



## مشاورتی سروس

### مشاورت کا مقصد

مشاورت کا مقصد آپ کو ایک محفوظ اور رازدارانہ ماحول میں اپنے خیالات کا اظہار کرنے اور اپنے جذبات کے بارے میں بات کرنے کا موقع فراہم کرنا ہے۔ ہم آپ کی بات سننے کے لیے موجود ہیں اور ممکن ہے کہ ہم آپ کی زندگی کے اس مشکل وقت سے نمٹنے کے لیے مثبت طریقے تلاش کرنے میں آپ کی مدد کر سکیں۔ کاؤنسلرز پیشہ ورانہ طور پر تربیت یافتہ ہوتے ہیں اور انہیں بانجھ پن کے تجربات کے بارے میں افراد اور جوڑوں سے بات کرنے کا کئی سالوں کا تجربہ ہوتا ہے۔

مشاورت ہر جوڑے اور فرد کے لیے علاج سے پہلے، دوران علاج اور علاج کے بعد دستیاب ہے۔

ہر ملاقات تقریباً 50 منٹ پر مشتمل ہو گی اور ملاقاتوں کی تعداد کاؤنسلر اور مریض باہمی مشاورت سے طے کریں گے۔ ہم سپورٹ کاؤنسلنگ (Support Counselling)، امپلیکیشنز کاؤنسلنگ (Implications Counselling) اور فرٹیلیٹی پریزرویشن کاؤنسلنگ (Fertility Preservation Counselling) فراہم کرتے ہیں۔

### سپورٹ کاؤنسلنگ: بانجھ پن سے متعلق مشکلات

بانجھ پن کی تشخیص اور علاج سے گزرنے والے افراد اکثر خود کو تنہا اور الگ تھلگ محسوس کرتے ہیں۔ اکثر رشتہ دار، دوست، کام کے ساتھی اور بعض اوقات شریک حیات بھی بانجھ پن کے اثرات کو پوری طرح سمجھ نہیں پاتے، جس کے نتیجے میں تعلقات متاثر ہو سکتے ہیں۔ اسی طرح، زرخیزی کے ٹیسٹ کے بعد آنے والے غیر متوقع اور مایوس کن نتائج، اور زرخیزی کے علاج کی ناکامی، فرد کی خود اعتمادی اور اپنی قدر کے احساس پر منفی اثر ڈال سکتے ہیں۔ بانجھ پن سے جڑے نقصان کے احساسات ماضی

خاندان کی منصوبہ بندی کرنا اور بچوں کے بارے میں فیصلہ کرنا بہت سے لوگوں کے لیے زندگی کا ایک نہایت اہم مرحلہ ہوتا ہے۔ کچھ لوگ خوش قسمت ہوتے ہیں کہ جس بچے کی منصوبہ بندی کی جاتی ہے وہ متوقع وقت پر ہی آ جاتا ہے۔ تاہم، بعض افراد کے لیے حمل ٹھہرنا اور حمل کا عرصہ پیچیدگیوں اور مشکلات سے بھرا ہو سکتا ہے۔

تقریباً ہر سات میں سے ایک جوڑا حمل ٹھہرنے میں مشکلات کا سامنا کرتا ہے۔ یہ تجربہ افراد اور جوڑوں دونوں کے لیے نہایت تکلیف دہ ہو سکتا ہے اور اس سے مختلف قسم کے جذبات جنم لے سکتے ہیں:

شرمندگی

حسد

مایوسی

اداسی

خوف

احساس جرم

دل آزاری

غصہ

کے نقصانات اور غموں کی یاد بھی تازہ کر سکتے ہیں۔

اگر آپ اپنے انڈے، نطفہ یا ایمبریو عطیہ کرنے پر غور کر رہے ہیں، یا عطیہ شدہ انڈے، نطفہ یا ایمبریو حاصل کرنے کا ارادہ رکھتے ہیں، تو آپ سے امپلیکیشنز کاؤنسلنگ کے لیے کاؤنسلر سے ملاقات کرنے کو کہا جائے گا۔ اس ملاقات کے دوران آپ کو عطیہ شدہ زرخیزی کے علاج کے قلیل مدتی اور طویل مدتی اثرات پر غور کرنے کا موقع ملے گا، اور یہ بھی دیکھا جائے گا کہ اس کے اثرات آپ پر، ممکنہ طور پر پیدا ہونے والے بچے پر، موجودہ بچوں پر اور دیگر متعلقہ افراد پر کیسے پڑ سکتے ہیں۔ بعض اوقات ایک سے زیادہ ملاقاتیں مفید ثابت ہوتی ہیں، اور ہم خوشی سے اس کا انتظام کریں گے۔ کاؤنسلرز مشورہ دیتے ہیں کہ آپ اس کتابچے کے آخر میں درج عطیہ شدہ زرخیزی کے علاج سے متعلق معلوماتی وسائل سے بھی استفادہ کریں۔

## فرٹیلائٹی پریزرویشن یعنی زرخیزی کو محفوظ رکھنا

اگر آپ زرخیزی کے تحفظ کے علاج سے گزر رہے ہیں تو ممکن ہے کہ آپ کو کاؤنسلرز سے ملنے کے لیے کہا جائے۔ کاؤنسلرز آپ سے (اور آپ کے شریک حیات سے) انڈے یا ایمبریو کو منجمد کرنے کے اثرات کے بارے میں بات کریں گے۔ ہم آپ کے علاج کے دوران مسلسل مدد فراہم کرنے کے لیے بھی دستیاب ہیں اور ملاقاتوں کے اوقات کے حوالے سے زیادہ سے زیادہ لچک دکھانے کی کوشش کریں گے۔

## بچے کی فلاح و بہبود کا جائزہ

اگر موجودہ یا ممکنہ طور پر پیدا ہونے والے کسی بچے کی فلاح و بہبود سے متعلق کوئی خدشات سامنے آئیں، جن پر علاج شروع کرنے سے پہلے غور کرنا ضروری ہو، تو آپ سے کاؤنسلرز سے ملاقات کے لیے کہا جا سکتا ہے تاکہ بچے کی فلاح و بہبود کا جائزہ لیا جا سکے۔ یہ ملاقات کاؤنسلنگ کے لیے نہیں ہوتی بلکہ HFEA کی رہنمائی کے تحت بچے کی فلاح و بہبود کے جائزے کا ایک عمل ہوتی ہے۔ تاہم، اس دوران یونٹ میں موجود ایک اور کاؤنسلر آپ کو مدد اور معاونت فراہم کرنے کے لیے دستیاب ہو گا۔ اگر آپ کو بچے کی فلاح و بہبود کے جائزے کی ملاقات میں شرکت کے لیے کہا جاتا ہے تو آپ کو اس عمل کے بارے میں اور ملاقات کے دوران کیا توقع رکھنی چاہیے، اس حوالے سے مکمل معلومات فراہم کی جائیں گی۔

## ملاقاتیں

جب آپ کو زرخیزی کی جانچ اور علاج کے لیے شعبہ تولیدی طب میں بھیجا جاتا ہے تو آپ یونٹ کی مشاورتی سروس سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ اگر آپ ملاقات طے کرنا چاہتے ہیں تو براہ کرم نیچے درج ٹیلیفون نمبر پر ہم سے رابطہ کریں یا استقبالیہ پر آ کر عملے کے کسی رکن سے بات کریں، جو خوشی سے آپ کی طرف سے ملاقات طے کر دے گا۔ آپ پر لازم نہیں کہ آپ کاؤنسلر سے ملنے کی وجہ بیان کریں۔

ہم پیر سے جمعہ کے درمیان مختلف دنوں اور اوقات میں بالمشافہ، ٹیلیفون اور ویڈیو کے ذریعے ملاقاتوں کی سہولت فراہم کرتے ہیں۔ کاؤنسلنگ آفس اولڈ سینٹ میریز ہسپتال کی عمارت کی گراؤنڈ فلور پر راہداری کے آخر میں واقع ہے۔

براہ کرم نوٹ کریں — اگر آپ مزید کسی این ایچ ایس (NHS) زرخیزی کے علاج کا ارادہ نہیں رکھتے، تو ہم آپ کی مدد کر سکتے ہیں تاکہ آپ کے لیے موزوں اور دستیاب متبادل آپشنوں پر غور کیا جا سکے۔ ہم آپ کو دیگر معاون تنظیموں کے بارے میں معلومات بھی فراہم کر سکتے ہیں جو ممکنہ طور پر آپ کی مدد کر سکیں۔



0161 276 6000 (آپشن 6)



<https://www.mft.nhs.uk/saint-marys/services/gynaecology/reproductive-medicine/>

### ہیومن فرٹیلٹیزیشن اینڈ ایمبریالوجی اتھارٹی (HFEA)

ہیومن فرٹیلٹیزیشن اینڈ ایمبریالوجی اتھارٹی (HFEA)، جو برطانیہ میں معاون تولید (Assisted Conception) کے مراکز کو لائسنس جاری کرنے والا ادارہ ہے، یہ بیان کرتی ہے کہ لائسنس یافتہ زرخیزی کے کلینکوں کو تمام مریضوں کو کاؤنسلنگ سروسز کی پیشکش کرنی چاہیے، اور یہ پیشکش زرخیزی کے علاج کے آغاز سے پہلے مریضوں کو دستیاب ہونی چاہیے۔

جو مریض عطیہ شدہ انڈوں، نطفے یا ایمبریوز کے ذریعے علاج پر غور کر رہے ہوں، ان کے لیے کلینکس کو عطیہ شدہ گیمیٹس یعنی تولیدی خلیات حاصل کرنے کے اثرات سے متعلق مشاورت کی پیشکش کرنی چاہیے۔ اسی طرح، جو افراد اپنے انڈے، نطفہ یا ایمبریوز عطیہ کرنے کے امکان پر غور کر رہے ہوں، ان کے لیے بھی عطیہ دینے کے اثرات سے متعلق مشاورت کی پیشکش کی جانی چاہیے۔

HFEA زرخیزی کے علاج کے تمام پہلوؤں کے بارے میں اہم معلومات فراہم کر سکتی ہے۔ یہ معلومات ان کی ویب سائٹ پر دستیاب ہیں: [www.hfea.gov.uk](http://www.hfea.gov.uk)

### معلومات اور وسائل

فرٹیلٹی نیٹ ورک خیراتی ادارہ برائے زرخیزی کے مریضوں

سپورٹ لائن: 0121 323 5025

ای میل: [support@fertilitynetworkuk.org](mailto:support@fertilitynetworkuk.org)

<https://fertilitynetworkuk.org/>

صرف مردوں کے لیے سپورٹ گروپ

<https://fertilitynetworkuk.org/events/men-only-support-group-online-3/>

ڈونر کنسپیشن نیٹ ورک

ڈونر کنسپیشن کے ذریعے خاندانوں کی معاونت

<http://www.dcnetwork.org/>

BACP – برٹش ایسوسی ایشن آف کاؤنسلنگ اینڈ سائیکوتھراپی

کاؤنسلنگ کے لیے پیشہ ورانہ ادارہ اور معاونت کا ذریعہ <https://www.bacp.co.uk>

برٹش انفورٹیلٹی کاؤنسلنگ ایسوسی ایشن (BICA)

زرخیزی کے کاؤنسلرز کے لیے پیشہ ورانہ ادارہ، اراکین کا رجسٹر اور متعلقہ تنظیموں کے لیے مفید روابط

<https://www.bica.net/>