South Asian people are
three times
more likely to need an
organ transplant

દક્ષિણ એશિયન લોકોને
ઓર્ગન ટ્રાન્સપ્લાન્ટની
જરૂર પડવાની શક્યતા
ત્રણ ગણી વધારે છે

But only **1%** of people on the
NHS Organ Donor Register
are from our community.

પરંતુ એન.એચ.એસ. ઓર્ગન ડોનર રજિસ્ટર
પર માત્ર **1%** લોકો જ આપણા સમાજનાં છે

If more people registered as donors, more lives could be saved.
જો વધારે લોકો દાતાઓ તરીકે નોંધાય, તો વધારે લોકોનાં જીવન બચાવી શકાશે.

How organ donation affects you
અંગદાનની તમને કેવી રીતે અસર થાય

Organ donation is not something that you think about every day... but the reality is that it may affect any one of us, our friends, families and community at any time.

અંગદાન એક એવી બાબત છે જેનો તમે રોજે રોજ વિચાર કરતાં નથી... પરંતુ હકીકત એ છે કે આપણામાંથી ગમે તેને, આપણાં મિત્રો, કુટંબીજનો અને સમાજને ગમે ત્યારે તેની અસર થઈ શકે છે.

The need for a transplant in the South Asian community is more than **three times higher** than that of the general population, because illnesses such as **diabetes**, **kidney disease** and **heart disease**, which may result in organ failure, occur more often in our community. This is partly due to increased susceptibility to diabetes and high blood pressure as well as diet and lifestyle factors.

દક્ષિણ એશિયન સમાજોમાં ટ્રાન્સપ્લાન્ટની જરૂરત, સામાન્ય વસતી કરતાં **ત્રણ ગણી વધારે** છે, કારણ કે જે **ડાયાબિટીઝ, કિડનીના રોગ** અને **હૃદય** રોગ જેવી બીમારીઓને પરિણામે શરીરનાં અંગો કામ કરતાં બંધ પડી જાય છે, તે બીમારીઓ દક્ષિણ એશિયન સમાજોનાં લોકોમાં વધારે પ્રમાણમાં થાય છે. આનું કારણ, આ સમાજનાં લોકોમાં ડાયાબિટીઝ અને હાઈ બ્લડ પ્રેશર (લોહીના ઊંચા દબાણ)ની અસર થવાની વધારે શક્યતા તેમજ ખોરાક અને જીવનપદ્ધતિનાં પરિબળો છે.

What you need to know
તમારે શું જાણવું જરૂરી છે

- A transplant is much **more likely to be successful** if the donor and recipient have the same ethnic origin.

  જો અંગદાન કરનાર દાતા અને તે મેળવનાર વ્યક્તિ બંને એક સરખા લઘુમતી વંશમૂળનાં હોય, તો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ સફળ થવાની **શક્યતા ઘણી વધારે** છે.

- Currently **nearly 1,500 South Asian people** are waiting for a transplant.

  હાલમાં, **લગભગ 1,500 દક્ષિણ એશિયન લોકો** ટ્રાન્સપ્લાન્ટની રાહ જોઈ રહ્યાં છે.

- However **only 1%** of people on the NHS Organ Donor Register are from the South Asian community.

  પરંતુ એન.એચ.એસ.ના ઓર્ગન ડોનર રજિસ્ટર ઉપર નોંધાયેલાં લોકોમાંથી **માત્ર 1%** લોકો જ દક્ષિણ એશિયન સમાજનાં છે.

- The shortage of suitable organs means South Asian people wait **twice as long** for a kidney transplant.

  યોગ્ય દાતાઓની અછત હોવાને કારણે દક્ષિણ એશિયન સમાજનાં લોકોએ કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરાવવા માટે બમણો સમય રાહ જોવી પડે છે.

On average, 3 people who need a transplant die every day in the UK.

એકંદરે, યુકેમાં ટ્રાન્સપ્લાન્ટની જરૂરત હોય તેવાં 3 લોકો રોજ મૃત્યુ પામે છે

Real life stories
સત્ય જીવનની કહાનીઓ:

Even after reading the facts, you may feel that organ donation is not something that will ever affect you... but here is the story of someone who thought the same...

હકીકતો વાંચ્યા પછી પણ, તમને કદાચ લાગશે કે અંગદાનની તમને કદાચ ક્યારેય અસર નહિ થાય... પરંતુ અહીં એક એવી વ્યક્તિની વાત જણાવી છે, જેણે તમારી જેમ જ વિચાર્યું હતું...

Pete's story પીટની વાત

At the age of 21, Pete Kumar was diagnosed with kidney failure. As a result he needs dialysis three days a week for a minimum of four hours each day.

Seven years ago Pete started home dialysis, to give him more control over his daily life. Now aged 35, he has spent most of his adult life waiting for a kidney transplant.

21 વર્ષની ઉંમરે પીટને તેની કિડની કામ નહિ કરતી હોવાનું નિદાન કરવામાં આવ્યું હતું. તેના પરિણામે તેણે અઠવાડિયે ત્રણ દિવસ, રોજના ઓછામાં ઓછા ચાર કલાક માટે ડાયાલિસીસની જરૂર પડે છે.

સાત વર્ષ પહેલાં પીટે ઘરે જ ડાયાલિસીસ કરવાનું શરૂ કર્યું, જેથી તે પોતાના જીવન પર વધારે નિયંત્રણ રાખી શકે. હવે 35 વર્ષની વયે પહોંચેલા પીટે પોતાની લગભગ આખી પુખ્તાવસ્થા કિડની ટ્રાન્સપ્લાન્ટની રાહ જોવામાં વીતાવી છે.

"Being on the transplant waiting list is not just about the patient, but the whole family"

Pete says: "At first my life revolved around the dialysis and constant wait for news about a potential donor. However life goes on and I have had to accept the fact that as so few Asians are on the organ donor register, my chance of a positive match is limited and I have to carry on regardless.

Being on the transplant waiting list is not just about the patient, but the whole family is affected – my parents, my wife and even my children have to go through the good days and the bad days with me. It's a waiting game for all of us."

પીટ કહે છે: ‘‘શરૂઆતમાં મારું જીવન માત્ર ડાયાલિસીસની આસપાસ જ રહેતું હતું અને હું સતત કોઈ સંભવિત દાતાના સમાચાર મળે તેની રાહ જોયા કરતો. પરંતુ, જીવનનો ક્રમ આગળ વધવાનો છે, અને મારે પણ એ હકીકત સ્વીકારવી પડી કે ઓર્ગન ડોનર રજિસ્ટર ઉપર સાવ જ થોડાં એશિયનો નોંધાયેલાં હોવાથી, મારા માટે કોઈ પોઝિટિવ મૅચ મળવાની સંભાવના બહુ ઓછી છે અને તેની રાહ જોયા વગર મારે આગળ વધવાનું છે.

ટ્રાન્સપ્લાન્ટ માટેના વેઈટિંગ લિસ્ટ પર હોવાની માત્ર દર્દીને જ નહિ, પરંતુ આખા કુટુંબને અસર થાય છે - મારાં માતાપિતા, મારી પત્ની અને મારાં બાળકોએ પણ મારી સાથે સાથે સારા અને ખરાબ દિવસો જોવા પડે છે. રાહ જોવી તે જાણે અમારા માટે એક રમત થઈ ગઈ છે.’’

‘‘ટ્રાન્સપ્લાન્ટના વેઈટિંગ લિસ્ટ પર હોવાથી માત્ર દર્દી જ નહિ પરંતુ તેના આખા કુટંબને અસર થાય છે.’’

Real life stories
સત્ય જીવનની કહાનીઓ

As a community at high risk, we really need to act now to prevent more people having to wait so long for a donated organ.

આપણા સમાજ પર આનું જોખમ ઘણું મોટું હોવાથી, બીજાં વધારે લોકોને અંગદાન માટે આટલો લાંબો સમય રાહ ન જોવી પડે તે માટે આપણે ખરેખર હમણાં જ પગલાં લેવાની જરૂર છે.

To stop this happening we need to actively encourage more people from the South Asian community to register to donate organs after their death and tell their family and friends about their wishes.

આ બનતું રોકવા માટે આપણે દક્ષિણ એશિયન સમાજોનાં વધારે સંખ્યાનાં લોકોને પોતાનાં મૃત્યુ બાદ અંગદાન કરવા માટે નોંધાવા અને પોતાની તે ઈચ્છા વિશે પોતાનાં કુટુંબીજનો અને મિત્રોને જાણ કરી રાખવા માટે સક્રિયપણે પ્રોત્સાહિત કરવાની જરૂર છે.

Ruby's story રૂબીની વાત

18 year old Ruby Nagra died in November 2008, after contracting a severe form of Meningitis one month into her first year at University.

In the hours after Ruby's death, her heart, one lung, liver and kidneys were given to patients desperate for transplants.

During the critical hours after her death, her parents recalled a chance discussion they had in the past in which Ruby had stated that in the event anything happened to her, she'd want her organs to be used to help the lives of others.

18 વર્ષની રૂબી નાગરાને તેના યૂનિવર્સિટીની શરૂઆતના પહેલા જ મહિનામાં ગંભીર પ્રકારના મેનિન્જાઈટિસનો ચેપ લાગી ગયા બાદ નવેમ્બર 2008માં મૃત્યુ થયું.

રૂબીના મૃત્યના થોડા જ કલાકો બાદ, તેનું હૃદય, એક ફેફસું, લિવર અને કિડનીઓ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ માટે બેચનીથી રાહ જોઈ રહેલાં દર્દીઓને દાન કરી દેવામાં આવ્યાં.

તેના મૃત્યુ બાદના કપરા કલાકો દરમ્યાન તેનાં માતાપિતાને ભૂતકાળમાં અનાયાસે થયેલી એક ચર્ચા યાદ આવી જેમાં રૂબીએ કહ્યું હતું કે જો તેને કંઈક થઈ જાય તો તે બીજાંનું જીવન બચાવવામાં મદદ માટે પોતાનાં અંગોનો ઉપયોગ કરવામાં આવે એવું ઈચ્છે છે.

Ruby's mum says: "We are so proud of what she has done. It is so comforting to know that despite our loss, Ruby has saved five other lives and brought relief and happiness to these people's families."

રૂબીની માતા કહે છે, ‘‘તેણે જે કર્યું તેનો અમને ખૂબ જ ગર્વ છે. અમે રૂબીને તો ગુમાવી દીધી છે, પણ એ જાણીને મનને ખૂબ જ શાંતિ મળે છે કે રૂબીએ બીજાં પાંચ લોકોનું જીવન બચાવ્યું અને તે લોકોનાં પરિવારજનોને રાહત તેમજ ખુશી આપી છે.

"It is so comforting to know that despite our loss, Ruby has saved five other lives"

‘‘એ જાણીને મનને ખૂબ જ શાંતિ મળે છે કે અમને પડેલી ખોટ છતાંયે રૂબીએ બીજાં પાંચ લોકોનું જીવન બચાવ્યું છે.’’

Your questions answered
તમારા પ્રશ્નોના જવાબ

Many people have concerns and questions about organ donation and we'd like to take this opportunity to reassure you...

ઘણાં લોકોને અંગદાન વિશે ચિંતા અને પ્રશ્નો હોય છે અને અમે તમને એ વાતની ખાતરી આપવા માગીએ છીએ કે...

Faith ધર્મ

Some people are not sure whether their religion would prevent them from agreeing to donate their organs after death – yet **all the major faiths** in the UK support the principles of organ donation and transplantation.

કેટલાંક લોકોને ચોક્કસ ખબર નથી હોતી કે તેમના ધર્મમાં અંગદાન માટે મંજૂરી આપવા ઉપર રોક મૂકવામાં આવી છે કે નહિ - પરંતુ યુકેમાં **તમામ મોટા ધર્મો** અંગદાન અને ટ્રાન્સપ્લાન્ટના સિદ્ધાંતોને ટેકો આપે છે.

Fears ડર

Many people are unaware of the donation process and have fears about the quality of treatment.

ઘણાં લોકો અંગદાનની પ્રક્રિયાથી વાકેફ હોતાં નથી અને તેમને પોતાની સાથે કેવો વ્યવહાર થશે તેનો ડર લાગતો હોય છે.

Doctors and nurses are trained and committed to **saving lives**, this is always their first priority. Organ donation is only considered if, despite their efforts, a patient dies.

ડોક્ટરો અને નર્સો લોકોનાં **જીવન બચાવવા માટે** તાલીમ મેળવેલાં અને તે માટે કટીબદ્ધ હોય છે, અને તેમની સૌથી પહેલી અગ્રતા હંમેશાં આ જ હોય છે. અંગદાનનો વિચાર ત્યારે જ કરવામાં આવે છે, જો તેમના બધા પ્રયત્નો બાદ પણ દર્દીનું મૃત્યુ થયું હોય.

Organs are only removed for transplantation after a person has died and those closest to them have confirmed they wanted to be a donor. Death is confirmed by two doctors who are entirely **independent** of the transplant team. Death is certified in the same way for people who donate organs as for those who do not.

વ્યક્તિનું મૃત્યુ થયા પછી જ અને તેમનાં નિકટનાં સ્વજનો ચોક્કસ કરે કે મૃતક પોતાનું અંગદાન કરવા ઈચ્છતાં હતાં તો જ તેમનાં અંગો કાઢવામાં આવે છે. મૃત્યુ થયું હોવાનું બે ડોક્ટરો દ્વારા ચોક્કસ કરવામાં આવે છે અને તેઓ ટ્રાન્સપ્લાન્ટની ટીમના ડોક્ટર કરતાં તદ્દન **સ્વતંત્ર** હોય છે. અંગદાન કરનારાં અને નહિ કરનારાં લોકો માટે મૃત્યુ એક જ સરખી રીતે પ્રમાણિત કરવામાં આવે છે.

Donors are treated with the **utmost respect** and organs are removed with the same **care** as any other operation. Families can spend time with their loved one if they wish and the funeral need not be delayed.

દાતાઓ સાથે **અત્યંત માનપૂર્વક** વ્યવહાર કરવામાં આવે છે અને અન્ય કોઈ ઓપરેશન કરવામાં આવે તેટલી જ **સંભાળપૂર્વક** અંગો કાઢવામાં આવે છે. કુટુંબીજનો ઈચ્છે તો પોતાનાં સ્વજન સાથે સમય વિતાવી શકે છે અને મૃતકની અંતિમવિધિમાં પણ કોઈ મોડું કરવાની જરૂર પડતી નથી.

Many families say that they have gained great comfort from donation at an otherwise tragic time.

ઘણાં કુટુંબો કહે છે કે સ્વજનના મૃત્યુ બાદના કપરા સમયમાં તેમણે કરેલા અંગદાનને કારણે તેમના મનને ખૂબ જ શાંતિ મળી છે.

Important facts about organ donation
અંગદાન વિશે અગત્યની હકીકતો

Around 3,500 organ transplants are carried out every year in the UK. As well as life-saving organ transplants, more than 2,500 people have their sight restored through corneal transplants annually.

યુકેમાં દર વર્ષે લગભગ 3,500 જેટલાં ઓર્ગન ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરવામાં આવે છે. જીવન બચાવતાં ઓર્ગન ટ્રાન્સપ્લાન્ટ ઉપરાંત, 2,500 કરતાં વધારે લોકોને દર વર્ષે કોર્નિયલ ટ્રાન્સપ્લાન્ટ મારફતે નવી દ્રષ્ટિ પ્રાપ્ત થાય છે.

As medicine and technology advance, the types of organs that can be transplanted have increased. As well as heart, liver and kidney, doctors can also transplant organs such as lung, pancreas and the small bowel.

દવાઓ અને ટેકનોલોજીમાં જેમ જેમ આધુનિક સંશોધનો થતાં જાય છે તેમ તેમ શરીરનાં વધુને વધુ અંગો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરી શકાય છે. હૃદય, લિવર અને કિડની ઉપરાંત, ફેફસાં, પેન્ક્રીઆસ (સ્વાદુપિંડ) અને નાનું આંતરડું પણ ડોક્ટરો ટ્રાન્સપ્લાન્ટ કરી શકે છે.

- More than **10,000** people in the UK currently **need a transplant.** Of these, over 1,000 – on average 3 a day – die every year before they receive an organ.

  હાલમાં યુકેમાં **10,000** કરતાં વધારે લોકોને **ટ્રાન્સપ્લાન્ટની જરૂર** છે. આમાંથી દર વર્ષે 1,000 કરતાં વધારે, એટલે કે એકંદરે રોજનાં 3 લોકોનું અંગ મેળવતાં પહેલાં મૃત્યુ થાય છે.

- There is no maximum age for donors. Healthcare professionals will make a decision based on each individual case.

  દાતાઓ માટે કોઈ વધુમાં વધુ ઉંમર હોતી નથી. દરેક વ્યક્તિગત કેસના આધારે આરોગ્ય સંભાળના વ્યવસાયિકો આનો નિર્ણય લેશે.

- Having an existing medical condition does not necessarily prevent a person from becoming a donor. Again, the decision will be taken by doctors after death.

  કોઈ હાલની તબીબી બીમારી હોય તો તેના કારણે વ્યક્તિ અંગદાન ન કરી શકે એવું નથી. પરંતુ આ માટે પણ વ્યક્તિના મૃત્યુ બાદ ડોક્ટરો નિર્ણય લેશે.

By offering to become an organ donor you could save or enhance as many as 9 lives.

અંગદાન કરનાર બનવાનું સ્વીકારીને તમે વધુમાં વધુ નવ લોકોનાં જીવન બચાવી કે સુધારી શકો છો.

Join the register now
હમણાં જ રજિસ્ટર પર નોંધાવ

More donated organs are needed urgently as people who need a transplant are dying.

Please think about joining the Organ Donor Register and help others to live after your death.

વધુ દાન કરાયેલાં અંગોની તાત્કાલિક જરૂરત છે, કારણ કે ટ્રાન્સપ્લાન્ટની જરૂરતવાળાં લોકોનાં મોત થઈ રહ્યાં છે.

કૃપા કરીને ઓર્ગન ડોનર રજિસ્ટર પર જોડાવાનું વિચારો અને તમારા મૃત્યુ બાદ પણ બીજાંને જીવન મેળવવામાં મદદ કરો.

If you believe in organ donation, prove it.

જો તમે અંગદાનમાં માનતાં હો, તો સાબિત કરો.

www.organdonation.nhs.uk

The register is a confidential database which is used by NHS staff to identify those who have indicated that they wish to donate their organs and tissue after death so that someone else can benefit from a life-saving transplant.

આ રજિસ્ટર એક ખાનગી ડેટાબેઝ છે જેનો ઉપયોગ એન.એચ.એસ.ના કર્મચારીઓ એ જાણવા માટે કરે છે કે પોતાના મૃત્યુ બાદ પોતાનાં શરીરનાં અંગો અને ટિશ્યૂઓનું દાન કરવાની ઈચ્છા કોણે જણાવેલી છે, જેથી બીજી કોઈ વ્યક્તિને જીવન બચાવતા ટ્રાન્સપ્લાન્ટનો લાભ મળી શકે.

When you have put your name on the register you will receive a thank you pack which includes a donor card.

તમે જ્યારે તમારું નામ રજિસ્ટરમાં નોંધાવશો એટલે તમારો આભાર પ્રગટ કરતી માહિતી સામગ્રી મોકલવામાં આવશે જેમાં એક ડોનર કાર્ડ પણ હશે.

Once you have made a decision to register as a donor please inform your family of your wishes. Family members say that knowing their relative's wishes made it easier to agree to donation.

તમે એકવાર દાતા તરીકે નોંધાવાનો નિર્ણય કરી લો તે પછી કૃપા કરીને તમારાં કુટુંબીજનોને તમારી ઈચ્છા જણાવો. કુટુંબીજનોએ કહ્યું છે કે તેમનાં સ્વજનોની ઈચ્છાઓની ખબર હોય, તો દાન આપવાની મંજૂરી આપવાનું તેમના માટે સહેલું બની જાય છે.

Thank you for your help and support.

તમારી મદદ અને સહાયતા બદલ આભાર.

If you require any more copies of this leaflet or need more information please call the donor line

જો તમને આ પત્રિકાની વધારે નકલો જોઈતી હોય અથવા વધારે માહિતી જોઈતી હોય તો કૃપા કરીને ડોનર લાઈનને ફોન કરો

0300 123 23 23

Leaflets are also available in: Bengali, Hindi, Punjabi and Urdu. These can also be downloaded from

www.organdonation.nhs.uk.

This website also has lots of useful information about organ donation.

પત્રિકાઓ અંગ્રેજી, બંગાળી, હિન્દી, પંજાબી અને ઉર્દૂમાં પણ મળી શકે છે. તે અહીંથી પણ ડાઉનલોડ કરી શકાય છે

www.organdonation.nhs.uk.

આ વેબસાઈટ પર અંગદાન વિશે ઘણી બધી ઉપયોગી માહિતી પણ આપવામાં આવી છે.

You can also join the register by text.

તમે ટેક્સ્ટ મારફતે પણ રજિસ્ટર પર નામ નોંધાવી શકો છો.

Text REGISTER to 84880

84880 પર REGISTER ટેક્સ્ટ કરો.

Once you have made a decision to become a donor please inform your family of your wishes.

તમે એકવાર દાતા બનવાનો નિર્ણય કરી લો તે પછી કૃપા કરીને તમારાં કુટુંબીજનોને તમારી ઈચ્છા જણાવો.

Please register my details on the NHS Organ Donor Register

Please complete in CAPITAL LETTERS using a black ballpoint pen.
*indicates that a field must be completed.

My name and address

Surname*

Forename(s)*

Date of birth* / / Male ☐ * Female ☐ *

Address*

Postcode*

Telephone Mobile

Email

My wishes

I want to donate: (Please tick the boxes that apply)

A. any of my organs and tissue ☐ **or**

B. my kidneys ☐ heart ☐ liver ☐ small bowel ☐
eyes ☐ lungs ☐ pancreas ☐ tissue ☐

for transplantation after my death.

Signature

Date

Please tick here if you would like to receive future information about blood, organ and tissue donation from NHS Blood and Transplant. ☐

My ethnic origin

There's a better chance of getting a closer match and a successful transplant if the donor and recipient are from the same ethnic group. Please tick the ethnic group which best describes you.

White: British ☐ Irish ☐ Other ☐

Mixed: White/Black Caribbean ☐ White/Asian ☐ White/Black African ☐ Other ☐

Asian or Asian British: Indian ☐ Pakistani ☐ Bangladeshi ☐ Other ☐

Black or Black Bristish: Caribbean ☐ African ☐ Other ☐

Other mixed background: Chinese ☐ Other ☐

Not stated: ☐

Data Protection Assurance. Completion of this form is for the purpose of recording your wishes to become an organ donor. All information provided to NHS Blood and Transplant is used in accordance with the Data Protection Act 1998. Your data may be handled on our behalf in a country not normally covered by EU Data Protection law. If so, we will ensure that the data will be protected by the EU requirements. More information on how we look after your personal details can be found **at www.nhsbt.nhs.uk** or by calling **0300 123 23 23.**

If you wish to amend or withdraw your record from the NHS Organ Donor Register you can do so by calling the Organ Donor Line on 0300 123 23 23, visiting www.organdonation.nhs.uk or writing to us at the address overleaf.

1953

TEAR HERE

MOISTEN EDGE OPPOSITE

If you believe in organ donation, prove it.
Register now at organdonation.nhs.uk Text REGISTER to 84880

જો તમે અંગદાનમાં માનતાં હો, તો સાબિત કરો.
organdonation.nhs.uk પર હમણાં જ નામ નોંધાવો 84880 પર REGISTER ટેક્સ્ટ કરો

NHS

You don't need to use a stamp, but doing so helps save our funds

FREEPOST RRZK–SHUX–SBCK
NHS Blood and Transplant
Fox Den Road
Stoke Gifford
Bristol
BS34 8RR