



Helping Hands Foundation

Newsletter Jan - March 2023



World Autism Day 2023

World Autism Day has been observed by team HHF on 2nd of April 2023. Team will remain busy to spread the words of information in the targeted community during the month of April. Awareness sessions will be conducted by the team.

In the said session Saima (CATCH Coordinator) introduced the disorder by local examples. She said, Autism is one of the most common developmental disabilities. People with autism, also called autism spectrum disorder (ASD), have differences in the way their brains develop and process information. As a result, they face significant communication, social, and behavior challenges. She added, Its purpose is to promote, protect and ensure the full and equal enjoyment of all human rights and fundamental freedoms by all persons with disabilities, and to promote respect for their inherent dignity.

Session was organised by Safia Gulnar (Community Health Worker) at Mohallah Al Hussain.

World Women Day 2023



“ We the team HHF are working whole year for a healthy mother in every house we visit. Healthy mother can brought up a healthy nation indeed. **Happy Women Day** to all wonderful women around us for sharpening us and for making us comfortable. ”

World TB Day 2023



World TB Day 2023 has been observed by team HHF on 22-03-2023 at Saeed Colony Muzafferabad Sher Shah Road Multan

نوزائیدہ بچوں کا یرقان (Juandice Neonatoum)

نوزولود بچوں میں یرقان بہت اہم کیفیت ہے۔ جسے نظر انداز نہیں کیا جا سکتا۔ اور فوری طور پر میڈیکل توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ نوزائیدہ بچوں میں جلد اور آنکھوں کے سفید حصوں کا پیلا ہونا، بلی رومن کی جسم میں زیادتی کی وجہ سے ہوتا ہے۔ بہت سارے بچوں میں یہ بلی رومن کی زیادتی عارضی ہوتی ہے۔ جبکہ کچھ نوزولود بچوں میں بلی رومن کا وہ جسم میں بہت بڑھ جاتا ہے۔ اور اگر یہ بلی رومن زیادہ Unconjugated ہوتو یہ صحن نظام پر بہت مٹی اثرات مرتب کرتا ہے۔ جو بچے کی موت کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ اور جو بچے بچ جاتے ہیں ان کو زندگی بھر عصبی نظام کی خرابی کے مسائل کا سامنا رہتا ہے۔ ہزاروں سال پہلے چینی کتابوں نے نوزولود بچوں کے یرقان کا ذکر کیا۔ 1875ء میں 'Ortl' نے بلی ہاردر ماخ کے پیلا ہونے کا ذکر کیا، جسے بعد میں 'Schmach' نے 'Keenicterus' کا نام دیا

فعلیاتی طور پر (Physiologically) نوزولود بچوں میں یرقان دو وجوہات کی بنا پر ہوتا ہے۔ ایک خون میں موجود چھٹی لال خلیوں کی زیادہ توڑ پھوڑ بلی رومن کی زیادہ پیداوار کا باعث بنتی ہے۔ چھٹی لال خلیوں کی عمر کا دورانیہ کم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے۔ دوسرا گھاس قائل نہیں ہونا کمزور یا وہ سے زیادہ بلی رومن کو جسم سے نکال سکے۔ اگرچہ نوزائیدہ بچوں میں یرقان ایک مائل عارضی عمل ہے۔ جبکہ کچھ بچوں میں یہ بہت نمایاں ہو جاتا ہے۔ بلڈ گروپ میں تضاد ویسا کہ (ABO, RH) کی وجہ سے بھی خون کے خلیوں کی زیادہ توڑ پھوڑ ہوتی ہے۔ اور یرقان بڑھ جاتا ہے۔

ایشی آراینج کی تکمیل (RH Isoimmunization) بھی شدید یرقان کرنے میں تاریخی اہمیت کا حامل ہے۔ صنعتی ممالک میں مٹی آراینج عورتوں میں RH Prophylaxis کی وجہ سے یہ حالت بہت کم ہے۔ جبکہ ترقی پذیر ممالک میں ایشی آراینج کی تکمیل ابھی تک عام ہے۔ کچھ اور بیماریاں جیسا کہ (Sphucytosis, G+ PK Deficiency) بھی یرقان میں اضافے کا باعث ہوتی ہیں۔ پچھلے 20 - 15 سالوں میں خون کے خلیوں کی زیادہ توڑ پھوڑ سے نوزائیدہ بچوں میں Keenictus ہونے کے بہت سے کیس سامنے آئے ہیں۔ نوزولود بچوں میں بلی رومن کا زیادہ ہونا بہت عام ہے۔ کیونکہ تقریباً ہر نوزولود بچے میں پہلے پختے میں Unconjugated بلی رومن کا درجہ 1.8 mg/dl تک ہو جاتا ہے۔ 1986ء میں Maisels اور Gifford نے یونہ ٹیڈسٹیسٹ میں 6.1 فیصد بچے جن میں بلی رومن 12.9 mg/dl تھی، رپورٹ کیے۔ بچوں میں یرقان کا کم زیادہ ہونا نسلیات اور جغرافیہ پر بھی منحصر ہے۔ بلندی پر رہنے والی آبادی میں یرقان زیادہ ہوتا ہے۔ 1984ء میں Moollet al نے 3100 میٹر کی بلندی پر رہنے والے 32.7 فیصد نوزولود بچے جن میں بلی رومن 12 mg/dl تھی۔ نوزائیدہ بچوں میں بچوں کی نسبت یرقان زیادہ ہونے کا خطرہ ہوتا ہے۔ اس بات کا بلی رومن بننے کی رفتار سے کوئی تعلق نہیں ہے۔

عام طور پر یرقان عمر کے دوسرے یا تیسرے دن سامنے آتا ہے۔ اگر یہ پچھلے 24 گھنٹوں میں نمایاں ہو جائے تو یہ فعلیاتی نہیں ہوتا اور مزید جانچ پر ہتال کی ضرورت ہوتی ہے۔ جن بچوں میں یرقان تین سے چار دن بعد نمودار ہوان کبھی توجہ اور دیکھ بھال کی ضرورت ہوتی ہے۔

جن بچوں میں شدید یرقان ایک سے دو ہفتے تک برقرار رہتا ہے۔ ان میں Galaisremio اور پیدائشی Hypothyroidism کو دیکھنے کے لئے خون کے ٹیسٹ کروالینے چاہئیں۔ خاندانی ہسٹری، بچے کا وزن اور ماں کا دودھ پلانے کا عمل اور پختانے کا رنگ روزانہ کی بنیادوں پر دیکھتے رہنا چاہیے۔ اس بچے سے پہلے کسی نوزائیدہ بچے کو یرقان اور اس کا علاج ہوا ہو، یا خاندان میں کسی کو یرقان ہو Gilbell Syndrome کی خاندانی ہسٹری ہو، خون کی کمی ہو یا تلی کا پریشن ہو، وہ ان سب باتوں کا تعلق نوزائیدہ بچے کے یرقان کے ساتھ ہو سکتا ہے۔

نوزائیدہ بچوں میں یرقان سب سے پہلے ماتھے اور چہرے پر ظاہر ہوتا ہے۔ یرقان کی پہچان جلد کو کچھ دیر دبا کر چھوڑنے سے ہو سکتی ہے۔ بتدریج یرقان چھاتی، پیٹ اور نگوں بازوں میں پھیل جاتا ہے۔ سر سے پاؤں کی طرف یرقان کے پھیلنے کا عمل آٹھ، دس یا بیس دنوں کی مڈ پیکل کی کتابوں میں بھی ملتا ہے۔ یرقان پاؤں سے سر کی طرف کم ہوتا ہے۔ اکثر نوزائیدہ بچوں میں جلد کا پیلا ہونا ہی یرقان کی علامت ہوتی ہے۔ شدید یرقان میں بچے مدھوش بھی ہو سکتے ہیں۔ یرقان میں منیسی نظام کے متاثر ہونے کی علامات میں پٹوں کا کچھاؤ، جھکے اور بچے کے رونے میں تبدیلی شامل ہے۔ یہ وہ علامات ہیں جن کو فوری توجہ کی ضرورت ہوتی ہے۔ تاکہ Kernictews ہونے سے بچا جاسکے۔

نوزائیدہ بچوں میں یرقان کی مختلف وجوہات ہوتی ہیں جن میں Biliary Atresia، ماں کے دودھ سے پیدا ہونے والا یرقان، Cholertasis، Cytsmegalovirus infection، Dubin Johnson Syndrome، چھوٹی آنت کا ٹنک ہونا Galaisremia، نوزائیدہ بچوں میں خون کی بیماریاں Hep. B، Hypothyroidism شامل ہیں۔ آہنکل آگہ سے بلی روہن کے ورے کو جسم میں جانچا جاسکتا ہے۔ جس کو Transcutaneous Bilirubinometry کہتے ہیں۔ اس آگہ سے نوزائیدہ بچوں میں یرقان کو جانچنے کے لئے خون نکالنے کی ضرورت کو کم کرنے میں بہت مدد ملی ہے۔ آگہ کی نسبت Transcutaneous Bilirubinometry سے یرقان کو بہتر طریقے سے جانچا جاسکتا ہے۔ آگہ سے دیکھ کر جسم میں یرقان کے ورے کا اندازہ لگانا کوئی خاطر خواہ قابل یقین عمل نہیں ہے۔ لیکن یرقان کے باکل ختم ہونے کا اندازہ بہتر روشنی میں دیکھ کر لگایا جاسکتا ہے۔

معمولی یرقان میں Transcutaneous Bilirubinometry ہی تمام بلی روہن کو جانچنے کے لئے کافی ہوتی ہے۔ درمیانی ورے کے یرقان کے لئے ٹوئس بلی روہن لیول کافی ہوتا ہے۔ جو دوسرے یا تیسرے دن نمودار ہوتا ہے۔ اس حالت میں Unconjugated اور Conjugated بلی روہن کی ضرورت نہیں ہوتی۔ جبکہ اس ٹیسٹ کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر یرقان بہت تیزی سے بڑھ رہا ہو یا بلی روہن شعاعی علاج کی ضرورت تک پہنچ جائے۔ اس کے علاوہ اگر Cholertatic Disease کی علامات ظاہر ہو رہی ہوں تو نگہ اور باکل ورک کے اثرات کو جاننے کی ضرورت ہوتی ہے۔

پروفیسر ڈاکٹر غلام مصطفیٰ

Importance of Breastfeeding



Door to door awareness session by our dedicated Community Health Workers' Aziz Fatima & Sobia Mehmood covering the topic 'Importance of Breastfeeding' during the 1st week of March'23.

World Sleep Day 2023



World Women Day 2023



“ We the team HHF are working whole year for a healthy mother in every house we visit. Healthy mother can brought up a healthy nation indeed. **Happy Women Day** to all wonderful women around us for sharpening us and for making us comfortable. ”

World TB Day 2023



World TB Day 2023 has been observed by team HHF on 22-03-2023 at Saeed Colony Muzafferabad Sher Shah Road Multan

WE ENCOURAGE YOU TO FIND OUT MORE ABOUT US:

- The Mission, Vision and Values that guide us;
- The services and programs we offer;
- The metrics that ensure our continued accountability and transparency;
- The news and events that matter most to you;
- Information on career opportunities with HHF and;
- Access to general healthcare information to keep you well informed.

If you do not find what you are looking for during your visit to the website, please don't hesitate to visit us at HHF or call us to let us know how we can help you.

Where we reach as on 31st March 2023 Progress Indicators	
Gynea Patients	90,291
Peads Patients	121,699
Spiro Beneficiaries	1,325
CATCH Beneficiaries (quarter)	16,853
Total Beneficiaries	230,168
Medicine Cost	29,705,311
Lab Test Cost	10,791,214
Total Cost	40,496,525

Our Core Values

- ▶ PATIENT CENTERED
- ▶ RESPECT
- ▶ PERSONAL GROOMING
- ▶ ACCOUNTABILITY
- ▶ TEAM WORK
- ▶ EMPOWERING & INNOVATION
- ▶ AIMING EXCELLANCE
- ▶ INTEGRITY
- ▶ FRIENDLY ENVIRONMENT

Vision & Mission

1. To be the leader in filed of Health, research & education.
2. To lead in excellent, holistic and compassionate care for Women and Children.
3. To be a regional healthcare system providing exceptional quality services, through a competent, compassionate and dedicated professional work force, with a commitment to education and research, accessible to all, that ensures patient safety and satisfaction.



Share Your Responsibility

The Messenger of Allah (SAW) has said: "The earth on the Day of Resurrection will be scorching, except for the shadow of a believer, for verily his charity will serve him as shade."

Giving charity is a generous and a helpful act. It is an easy way of pleasing our creator and earning unending rewards in this life as well as hereafter. As members of a well-to-do class of the society, it is our vital responsibility to help those belonging to a lower social class.

At HHF we are working to help the society's most vulnerable by providing the quality healthcare at no cost at all. We are taking small steps to create a caring and compassionate society that cares for the less fortunate.

Your donations will help us to be there for every deprived soul, spread awareness and save lives.
Please visit our website or contact:

Phone: (+92) 61-4500606
Cell: (+92) 341-8006600
Email: info@hhf.org.pk
URL: www.hhf.org.pk

Helping Hands Foundation
Khan Medical City
Nishtar Road, Multan

Join & Like us on Facebook:
[@Helping-Hands-Foundation](https://www.facebook.com/Helping-Hands-Foundation)

Chief Editor:
Prof. Dr. Ghulam Mustafa
Editor:
Saima Ashiq Chishti



Please Donate:

Meezan Bank
The Premier Islamic Bank

05010100840388

IBAN of Meezan Bank for I-MACCA

PK30MEZN0005010100840388

Chowk Nawan Sheher Branch, Multan