیئر کمیونٹی ٹیم کی شاندار کاوشوں کی بدولت ممکن ہے، جو مریضوں اور ان کے اہل خانہ کو مشورے اور تعاون فراہم کرتی ہے۔ یہ سروس ہفتے کے ساتوں دن صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک کام کرتی ہے۔

ہماری کمیونٹی ٹیم کا بنیادی مقصد مریضوں کو ان کی بیماری کے دوران مکمل معاونت فراہم کرنا ہے تاکہ ان کی زندگی کا معیار بہترین ہو اور علامات سے نجات ملے، اور اکثر ہسپتال میں داخلے سے بچا جا سکے۔ مریضوں کو یہ انتخاب دیا جاتا ہے کہ وہ گھر پر معائنہ کروائیں یا سینٹ لوک کے ہاسپس کے کلینک میں حاضر ہوں۔

ہم اپنے مریضوں کو اس بارے میں لچکدار انتخاب کرنے کی حمایت کرتے ہیں کہ ان کا علاج کہاں ہو۔ ہم کمیونٹی/ضلع کی نرسیں، جنرل پریکٹیشنرز، سماجی کارکنوں اور دیگر پیشہ ور افراد و ماہرین کے ساتھ مل کر مریضوں اور اکثر ان کے اہل خانہ کو بھی جامع نگہداشت فراہم کرتے ہیں۔

ہمارے پاس کلینیکل نرس اسپیشلسٹس کی ایک بنیادی ٹیم موجود ہے، لیکن آپ کی خواہشات اور ضروریات کے مطابق ہمارے اسسٹنٹ پریکٹیشنرز، فزیوتھراپسٹس، آکیوپیشنل تھراپسٹس، ویل بیننگ پریکٹیشنرز، سوشل ورکرز یا چیپلینز بھی آپ سے ملاقات کر سکتے ہیں۔ ہمارے پاس پیلیٹیو کیئر میڈیسن میں ایک کنسلٹنٹ اور ایک اسپیشلسٹ رجسٹرار ہیں۔ اور آپ ابتدائی مراحل تربیت میں جونیئر ڈاکٹروں سے بھی مل سکتے ہیں۔

ہم ایک تجربہ کار ٹیم ہیں جو شیفلڈ بھر میں اپنے گھروں میں لاعلاج امراض کے شکار مریضوں اور ان کے اہل خانہ کو مشورہ اور مدد فراہم کرتی ہے۔

ہم تحقیقی سرگرمی میں مصروف ہیں۔

بہت سے صحت کی دیکھ بھال کرنے والے اداروں کی طرح، ہم ایک تحقیقی طور پر فعال ہاسپس ہیں۔ تحقیق کی حمایت کر کے ہم سب کے لیے زندگی کے آخری مراحل میں دیکھ بھال کو بہتر بنانے کے اپنے مقصد کی طرف کام کر رہے ہیں۔ اگر آپ ہمارے ان پیشنٹ سینٹر میں داخل ہونے کے بعد تحقیق میں حصہ لینے کے لیے رضامند ہیں تو براہ کرم اپنے اہل خانہ سے اس بارے میں بات کریں اور پھر کلینیکل ٹیم کے کسی رکن کو مطلع کریں۔

ہم اپنے اقدار کو اپنی ہر سرگرمی اور دیکھ بھال کے مرکز میں رکھتے ہیں۔ ہماری اقدار یہ ہیں:

خیال رکھنا

مریضوں کے ساتھ، رشتہ داروں کے ساتھ، رضاکاروں کے ساتھ، حامیوں کے ساتھ، شراکت داروں کے ساتھ اور ایک دوسرے کے ساتھ۔

پیش رو

اپنے وژن کے قریب پہنچنے میں مدد کے لیے نئے طریقے تلاش کرنا۔

با احترام

ہمیشہ دوسروں کے ساتھ خیال رکھنا، ہمیں شمولیتی رہنے اور اپنے مریضوں کو وقار فراہم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

ہماری ٹیمیں مذکورہ بالا اقدار کے تحت کام کرتی ہیں، اور بدلے میں ہم آپ سے درخواست کرتے ہیں کہ آپ برطانیہ کی حکومت کی این ایچ ایس کی عملے کے خلاف بدسلوکی یا دھمکی آمیز رویے کے لیے صفر رواداری کی پالیسی کی پیروی کریں۔

ہم کسی بھی قسم کے امتیاز، ہراسانی، دھونس یا بدسلوکی کے خلاف سخت ترین عدم برداشت کی پالیسی کے پابند ہیں، چاہے وہ کسی فرد کی معذوری، نسل، عمر، جنس، جنسی رجحان، جنس کی تبدیلی، مذہبی عقائد، ازدواجی یا شہری شراکت داری کی حیثیت، حمل یا ماں ہونے کی صورت، یا سماجی و اقتصادی پس منظر سے متعلق ہو۔ ہم اپنے کسی بھی ساتھی یا مریض کے خلاف دھمکی آمیز، بدسلوکی پر مبنی، توہین آمیز، غیر سماجی، پر تشدد یا تکلیف دہ رویے کے الزامات کو سنجیدگی سے لیتے ہیں۔ ہمیں امید ہے کہ آپ ہماری صفر رواداری کی پالیسی کا خیر مقدم کریں گے، جو ہمارے محنتی ساتھیوں کے مفادات کے ساتھ ساتھ ان تمام مریضوں اور کمیونٹیوں کے تحفظ کے لیے نافذ کی گئی ہے جن کی ہم خدمت کرتے ہیں۔

کبھی کبھار طبی ٹیم کا کوئی رکن آپ کا معائنہ کرنا چاہتا ہے، جس میں نجی اعضاء کا معائنہ بھی شامل ہو سکتا ہے۔ ہم ہر ممکن حد تک آپ کو مطمئن کرنے کے لیے پرعزم ہیں، اور اگر آپ چاہیں کہ آپ کے معائنے کے دوران کوئی نگران موجود ہو تو براہ مہربانی کلینیکل ٹیم کے کسی رکن کو بلا جھجھک مطلع کریں۔

ہماری دیکھ بھال کیسے ممکن ہوتی ہے

سینٹ لوک ایک آزاد خیراتی ادارہ ہے اور ہماری مریضوں کی دیکھ بھال بلا معاوضہ فراہم کی جاتی ہے۔

چونکہ ہماری فنڈنگ کا ایک چھوٹا حصہ قانونی اداروں سے آتا ہے، ہم شیفلڈ کے فیاض لوگوں پر انحصار کرتے ہیں کہ وہ میراتھن دوڑ کر، بیک سیلز کے ذریعے، اپنی استعمال شدہ اشیاء ہماری دکانوں کو عطیہ کر کے اور دیگر بے شمار طریقوں سے ہمارا ساتھ دیں۔ ہمارے کچھ حامی تو سینٹ لوک کے لیے اپنی خدمات رضاکارانہ طور پر پیش کرتے ہیں – آپ اپنے قیام کے دوران جو کچھ سرگرمیاں انجام دیتے ہیں، وہ رضاکاروں کی معاونت سے ممکن ہو سکتی ہیں۔

ہم اس تعاون کے بغیر جو کچھ بھی کرتے ہیں، یا اپنے مریضوں کو بلا معاوضہ دیکھ بھال فراہم نہیں کر سکتے تھے، اس لیے ہم ان لوگوں کے بے حد شکر گزار ہیں جنہوں نے اسے ممکن بنایا۔

کیا میں مدد کر سکتا ہوں؟

سینٹ لوک کے لیے تعاون کرنا آپ پر لازم نہیں ہے – یہاں سینٹ لوک میں آپ کی دیکھ بھال آپ یا آپ کے خاندان کے لیے بلا معاوضہ ہے۔

ہمارے تمام حامیوں میں سے نصف سے زیادہ کو سینٹ لوک کے ساتھ ذاتی تجربہ ہے، چاہے وہ مریض ہوں یا ان رشتہ داروں یا دوستوں میں سے جن کی ہم نے دیکھ بھال کی ہے۔

سینٹ لوک کی حمایت کے کئی طریقے ہیں، کہانی شیئر کرنے سے لے کر رضاکارانہ خدمات انجام دینے، مالی تعاون کرنے یا ہمارے خیراتی دکانوں سے خریداری کرنے تک۔

آپ کیسے مدد کر سکتے ہیں

آپ، آپ کے اہل خانہ اور دوست بہت سے طریقوں سے مدد کر سکتے ہیں – یہاں چند طریقے ہیں:

- اپنی کہانی ہماری ٹیم کے ساتھ شیئر کریں – ہماری دیکھ بھال کی حقیقی کہانیاں اور اس نے کس طرح مدد کی ہے، لوگوں کو ہمارے حق میں تعاون کرنے پر مائل کر سکتی ہیں۔
- اپنے خاندان اور دوستوں کو سینٹ لوک کے بارے میں بتائیں۔
- ہمیں فروخت کے لیے پہلے استعمال شدہ اشیاء عطیہ کریں۔ خیراتی دکانیں
- ہماری فنڈ ریزنگ کریں۔
- ہماری سینٹ لوک کی لائبریری کھلیں۔

اگر آپ مدد کرنا چاہتے ہیں تو براہ کرم کسی کو آگاہ کریں۔ نرس کو معلوم ہے اور وہ کسی کو بلا سکتی ہے کہ وہ آپ یا آپ کے اہل خانہ سے بات کرے۔



عملے کی وردی کا رہنما

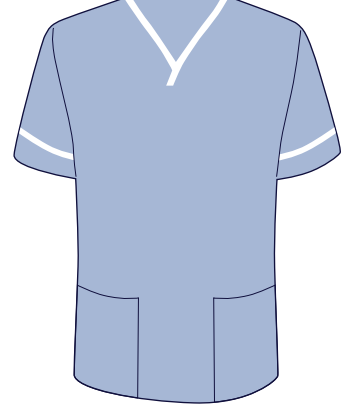
آپ کے قیام کے دوران آپ مختلف رنگوں کی یونیفارمز دیکھیں گے، لہذا ہم امید کرتے ہیں کہ ذیل میں دیا گیا یہ عمومی رہنما آپ کے لیے مددگار ثابت ہوگا تاکہ آپ جان سکیں کہ کون کون ہے۔ آج کون کام کر رہا ہے دیکھنے کے لیے براہ کرم ان پینٹ سینٹر کی ریسپیشن کے قریب ہمارے اسٹافنگ بورڈ کو دیکھیں۔ براہ کرم نوٹ کریں کہ ڈاکٹرز نیلے اسکرُبز یا اپنا ذاتی لباس پہن سکتے ہیں، فارمیسی کے عملے نیلا یا جامنی لباس پہنتے ہیں، اور روحانی نگہداشت، سماجی کام اور مشاورت کے شعبوں کے اہلکار اپنا ذاتی لباس پہنتے ہیں۔ تمام عملہ اپنا نامی بیج پہنے گا۔



سینٹر نرسنگ ٹیم



نرسنگ عملہ کی ٹیم



نرسنگ معاون ٹیم



ہماری فزیوتھراپی ٹیم سفید یا ہلکے سرمئی رنگ کی ٹونکس پہنتی ہے۔



ہماری آکیوپیشنل تھراپسٹ ٹیم گہرے سبز ٹونکس پہنتی ہے۔



ہماری فلاح و بہبود کی ٹیم جامنی ٹونکس پہنتی ہے۔



ہماری ہاؤس کیپنگ ٹیم گلابی ٹونکس اور شرٹس پہنتی ہے۔



ہماری ہاسپٹلیٹی ٹیم ہلکے سبز رنگ کی شرٹس پہنتی ہے۔



ہماری دیکھ بھال کی ٹیم سیاہ پولو شرٹس پہنتی ہے۔



اپنے کمرے میں آرام سے بس جانا

آپ کو یہاں آباد ہونے میں مدد دینے کے لیے، ہم نے نیچے ایک رہنما رہنمائی اور کچھ دیگر عمومی معلومات شامل کی ہیں۔

نرس کو بلائیں

ہمارا نرس کال سسٹم آپ کو ایک بٹن دبانے پر مدد کے لیے کال کرنے کی سہولت فراہم کرتا ہے۔ نرس کال ہینڈ سیٹ آپ کے بستر کے پاس موجود پینل سے منسلک ہوتا ہے۔

ہینڈ سیٹ پینل سے الگ ہو جاتا ہے تاکہ آپ اسے اپنی سہولت کے مطابق کسی بھی مقام پر منتقل کر سکیں۔

نرس کو بلانے کے لیے صرف ایک بار نارنجی کال بٹن دبائیں۔ ہینڈ سیٹ کے پچھلے حصے میں روشنی آن کرنے کے لیے ایک ٹارچ بٹن بھی ہے۔

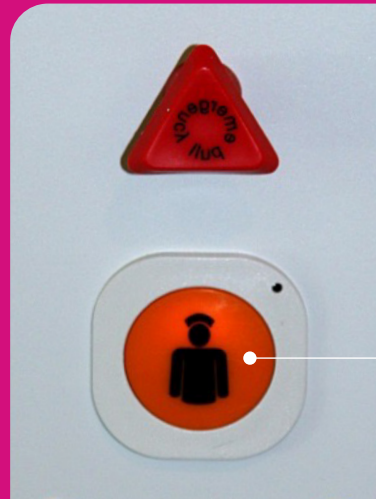
آپ کے بستر کے سامنے والی دیوار پر بھی ایک کال بٹن موجود ہے۔ نرس کو بلانے کے لیے صرف ایک بار نارنجی کال بٹن دبائیں۔



کال بٹن ہینڈ سیٹ

ٹارچ

بلانے کا بٹن



دیوار پر کال بٹن

بلانے کا بٹن

کمرے کا درجہ حرارت ایڈجسٹ کریں۔

آپ اپنے بستر کے پاس موجود سفید ڈائل کے ذریعے اپنے کمرے کا درجہ حرارت ایڈجسٹ کر سکتے ہیں:



درمیانی نقطہ

اشارہ

ایڈجسٹ ایبل ڈائل

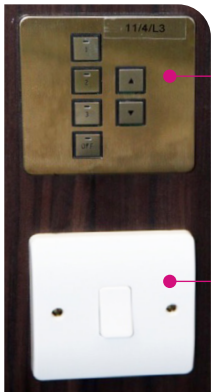
اگر آپ کو کسی مدد کی ضرورت ہو تو براہ کرم عملے کے کسی رکن کو مطلع کریں۔

ڈائل کے درمیانی نشان سے آپ کے کمرے کا درجہ حرارت تقریباً 22°C پر سیٹ ہو جائے گا۔ ڈائل پر ہر نشان آپ کے کمرے کے درجہ حرارت کو 1°C کے اضافے یا کمی کے ساتھ تبدیل کرتا ہے۔

براہ کرم نوٹ کریں کہ اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کا کمرہ ٹھنڈا ہو اور آپ نے اسے حرارت کے لیے سیٹ کیا ہوا ہے تو اسے ٹھنڈا ہونے میں تقریباً 20 منٹ لگیں گے۔ مزید برآں، اگر آپ نے اپنی کھڑکیاں یا بالکونی کا دروازہ کھلا رکھا تو ہیٹنگ اور کولنگ کا نظام کام نہیں کرے گا کیونکہ کھڑکیوں اور دروازے پر سینسرز لگے ہوئے ہیں۔

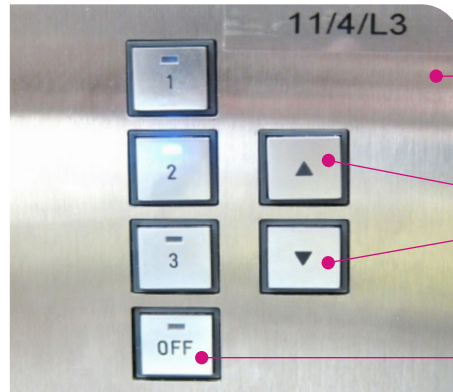
روشنی کو ایڈجسٹ کریں

آپ کے بستر کے پاس روشنی کا کنٹرول یوں دکھائی دیتا ہے:



بنیادی روشنی
کنٹرول

بستر کے پاس
پڑھنے کی لائٹ



بنیادی روشنی
کنٹرول

چمک کا کنٹرول

بند کرنے کا بٹن

نمبر 1، 2 اور 3 والے بٹن آپ کے کمرے کی روشنی آن کرتے ہیں۔ وہ درج ذیل طریقے سے کام کرتے ہیں:

1. روشنیاں آن کرتا ہے۔
2. روشنیوں کی روشنی بڑھاتا ہے اور معائنہ کی روشنی آن کرتا ہے۔
3. معائنہ کی روشنی بند کر دیتا ہے لیکن روشنیوں کو روشن رکھتا ہے۔

تیریاں کمرے کی مجموعی روشنی بڑھاتی یا گھٹاتی ہیں۔ آف سوئچ آپ کے کمرے کی تمام لائٹس بند کر دے گا۔

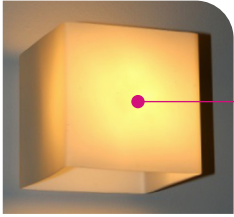
آپ کو اپنے بستر کے سامنے والی دیوار پر ایک بالکل ایک جیسا لائٹنگ پینل ملے گا، تاکہ جب آپ بستر پر نہ ہوں تو روشنی ایڈجسٹ کر سکیں۔

بستر کے پاس پڑھنے کی لائٹ

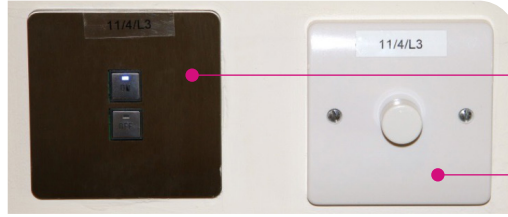
آپ کے بستر کے پاس پڑھنے کے لیے ایک لائٹ ہے۔ یہ مین لائٹنگ پینل کے فوراً نیچے موجود سفید روشنی کے سوئچ کو دبا کر چلایا جاتا ہے (پچھلا صفحہ دیکھیں)۔

دیوار کی روشنی

آپ کے بستر کے سامنے والی دیوار پر روشنی کے لیے ایک الگ کنٹرول پینل ہے۔



دیوار کی
روشنی



دیوار کی روشنی کا
کنٹرول

مدھم

بائیں جانب موجود پینل دیوار کی روشنی کو آن اور آف کرتا ہے۔ دائیں جانب موجود سوئچ دیوار کی روشنی کی روشنی بڑھاتا اور گھٹاتا ہے۔

اگر آپ کو روشنی کے نظام کو چلانے میں کسی مدد کی ضرورت ہو تو براہ کرم نرسنگ عملے کے کسی رکن سے رابطہ کریں۔

ٹیلی ویژن استعمال کریں۔

آپ کے کمرے میں ایک فلیٹ اسکرین ٹیلی ویژن نصب ہے جو تمام اہم ٹی وی چینلز وصول کرتا ہے۔ ٹیلی ویژن استعمال کرنے کے لیے کوئی چارج نہیں ہے۔

ٹیلی ویژن چلانے کے لیے آپ کو اپنے بستر کے پاس الماری سے منسلک ایک ریموٹ کنٹرول ملے گا۔ نیچے دی گئی تصویر میں اہم کنٹرول دکھائے گئے ہیں:



ٹی وی آن اور آف کرتا ہے۔

چینل منتخب کرنے کے لیے اعداد

چینلز کا جائزہ لینے کے لیے ٹی وی گائیڈ

نیٹ فلکس، یوٹیوب اور ایمیزون پرائم جیسی ایپس

مینو میں نیویگیٹ کرنے کے لیے تیر

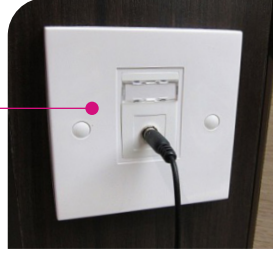
آواز ایڈجسٹ کرتا ہے

چینلز کے درمیان سوئچ کرنا

میڈیا کو کنٹرول کریں

اندرونی عنوانات آن کریں

ہیڈفون ساکٹ



ٹی وی میں اسپیکرز ہیں، لیکن اگر آپ چاہیں تو ہیڈفونز کے ذریعے بھی سن سکتے ہیں۔ آپ کے بستر کے ایک طرف ہیڈفون کا ساکٹ ہے۔ اگر آپ کے پاس اپنا نہیں ہے تو ہمارے پاس ایسے ہیں جو فراہم کیے جا سکتے ہیں۔

اگر آپ چاہیں تو ہم آپ کے لیے ٹیلی ویژن کے ذریعے ریڈیو چینلز سننے کا انتظام بھی کر سکتے ہیں۔ بس عملے کے کسی رکن سے کہیں۔

اگر آپ کو فری ویو ٹی وی یا ٹیلی ویژن کے ذریعے دستیاب ایپس تک رسائی میں کوئی مسئلہ ہو تو براہ کرم ہمیں آگاہ کریں، ہمیں مدد کرنے میں خوشی ہوگی۔

آرام کے پروگرام

یوٹیوب ایپ کے استعمال سے ہم آپ کو آرام کرنے میں مدد دینے کے لیے مندرجہ ذیل مواد تک رسائی فراہم کر سکتے ہیں:

- پرسکون موسیقی، بشمول قدرتی آوازیں، گریگورین چانٹس اور کلاسیکی موسیقی۔
- باآواز رہنمائی والی آرام کی مشقیں، جن میں نیند، بے چینی، سانس اور مثبت سوچ جیسے موضوعات شامل ہیں۔
- مراقبے کی مشقیں
- ذہن آگاہی کی مشقیں۔

آپ ہیڈفونز یا اپنے ٹی وی کے اسپیکرز کے ذریعے سن سکتے ہیں، اور اگر آپ کے کمرے میں ہماری فلاح و بہبود کی ٹیم سے علاج ہو رہا ہو تو معالج پرسکون موسیقی یا آوازیں بھی استعمال کر سکتا ہے۔ ہم آرام میں مدد کے لیے ورچوئل ریئلٹی (VR) ہیڈسیٹ بھی فراہم کر سکتے ہیں۔

ہمارے مریضوں نے ہمیں بتایا ہے کہ انہیں معلوم ہوا ہے کہ آرام کے پروگرام پریشانی، بے چینی، بے خوابی، درد اور بے قابو ذہن جیسے مسائل میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

ٹیلی فون استعمال کریں

آپ کے استعمال کے لیے آپ کے کمرے میں ایک بے تار فون فراہم کیا گیا ہے:



اگر آپ کو اپنے کمرے کے ٹیلیفون کے استعمال کے بارے میں مزید معلومات چاہئیں تو براہ کرم عملے کے کسی رکن سے پوچھیں۔

کال کرنے یا جواب دینے کے لیے سبز بٹن دبائیں۔

کال ختم کرنے کے لیے سرخ بٹن دبائیں۔

بیرونی کال کرنے کے لیے براہ کرم 9 دبائیں اور پھر نمبر۔

آپ کے کمرے میں فون کرنے کے لیے، آپ کے رشتہ دار اور دوست مرکزی استقبالیہ نمبر – **0114 236 9911** پر کال کر سکتے ہیں۔

موبائل فونز

آپ ہاسپس میں اپنا موبائل فون استعمال کرنے کے لیے خوش آمدید ہیں۔ اگر آپ فون چارجر لائیں تو براہ کرم استعمال کرنے سے پہلے نرسنگ عملے کے کسی رکن کو بتائیں تاکہ ہم اس کی حفاظت کے لیے جانچ کر سکیں۔

اگر آپ مشترکہ علاقوں میں موبائل فون استعمال کریں تو براہ کرم دوسروں کا خیال رکھیں جو آرام اور پرسکون ماحول کے محتاج ہو سکتے ہیں۔

وائی فائی سے جڑیں

ہمارے وائی فائی سے کنکٹ
ہونا

نیٹ ورک کا نام:
سینٹ لوک کا وائی فائی

صارف نام:
مہمان

پاس ورڈ:
may1840

اگر آپ کے پاس اپنا آلہ ہے جس میں وائرلیس کنکشن ہے، تو آپ سینٹ لوک کے وائی فائی نیٹ ورک کے ذریعے انٹرنیٹ سے منسلک ہو سکتے ہیں۔

اگر آپ کے پاس انٹرنیٹ سے منسلک کرنے کے لیے اپنا کوئی آلہ نہیں ہے تو ہم آپ کو ایک آئی پیڈ ٹیبلیٹ ادھار دے سکتے ہیں۔ بس عمل کے کسی رکن سے پوچھیں۔ آپ کو اس فولڈر کے مریض کے سیکشن میں آئی پیڈ استعمال کرنے کی رہنما کتابچہ ملے گی۔

دائیں جانب وہ تفصیلات ہیں جو آپ کو سروس میں لاگ ان کرنے کے لیے درکار ہوں گی۔ براہ کرم نوٹ کریں کہ چار گھنٹے کے بعد آپ کو انٹرنیٹ استعمال جاری رکھنے کے لیے دوبارہ لاگ ان کرنا ہوگا۔ اگر آپ کو کسی مدد کی ضرورت ہو تو عملے کے کسی رکن سے پوچھیں۔

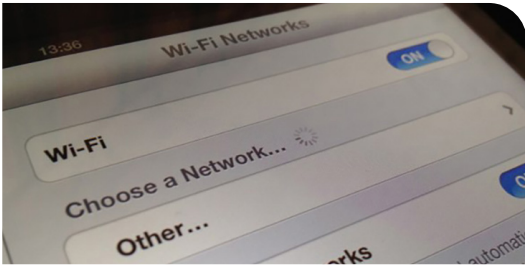
ایک ٹیبلیٹ استعمال کریں

ہمارے پاس ایک آئی پیڈ ٹیبلیٹ ہے جو آپ ادھار لے سکتے ہیں۔ مثال کے طور پر، آپ اسے انٹرنیٹ براؤز کرنے، کھیل کھیلنے اور ٹی وی پروگرام دیکھنے کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔

مندرجہ ذیل صفحات میں آئی پیڈ استعمال کرنے کا مختصر رہنما دیا گیا ہے۔ اگر آپ پوچھیں تو ایک زیادہ تفصیلی رہنما دستیاب ہے۔ اور اگر آپ کو آئی پیڈ استعمال کرنے میں مدد چاہیے تو عملے کے کسی رکن سے کہیں، وہ خوش دلی سے آپ کو دکھائے گا۔

آئی پیڈ پر انٹرنیٹ سے کنکٹ کرنا

آئی پیڈ پر انٹرنیٹ سے منسلک ہونے کے لیے، آپ کو سینٹ لوک کے وائی فائی نیٹ ورک سے کنکٹ کرنے کے لیے اگلے صفحے پر دی گئی ہدایات پر عمل کرنا ہوگا۔



3. اسکرین کے اوپر موجود آن/آف سلیکٹر سوئچ کو سوائپ کریں تاکہ یہ ON دکھائے۔

2. وائی فائی پر ٹیپ کریں۔

1. آئی پیڈ کے ہوم پیج سے، سیٹنگز کے آئیکن پر ٹیپ کریں۔

4. نیٹ ورک منتخب کریں کے تحت، سینٹ لوک کے وائی فائی کو منتخب کریں۔ اگر آپ نے ابھی وائرلیس فیچر آن کیا ہے تو نیٹ ورک ظاہر ہونے میں چند سیکنڈز لگ سکتے ہیں۔ جب کہا جائے تو اوپر اپنا صارف نام اور پاس ورڈ درج کریں اور 'join' منتخب کریں۔ آپ کو اب انٹرنیٹ سے منسلک ہو جانا چاہیے۔ براہ کرم نوٹ کریں کہ چار گھنٹے کے بعد آپ کو انٹرنیٹ استعمال جاری رکھنے کے لیے دوبارہ لاگ ان کرنا ہوگا۔

ذاتی سامان

آپ کے کمرے میں ضروری ذاتی اشیاء کے لیے ایک تالا لگانے والا بستر کے پاس والا میز موجود ہے۔ آپ کے کمرے میں ایک چھوٹی لٹکتی الماری بھی ہے – جو ہمارے یہاں قیام کے دوران آپ کو درکار کپڑے رکھنے کے لیے کافی بڑی ہے۔ الماری کے اندر قیمتی اشیاء کے لیے ایک سیف موجود ہے۔ اگر آپ وارڈ میں کوئی قیمتی چیز لارہے ہیں تو براہ کرم عملے کے کسی رکن کو مطلع کریں۔ اگر آپ چاہیں تو ہم اسے محفوظ طریقے سے آپ کے لیے محفوظ کر کے رکھ سکتے ہیں۔ براہ کرم اپنے سیف میں صرف تھوڑی سی رقم اور ضروری قیمتی اشیاء رکھیں۔ داخلے کے وقت آپ سے جائیداد کا فارم مکمل کرنے کو کہا جائے گا۔ براہ کرم نوٹ کریں کہ جب آپ یہاں ہیں تو ہم آپ کے ذاتی سامان کے نقصان یا تلف ہونے کی کوئی ذمہ داری قبول نہیں کر سکتے۔

صفائی اور کپڑے دھونا

آپ کا کمرہ روزانہ ہماری ہاؤس کیپنگ ٹیم کی جانب سے صاف کیا جائے گا، جو آپ کے بستر کے کپڑے اور تولیے بھی تبدیل کرے گی۔ اگر آپ نہیں چاہتے کہ آپ کا کمرہ صاف کیا جائے تو براہ کرم ٹیم کے کسی رکن کو بتا دیں۔

ہم فرض کرتے ہیں کہ آپ کے خاندان کا کوئی فرد یا آپ کا نگہبان آپ کے کپڑے دھوئے گا اور استری کرے گا، اور ہم تجویز کرتے ہیں کہ آپ اپنے لاکر میں کچھ پولیٹھین کے تھیلے رکھیں تاکہ جمع کیے جانے والے تمام سامان کو محفوظ رکھ سکیں۔ اگر آپ کے پاس اپنے کپڑے دھونے کے لیے کوئی نہیں ہے تو براہ کرم اپنی کسی نرس کو بتائیں۔ وہ ہماری لانڈری سے کہیں گے کہ وہ آپ کے لیے یہ چیزیں دھوئیں، لیکن براہ کرم یقینی بنائیں کہ ہر چیز واضح اور مستقل طور پر نشان زد ہو۔ لانڈری عملہ نازک کپڑوں کو ہاتھ سے نہیں دھو سکتا، اور نہ ہی وہ آپ کے کپڑوں کو پہنچنے والے کسی بھی نقصان کی ذمہ داری قبول کر سکتا ہے۔

تंबاکو نوشی

سگریٹ، الیکٹرانک سگریٹ اور ویننگ ہماری سینٹ لوک کے کسی بھی عمارت کے اندر اجازت نہیں ہیں۔ اگر آپ سگریٹ نوشی یا ویننگ کرتے ہیں تو براہ کرم ٹیم کے کسی رکن سے بات کریں جو آپ کو ہمارے سگریٹ نوشی کے پناہ گاہ کی طرف رہنمائی کر سکے۔ براہ کرم سگریٹ کے لیے باہر جانے سے پہلے نرس کو مطلع کریں، جو آپ کو ایک چابی فوب اور واک ٹاکی فراہم کرے گی تاکہ ضرورت پڑنے پر آپ مدد حاصل کر سکیں۔

اگر آپ سگریٹ نوشی کرتے ہیں اور باہر ہمارے سگریٹ نوشی کے شیلٹر کا استعمال نہیں کر سکتے تو براہ کرم کسی نرس سے کچھ نیکوٹین پیچ منگوائیں۔

برقی آلات

آپ اپنے الیکٹرانک آلات جیسے آئی پیڈ، اسمارٹ فون، لیپ ٹاپ یا کنڈلز لانے کے لیے خوش آمدید ہیں، لیکن انہیں پلگ ان کرنے سے پہلے ہماری میٹیننس ٹیم کے ذریعے PAT ٹیسٹ کروانا ضروری ہے۔

براہ کرم اس کا انتظام کرنے کے لیے ٹیم کے کسی رکن سے بات کریں۔

تحائف اور رشوت

براہ کرم نوٹ کریں کہ ہماری ٹیمیں مریضوں یا ان کے رشتہ داروں سے تحائف قبول نہیں کر سکتیں۔

آپ کے قیام کے دوران آپ کے لیے دستیاب اشیاء

کمرے کے اندر دستیاب وسائل

ہم نے آپ کے قیام کے دوران آپ کی زیادہ آرام دہ رہائش کے لیے مختلف وسائل فراہم کیے ہیں۔

اگر آپ درج ذیل میں سے کسی تک رسائی حاصل کرنا چاہتے ہیں تو براہ کرم نرس سے رابطہ کریں:

- کثیر لسانی وسائل
- ٹیلیٹ/ہیڈفونز
- ڈیجیٹل فوٹو فریم
- ریڈیو
- حسی اشیاء
- مواصلاتی معاونات
- اخبارات/کتابیں
- آڈیو بکس
- آسان پڑھنے والی ڈیجیٹل گھڑی
- ورچوئل رینلٹی سیٹ

آپ کے قیام کے دوران آپ کے لیے دستیاب خدمات

فزیوتھراپی

ہماری فزیوتھراپی ٹیم آپ کے مقاصد کے حصول میں آپ کی مدد کرے گی اور آپ کے معیار زندگی کو مختلف طریقوں سے بہتر بنانے میں معاون ثابت ہوگی، جیسے آپ کا اعتماد بڑھانا، زیادہ خود مختار بننا اور آپ کے ذاتی اہداف کے حصول میں مدد کرنا، جبکہ آپ کی علامات کے جسمانی اور محفوظ سرگرمیوں پر پڑنے والے اثرات کو بھی مدنظر رکھا جائے گا۔ علاج سے پہلے آپ کے لیے مناسب معاونت فراہم کرنے کے لیے جائزے مکمل کیے جائیں گے۔ تمام علاج آپ کے مطابق ڈھالے جاتے ہیں تاکہ آپ اپنے علاج سے زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھا سکیں۔ فزیوتھراپی طویل المدتی بیماری سے نمٹنے والے افراد کے لیے بہت مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔

فزیوتھراپی میں شامل ہو سکتا ہے:

- سانس کی تنگی کا انتظام
- کمزور نقل و حرکت کا انتظام
- فعال کاری
- درد کا انتظام
- ایکوپنکچر
- ہلکی جم پر مبنی ورزشیں
- لمف ایڈیما سپورٹ
- کرسی پر مبنی ایروبیک سیشنز

گرتے ہوئے پانی

زیادہ تر مریضوں کے حادثات گرنے کی وجہ سے ہوتے ہیں، لہذا اگر آپ کو ایسا کرنے کا مشورہ دیا گیا ہو یا آپ کسی بھی وقت کمزور یا غیر مستحکم محسوس کریں تو براہ کرم نرس کو کال کریں۔ اگر آپ کا توازن درست نہ ہو تو بغیر نگرانی کے چلنے کی کوشش ہرگز نہ کریں، اور براہ کرم اپنے قیام کے دوران موزوں جوتے یا چپلیں ساتھ لائیں، نیز اپنی نقل و حرکت میں مدد کے لیے کوئی بھی چلنے میں معاون آلات، چشمے یا سماعت کے آلات بھی ساتھ لائیں۔ براہ کرم نرسوں کو مطلع کریں اگر آپ محسوس کرتے ہیں کہ آپ کو حفاظت، طاقت اور ساز و سامان کی فراہمی میں معاونت کے لیے فزیوتھراپی کے جائزے سے فائدہ ہو سکتا ہے۔

مہارت علاج

ہماری آکیوپیشنل تھراپی ٹیم آپ کو روزمرہ زندگی میں وہ کام کرنے میں مدد دے گی جو آپ کرنا چاہتے ہیں اور کرنے کی ضرورت ہے۔ اس میں آپ کا خیال رکھنا اور آپ کو اپنے کسی بھی اہداف کے حصول میں مدد فراہم کرنا شامل ہے، اور یہ اس بات پر مرکوز ہے کہ "آپ کے لیے کیا اہمیت رکھتا ہے"۔ اصطلاح "مصروفیت" ان سرگرمیوں کی تعریف کے لیے استعمال ہوتی ہے اور اس میں تفریح، خود نگہداشت اور کام شامل ہیں۔ ان شعبوں میں خود مختاری ایک شخص کو اپنے کرداروں میں قدر محسوس کرنے، شناخت کا احساس اور خود کفالت کا احساس دلا سکتی ہے۔ مشاغلہ معالجین ان 'مشاغلوں' کی راہ میں آنے والی رکاوٹوں کو توڑنے پر توجہ مرکوز کرتے ہیں، چاہے وہ جسمانی ہوں، نفسیاتی ہوں یا ماحولیاتی، اور لوگوں کے ساتھ براہ راست شراکت میں کام کرتے ہوئے مختلف اقسام کی مداخلتیں استعمال کرتے ہیں تاکہ وہ اپنے لیے معنی خیز اہداف حاصل کر سکیں۔

مہارت علاج میں شامل ہو سکتا ہے:

- تھکاوٹ کا انتظام
- پریشانی کا انتظام
- تخلیقی تھراپی سیشنز
- فعال کاری
- ماحولیاتی جائزہ
- موافقتی آلات کا جائزہ اور فراہمی
- باغبانی اور قدرتی علاج کے سیشن
- یادداشت کے سیشن بنانا
- عملی مسئلہ حل کرنا
- گروہی سرگرمی کے ذریعے تعاون

بہبود

ہمارے فلاح و بہبود کے ٹیم کے حوالے کیے جانے کے بعد، کوئی آپ سے ملنے آئے گا تاکہ آپ کے لیے کون سے علاج فائدہ مند ہو سکتے ہیں، اس پر بات کی جا سکے۔ ہماری ویل بیننگ ٹیم مکمل طور پر تربیت یافتہ معالجین پر مشتمل ہے جو آپ کے کمرے کی راحت میں تھراپی فراہم کر کے آپ کو ایک نجی اور آرام دہ ماحول فراہم کرتی ہے تاکہ آپ آرام کر سکیں اور ہماری خدمات سے مستفید ہو سکیں۔ تکمیلی علاج کے استعمال کے ساتھ ساتھ ہم بیوٹی تھراپی اور ہیئر ڈریسنگ کی خدمات بھی فراہم کرتے ہیں۔

ہم آپ کی کس طرح مدد کر سکتے ہیں:

مالش

نرم، دہرائے جانے والے اور بہتے ہوئے حرکات جسم پر ایک آہستہ لہر پیدا کرتی ہیں جو جلد کو سکون دیتی ہیں، اعصابی نظام کو پرسکون کرتی ہیں اور آرام کو فروغ دیتی ہیں۔

خوشبوئی علاج

ضروری تیل حامل تیلوں میں پتلے کیے جاتے ہیں۔ تیلوں کی خوشبو سکون، اطمینان اور خوشی کا احساس پیدا کر سکتی ہے۔ اس سروس کو مساج کے ساتھ ملا کر تناؤ، درد، ذہنی دباؤ، تھکاوٹ، جوڑوں کی اکڑن، نیند کے مسائل اور اعصابی تھکاوٹ سے نجات کے لیے استعمال کیا جا سکتا ہے۔

ایکیوپنکچر

ایکیوپنکچر میں دردناک اور غیر دردناک دونوں حالتوں کو بہتر بنانے کے لیے جلد میں جراثیم سے پاک سوئیائیں لگانا شامل ہے۔ ایک نکچر کرنے والا جسم پر ایسے نقاط پر سوئیائیں لگاتا ہے جہاں، یقین کیا جاتا ہے، وہ توانائی کے بہاؤ کو بحال کر سکتی ہیں۔ علاج کے دوران سوئیائیں محفوظ اور بے درد رہتی ہیں۔ مطالعات سے معلوم ہوتا ہے کہ ایکیوپنکچر جسم میں قدرتی کیمیائی مادے خارج کرتا ہے جو پٹھوں کو آرام پہنچاتے ہیں، سانس کی تنگی، متلی اور درد میں بھی آرام دیتے ہیں۔

ریکی

ریکی آپ کے مکمل لباس پہنے ہوئے کی حالت میں کی جاتی ہے۔ معالج کے ہاتھ جسم کے تھوڑا سا اوپر رکھے جاتے ہیں، جو آپ کے گرد موجود قدرتی توانائیوں کو سادہ اور پرسکون انداز میں ہدایت دیتے ہیں اور آپ کے ذہن، جسم اور جذبات کے درمیان توازن کو دوبارہ قائم کرنے میں مدد کرتے ہیں۔ آپ محسوس کریں گے کہ معالج کے ہاتھوں سے ایک نرم گرمی اٹھ کر آپ کے پورے جسم میں پھیل رہی ہے، جب آپ پرسکون موسیقی سنتے ہوئے آرام سے لیٹے ہوں۔ کبھی کبھار آپ کو اس کی انگلیوں کا ہلکا لمس محسوس ہو سکتا ہے، اس کے علاوہ کوئی جسمانی رابطہ نہیں ہوتا۔ ریکی ایمانی شفا نہیں ہے اور جو لوگ اسے آزمانا چاہتے ہیں انہیں کسی خاص مذہبی عقیدے کی ضرورت نہیں۔ مریض کہتے ہیں کہ ریکی انہیں پرسکون کرتی ہے اور تناؤ، بے چینی اور درد سے جذباتی اور جسمانی نجات دیتی ہے۔

آرام

ہم آپ کو آرام کرنے میں مدد کے لیے مختلف آڈیو دستیاب ہیں۔ یہ کسی بھی بیماری سے منسلک بے چینی اور دباؤ کو کم کر سکتا ہے۔ آپ انہیں جب چاہیں آرام یا نیند میں مدد کے لیے استعمال کر سکتے ہیں۔ ہم آڈیو فراہم کرتے ہیں۔ ہم آرام کی وہ تکنیکیں بھی اپناتے ہیں جن میں تصور اور نرم سانس لینے کا استعمال ہوتا ہے۔

ریفلیکسولوجی

متعلقہ جسمانی حصوں میں اثرات پیدا کرنے کے لیے پاؤں اور/یا ہاتھوں پر مختلف دباؤ کا اطلاق۔ یہ بہت مفید ہے اگر کوئی مساج نہیں چاہتا یا اگر جسمانی حصہ ناقابل رسائی ہو۔ ریفلیکسولوجی پورے نظام کا علاج کرتی ہے۔

سماجی کام

ہمارے سماجی کارکن مریضوں اور ان کے اہل خانہ دونوں کو جذباتی، عملی اور سماجی معاونت فراہم کرنے کے لیے یہاں موجود ہیں۔ ہم آپ کے ساتھ قریبی تعاون کر سکتے ہیں تاکہ آپ اپنی ضروریات کو سمجھ سکیں اور آپ کے قیام کے دوران پیش آنے والی کسی بھی مشکل یا تشویش سے نمٹنے میں آپ کی مدد کر سکیں۔ ہم آپ کی زندگی کے غیر طبی پہلوؤں جیسے فلاحی فوائد، مالی اور قانونی امور کے بارے میں مشورہ اور معلومات فراہم کر کے مدد کر سکتے ہیں۔ ہم آپ کی جانب سے ایجنسیوں، تنظیموں اور خدمات کے ساتھ رابطہ کر کے بھی مدد کر سکتے ہیں۔

ہم ہاسپٹالس کیئر سے گھر یا کسی دوسرے نگہداشت کے ماحول میں ہموار منتقلی کو یقینی بنانے اور یہ کہ آپ کے پاس آگے بڑھنے کے لیے مناسب نگہداشت موجود ہو، میں ملوث ہو سکتے ہیں۔

ہمارا مقصد آپ کو باختیار محسوس کرنے میں مدد کرنا ہے تاکہ آپ باخبر فیصلے کر سکیں اور اپنی دیکھ بھال کے دوران کنٹرول اور وقار کا احساس برقرار رکھ سکیں۔

مشاورت

مشاورت ایک پیشہ ورانہ اور خفیہ خدمت ہے جو افراد کو اپنے خیالات، جذبات اور چیلنجز کو دریافت کرنے کے لیے ایک محفوظ ماحول فراہم کرتی ہے۔ ایک تربیت یافتہ مشیر کی رہنمائی میں، اس کا مقصد افراد کو بصیرت حاصل کرنے، مقابلہ کرنے کی حکمت عملی وضع کرنے، اور ان کی ذہنی و جذباتی فلاح و بہبود کو بہتر بنانے میں مدد فراہم کرنا ہے۔ مشاورت ترقی، خود آگاہی، اور لچک کو فروغ دیتی ہے، اور لوگوں کو زندگی کی پیچیدگیوں سے زیادہ مؤثر طریقے سے نمٹنے کے قابل بناتی ہے۔

روحانی نگہداشت

آپ کو تشویشات، خدشات یا سوالات ہو سکتے ہیں؛ شاید اپنی بیماری یا اپنے اور اپنے پیاروں کے لیے اپنی امیدوں اور خوف کے بارے میں، اور اس پر کسی سے بات کرنے سے آپ کو فائدہ ہو سکتا ہے۔ ہماری روحانی نگہداشت کی ٹیم کے چپلینز پادری نگہداشت میں مہارت رکھتے ہیں اور ہمدردانہ سننے کے ذریعے تعاون فراہم کرنے کی کوشش کرتے ہیں اور وہ لاعلاج بیماری سے متاثرہ افراد کے ساتھ سفر کرنے کے لیے تیار ہیں۔ ہم سمجھتے ہیں کہ ہر شخص کے اندر روحانیت ہوتی ہے، لیکن ہر کوئی اسے ایمان کے ذریعے ظاہر نہیں کرتا۔ تاہم، ہماری ٹیم آپ کی کسی بھی مذہبی یا عقائدی ضرورت کی بھی حمایت کرے گی۔

غسل کی سہولت

ہم سمجھتے ہیں کہ جب کسی کی طبیعت ناساز ہوتی ہے تو گھر پر نہانا یا شاور کرنا مشکل اور زیادہ غیر محفوظ ہو سکتا ہے۔ ہماری غسل کی سہولت مریضوں کو ہمارے سپا طرز کے کمرے کی آرام دہ فضا میں محفوظ طریقے سے پرسکون غسل سے لطف اندوز ہونے کا موقع فراہم کرتی ہے، جہاں موڈ لائٹنگ اور موسیقی دستیاب ہیں۔ ہمارا دوستانہ غسل کا عملہ آپ کی ضرورت کے مطابق زیادہ یا کم مدد کے لیے دستیاب رہے گا۔

تھیراپی کتے

ہمیں اکثر ان پیشینٹ سینٹر میں تھیراپی کتے ملاقات کے لیے آتے ہیں - سینٹ لوک کے ایک مختلف قسم کے رضاکار!

لنچ کلب

ہمارا لنچ کلب مریضوں اور ان کے چاہنے والوں کو، اگر وہ چاہیں، اپنے کمروں سے نکل کر ایک الگ ڈائننگ روم میں دوپہر کا کھانا کھانے کا موقع فراہم کرتا ہے۔ سیشنز ایک رضاکار کے ساتھ ساتھ صفائی کے عملے اور تھیراپی ٹیم کی معاونت سے منعقد کیے جاتے ہیں اور وہ بھی موجود رہتے ہیں۔

مہمان نوازی

ہماری کیئرنگ ٹیم ہر ذوق اور غذا کے مطابق تازہ پکائے گئے کھانے اور ہلکے ناشتے فراہم کرتی ہے، بشمول ان افراد کے جن کی غذائی ترجیحات مذہبی، ثقافتی یا طبی حالات جیسے ذیابیطس، الرجی اور گلوٹن عدم برداشت کی بنا پر مخصوص ہیں۔ مزید معلومات کے لیے براہ کرم اپنے کمرے میں موجود مینو ملاحظہ کریں۔

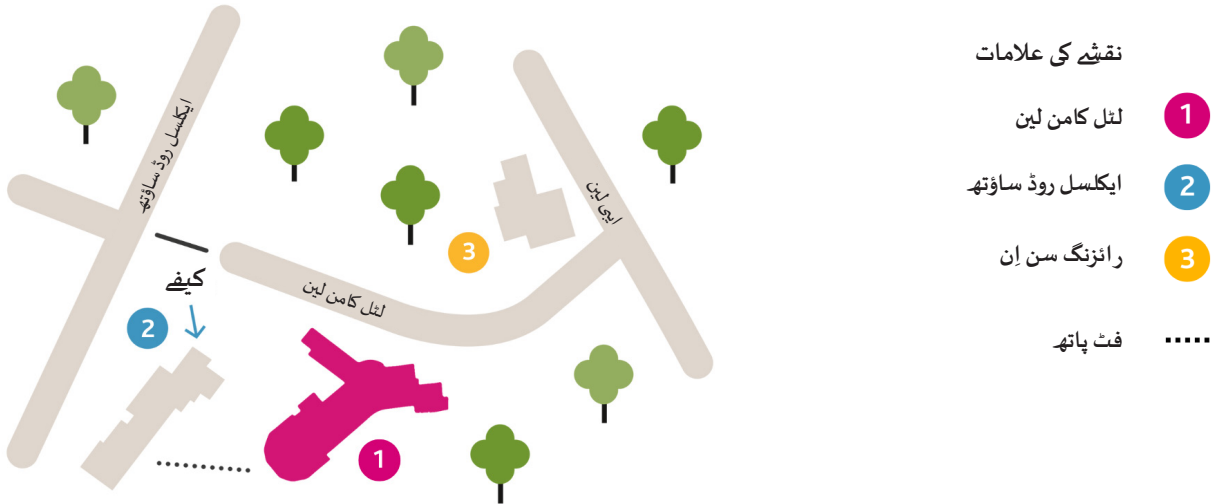
ہم اپنے کھانوں کو ایسے مریضوں کے لیے ڈھال سکتے ہیں جن کے لیے نگلنا اور ہضم کرنا زیادہ مشکل ہو، اور ہم درخواست پر کبھی کبھار 'خصوصی کھانے' بھی تیار کر سکتے ہیں۔ براہ کرم اس کی درخواست کے لیے ہماری ہاسپٹیلٹی ٹیم کے کسی رکن سے رابطہ کریں۔

ہاسپٹیلٹی عملہ مریض کے مطابق وقت پر ناشتہ پیش کرنے کے لیے دستیاب رہے گا۔ دوپہر کا کھانا دو نشستوں میں دوپہر 12:30 بجے اور 1:15 بجے پیش کیا جاتا ہے اور رات کا کھانا شام 5 بجے اور 5:45 بجے پیش کیا جاتا ہے۔ اس دن کے مینو سے ہر سروس سے پہلے آرڈرز لیے جائیں گے۔ مشروبات دن اور رات ضرورت کے مطابق پیش کیے جاتے ہیں۔

ہم چاہتے ہیں کہ ہمارے مریض اپنے کھانے سے لطف اندوز ہوں اور اگر وہ کچھ مختلف پسند کریں تو ہم ہمیشہ ان کی درخواستوں کو پورا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

رشتہ دار اور مہمان اپنے پیاروں کے ساتھ کھانے کے لیے بھی کھانا آرڈر کر سکتے ہیں، لیکن ہم درخواست کرتے ہیں کہ دوپہر کے کھانے کے لیے صبح 11 بجے تک اور رات کے کھانے کے لیے شام 4 بجے تک ریسپشن پر کھانے کی قیمت ادا کر دی جائے۔ آپ کی رسید پھر ہاسپٹیلٹی کے کسی رکن کو دی جانی چاہیے جو آپ کا آرڈر باورچی خانے میں پہنچا دے گا۔ براہ کرم نوٹ کریں، اگر آپ رہائشی زائر ہیں تو آپ کے کھانے کا کوئی چارج نہیں ہوگا۔

ہمارا کوچ ہاؤس کیفے پیر تا جمعرات صبح 11 بجے سے دوپہر 2 بجے تک ہماری ایکسپریس روڈ ساؤتھ عمارت میں کھلا رہتا ہے، جہاں گرم اور ٹھنڈے مشروبات، کیس اور ہلکے دوپہر کے کھانے کے ڈیلز دستیاب ہیں۔



فارمیسی کی ٹیم پیر تا جمعہ ان پیشنٹ سینٹر میں دستیاب ہے اور اس میں ایک فارماسسٹ اور ایک فارمیسی ٹیکنیشن شامل ہیں۔ وہ یہاں اس بات کو یقینی بنانے کے لیے ہیں کہ آپ کی تجویز کردہ تمام ادویات محفوظ، مؤثر اور آپ کے لیے دستیاب ہوں۔ ان پیشنٹ سینٹر میں آپ کے قیام کے آغاز کے فوراً بعد، فارمیسی کی ٹیم آپ سے ملاقات کرے گی تاکہ آپ کی ادویات کی درست فہرست حاصل کی جا سکے۔ یہ اس لیے ہے کہ ان پیشنٹ سینٹر کی کلینیکل ٹیم آپ کی ادویات میں محفوظ تبدیلیاں کر سکے جو آپ نے پہلے نہیں آزمائیں۔

جب آپ سینٹ لوک کے ہاسپس میں ہمارے ہاں قیام کر رہے ہیں تو فارمیسی آپ کی ادویات کے سلسلے میں آپ کی مدد کے لیے کئی طریقے اختیار کر سکتی ہے:

- اپنے فارغ ہونے کے بعد کے ادویات تیار کریں
- فارغ ہونے پر آپ کی ادویات کے لیے بڑے پرنٹ والے لیبل
- 'NOMADS' (جنہیں مانیٹرڈ ڈوزنگ سسٹمز بھی کہا جاتا ہے) اخراج پر
- گرین کارڈز – آپ کی ادویات کی یاد دہانی کے طور پر کام کرتے ہیں اور آپ کو بتاتے ہیں کہ انہیں کب لینا ہے
- MAR چارٹس – یہ عام طور پر فراہم کیے جاتے ہیں اگر آپ کے پاس ایسے نگہبان ہوں جو آپ کو دوائیں دینے میں مدد کرتے ہوں
- آپ کی ادویات کے بارے میں آپ کے کسی بھی سوال کا جواب دینا
- بوتلوں سے "کلیک لاکس" ہٹانا تاکہ انہیں کھولنا آسان ہو

ہم ادویات سے متعلق مختلف مشاورت بھی فراہم کر سکتے ہیں، بشمول لیکن محدود نہیں:

- اپنے انہیلرز کا استعمال اور ان کا خیال کیسے رکھیں
- دوائیں کب لینی ہیں
- اپنی دوائیں کیسے لیں
- آپ کی دوائیں کس لیے ہیں

ہم آپ کو اور آپ کے قریبی لوگوں کو آپ کے علاج سے متعلق بات چیت اور منصوبوں میں فعال طور پر حصہ لینے کی ترغیب دیں گے۔

ہم آپ سے درخواست کرتے ہیں کہ جب آپ کو سینٹ لوک کے ہاسپٹس میں داخل کیا جائے تو عملے کو آپ کو آپ کی دوائیں دینے کی اجازت دیں۔ تاہم، آپ مندرجہ ذیل اشیاء کا استعمال خود جاری رکھ سکتے ہیں:

- کریم/مرہم
- آنکھوں کے قطرے
- انہیلرز
- کریوں - ایک دوا ہے جو کھانے/ناشتے کے ساتھ لی جانی چاہیے۔

اگر آپ ان خدمات میں دلچسپی رکھتے ہیں تو براہ کرم کسی نرس کو مطلع کریں۔

ڈاک

جب آپ ہسپتال میں داخل مریض ہوں تو آپ سینٹ لوک کے پتے پر ڈاک وصول کر سکتے ہیں۔ آپ کا ڈاک ہمارے مرکزی استقبالیہ پر پہنچا دیا جائے گا اور آپ کے قیام کے دوران ٹیم کا ایک رکن اسے آپ تک پہنچا دے گا۔

ان پیشنٹ سینٹر (آئی پی سی) استقبالیہ

ہماری آئی پی سی استقبالیہ ٹیم ہفتے کے ساتوں دن صبح 8 بجے سے شام 7:30 بجے تک دستیاب ہے اور آپ یا آپ کے قریبی افراد کو آپ کے کسی بھی سوال کے سلسلے میں مدد فراہم کر سکتی ہے۔



ہمارے باغات اور باغیچہ کا کمرہ

ہاسپس کے پچھلے حصے میں ہمارا ایک خوبصورت باغ ہے جو تمام مریضوں اور زائرین کے لیے ایک خوشگوار اور پرسکون جگہ ہے۔ تھیراپی ٹیم آپ کو کچھ تھیراپی مداخلت کے لیے باہر لے جا سکتی ہے یا آپ خاندانی موقع کے لیے گارڈن روم بک کر سکتے ہیں۔



گارڈن روم باغات کے اندر ایک خوبصورت جگہ ہے جہاں آپ اپنے مہمانوں کے ساتھ اپنے کمرے سے دور کچھ وقت گزار سکتے ہیں اور باغات اور وہاں کی جنگلی حیات سے لطف اندوز ہو سکتے ہیں۔ آپ اور آپ کے مہمانوں کے لیے باغات تک رسائی لفٹ کے ذریعے ہے۔ اگر آپ باغات تک جانا چاہتے ہیں تو براہ کرم نرسنگ ٹیم سے ایک فوب لیں جو آپ کو عمارت میں اندر جانے اور باہر نکلنے کی اجازت دے گا۔ آپ کو یہ بھی کرنا ہوگا کہ جب آپ باہر ہوں اور مدد کی ضرورت ہو تو استعمال کے لیے "نرس کال" فوب کی درخواست کریں۔ اگر آپ کو وہیل چیئر کی ضرورت ہو تو عملہ آپ کے لیے اس کا انتظام کر دے گا۔ باغات ہمارے ایکسلس روڈ ساؤتھ مقام کے باغات تک رسائی بھی فراہم کرتے ہیں۔



انفیکشن کنٹرول

ہاتھ دھونا

ہم سینٹ لوک کے ہر فرد کو بار بار ہاتھ دھونے کی ترغیب دیتے ہیں۔ زائرین سے درخواست ہے کہ وہ ہمارے مرکزی استقبال پر پہنچنے پر ہاتھ دھوئیں، اور ہر کمرے کے اندر اور باہر ہینڈ جیل کے ڈسپنسر نصب ہیں، نیز ہر کمرے کے اندر سنکس بھی موجود ہیں۔

الگ تھلگ کرنے اور منتقلی پر مبنی احتیاطی تدابیر

کبھی کبھی، جب کسی مریض کے بارے میں معلوم ہو یا شبہ ہو کہ وہ ایسا جراثیم رکھتا ہے جو دوسروں کو متاثر کر سکتا ہے، تو اضافی احتیاطی تدابیر اختیار کی جا سکتی ہیں۔ ان احتیاطی تدابیر میں سب سے عام "انٹیسولیشن" اور "منتقلی پر مبنی احتیاطی تدابیر" کے نام سے جانی جاتی ہیں۔ یہ دونوں احتیاطی تدابیر ایک دوسرے سے منسلک ہیں لیکن ایک دوسرے سے مختلف ہیں۔ اگر آپ میں ایسی انفیکشن پائی جاتی ہے جو دوسروں میں منتقل ہو سکتی ہے تو اس بارے میں آپ کے ساتھ کثیر الشعبہ جاتی ٹیم (MDT) کے ذریعے بات کی جائے گی۔

ان پیشینٹ سینٹر میں داخل تمام مریضوں کا ہاسپس کی طبی ٹیم کے ایک رکن کے ذریعے باقاعدگی سے جائزہ لیا جاتا ہے۔ اگر آپ کو اپنی علامات کے جائزے اور انتظام کے لیے نگہداشت مل رہی ہے تو ہم مناسب وقت پر گھر جانے پر بات شروع کریں گے، جو عموماً ہمارے ہاں ایک سے دو ہفتے قیام کے بعد ہوتا ہے۔

ان پیشینٹ سینٹر سے گھر چھٹی ہونے پر بہت سے لوگ گھر جانے کے لیے خاندان کے کسی فرد یا قریبی دوست کے ساتھ سفر کرتے ہیں، لیکن اگر ضرورت ہو تو ہم آپ کی ضروریات کے مطابق آپ کے لیے ایمبولینس یا ٹیکسی کا انتظام کر سکتے ہیں۔ آپ کو ساز و سامان، نگہداشت اور آگے کے حوالے فراہم کیے جائیں گے اور آپ کے گھر جانے کے لیے مناسب صحت یابی اور نگہداشت کے اگلے مراحل کو سمجھنے کے لیے جائزے مکمل کیے جائیں گے۔

ہماری فارمیسی ٹیم اس بات کو یقینی بنائے گی کہ آپ کے پاس گھر لے جانے کے لیے سات دن کی دوا کی فراہمی موجود ہو اور وہ تمام اشیاء بھی جو آپ کو دوائیں لینے میں مدد دیں (مثلاً منہ کے لیے سرنجیں/گولی کاٹنے والا آلہ)۔ وہ آپ کو آپ کی فارغ ہونے والی ادویات کی فہرست کی ایک کاپی بھی فراہم کریں گے اور اس بات کو یقینی بنائیں گے کہ آپ کے جی پی کو سینٹ لوک کے ہاسپٹس میں آپ کے قیام کے دوران آپ کی ادویات میں کی گئی کسی بھی تبدیلی سے آگاہ کیا جائے۔ کسی بھی تبدیلی یا نئی دوا کو آپ کے مریض کے ریکارڈ میں درج کرنا چاہیے اور آپ دواؤں کا دوبارہ آرڈر اسی طرح کریں گے جیسا آپ عام طور پر اپنے جی پی سرجری میں کرتے ہیں۔

جب آپ گھر پہنچ جائیں گے تو ہماری ٹیم کا ایک رکن آپ سے رابطہ کرے گا تاکہ مناسب فالو اپ کا انتظام کیا جا سکے۔

مریضوں کی ہیلپ لائن کا نمبر 0114 2357663 ہے اور یہ ہفتے کے ساتوں دن صبح 9 بجے سے شام 5 بجے تک دستیاب ہے، اگر آپ کو اس دوران رابطہ کرنے کی ضرورت ہو۔ اگر آپ کو کال کرنے کی ضرورت ہو تو براہ کرم وائس میل سہولت پر ایک مختصر پیغام چھوڑیں، آپ کی کال کو بروقت واپس کیا جائے گا۔ اگر وائس میلز چار بجے کے بعد چھوڑی جائیں تو یہ اگلے دن موصول ہو سکتی ہیں۔

بہت سے مریضوں کو ہمارے ان پیشینٹ سینٹر سے درد اور علامات کے انتظام کے لیے مختصر قیام کے بعد فارغ کر دیا جاتا ہے۔
پھر وہ اکثر ہماری مریض اور خاندان معاونت سروس اور ہماری کمیونٹی ٹیم سے مدد حاصل کرتے ہیں۔



← Reception

← Patients' visitor parking

← Drop off point

زائرین کے لیے معلومات

روزانہ صبح 10 بجے سے شام 6 بجے تک ان پیشنٹ سینٹر میں زائرین کا خیر مقدم کیا جاتا ہے، اور رہائشی زائرین کے لیے بھی سہولت دستیاب ہے۔ براہ کرم ہمیں بتائیں اگر آپ کے مہمانوں کے حوالے سے آپ کی کوئی خاص درخواستیں ہیں۔ مثال کے طور پر، کچھ مریض جو بہت زیادہ بیمار محسوس کرتے ہیں، ہم سے درخواست کرتے ہیں کہ ان سے ملنے والے افراد کی تعداد محدود کی جائے۔ اگر آپ چاہیں تو رشتہ دار/نگہبان آپ کے ساتھ ملاقاتوں اور طبی گفتگو میں آپ کی معاونت کر سکتے ہیں۔ سینٹ لوک کے میں بچوں کے پمپر تبدیل کرنے کی سہولیات اور پمپر دستیاب ہیں۔ براہ کرم ٹیم کے کسی رکن سے پوچھیں جو آپ کو اس کی طرف رہنمائی کر سکے۔

یہاں پہنچنا

گاڑی کے ذریعے

ان پیشنٹ کے زائرین کو ہمارے لٹل کامن پر پہنچنا ہوگا لین سائٹ کا داخلی راستہ لٹل کامن لین (S11 9NE) اور ہماری استقبالیہ کے باہر کار پارک استعمال کریں۔

بس کے ذریعے

جو لوگ مقامی نقل و حمل سے پہنچیں گے، ہم ان کے لیے سفارش کریں کہ وہ Journey Planner استعمال کریں۔ ٹریول ساؤتھ یارکشائر کی ویب سائٹ:

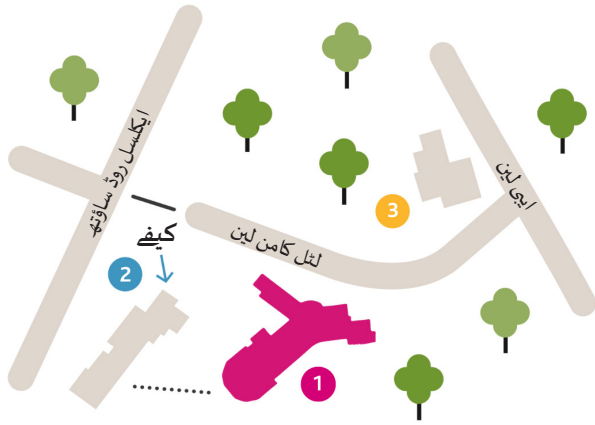
(www.journeyplanner.travelsouthyorkshire.com)

جو ایک تفصیلی سفرنامہ فراہم کرے گا بشمول بس اسٹاپوں کے درمیان اندازاً پیدل چلنے کا وقت۔ کے لیے مقصد کے لیے، وہ لٹل کامن لین، S11 9NE ٹائپ کر سکتے ہیں۔

اگر آپ کے مہمان کو ٹیکسی کی ضرورت ہو تو براہ کرم ان سے بولنے کو کہیں۔ ہماری مرکزی استقبالیہ پر، جو ان کے لیے ٹیکسی بک کر سکتے ہیں۔

رشتہ دار اور نگہبان جو فلاح و بہبود کی معاونت چاہتے ہیں، رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔ ہماری ایکسپلور روڈ ساؤتھ سائٹ (S11 9PX) پر سرگرمیاں۔ یہاں، وہ کر سکتے ہیں ہمارے کوچ ہاؤس کیفے کا بھی دورہ کریں، جہاں مفت مشروبات اور ایک پیش کیے جاتے ہیں۔ خفیف دوپہر کے کھانوں اور کیک کی خریداری کے لیے دستیاب اقسام۔

سائٹ کا نقشہ



نقشہ کی علامات

- 1 لٹل کامن لین
- 2 ایکسل روڈ ساؤتھ
- 3 رائزنگ سن این
- فٹ پاتھ

سینٹ لوک دو اہم عمارتوں پر مشتمل ہے۔ پہلی ہماری لٹل کامن لین (S11 9NE) کی عمارت ہے، جہاں ان پیشینہ سینٹر واقع ہے اور جہاں ہماری طبی کلینکس منعقد ہوتی ہیں۔

دوسری ہماری ایکلیس آل روڈ ساؤتھ (S11 9PX) عمارت ہے جہاں پیشینہ اینڈ فیملی سپورٹ کی جانب سے فراہم کردہ سماجی نسخہ کاری کی سرگرمیاں منعقد ہوتی ہیں۔

ہماری ایکلسال روڈ ساؤتھ عمارت میں بھی ایک کوچ ہاؤس کیفے ہے، جہاں مریض، ان کے رشتہ دار اور/یا نگہبان آ سکتے ہیں جہاں مفت مشروبات کے ساتھ ہلکے دوپہر کے کھانے اور خریدنے کے لیے دستیاب ہیں۔ مرکزی استقبالیہ سے راستہ کرنے کے لیے براہ کرم پوچھیں، وہ آپ کو رہنمائی فراہم کریں گے۔

مقیم زائرین

اگر آپ کے قریبی رشتہ دار یا نگہبان ہیں تو وہ رہائشی مہمان کے طور پر آپ کے کمرے میں رات بھر آپ کے ساتھ رہ سکتے ہیں۔ ہم نے ہر کمرے میں بستر رکھے ہیں تاکہ آپ کے قیام کے دوران آپ کے قریبی رشتہ دار یا نگہبان آپ کے قریب رہ سکیں۔ اگر آپ کے قریبی رشتہ دار یا نگہبان رہائشی زائر بننا چاہتے ہیں تو براہ کرم انچارج نرس کو مطلع کریں۔ ایک فیملی سوئٹ بھی دستیاب ہے جو ہم دستیابی کے مطابق پیش کر سکتے ہیں۔ اس کمرے میں آپ کے عزیز کے کمرے سے ملنے والا دروازہ ہے۔ اس میں ایک چھوٹا باورچی خانہ ہے اور ملحقہ کمرے میں ایک ڈبل بیڈ، الگ باتھ روم کا علاقہ اور ٹی وی، صوفہ اور بالکونی تک رسائی کے ساتھ آرام کے لیے جگہ ہے۔ اگر آپ سمجھتے ہیں کہ آپ کو فیملی سوئٹ سے فائدہ ہوگا تو براہ کرم ٹیم کے کسی رکن سے بات کریں، وہ آپ کو بتا سکیں گے کہ آیا یہ آپ کے لیے مناسب اور دستیاب ہے۔

کس سے ملاقات کی جا سکتی ہے

بچوں کو آپ سے ملنے کی دعوت دی جاتی ہے، ایک سرگرمی کا علاقہ بھی ہے جب آپ یا وہ خود کے لیے جگہ یا وقت چاہیں۔ تخلیقی اور دیگر سرگرمیاں پیشگی ترتیب دی جا سکتی ہیں، براہ کرم اس کے انتظام کے لیے عملے کے کسی رکن سے رابطہ کریں۔ ہمارے Ecclesall Road South سائٹ میں ایک فیملی روم بھی دستیاب ہے، جس میں کھلونے، کھیل اور گیمنگ کنسول استعمال کے لیے موجود ہیں۔ بچوں، خاندانوں اور دوستوں کی مدد کے لیے خدمات دستیاب ہیں، اگر آپ مزید معلومات چاہتے ہیں تو براہ کرم انچارج نرس سے رابطہ کریں۔ اگر آپ کے پاس کوئی پالتو جانور ہیں تو وہ آپ سے ملنے آ سکتے ہیں۔ ہم صرف یہ درخواست کرتے ہیں کہ آپ اپنی نرس کے ساتھ اس کا انتظام کریں اور اپنے مہمان سے درخواست کریں کہ وہ دورے کے دوران اپنے پالتو جانوروں کو قابو میں رکھیں۔

مہمانوں کے لیے کھانا اور مشروبات

ہر مریض کے کمرے میں زائرین کے لیے کھانے اور مشروبات کا مینو دستیاب ہونا چاہیے تاکہ وہ اپنے کمرے میں کھانا اور مشروبات منگوا کر لطف اندوز ہو سکیں۔ متبادل طور پر، ہاسپس کیفے کو زائرین پیر تا جمعہ دوپہر 1 بجے سے 2 بجے تک استعمال کر سکتے ہیں۔ ہمارے پاس استقبالیہ میں ایک وینڈنگ مشین کے ساتھ ساتھ ایک واٹر کولر اور ایک گرم مشروبات کی مشین بھی ہے۔ ہماری استقبالیہ کے علاقے میں کافی مشین کے پاس ٹھنڈے مشروبات اور نمکین بھی دستیاب ہیں، جن کی ادائیگی استقبالیہ پر یا 'ایمانداری باکس' میں کی جا سکتی ہے۔ ہمارا کوچ ہاؤس کیفے پیر تا جمعرات صبح 11 بجے سے دوپہر 2 بجے تک ہمارے ایکلسال روڈ ساؤتھ مقام پر بھی کھلا ہے، جہاں گرم اور ٹھنڈے مشروبات، کیس اور ہلکے دوپہر کے کھانے کے ڈیلز دستیاب ہیں۔ کیفے تک پیدل جانے میں تقریباً پانچ منٹ لگتے ہیں اور راستہ ڈھلوان والا ہے۔

تمباکو نوشی کی سہولیات

عمارت میں سگریٹ نوشی یا ویپنگ کی اجازت نہیں ہے۔ اگر آپ سگریٹ نوشی یا ویپنگ کرتے ہیں تو براہ کرم ٹیم کے کسی رکن سے بات کریں جو آپ کو ہمارے سگریٹ نوشی کے پناہ گاہ کی طرف رہنمائی کر سکے۔

خاندانوں اور نگہداشت کرنے والوں کے لیے مدد دستیاب ہے۔

آپ کا خیال رکھنے کے علاوہ، ہم آپ کے خاندان اور قریبی دوستوں کا بھی خیال رکھتے ہیں۔ اگر ان میں سے کسی کو بھی کسی بھی قسم کی دشواری ہو تو براہ کرم ان سے کہیں کہ وہ ہم سے بات کریں۔ ابتدائی طور پر انہیں نرسوں میں سے کسی ایک یا داخل مریض مرکز کے استقبالیہ سے بات کرنی چاہیے۔

آپ کی رضامندی سے، آپ کا خاندان یا نگہبان آپ کی دیکھ بھال کے بارے میں ہونے والی بات چیت اور فیصلوں میں حصہ لے سکے گا۔ وہ ضرورت پڑنے پر طبی عملے سے بھی ملاقات کر سکتے ہیں اور ان سے بات کر سکتے ہیں۔ ہمارے پاس ایک روحانی نگہداشت کی ٹیم بھی ہے جو ہر مذہب کے پیروکاروں اور غیر مذہبی افراد کو مذہبی یا روحانی معاونت فراہم کر سکتی ہے۔ ہماری سماجی کام کی ٹیم مشورہ اور تعلیم فراہم کر سکتی ہے اور ضرورت کے مطابق دیگر خدمات کی جانب حوالہ دے سکتی ہے، جبکہ ہماری نفسیاتی ٹیم آپ کے خاندان یا قریبی دوستوں کی بھی مدد کر سکتی ہے اور انہیں یا تو آپ کے ساتھ یا الگ سے ملاقات کر سکتی ہے۔

آپ کے خاندان یا قریبی دوست بھی ہماری مریض اور خاندانی معاونت سروس کے ذریعے ہمارے ایکلیس آل روڈ ساؤتھ مقام پر سماجی سرگرمیوں تک رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔

دستیاب سرگرمیوں کے بارے میں مزید جاننے کے لیے:

براہ کرم ملاحظہ کریں: www.stlukeshospice.org.uk/pafs

ای میل: pafss@hospicesheffield.co.uk

کال: 0114 235 7650

راءے اور شکایات

براہ کرم اگر آپ کو ہماری خدمات کے بارے میں کوئی تجویز یا تشویش ہو تو ڈاکٹر، نرس یا ہمارے پیشنٹ ایکسپیرینس لیڈ (PEL) سے رابطہ کریں۔ ہمارے پاس ایک پمفلٹ بھی ہے جس کا عنوان 'ہمیں بتائیں کہ آپ کیا سوچتے ہیں' ہے یا ایک فارم سینٹ لوک کی ویب سائٹ www.stlukeshospice.org.uk/feedback پر دستیاب ہے۔

آپ کے قیام کے دوران ہمارا PEL ایک معیار کا سوالنامہ دے سکتا ہے، جس میں آپ اپنے قیام کے دوران ہماری دیکھ بھال کو درجہ دے سکتے ہیں اور کوئی بھی رائے پیش کر سکتے ہیں تاکہ ہم شیفلڈ کمیونٹی کو بہترین ممکنہ دیکھ بھال فراہم کرتے رہیں۔

آپ براہ راست ہماری نگران تنظیم، کیئر کوالٹی کمیشن (CQC) کو بھی اپنی رائے بھیج سکتے ہیں۔ اس کے لیے براہ کرم www.cqc.org.uk/give-feedback-on-care پر جائیں، یا نیچے دیا گیا QR کوڈ اسکین کریں۔

اگر آپ باضابطہ شکایت کرنا چاہتے ہیں تو ہم آپ کو اپنی شکایات کے طریقہ کار فراہم کر سکتے ہیں، یا اگر آپ کو کبھی محسوس ہو کہ ہم نے آپ کی شکایت کا ازالہ نہیں کیا تو آپ کیئر کوالٹی کمیشن، سٹی گیٹ، گیلوگیٹ، نیوکاسل اپون ٹائن، NE1 4PA سے رابطہ کر سکتے ہیں۔





Sheffield's Hospice

اگر آپ کو اس پیک میں کسی بھی چیز کے بارے میں یا اپنے قیام کے دوران
کسی بھی دوسری چیز کے بارے میں کوئی سوال ہو تو براہ کرم ہماری ٹیم کے
کسی رکن سے بات کریں، جو خوشی سے آپ کی مدد کرے گا۔



www.stlukeshospice.org.uk

رجسٹرڈ چیریٹی نمبر 254402