

Do You know that:

Diabetes is one of the leading causes of amputation of the lower limbs throughout the world. Amongst people who have diabetes, amputations are reported to be 15 times more common than amongst other people. 50% of all amputations occur in people who have diabetes. We can help them together.



Retinopathy:

Between 40 to 45 percent of patients diagnosed with diabetes have some stage of diabetic Retinopathy.

12 per cent of people who register as blind in the UK each year have diabetic eye disease. Thus keeping your blood sugar level and blood pressure under control is very important.



Diabetic Kidney

About 30 percent of patients with Type 1 (juvenile onset) diabetes and 10 to 40 percent of those with Type 2 (adult onset) diabetes eventually will suffer from kidney failure.

If sugar level is not kept under control there are chances of occurrence of the following conditions:

1. Heart Disease.
2. Stroke.
3. Male Impotence.
4. Urine Retention.
5. Other Serious Complications.



Treatment and Follow up of This Disease is costly for the poor Patients

Are You A Monthly Donor
Why Not Become A One
By Contributing Only Rs.500 Per Month.
Your Donation Would Be Utilized On
Medicines, Strips, Glucometers And
Insulin For The Deserving Patients.

Account No: **22537900501903**
Bank: **Habib Bank**
Branch: **I-8 Markaz Islamabad branch**

EAT LESS WALK MORE

In Order To Get Rid Of Diabetes

Who We Are?

YASHFEEN TRUST is a registered TRUST(Reg.# 1193/4) with head office in Islamabad. It is a non- political, non-governmental, and not-for-profit organization involved in the delivery of high quality DIABETIC care services. The mission of Prevention and control of Diabetes in Pakistan by providing standard and sustainable diabetic clinical assistance which is Free Of Cost to all, regardless of gender, race, color or religion, had been initiated by a Diabetologist of Islamabad Prof. Dr. Jamal Zafar and his family from their own resources. In order to expand these services on Nationwide basis a Board of Trustees had been formed with the following members:

1. **Prof.Dr.Jamal Zafar**, Medical Specialist (PIMS) & Sugar Specialist Islamabad.(**President**)
2. **Sh. M.Ilyas**, Chairman All Pakistan Soap Manufacturers Association. (**Vice President**)
3. **Mr.M. Aslam Bhutta**, C.E.O. International Polymer Industries (Pvt) Ltd. Islamabad. (**Patron**)
4. **Mrs. Dr. kausar Jamal. (M.B.O.T)**
5. **Ch.Tahir Masood**, C.E.O. Unique Poultry Services, Rawalpindi. (**M.B.O.T**)
6. **Mr. Sarfraz Mehmood**, C.E.O. Unique Poultry Services, Rawalpindi. (**M.B.O.T**)
7. **Mr. M.Hafiz**, Former Senior Civil Servant. (**M.B.O.T**)
8. **Advocate Ammar Sehri**, Senior Advocate Supreme Court of Pakistan(**Legal Advisor**)
9. **Mr. M.Tariq Bhatti**, Former Senior Civil Servant. (**Secretary**)

Facts About Diabetes.

Diabetes causes 1 deaths every Seven Seconds and two new persons are diagnosed as diabetic in Seven Seconds. Every year it is estimated that 3.2 million people in the world die due to Diabetes or its related causes.

The major cause of increase in the incidence of Diabetes is a sedentary lifestyle. Exercise and diet can either reduce or delay the incidence of diabetes by over 50%.

Diabetes is number one cause of kidney failure in the world. Besides this every year it is responsible for 5% or 5 million blindness in adults and one million Limb Amputations. Diabetes is also an important cause of heart disease, stroke and catart.

The first free Diabetic Clinic had been set up in January 2012 in I-9 Markaz , Islamabad and has treated more than 500 patients in five months by providing the following facilities:

- Free Diabetic Check up (500 patients).
- Free Medicines given to (390 patients).
- Free Insulin given to (143 patients).
- Free Glucometers to (30 patients).
- Free Sugar Strips to (30 patients)



YASHFEEN TRUST

(Reg.No.1193/4)

CARING FOR DIABETIC PATIENTS

Diabetes

Every Sixth Person in Pakistan is suffering from this deadly disease.

EAT LESS WALK MORE



WE ARE SERVING IN THIS FIELD BY PROVIDING

- FREE CHECK UP
- FREE BLOOD SUGAR TEST
- FREE MEDICINES
- FREE GLUCOMETERS & STRIPS
- FREE INSULIN TO THE DESERVING PATIENTS

FREE DIABETIC CLINIC, FLAT # 3, FIRST FLOOR,
I-9, MARKAZ, Spinzar plaza, Islamabad.
Cell: 03345628563, E-mial: yashfeentrust@gmail.com

A PROJECT OF YASHFEEN TRUST.



یشفین ٹرسٹ

کیا آپ کے علم میں ہے کہ پاکستان کا ہر چھٹا فرد شوگر کے موذی مرض میں مبتلا ہے اور یہ مرض تیزی سے بڑھ رہا ہے۔ کیا آپ ہمارے ساتھ مل کر ان کی مدد کرنا چاہیں گے؟

شوگر قابل علاج مرض



یشفین ٹرسٹ کے زیر انتظام چلنے والے پہلے فری شوگر کلینک واقع مرکز آئی نائن اسلام آباد میں مندرجہ ذیل سہولیات فراہم کی جاتی ہیں۔

- ۱- مفت طبی معائنہ
- ۲- مفت بلڈ شوگر ٹیسٹ
- ۳- مفت ادویات کی فراہمی
- ۴- مفت انسولین کی فراہمی
- ۵- پاؤں کی نگہداشت کی تعلیم
- ۶- ورزش اور واک کی اہمیت

۷- خوراک کے بارے میں احتیاط و پرہیز

فری شوگر کلینک

فلٹ نمبر 3، فرسٹ فلور، 9-1، مرکز، سپین زر پلازہ، اسلام آباد
رابطہ نمبر: 0334-5628563 ای میل: yashfeentrust@gmail.com

یشفین ٹرسٹ (ایک تعارف)

یشفین ٹرسٹ حکومت پاکستان سے باقاعدہ رجسٹرڈ شدہ ادارہ ہے۔ جس کا رجسٹریشن نمبر 1193/4 ہے۔ اسکی ابتداء اسلام آباد کے معروف شوگر سپیشلسٹ پروفیسر ڈاکٹر جمال ظفر اور ان کے خاندان نے ذاتی عطیات کی بنیاد پر یکم جنوری 2012 میں کی۔

فری شوگر کلینک

ہمارا فری شوگر کلینک 9-1 مرکز اسلام آباد میں واقع ہے۔ یہ ایک مستقل کلینک ہے جس میں روزانہ صبح کے اوقات میں مریض دیکھے جاتے ہیں۔ اس کلینک میں مندرجہ ذیل سہولیات دستیاب ہیں۔

۱- کوالیفائیڈ MBBS ڈاکٹر جن کو شوگر کے مرض کی خصوصی تعلیم و تربیت دی گئی ہے مریضوں کا معائنہ کرتے ہیں۔

۲- خاص طور پر تربیت یافتہ شوگر ایجوکیٹر جو کہ خوراک، ورزش اور پاؤں کی نگہداشت کے بارے میں خصوصی تعلیم و تربیت فراہم کرتے ہیں۔

۳- تمام مریضوں کی شوگر اور بلڈ پریشر چیک کی جاتی ہے۔

۴- تمام مریضوں کو خوراک کا چارٹ اور پاؤں کی نگہداشت کے بارے میں معلوماتی لٹریچر فراہم کیا جاتا ہے۔

۵- مستحق مریضوں کو مفت گلوکومیٹر اور سٹرپس فراہم کی جاتی ہیں۔

۶- شوگر کے مستحق مریض آپکی زکوٰۃ، صدقات اور خیرات کے بھی مستحق ہیں۔

ان کی مدد کرنے میں برائے کرم ہماری مدد کریں۔ فون: 0334-5628563
بینک اکاؤنٹ نمبر



شوگر کے بارے میں چند حقائق:

☆ دنیا میں شوگر کی وجہ سے ہر سات سیکنڈ کے بعد ایک موت واقع ہوتی ہے اور ہر سات سیکنڈ میں دو نئے افراد شوگر کے مرض میں مبتلا ہوتے ہیں۔
☆ عالمی اعداد و شمار کے مطابق ہر بیسواں فرد شوگر کی وجہ سے فوت ہو جاتا ہے۔
☆ آرام پرست زندگی، ورزش کی کمی، اور خوراک میں بد اعتدالی کرنے اور ذہنی پریشانی والے افراد میں یہ مرض جلد ظاہر ہو جاتا ہے۔

☆ گردوں کے فیل ہونے کی بنیادی وجہ شوگر کا کنٹرول سے باہر ہونا ہے۔
☆ دنیا میں لاکھوں افراد شوگر کا مناسب علاج نہ ہونے کی وجہ سے اندھے پن کا شکار ہو جاتے ہیں۔

☆ شوگر کے مریضوں میں سے 10 لاکھ افراد کے اعضاء شوگر کو کنٹرول نہ کرنے کی وجہ سے کاٹ دیے گئے ہیں۔

☆ شوگر کنٹرول نہ کرنے سے فالج کا مرض لاحق ہو سکتا ہے۔

☆ شوگر کنٹرول نہ کرنے سے بلڈ پریشر اور دل کے امراض لاحق ہو سکتے ہیں۔

کیا آپ مندرجہ بالا امراض کا علاج اور بچاؤ کرنے میں ہمارا ساتھ دیں گے؟

آپکی زکوٰۃ، خیرات اور صدقات یشفین ٹرسٹ کے ذریعے بہترین طریقے سے غریب شوگر مریضوں کے لیے استعمال کی جاسکتی ہے۔



ایک مخیر خاتون جو اپنا نام ظاہر نہیں کرنا چاہتیں نے 35 گلوکومیٹر مستحق افراد میں تقسیم کے لئے عطیہ کیے۔

آپ بھی اس کار خیر میں حصہ لے سکتے ہیں۔

شوگر کے بارے میں خصوصی طور پر تربیت یافتہ کوالیفائیڈ ایجوکیٹر مریض کو خوراک، ورزش، انسولین لگانے کے طریقے، پاؤں کی نگہداشت اور شوگر کے بارے میں مکمل آگاہی فراہم کرتے ہیں۔