خبرها از عالم علم

چاقی با ۳۲ نوع سرطان مرتبط است

نتایج تحقیق اخیر محققان سوئد موجی از شوک را در جامعه پزشکی وارد کرده اســت و حقیقت وحشتناک را آشــکار می‌کند که درک چاقی از سلامت ما بسیار فراتر از آن چیزی است که قبلاً درک کرده بودیم.

به گزارش ایسنا از ارث، چاقی دیگر فقط مربوط به بیماری قلبی یا دیابت نیست. چاقی در حال حاضر به‌طور محکم با ۳۲ نوع مختلف سرطان مرتبط است که به‌طور بالقوه باعث افزایش ۴۰ درصد از همه موارد می‌شود.

در حالی که ارتباط بین چاقی و برخی از سرطان‌ها، مانند سرطان سینه و روده، به خوبی ثابت شده است، تحقیقات جدید دامنه بسیار گسترده‌تری از خطر را نشان می‌دهد.

این تحقیق نه تنها ارتباط موجود را تأیید می‌کند، بلکه اضافه وزن را در ایجاد چندین سرطان دیگر که قبلاً با چاقی مرتبط نبوده اند، دخیل می‌کند که شــامل ملانوم بدخیم، شکل خطرناک سرطان پوست و تومورهای معده است که بر پوشش معده تأثیر می‌گذارد.

فراتر از این سرطان‌های رایج، این تحقیق همچنین به ارتباط بالقوه بین چاقی و سرطان در مکان‌های کمتر شایع مانند روده کوچک و غده هیپوفیز اشاره می‌کند. علاوه بر این، سرطان‌های سر و گردن، همچنین سرطان‌های آلت تناســلی نیز اکنون در فهرســت بدخیمی‌هایی هستند که به‌طور بالقوه ناشی از اضافه وزن هستند.

این طیف گســترده از ســرطان‌ها به‌طور قابل توجهی درک تأثیر چاقی بر خطر سرطان را گسترش می‌دهد. این یافته‌ها نه تنها بر ضرورت پرداختن به اپیدمی چاقی به دلیل تأثیرات شــناخته شده آن بر سلامت قلبی عروقی و دیابت بلکه بر پیامدهای گسترده آن در پیشگیری و درمان سرطان تأکید می‌کند.

◆ چاقی چگونه ویران‌کننده است؟

دانشــمندان در حال ایجاد معمای پیچیده هســتند کــه در آن چاقی باعــث ایجاد مجموعه‌ای از اختلالات بیولوژیکی می‌شــود. چربی اضافی، به ویــژه بافت چربی، نــه تنها به‌عنوان انبار ذخیره انــرژی، بلکه به‌عنوان اندام غدد درون‌ریز فعال نیز عمل می‌کند.

چاقی اغلب منجر به مقاومت به انســولین می‌شود، جایی که سلول‌های بدن به‌طور موثر به انسولین، هورمونی که سطح قند خون را تنظیم می‌کند، پاسخ نمی‌دهند. برای جبران، پانکراس انسولین بیشتری تولید می‌کند. بافت چربی در افراد چاق مقدار زیادی استروژن نیز تولید می‌کند.

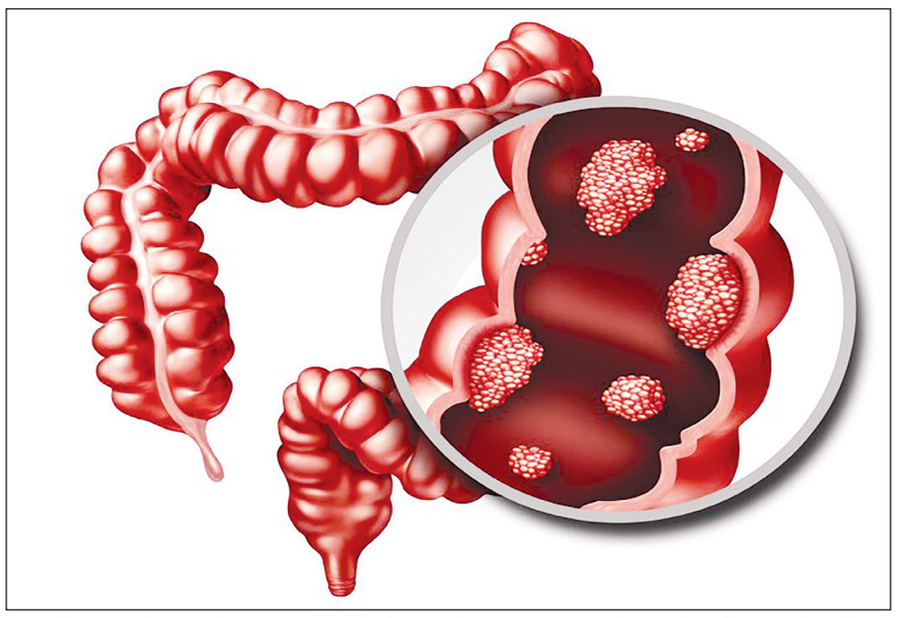
به‌طــور خاص، نتایج نشــان داد که به ازای هر پنج امتیــاز افزایش در شــاخص توده بدنــی یک فرد، خطر ابتــلا به چندین ســرطان رایج به‌طور قابل‌توجهــی افزایــش می‌یابد به این معنی که حتی افزایش وزن متوســط می‌تواند منجر به افزایش خطر ابتلا به انواع مختلف سرطان شود.

نتایج این مطالعه بر اهمیت حفظ وزن سالم به‌عنوان یکی از اجزای مهم پیشــگیری از ســرطان تاکید دارد. هر چه شاخص توده بدنی یک فرد بالاتر باشــد، مستعد ابتلا به طیف گســترده‌ای از بیماری‌های بالقوه تهدیدکننده زندگی است.

ایــن یافته بر نیاز فوری افراد و ابتکارات بهداشــت عمومی برای تمرکز بر مدیریت وزن و انتخاب ســبک زندگی ســالم بــرای کاهش خطر ابتلا به سرطان تاکید دارد.

مطالعه جدید نشان می دهد؛

افزایش شدید موارد سرطان روده بزرگ در کودکان و نوجوانان



یک مطالعه جدید نشــان می دهد که ســرطان روده بزرگ به طور پیوسته در بیــن جوانــان در ایــالات متحده در دو دهــه گذشــته افزایش یافته اســت، به طوری که نوجوانان دارای بیشــترین جهش در میزان سرطان بوده اند.

بــه گزارش مهر به نقل از مدیســن نت، محققان در نشســت پزشکی هفته بیماری‌های گوارشــی در واشنگتن دی ســی گزارش دادند که میزان ســرطان روده بــزرگ بیــن ســال‌های ۱۹۹۹ تا ۲۰۲۰ در بین کودکان ۱۰ تا ۱۴ ســاله ۵۰۰ درصد افزایش یافته است.

محققــان دریافتند کــه این میزان در بیــن نوجوانــان ۱۵ تــا ۱۹ ســال ۳۳۳ درصــد و در بین ۲۰ تا ۲۴ ســال ۱۸۵ درصد افزایش یافته است.

دکتــر «اســلام محمد»، پزشــک متخصص داخلی در دانشــگاه میزوری-کانزاس ســیتی، در بیانیه خبری گفت: «ســرطان روده بــزرگ دیگــر فقط به عنوان یک بیماری جمعیت مسن تلقی نمی‌شود.»

برای این مطالعه، محققان با استفاده از داده‌های مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌های ایالات متحده روند ۱۹۹۹-۲۰۲۰ سرطان روده بزرگ را برای افراد بین ۱۰ تا ۴۴ سال محاسبه کردند.

نتایج نشان می‌دهد اگرچه این نرخ‌ها در میان کــودکان و بزرگســالان جوان افزایش یافته اســت، اما همچنان از نظر تعداد بسیار کمتر از افراد مسن است.

در میان نوجوانان ۱۰ تا ۱۴ ســاله، ۰.۶ کــودک در هــر ۱۰۰۰۰۰ کودک، مبتلا به ســرطان روده بزرگ در ســال ۲۰۲۰ تشخیص داده شدند که این رقم در ســال ۱۹۹۹ تنها ۰.۱ کودک در هر ۱۰۰۰۰۰ بود.

به طور مشابه، تشخیص‌ها در افراد ۱۵ تــا ۱۹ ســاله از ۰.۳ بــه ۱.۳ در هر ۱۰۰۰۰۰ نفر و در بین ۲۰ تا ۲۴ ســال از ۰.۷ به ۲ در ۱۰۰۰۰۰ افزایش یافت.

شــایع‌ترین علائــم ســرطان روده بــزرگ یبوســت، اســهال، درد شــکم، خونریزی مقعدی و علائم کم خونی فقر آهن است.

محمد گفت:عوامل خطر ســرطان روده بــزرگ شــامل ســابقه خانوادگی سرطان روده بزرگ است.

سابقه دوچرخه سواری در کاهش درد زانو موثر است

داده‌های یک مطالعه منتشر شده در Medicine & Science in Sports & Exercise نشان می‌دهد افرادی که در طــول عمر خــود در تمرینات منظم دوچرخه‌سواری شرکت می‌کردند، کمتر بــا درد مکــرر زانو، آرتــروز رادیوگرافی (ROA) و اســتئوآرتریت رادیوگرافــی علامت‌دار (SOA) مواجه شدند.

بــه گــزارش ایســنا، متخصصــان و روماتولوژیســت هــا اغلــب فعالیت بدنــی منظــم را بــرای پیشــگیری از استئوآرتریت، رایج ترین شکل آرتریت، توصیه می کننــد. با این حال، برخی از تمرینات موثرتر از سایرین هستند.

در این مطالعــه، متخصصان رابطه بین سابقه دوچرخه سواری و پیامدهای علامتــی و ســاختاری آرتــروز زانــو را مطالعه کردند.

در ایــن مطالعه متخصصان بیش از ۲۶۰۰ نفر را مورد بررسی قرار دادند.

ایــن مطالعــه نشــان داد افــرادی کــه در هــر مقطعــی از زندگــی خود دوچرخــه ســواری می کردند نســبت به افــرادی که هرگز دوچرخه ســواری نمی کردند، زانو درد، آرتروز رادیوگرافی و اســتئوآرتریت رادیوگرافی علامت‌دار کمتری گزارش کردند.

بــه گــزارش نشــریه تخصصــی «مدیــکال اکســپرس»، متخصصان در این مطالعه اظهار کردند: در مقایســه با افرادی که دوچرخه سواری نمی‌کردند، دوچرخه‌سواران ۱۷ درصد کمتر به زانو درد مکــرر، ۹ درصد کمتر احتمال ابتلا به آرتروز رادیوگرافی و ۲۱ درصد کمتر احتمال ابتلا به استئوآرتریت رادیوگرافی علامت‌دار داشتند.

خبر پزشکی

فواید فراوان تخم هندوانه برای سلامت استخوان‌ها تا کاهش وزن

تخــم هندوانه سرشــار از منیزیم است که برای سلامت استخوان بسیار مفید می باشد.

فصل گرما با میوه های تازه، عجیب و غریب و آبدار می رســد که به شــما کمک می کند هیدراته بمانید و برگرما غلبه کنیــد. یکی از میوه هــای مورد علاقه بســیاری از افراد هندوانه است. هندوانه خنک، شیرین و با طراوت دارای فواید بی شماری برای سلامتی است. با این حال، دانه های آن معمولا دور ریخته می شود و نادیده گرفته می‌شود، اما آنها نیز طیف گسترده ای از مزایای سلامتی را ارائه می دهند.

◆ ارزش غذایی بالا

با توجه به مطالعه انجام شــده موسسه ملی سلامت تخمه های هندوانه با پروتئین، چربی و ســطوح متوســط آهن و روی غنی شــده است. آنها به خصوص سرشــار از منیزیم هستند که برای بســیاری از فرآیندهای بدن از جملــه تنظیم عملکرد عضلانی و عصبی، ســطح قند خون و فشــار خون و ساخت پروتئین، استخوان و DNA بسیار مهم است.

◆ سلامت قلب

دانه های هندوانه منبع خوبی از اســیدهای چرب تک غیراشباع و چند غیراشباع هستند که می توانند سلامت قلب شما را از طرق مختلف تقویت کنند. چربی های خوب نیز در محافظت از قلب شــما در برابر حمله قلبی و سکته نقش دارند. محتوای منیزیم و پتاسیم موجود در تخمه هندوانه نیز به حمایت از سلامت قلب کمک می کند. این مواد معدنی به تنظیم فشار خون و کاهش خطر بیماری قلبی کمک می کنند.

◆ سلامت گوارش

محتــوای فیبر غذایــی موجود در هندوانه به حفظ ســلامت دســتگاه گوارش کمک می کند. فیبر به افزایش حرکات منظم روده کمک می کند و همچنین می تواند از یبوست جلوگیری کند.

◆ تقویت سیستم ایمنی

تخمه هندوانه حاوی لیکوپن، یک آنتی اکسیدان قوی است که به تقویت سیســتم ایمنی بدن شما کمک می کند. آنتی اکسیدان ها از سلول های ما در برابر آسیب رادیکال های آزاد محافظت می کنند. تخمه هندوانه همچنین سرشار از ویتامین C است که به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می کند.

◆ مدیریت وزن

محتوای پروتئین، فیبر و چربی های سالم در دانه های هندوانه می تواند به شــما کمک کند احساس سیری و رضایت بیشتری کنید که به نوبه خود باعث می شــود آنها یک میان وعده عالی برای افرادی باشــند که به دنبال کاهش وزن هستند.

◆ سلامت پوست و مو

آنتی اکسیدان ها و اســیدهای چرب ضروری موجود در تخمه هندوانه می توانند به سلامت پوست و مو کمک کنند. روغن هسته هندوانه به دلیل خاصیت مرطوب کنندگی و ضد پیری در محصولات مراقبت از پوســت نیز استفاده می شود.

منبع:سلامت نیوز

آگهی مفقودی

کارت خودرو سواری هاچ بک پژو تیپ ۲۰۶ مدل ۱۳۹۰ به شماره پلاک ایران ۲۱- ٦٤١ ه ٧٩ شماره موتور:١٤١٩٠٠١٠٥٥٩ شماره شاسی: NAAP۰۳ED٦BJ٥٠٥٤٩٤ بنام محمدرضا عقیلی کناری کدملی:٤٩٨٠٣٨٩٢١١ مفقود گردیده و فاقد اعتبار میباشد.

آگهی مفقودی

برگ سبز خــودرو سواری پراید تیپ سی دی ۵ هاچ بک مدل ۱۹۹٤ به شماره پلاک ایران ۳۸- ۲۱۲ و۸۲ شماره موتور۵۰۸۲۲۱شماره شاسی ۷۸٦۲۸۰ بنام محمد مهدی باقری کدملی۰۰۲۰۷۰٤۰۰۳ مفقود گردیده و فاقد اعتبار میباشد.

آگهی مفقودی

برگه سبز و کارت ماشین سواری سمند LX به شماره پلاک ایران ۵۷ – ۵۵۵ و ٦٧ به شماره موتور١٤٧٩٠٠٢٤٧٤١ به شماره شاسی NAACJ١JC٤BF٢٩٥٧٣٧ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی

برگه سبز و کارت ماشین سواری ریو LS١٥٠٠cc به شماره پلاک ایران۲۱ – ۲۸۷ ب ٦٤ به شماره موتور ١١٠٠٤٦٥٤ به شماره شاسیNAS٦١٠٠٢٢B١٢٠٦٥٠٨ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی

سند کمپانی، شناسنامه مالکیت و کارت موتور سیکلت احسان مدل ۱۳۹۵ رنگ زرشکی به شماره شهربانی ۵۱۷ ایران ۳۲۷۵۸ به شماره موتور ۱۲۵N٢N٤١٣٩٦٠ و شماره شاسی ۱۲۵E٩٥١٨٨٢٩ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی

اصل مدرک دیپلم متعلق به حدیثه پور حبیب گلین قیه فرزند حبیب به کد ملی ۰۳۱۲۰۹٦۲۱٦ صادره از شهریار متولد ۱۵ /۱۰/ ۱۳۷۸ در رشته تجربی فارغ التحصیل از دبیرستان دین و دانش شهرستان شهریار مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد.

آگهی مفقودی

سند کمپانی و شناسنامه مالکیت و کارت خودرو پژو ۲۰٦ مدل ۱۳۹۸ رنگ سفید روغنی به شماره شهربانی ایران ٦٨ – ٥٧٧ ن ٥٨ به شماره موتور ١٨٢A٠٠٤٨١٦٢ و شماره شاسی٣١٠٤٤٣ NAAP۰۳EEIKJ بنام کامران قاسمی مجره به شماره ملی ۰۳۱۱۱۵۷۷۹۳ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی فقدان مدرک تحصیلی نوبت دوم

گواهی نامه موقت پایان تحصیلات متعلق به خانم سونا محمد نقی ترک فرزند تاج محمد به شماره ملــی ٦٢٨٩٨٨١٣٦١ متولد ١٣٦٠ صادره ترکمــن از دانشگاه ازاد اسلامی واحد ایت الله املی مقطــع کارشناسی ارشد ناپیوسته در تاریخ ١/ ٦ /١٣٩٦ فارغ التحصیل گردیده است مفقود گردیده است.

آگهی مفقودی

برگ سبز خــودرو سواری سمند به شماره موتــور ١٤٧H٠٧٠٩٤٥٩ و شماره شاســی NAACS١HE٨PF٠٧٢٥٩٣ و شماره انتظامی ایران ٧١-٦٣٩ ص ٦٥ بنام آقای محمد علی محمدی گهروئی به شماره ملی ٦٣٣٠٠٤٨٧٦٢ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی

برگه سبز ماشین سواری سایپا ۱۳۱ به شماره پلاک ایران ۵۷ – ۱۸۹ و ۳۱ به شمــاره موتــور ٥١٢٧٦٣٤ به شماره شاســی NAS٤١١١٠٠E٣٦٦٧٦٨٠ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی مفقودی

برگ سبز پژو پارس مدل ۱۳۹۷ به ش موتور: ١٦٤B٠١٩٣٨٠٩ ش شاســی: NAAN١١FE٣JH٩٤٢٧٧٦ پلاک: ایران ۹۱ – ۳۸٤ ق ۹٦ مفقود و اعتبار ندارد. **مشکین شهر**

آگهی مفقودی

برگه سبز ماشین سواری پژو پارس به شماره پلاک ایران ۵۷ – ۸۷۱ ه ٤٢ به شماره موتور١٢٤K١٣٧٢٣٤٤ به شماره شاسی NAAN٠١CE٩KH٥١٧٧٢٠ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد.

آگهی اجرای کد ۹۱۴ مجموعه بخشنامه های ثبتی پلاک ۱۱فرعی از ۸۰ اصلی

نظر به اینکه آقای رستم علی ویسه فرزند نعمت اله یکی از مالکین مشــاعی ششــدانگ پــلاک ثبتی ۱۱ فرعی ۸۰ اصلی واقع درحوزه ثبتی دماوند درخواست صدور سند مالکیت تک برگــی با درج طول ابعاد و مساحت (کاداستری) ملک خود را ازاین اداره نمــوده انــد،و بعلــت عــدم دسترسی به آدرس مجاورین ومالکین مشاعی دراجرای کد ۹۱٤ مجموعه بخشنامه هــای ثبتــی جهت بازدید محل و تهیه نقشه از محدوده پلاک فوق روز شنبه مورخ ۱٤۰۳/۰۳/۱۲ ساعت ۹ صبح تعیین وقت شده است. بدینوسیله به اطلاع مالکین مجاورو مشاعی مورد ثبت مــی رســاند جهت حصول اطمینان از عدم تضییع حقوق بادردست داشتن اصل سند مالکیت در روز موعــد در محل وقوع ملک حضور به هم رسانند تا برابر مقررات اقدامات لازم معمول گردد.

م/الف ۲۹۰/۱۷۷–ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک دماوند– حسین حسنپور**

تصمیم واحد ثبتی

مرجع رسیدگی: اداره ثبت اسناد و املاک دماوند

در اجرای درخواست افراز وارده شماره ۱۱۷۱۸ مــورخ ۱٤۰۲/۰۷/۲۵ ســعید ربیعی به وکالت از آقای کوشش کریمی باستناد قانون افراز و فروش املــاک مشاع مصوب آذرماه ۱۳۵۷ نسبت به سهم خود از پلاک ٦٨١٩و ٦٨٢٠ فرعــی از سنگ ۲- اصلی واقع در قریه دماوند جزء حوزه ثبتــی دماونــد را نمــوده و طبق گزارش شماره ۱۳۵۰ مورخ ۱٤۰۲/۰۸/۱٦ عملیات ثبتی خاتمــه پذیرفتــه است و اسناد معارض مشاهده نگردید و در قید رهن و بازداشــت نمیباشــد و برابر نامه شــماره ص/۱٤۰۳/۲۰۵۸ مــورخ ۱٤۰۳/۰۲/۰۸ شــهرداری دماونــد براساس ضوابط طرح تفضــیلی شــهر دماونــد تفکیــک و افــراز پــلاک فــوق امکانپذیر نمیباشد لذا عدم قابلیت افراز ملک مزبور احراز گردیده است.

تصمیم مسئول واحد ثبتی:

باعنایــت بــه گــزارش کارشناســان و نامــه شــماره ص/۱٤۰۳/۲۰۵۸ مــورخ ۱٤۰۳/۰۲/۰۸ شهرداری دماوند ، مبنی برعدم احراز قابلیت افراز ملــک مــورد تقاضا، مراتب در اجرای مقررات ماده ۲ قانون افراز و مادتین ٦ و ۵ آیین نامه به مالکین مشاعی ابلاغ تادر صورت اعتراض طبق ماده ۲ قانون افراز و فروش املاک به مرجع قضائی مراجعه نمایند.

م/الف ۲۹۲/۱۸۰–ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک دماوند – حسین حسن پور**

آگهی تاسیس شرکت با مسئولیت محدود مرکز راه حل های نوآورانه نیک نامان راست کردار تیس

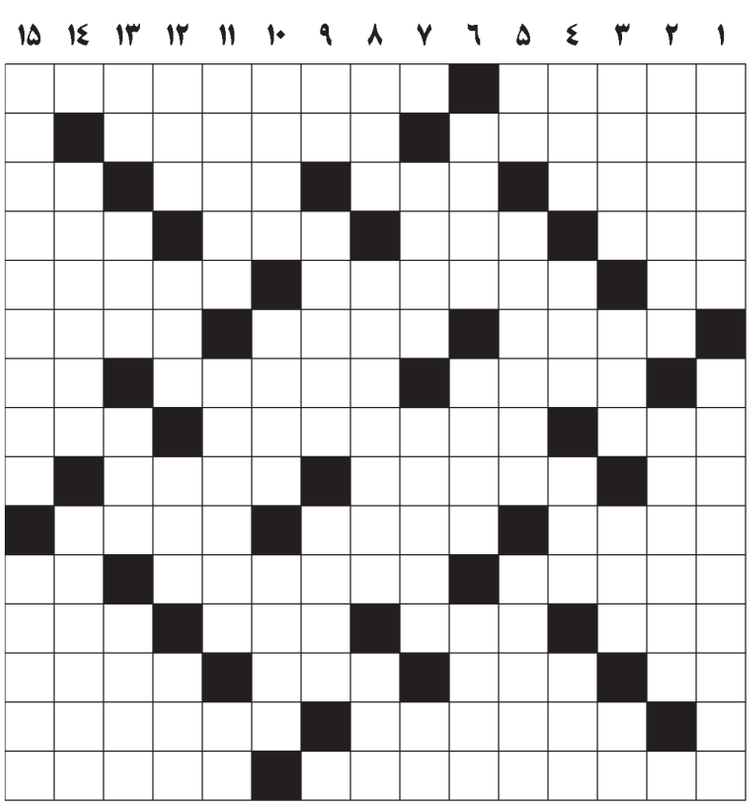
درتاریخ ۱٤۰۳/۰۲/۲٤ به شماره ثبت ٦٣١٢٩٦ به شناسه ملی ۱٤۰۱۳۳٤٦٢٧٦ ثبت و امضا ذیل دفاترتکمیل گردیده که خلاصه آن به شرح زیر جهت اطلاع عموم آگهی میگردد .موضوع فعالیت :انجام کلیه امــور مربــوط بــه طراحــی، ساخت، الگو برداری، مهندسی معکوس، خرید، فــروش، واردات و صــادرات انــواع کالاهــا، تجهیــزات و ادوات صــنعتی، تجــاری، پزشــکی، خــانگی، آزمایشگاهی گواهی بــانکی ۰۱٤۲/۱۰۷۵ مــورخ ۱٤۰۳/۱/۲۸ بانــک دی /بــد درصورت لزوم پس از اخذ مجوزهای لازم از مراجع ذیربط مدت فعالیت : از تاریخ ثبت به مدت نامحدود مرکز اصلی : اســتان تهــران، شهرســتان تهــران، بخش مرکزی، شهر تهران، لویزان، بزرگراه شهید سرلشگر بابائی، خیابان شهید محسن شــعبانلو، پــلاک ۰، طبقــه همکــف کدپســتی ١٦٧٨٨١٥٦١١ ســرمایه شخصیت حقوقی عبارت است از مبلغ ۱۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال نقدی میزان ســهم الشرکه هر یک از شرکا آقای محسن کمالیان بــه شــماره ملــی ١٠٦٢٨٢٢٦٦٨ دارنده ۹۰۰۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه خانم عطیــه صــالحی بــه شــماره ملــی ١٠٦٢٩٥١٣٩٥ دارنده ۱۰۰۰۰۰۰۰ ریال سهم الشرکه اعضا هیئت مدیره آقــای محسن کمالیان به شماره ملی ١٠٦٢٨٢٢٦٦٨ به ســمت عضــو اصــلی هیئــت مدیره به مدت نامحدود و به سمت رئیس هیئت مدیره به مدت نامحدود خانم عطیه صالحی به شماره ملی ١٠٦٢٩٥١٣٩٥ به سمت عضو اصلی هیئت مدیره به مدت نامحدود و به سمت مدیرعامل به مدت نامحدود دارندگان حق امضا: کلیه اوراق و اسناد بهادار و تعهد آور شرکت از قبیل چک ، ســفته ، بــروات، قراردادها، عقود اسلامی و همچنین کلیه نامــه هــای عــادی و اداری باامضــاء رییس هیات مدیره، یا مدیر عامل، همراه بــا مهــر شــرکت معتبــر مــی باشــد اختیارات مدیر عامل: طبق اساسنامه روزنامه کثیر الانتشار آفرینش جهت درج آگهی های شرکت تعیین گردید. ثبت موضوع فعالیت مذکور به منزله اخــذ و صدور پروانه فعالیت نمی باشد.

۸۲–د **سازمان ثبت اسنادواملاک کشور**

اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیرتجاری تهران (۱۷۱۷۱۳۴)

جدول

شماره ۷۴۹۳



افقی

۱-یــاری و کمک کــردن - عالی تریــن مقام اجرایــی اســت۲-مبارک باد - بســیار بخشــنده و باگذشت۳-غریبه نیســت- از حروف الفبای یونانی - هنر - بسودن ۴-ناسزا نیست- موجود آسمانی - پیامی از غیب- دوستداری ۵-گربه تازی - دریاسالار - رب النوع قوه و قدرت۶-پیام رسانی - تلوین شده - نمو دادن ۷-زره و لباس جنگ- رونق دادن - ناپیدا ۸-شــکننده - باز پس گرفتــن داده - بانگ مهیب ۹-دریافــت امری - شــیره گون - موی پشــت لب ۱۰-سقف فروریخته - نمونه کوچک ساختمان - از جزایر جنوب ایران ۱۱-بخــت آزمایی - بلندپایه - ســوپ میهنی ۱۲-آقا و سرور - کوههای بلند اروپا - کناره چیزی - مظهر ســپیدی ۱۳-حرف نداری - پرچــم - روکار عمارت- از ایام ۱۴-اثری از ژولین گرین - محل محاکمه ۱۵-از فروع دین اســت و به معنی بازداشتن از کارهای بد - گیاه خوشبو

عمودی

۱-کنایه و رمز - عملیات پیروزمندانه رزمندگان اســلام با رمز یا زهرا(س) در نخستین ساعت سال ۲-روز پیروزی خون بر شمشیر و شهادت سرور آزادگان - بی آبرویی ۳-نزدیک شــدن - سرزمین بلند - داروی بیهوشی - ام الخبائث۴-خبر به تــازی - پدر عــرب- اجاره بها - پرچم ۵-حرف جمع - مــدارا و همراهی کردن با کسی - گیاه‌خار شتر ۶-کشوری در امریکای لاتین - هوای خنک- نکوهش کننده ۷-دوبــاره انجام گرفتن کاری - تاکســی دریایی - رودی در اروپا ۸-درد دســت- اســتراحت نمایشی - پسوند آلوده ۹-مساوی است- انگی است برای جامعه - علم آموختن به کسی ۱۰-جهانگرد - آهسته - برقرار است۱۱-کنیزک- بالاترین دست هاست- زیاده طلبی ۱۲-زمان معین - از درختان جنگلی - عقیده - بهای رهایی ۱۳-دانه عطرآگین - آشــیانه مرغ - چرک و ریم زخم - تکه هلوی خشــک شده ۱۴-رونمایی - نایب وزیر مختار ۱۵-سرمایه و اصل پول - نوعی امتحان

حل جدول شماره قبل

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	س	ن	ب	ل	■	و	ی	و	ا	■	ی	ه	ه	ا	ت
۲	ا	ق	ل	ی	م	■	ر	ا	ف	ا	ی	ل	■	خ	و
۳	ج	■	م	ی	س	ر	■	ت	ز	ه	د	■	ن	ر	ا
۴	■	م	■	م	ر	ی	خ	■	ا	ر	■	ب	م	ا	ن
۵	و	د	ا	■	ت	ک	ر	ا	ر	■	و	ر	ا	ج	■
۶	ل	ا	ب	د	■	ا	ز	ل	■	ر	س	ا	م	■	ا
۷	ت	و	ا	ر	د	■	ه	م	س	ا	ی	ه	■	ن	م
۸	م	م	د	■	ا	س	ر	ا	ی	ی	ل	■	ا	ر	ی
۹	ت	ت	■	ا	ش	ت	ه	ا	ر	■	ه	ا	ب	ی	ل
۱۰	ر	■	ق	ن	ا	ر	■	ت	ا	ب	■	ت	ر	م	ز
۱۱	■	م	ا	ج	د	■	م	ا	ب	ی	ن	■	د	ا	و
۱۲	ل	ی	ل	ا	■	د	ل	■	ی	ا	ب	س	■	ن	ل
۱۳	ک	ت	ب	■	ک	ا	ت	د	■	ت	ا	ب	ش	■	ا
۱۴	ل	ر	■	ر	ی	ش	ه	ه	ا	■	ت	ا	ب	ه	■
۱۵	ک	ا	خ	ه	ش	ت	ب	ه	ش	ت	■	ر	ت	ا	م