Voluntary Assisted Dying
QUEENSLAND

नेपाली

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण

Queensland Government

यदि तपाईंलाई दोभाषे चाहिन्छ भने, आफ्नो डाक्टरलाई अनुरोध गर्नुहोस्। यो नि:शुल्क सेवा हो।

यो जानकारी पढ्न मद्दतको लागि फोन गर्नुहोस्:

- बहुसांस्कृतिक जडान लाइन (Multicultural Connect Line) निःशुल्क हटलाइन नम्बर: 1300 079 020
- दोभाषे सेवा (अंग्रेजीको लागि मद्दत): 13 QGOV (13 74 68) र दोभाषेको लागि अनुरोध गर्नुहोस्
- अनुवाद र दोभाषे सेवा: 13 14 50

कठिन शब्दहरू

यस पुस्तकमा केही कठिन शब्दहरू छन्।

पहिलो पटक हामी कठिन शब्द लेख्छौं:

- शब्द **नीलो** रंगमा छ
- हामी त्यो कठिन शब्दको अर्थ लेख्छौं।

यस पुस्तकको बारेमा

यो पुस्तक क्वीन्सल्याण्ड स्वास्थ्य (Queensland Health) द्वारा लेखिएको हो।

यो पुस्तक**स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणका बारेमा छ।**

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण भनेको केही व्यक्तिहरूले आफ्नो जीवन समाप्त गर्न मद्दत माग्न सक्छन्। त्यस्ता मानिसहरू जो धेरै बिरामी छन् र १२ महिनाभन्दा कम समयमा मर्नेछन् भने मात्र उनीहरुले आफ्नो जीवन समाप्त गर्न मद्दत माग्न सक्छन्।

यो पुस्तकले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण भनेको के हो भनेर जान्न मद्दत गर्न सक्छ।

यो पुस्तक स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा थप जान्न चाहने व्यक्तिहरूको लागि हो।

तपाईंले निम्न कुराहरू गर्न कसैसँग मद्दत लिन सक्नुहुन्छ :

- यस पुस्तक पढ्न

- यो पुस्तक के बारेमा छ थाहा पाउन
- थप जानकारी पत्ता लगाउन

मृत्यु र मरणको बारेमा फरक विश्वास राख्ने केही मानिसहरूलाई यो पुस्तक पढ्न उदेकलाग्दो हुन सक्छ।

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमाथि पहुँच का लागि के गर्ने

पहुँच भनेको स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको प्रयोग गरेर तपाईं कसरी मर्न सक्नुहुन्छ भनेर जब तपाईं पत्ता लगाउन सक्नुहुन्छ

तपाईं स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण रोज्न सक्नुहुन्छ

तपाईं आफैं स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणका लागि अनुरोध गर्नुहुन्छ।

अरू कसैले तपाईंको लागि स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणका लागि भन्न सक्दैन।

कसैले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको लागि सोध्न लगाउन सक्दैन।

तपाईं कुनै पनि समयमा स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण रोक्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंको डाक्टर र स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण

तपाईंको डाक्टरले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण गर्नु पर्दैन

यदि तपाईंको डाक्टरले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण गर्नुहुन्न भने तपाईंले **क्वीन्सल्याण्ड स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण सहायता सेवा (QVAD-सहायता)** लाई कल गर्न सक्नुहुन्छ।

क्वीन्सल्याण्ड स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण सहायता सेवा (QVAD-Support) ले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण गर्ने डाक्टर खोज्न मद्दत गर्न सक्छ।

तपाईंले QVAD सहायतालाई सोमबारदेखि शुक्रबार, बिहान ८.३० बजेदेखि ४ बजेसम्म सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ

इमेल: QVADSupport@health.qld.gov.au

फोन: 1800 431 371

कसले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमाथि पहुँच गर्न सक्छ

तपाईंले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमा तब मात्र पहुँच गर्न सक्नुहुन्छ यदि तपाईंमा:

- १२ महिनाभन्दा कममा तपाईंको मृत्युको कारण हुने रोग छ
- धेरै शारीरिक वा मानसिक पीडा हुने बिमारी छ जुन तपाईंलाई असह्य लाग्छ
- निको हुन नसक्ने रोग छ र तपाईंलाई दुखाइ दिन कहिल्यै रोक्ने छैन
- आफ्नो निर्णय आफैँ गर्न सक्षम हुनुहुन्छ
- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमाथि पहुँच गर्न चाहनुहुन्छ।
- १८ वर्षभन्दा माथिको हुनुहुन्छ
- क्वीन्सल्याण्डमा बस्नुहुन्छ र निवासी हुनुहुन्छ

तपाईंले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमा पहुँच गर्न सक्नुहुन्न यदि तपाईंमा:

- एक मानसिक रोग छ तर अर्को १२ महिनामा तपाईंको मृत्युको कारण हुने रोग छैन
- अपांगता छ तर अर्को १२ महिनामा तपाईंको मृत्युको कारण हुने कुनै रोग छैन
- आफ्नो निर्णय आफैँ गर्न सक्नुहुन्न
- बिरामी हुनु हुँदैन।

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमाथिको पहुँचका लागि गर्नुपर्ने कामहरु

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमा पहुँच गर्न तपाईंले यसका लागि तीन पटक अनुरोध गर्नुपर्छ र दुई डाक्टरहरूलाई भेट्नुपर्छ।

पहिलो अनुरोध

पहिलो अनुरोध भनेको तपाईंले आफ्नो डाक्टरलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणका लागि अनुरोध गर्नु हो।

पहिलो मूल्याङ्कन

पहिलो मूल्याङ्कन तब हुन्छ जब:

- तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण हुनसक्छ वा सक्दैन भनेर बताउँछ।
- तपाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणमा पहुँच गर्न चाहनुहुन्छ भन्ने निर्णय गर्न मद्दत गर्न तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई जानकारी दिन्छ।

परामर्श मूल्याङ्कन

एक परामर्श मूल्याङ्कन तब हुन्छ जब:

- तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई अर्को डाक्टरलाई भेट्न आग्रह गर्दछ।
- दोस्रो डाक्टरले यदि तपाईंको स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण हुन सक्छ भनेर उनीहरू सहमत छन् भने बताउँछन्।

दोस्रो अनुरोध

दोस्रो अनुरोध तब हुन्छ जब:

- तपाईंले लिखितरूपमा स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणका लागि अनुरोध गर्नुहुन्छ।
- तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई यो गर्नको लागि एउटा फाराम दिन्छ।
- तपाईंले फाराममा हस्ताक्षर गरेको दुई साक्षीले हेर्छन्।
- यदि तपाईंले फाराममा हस्ताक्षर गर्न सक्नुहुन्न भने अरू कसैले तपाईंको लागि हस्ताक्षर गर्न सक्छ, यदि तपाईंले तिनीहरूलाई आग्रह गर्नुभयो भने।

अन्तिम अनुरोध

अन्तिम अनुरोध तब हुन्छ जब:

- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको लागि तपाईं तेस्रो पटक तपाईंको डाक्टरलाई अनुरोध गर्नुहुन्छ।
- तपाईंको पहिलो र अन्तिम अनुरोधबीच कम्तिमा नौ दिन हुनुपर्छ। यो तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको लागि निश्चित गर्न समय दिनको लागि हो।
- तपाईंले आफ्नो डाक्टरलाई शब्दहरू प्रयोग गरेर, शब्दहरू लेखेर वा आफ्नो हातले वा अन्य तरिकाले देखाउन सक्नुहुन्छ।

अन्तिम समीक्षा

अन्तिम समीक्षा तब हुन्छ जब:

- तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण हुनसक्छ वा सक्दैन भनेर बताउँछ। तपाईंको डाक्टरले प्रक्रिया सही भएको जाँच गर्नेछ।

तरिकाको निर्णय

तरिकाको निर्णय तब हुन्छ जब:

- तपाईंले कसरी **स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ (औषधी) लिन** चाहनुहुन्छ भन्नेबारे तपाईंले छनौट गर्नुहुन्छ।

  स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण पदार्थ भनेको मृत्यु निम्त्याउने औषधि हो।

- त्यहाँ दुई विकल्पहरू छन्:
  - तपाईं स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ आफैं लिन रोज्न सक्नुहुन्छ
  - तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ दिनका लागि तपाईं छनौट गर्न सक्नुहुन्छ।
- तपाईंको डाक्टरले तपाईंको लागि उत्तम विकल्प के हुनेछ भन्नेबारे तपाईंसँग कुरा गर्नेछ।

सम्पर्क व्यक्तिको नियुक्ति

यदि तपाईंले पदार्थ लगाउने निर्णय गर्नुभएको छ भने, तपाईंले एउटा **सम्पर्क व्यक्ति** रोज्नुपर्छ।

सम्पर्क व्यक्ति भनेको स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको अन्तिम भागमा तपाईंलाई मद्दत गर्ने व्यक्ति हो। तिनीहरू १८ वर्ष वा माथिको हुनुपर्छ।

सम्पर्क व्यक्ति नियुक्ति तब हुन्छ जब:

- तपाईं कसैलाई आफ्नो सम्पर्क व्यक्ति हुन छान्नुहुन्छ। तिनीहरू तपाईंको पार्टनर, परिवारका सदस्य, साथी, हेरचाहकर्ता, स्वास्थ्यकर्मी वा तपाईंले विश्वास गर्ने कोही हुन सक्छन्।
- तपाईंको मृत्यु कहिले भयो भनेर तपाईंको सम्पर्क व्यक्तिले तपाईंको डाक्टरलाई बताउँछ।
- यदि तपाईंको मृत्युपछि स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ बाँकी छ भने, तपाईंको सम्पर्क व्यक्तिले यसलाई फार्मेसीमा फिर्ता गर्दछ।

तपाईंको जीवन समाप्त गर्दा

यदि तपाईं स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ आफैंले दिने छनौट गर्नुहुन्छ भने: क्वीन्सल्याण्ड स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण फार्मेसी सेवा (Queensland Voluntary Assisted Dying Pharmacy Service) (QVAD-फार्मेसी) को एक फार्मासिस्टले तपाईंलाई आफ्नो जीवन समाप्त गर्न स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ उपलब्ध गर्नेछ।

यदि तपाईंले आफ्नो डाक्टर वा नर्सलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थको व्यवस्थापन गर्ने छनौट गर्नुभयो भने, तपाईंको डाक्टर वा नर्सले तपाईंको जीवन समाप्त गर्ने पदार्थ अर्को व्यक्तिले देख्ने गरी तपाईंलाई दिनेछ।

तपाईंको मृत्यपछि

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ फाल्ने

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ तब निपटाइन्छ जब:

- यदि तपाईंले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ आफैं व्यवस्थापन गर्ने छनौट गर्नुहुन्छ भने, तपाईंको सम्पर्क व्यक्तिले कुनै पनि बाँकी रहेको पदार्थ फार्मेसीमा फिर्ता गर्नुपर्नेछ। उनीहरूलाई यो कसरी गर्ने भनेर बताइनेछ।
- यदि तपाईंले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थको व्यवस्थापन गर्न आफ्नो डाक्टर वा नर्स रोज्नुहुन्छ भनेः तपाईंको डाक्टर वा नर्सले कुनै पनि बाँकी रहेको पदार्थ फाल्नेछ।

मृत्युको सूचना

तपाईंको डाक्टरले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण समीक्षा बोर्ड (Voluntary Assisted Dying Review Board) लाई बताउनेछन् कि तपाईंको मृत्यु भयो।

मृत्यु प्रमाणपत्र

मृत्यु प्रमाणपत्र भनेको कागजात हो जसले तपाईंको मृत्यु कसरी भयो भनेर बताउँछ। मृत्यु प्रमाणपत्रले तपाईंको मौलिक रोगबाट मृत्यु भएको बताउनेछ (उदाहरणका लागि, क्यान्सर)।

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा कुरा गर्दा

मृत्यु र स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा कुरा गर्न गाह्रो र दुःखलाग्दो हुन सक्छ। मानिसहरू आफ्नो बाँकी समयको धेरै सदुपयोग गर्न चाहन्छन्।
मानिसहरूले गर्ने छनौटहरू तिनीहरूका लागि धेरै व्यक्तिगत र महत्त्वपूर्ण हुन्छन्।
तपाईंका इच्छाहरूबारे कुरा गर्दा तपाईंको परिवार र हेरचाहकर्ताहरूलाई बुझ्न मद्दत गर्छ। स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा कुरा गर्दा, सबैभन्दा गाह्रो कुरा कहाँबाट सुरु गर्ने भनेर जान्नु हो।

यहाँ केही सुझावहरू छन्:

- "यसको बारेमा कुरा गर्न गाह्रो छ, तर यसले मेरो लागि धेरै अर्थ राख्छ।"
- “हामीले म मरेपछि के हुन्छ भन्ने कुरा गरेका छौं। के हामी स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा थप कुरा गर्न सक्छौं?"
- "मैले मेरो डाक्टरसँग कुरा गरिरहेको छु। डाक्टरले मलाई म के गर्न चाहन्छु भनेर सोच्न भन्नुभयो।

परिवार र हेरचाहकर्ताहरूको लागि सहायता

तपाईंको मृत्युपछि तपाईंको परिवार र हेरचाहकर्ताहरूले दुःखी वा निराश महसुस गर्न सक्छन्।

तिनीहरूको लागि सहाायता प्राप्त गराउने धेरै तरिकाहरू छन्।

तपाईंको डाक्टरले तपाईंको परिवार र हेरचाहकर्ताहरूलाई सही सहायता खोज्न मद्दत गर्न सक्छ।

थप मद्दतको लागि, उनीहरूले QVAD-सहायतालाई फोन गर्न सक्छन्:

इमेल: QVADSupport@health.qld.gov.au

फोन: 1800 431 371

स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण समीक्षा बोर्ड (Voluntary Assisted Dying Review Board) के हो?

उनीहरूको काम भनेको सबैले स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको बारेमा कानूनको पालना गरेको सुनिश्चित गर्नु हो।

QVAD-सहायता के हो?

उनीहरूको काम हो:

- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण चाहने मानिसहरूलाई जानकारी र सहायता दिनु
- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण चाहने मानिसहरूलाई मद्दत गर्नु
- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण गर्ने स्वास्थ्यकर्मी र सेवाहरूसँग मानिसहरूलाई जोड्नु
- स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरण गर्ने स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई मद्दत गर्नु।

QVAD-फार्मेसी के हो?

उनीहरूको काम भनेको स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थलाई सुरक्षितरूपमा मानिसहरूलाई दिइनु र सुरक्षितरूपमा डिस्पोज गरिन्छ भनी सुनिश्चित गर्नु हो।

तिनीहरूले तपाईं, तपाईंको डाक्टर वा नर्सलाई स्वेच्छिक सहायताप्राप्त मरणको पदार्थ कसरी प्रयोग गर्ने भनेर थाहा छ भनेर सुनिश्चित गर्दछन्।

मद्दत प्राप्त गर्दा

कतिपयलाई यो पढेर दुःख लाग्न सक्छ। यदि यो पढेर तपाईं वा कसैलाई उदास बनाएको छ र तपाईं मद्दत चाहनुहुन्छ भने, कृपया तलका फोन नम्बरहरूमध्ये एकमा फोन गर्नुहोस्।

- क्वीन्सल्याण्ड ट्रान्सकल्चरल मानसिक स्वास्थ्य केन्द्र (Queensland Transcultural Mental Health Centre)फोन 3317 1234 वा 1800 188 189 (ब्रिस्बेन बाहिरबाट) वा 1300 64 22 55 (24/7)
- विश्व कल्याण समूह (World Wellness Group) (बहुसांस्कृतिक समर्थन) 1300 079 020 मा फोन गर्नुहोस्।

थप जानकारी र सहायताको लागि https://www.qld.gov.au/health/mental-health/help-lines हेर्नुहोस् ।