



**St Joseph's  
Hospice**  
Serving East London  
and the City

# ہماری نگہداشت

سسٹرز آف چیریٹی کے ذریعے 1905 میں قائم شدہ، سینٹ جوزف ہاسپس یوکے کے قدیم ترین اور سب سے بڑے شفا خانوں میں سے ایک ہے، جو سٹی کے ہمارے بنیادی بوروز اور بیکنی، ٹاور ہیملٹس، نیوہام اور نواحی علاقوں کے لگ بھگ 2.1 ملین لوگوں کا تعاون کر رہا ہے۔

• تھراپیز

• صلاح اور مشورہ

سینٹ جوزف ہاسپس تکنیریت اور شمولیت کا جشن منانے اور اسے فروغ دینے کا پابند عہد ہے۔

اگر انگریزی آپ کی پہلی زبان نہیں ہے تو ہمیں بتائیں تاکہ ہم آپ کے لیے ترجمان کا انتظام کر سکیں۔

اگر آپ کو ہمارا کوئی پرچہ آپ کی زبان میں چاہیے تو براہ کرم طلب کریں۔

ہماری کمیونٹی میں اپنی زندگی کے خاتمے کے فریب پہنچ چکے لوگوں کو ہم بلا معاوضہ، اعلیٰ معیار کی، تخصیصی سکون بخش نگہداشت اور تعاون فراہم کرنے کے لیے وقف ہیں۔ ہم مسلم فرد، نیز ان کے عزیزوں کی بہبود کی دیکھ بھال کرتے ہوئے، ایک اجتماعی طریقہ اختیار کرتے ہیں۔

خدمات کی ہماری رینج میں شامل ہے:

• ان پیشنت کیئر

• گھر پر سکون بخش نگہداشت

• کمیونٹی اور یومیہ خدمات

24 گھنٹے تعاون اور مشورے کے لیے فرسٹ کنٹیکٹ ٹیم کو 0300 30 30 400 پر کال کریں۔

## ان پیشنت اور عارضی نگہداشت

ٹیم میں جسمانی اور روحانی ضروریات دونوں میں تعاون کرنے والے وسیع پیمانے کے پیشہ ور افراد، کلینکل نرس اسپیشلسٹس، مشغلہ جاتی تھراپسٹس، سماجی کارکنان، فزیو تھراپسٹس، اسپیشلسٹ ڈاکٹرز اور صلاحکاران شامل ہیں۔ انہیں آپ کی بیماری کے متعدد مراحل پر شامل کیا جا سکتا ہے۔

### ڈے ہاسپس

ڈے ہاسپس زندگی کو محدود کر دینے والی بیماریوں میں مبتلا افراد کو وسیع پیمانے کی خدمات تک رسائی دیتا ہے۔ آپ سے ملتی جلتی صورتحال میں مبتلا دوسرے لوگوں کے ساتھ دن گزارنے کے لیے آپ 12 ہفتے تک ہفتے میں ایک دن ہاسپس میں تشریف لائیں گے۔

ڈے ہاسپس میں آپ کے آنے پر ہم آپ کی ضرورتیں پوری کرنے کے لیے آپ کے دن کا انتظام کرتے ہیں، اور آپ جس طریقے سے قابو پا رہے ہیں اس پر فوکس کرتے ہیں۔ اس میں کچھ ایسی جسمانی، سماجی، روحانی اور جذباتی مشکلات میں مدد کرنا شامل ہے جن کا سامنا آپ کو ممکن ہے آپ کی بیماری کی وجہ سے ہو رہا ہو۔ اگر آپ کو تھوڑی بہت مدد درکار ہو یا کوئی فکر لاحق ہو تو ہمارا تجربہ کار عملہ دستیاب ہے۔

ڈے ہاسپس ایک دوست مزاج، دیکھ بھال کرنے والا ماحول ہے جہاں آپ نئے دوست بنا سکتے ہیں اور پرلطف سرگرمیوں میں شرکت کر سکتے ہیں۔ ہمارے پاس ایسے رضاکاران موجود ہیں جو فنون اور دستکاری جیسے گروپوں کی رہبری کرنے، گیمز کھیلنے اور تقریبات کی میزبانی کرنے کے لیے باقاعدگی سے ہمارے ساتھ شامل ہوتے ہیں۔

### جسمانی تھراپیز

فزیو تھراپسٹس، گویائی اور لسانی تھراپسٹس اور ماہرین تغذیہ کی ہماری ٹیم آپ کی بیماری کی حدود

ہمارے پاس فی الحال دو وارڈز، لارڈیز اور سینٹ مائیکلز ہیں، جس میں فی کس 17 بیڈ ہیں۔ ان وارڈز میں رہنے والے بہت سارے مریض طبی اور نرسنگ والی مدد کی ایک مختصر مدت کے بعد گھر واپس ہوتے ہیں اور بہت سارے مریض مداخلت کی ایک مختصر مدت کے بعد واپس ہو جاتے ہیں۔ ہمارے پاس پیشہ ور افراد کی ایک بڑی ٹیم ہے جو مریض اور ان کی فیملی/انگراں کے ساتھ کام کرے گی۔ کچھ مریض اس قدر علیل ہو جاتے ہیں کہ گھر واپسی کے قابل نہیں رہتے ہیں یا وہ یہاں ہاسپس میں ہی فوت ہونے کا انتخاب کر سکتے ہیں۔

ہمارے پاس تنہا کمرے، دو افراد کے لیے کمرے اور چار افراد کے لیے کمرے ہیں۔ سبھی واحد جنس والے ہیں۔

ہماری عارضی اور بحالی صحت کی خدمات تخصیصی سکون بخش نگہداشت کے ضرورت مند افراد کو ضرورت کی تشخیص کے بعد ایک منصوبہ بند 1-2 ہفتے کا قیام پیش کر سکتی ہیں۔ ٹیمیں آپ کے ساتھ کام کریں گی، مثلاً، آپ کو آزادی برقرار رکھنے اور بہبود کو بہتر بنانے کے طریقے تلاش کرنے کا اہل بنائیں گی۔

### کمیونٹی میں سکون بخش نگہداشت

ہماری کمیونٹی میں سکون بخش نگہداشت سے متعلق ٹیم (CPCT) زندگی کو محود کر دینے والی کیفیات اور میعادہ بیماریوں کا سامنا کر رہے لوگوں کو کئی ایک مقامات پر بشمول مریض کے اپنے گھر، کیئر ہومز اور دیگر رہائشی ماحول میں نگہداشت، مشورہ اور تعاون فراہم کرتی ہے۔

CPCT آپ کی نگہداشت مہیا کرنے میں مدد کے لیے کمیونٹی میں موجود GPS اور ڈسٹرکٹ نرسوں کے شانہ بشانہ کام کرتی ہے۔

تجربہ ہو سکتی ہے اس کا قابل فہم ردعمل ہوتی ہیں۔ فیملی ممبرز اور دوستوں، بشمول بچوں کو بھی معاملات مشکل معلوم پڑ سکتے ہیں۔ تجربہ کار صلاحکاروں اور تھراپسٹس کی ہماری ٹیم انفرادی، اجتماعی، فیملی یا آرٹ تھراپی کے ذریعے ایک محفوظ اور حساس انداز میں آپ کی صورتحال کے بارے میں بات کرنے میں آپ اور آپ کی فیملی کی مدد کر سکتی ہے۔

### سماجی کام اور مراعات سے متعلق مشورہ

سماجی کام کی ہماری ٹیم ہاسپس میں یا کمیونٹی میں مریضوں اور نگرانوں کو عملی اور جذباتی تعاون فراہم کر سکتی ہے۔ ہم قرض کے معاملے میں آپ کی مدد کرنے، DWP کی مراعات کا دعویٰ کر کے آپ کی آمدنی بڑھانے اور ٹیکسی کارڈز، بلیو بیجز اور صحت سے متعلق چھوٹ حاصل کرنے کے لیے حوالہ جاتی تعاون فراہم کر سکتے ہیں۔

### تکمیلی تھراپیز

ہم مسلم فرد کی دیکھ بھال کرتے ہیں، جس کا مطلب آپ کی ذہنی بہبود نیز آپ کی جسمانی ضروریات میں تعاون کرنا ہے۔ ہم وسیع پیمانے کی تکمیلی تھراپیز، جیسے اکیوپنکچر، اروما تھراپی، دھیان اور ریفلیکسولوجی پیش کرتے ہیں تاکہ بیماری کی وجہ سے ہونے والے کچھ تناؤ پر قابو پانے میں آپ کو مدد ملے۔ یہ سکون بخش ہو سکتا ہے اور اس سے آپ کی کچھ علامات میں راحت بھی مل سکتی ہے۔ ہمارے تمام معالجے ہمارے مریضوں، ان کی فیملیز اور نگرانوں کے لیے بلا معاوضہ ہیں اور ایسے رضاکاروں کے ذریعے انجام دیے جاتے ہیں جو پوری طرح سے تربیت یافتہ پیشہ ور افراد ہیں۔

ان خدمات کے بارے میں مزید پتہ کرنے کے لیے، یا اپائنٹمنٹ بُک کرنے کے لیے براہ کرم فرسٹ کنٹیکٹ ٹیم کو 0300 30 30 400 پر کال کریں۔

میں رہتے ہوئے ذاتی اہداف کے حصول میں آپ کی مدد کر سکتی ہے۔ چاہے آپ خود سے کپڑے پہننے یا اپنے طور پر دکان میں تشریف لے جانے پر قادر ہونا چاہتے ہوں، ہماری ایمپاورڈ لیونگ ٹیم یا تو ہاسپس میں یا خود آپ کے گھر پر آپ کی مدد کرنے کے لیے پروگرام تیار کر سکتی ہے۔

ایک اچھی خوراک اور تغذیہ زندگی کو محدود کر دینے والی بیماری میں مبتلا لوگوں کے لیے لازمی ہے اور آپ کی مضبوطی بہتر بنانے کے لیے آپ جو کچھ کھا رہے ہیں اس کا زیادہ سے زیادہ فائدہ اٹھانے میں ہم آپ کی مدد کر سکتے ہیں۔ ہمارے مشغلہ جاتی تھراپسٹس سانس پھولنے، درد یا تھکان کی علامات کا نظم کرنے میں آپ کا تعاون کر سکتے ہیں۔

### رنج کی حالت میں تعاون

فیملی ممبر یا دوست کی موت درد انگیز اور تناؤ پیدا کرنے والی ہو سکتی ہے۔ آپ جیسا محسوس کرتے ہیں اور آپ کو جن تبدیلیوں کا سامنا ہو رہا ہے اس کے بارے میں آپ کو کسی سے بات کرنے کی ضرورت ہو سکتی ہے۔ سینٹ جوزف میں ہمارے پاس اعلیٰ درجے کے تربیت یافتہ اور تجربہ کار صلاحکاروں کی ایک ٹیم ہے جو مدد کر سکتی ہے۔

ہم کئی ایک مختلف ماحول میں رنج کی حالت میں مشاورت پیش کرتے ہیں تاکہ آپ کو ایسا ماحول مل جائے جو آپ کی مخصوص صورتحال کے مناسب ہو۔ ہمارے یہاں ہاسپس میں مشاورتی کمرے موجود ہیں، ہم بذریعہ ٹیلیفون یا فیملی تھراپی کے ساتھ آپ کا تعاون کر سکتے ہیں اور ہمارے پاس امدادی گروپس یا سماجی کلبز بھی ہیں۔

### نفسیاتی تھراپیز

جذباتی تناؤ اور فکریں زندگی کو محدود کر دینے والی بیماری سے متاثر لوگوں میں خلاف معمول نہیں ہیں اور جو چیز درد انگیز اور پریشان کن

St Joseph's Hospice, Mare Street, London E8 4SA  
**020 8525 6000** [info@stjh.org.uk](mailto:info@stjh.org.uk)  
[stjh.org.uk](http://stjh.org.uk) [@stjohospice](https://www.instagram.com/stjohospice)  
**Advocacy Compassion Justice Quality Respect**

Charity No. 1113125



**St Joseph's  
Hospice**  
Serving East London  
and the City