خبرها از عالم علم

آیا رژیم کتو برای کاهش وزن کودکان بی خطر است؟

دیـدگاه های متفاوتی در مورد رژیم کتو بـرای کودکان وجود دارد. به گفته برخی، رژیم کتو نباید برای کمک به کاهش وزن کودکان استفاده شود زیرا کربوهیدرات هـا را محدود می کند و کودکان برای فعال ماندن از نظر شناختی و فیزیکی به کربوهیدرات نیاز دارند.

به گزارش سـلامت نیوز به نقل از هلث نیوز، رژیم کتو یک رژیم غذایی پرچرب و بسـیار کم کربوهیدرات اسـت. افرادی که از این نوع رژیم پیروی می کنند وعده های غذایی پر پروتئین خود را محدود نمی کنند؛ رژیم کتو شـامل آجیل، تخم مرغ، سـبزی های برگ دار و سایر غذاهای پر پروتئین است . این نوع رژیم مصرف نان، برنج، ماکارونی، میوه، شیرینی یا آبمیوه را بسیار محدود می کند. روتین یک غذای کتو معمولی ممکن است شبیه کره، روغن، آووکادو، خامه فرم گرفته، پنیر پرچرب، بیکن، سوسـیس و غذاهای دریایی چرب مانند سالمون باشد.

پیـش از این، محققان کشـف کـرده بودند که در موش‌هـا، رژیم کتو می‌تواند علائم رفتاری ADHD را بهبود بخشـد، بیـان انتقال‌دهنده‌های عصبی را در مغز افزایش دهد و بیان پروتئین ژن‌های مرتبط با ADHD را افزایش دهد. این رژیم همچنین میزان و تنوع میکروبیوتای روده موش های پرفشار خون را افزایش داده است.

◇ آیا رژیم کتو برای کودکان مناسب است؟

دیـدگاه های متفاوتی در مورد رژیم کتو بـرای کودکان وجود دارد. به گفته برخی، رژیم کتو نباید برای کمک به کاهش وزن کودکان استفاده شود زیرا کربوهیدرات هـا را محدود می کند و کودکان برای فعال ماندن از نظر شناختی و فیزیکی به کربوهیدرات نیاز دارند.

در حالـی که رژیم کتو کربوهیـدرات را به حدود ۲۰ تا ۳۰ گرم در روز محدود می کند، کودکانی که از یک رژیم غذایی سـالم و متعادل اسـتفاده مـی کنند معمولاً باید روزانه حدود ۱۳۰ گرم کربوهیدرات مصرف کنند که بین ۴۵ تا ۶۵ درصد از کالری آنها را تشکیل می دهد.

غذاهای غنی از فیبر، نوعی کربوهیدرات، به تشـویق سـیری و حمایت از مدیریت وزن یا کاهش وزن کمک می کنند. همچنین سبزیجات، میوه ها و فیبر غلات کامل به تثبیت سطح قند خون و جلوگیری از یبوست کمک می کنند.

کـودکان و بزرگسـالان بعد از ایـن رژیم ممکن اسـت برخی از علائم نامطلوب اولیه کتوز مانند احساس تهوع، استفراغ، یبوست، اسهال و تحریک پذیری را داشته باشند.

اریک سـی وسـتمن ، مدیر کلینیک پزشکی دوک کتو، می گوید کتوز تغذیه ای به معنای سـوزاندن چربی است. او معتقد است: «اگر رژیم کتو را بـه عنوان یک " رژیم غذایـی واقعی" با رژیم کم کربوهیدرات تعریف کنید، رژیم کتو می تواند برای بچه ها بی خطر باشد. در واقع این رژیم برای همه بی خطر است.»

در واقع رژیم غذایی ویژه کتوز، بر روی اجسام کتون تمرکز دارد، نوعی سـوخت که کبد از چربی ذخیره شـده ایجاد می کند، نـه بر قند یا گلوکز حاصل از کربوهیدرات ها.

وسـتمن اضافه می کند که نـوزادان در حالت کتوز بـه دنیا می آیند، یـک وضعیت متابولیک کـه در آن بدن به جای گلوکـز از چربی به عنوان سـوخت اسـتفاده می کند و اگر همه افراد برای دو تا سه روز کربوهیدرات نخورنـد دچـار کتوز مـی شـوند. او اضافه می کنـد که کربوهیـدرات در رژیم غذایی ضروری نیسـت و هدف رژیم کتو این اسـت که بدن از انرژی جدیدی استفاده کند.

ویتامین D از شکستگی یا افتادن در افراد مسن جلوگیری نمی کند

دانشـمندان در حال بررسی ارتباط بین مکمل های ویتامین D و شکستگی اسـتخوان در افـراد مسـن هسـتند. مکمـل هـای ویتامین D، بـا یا بدون کلسیم، برای سلامت کلی مهم هستند.

بـه گزارش مهر به نقـل از مدیکال نیـوز، با ایـن حـال، بر اسـاس پیش نویـس توصیه جدید گروه ویژه خدمات پیشـگیرانه ایالات متحـده، مکمل‌های ویتامین D با یا بدون کلسـیم، اگرچه برای سـلامت کلی ضروری هستند، اما هیچ تأثیـری در جلوگیری از افتادن یا شکستگی در افراد مسن ندارند.

بـا تجزیـه و تحلیـل ۲۰ مطالعه، محققـان دریافتند کـه مکمل ویتامین D اضافـی بـرای زنان یائسـه و مردان مسـن- با توجه به اینکه این جمعیت‌ها دارای سطوح طبیعی ویتامین D بودند، هیچ شکستگی قبلی و مشکلی با تراکم اسـتخوان نداشـتند- غیرضروری بود. و تأثیری بر شـدت جراحات ناشـی از اقتادن به زمین نداشت.

ویتامیـن D بـرای اسـتخوان‌ها و دندان‌ها، سیسـتم ایمنی بدن، سلامت مغز و تنظیم التهاب ضروری است. بدن ویتامین D را در پاسخ به قرار گرفتن در معرض نور خورشید تولید می‌کند.

برخـی غذاهـا و مکمل‌هـا نیـز می‌توانند مصرف ویتامین D را افزایش دهند. ویتامیـن D برخلاف نامش یک ویتامین نیسـت بلکه یـک هورمون یا پروهورمون است.

مصـرف کافی ویتامیـن D ممکن اسـت از عملکـرد خـوب سیسـتم ایمنـی حمایت کرده و خطـر ابتلاء به بیماری‌های خود ایمنی را کاهش دهد. محققان بر این باورند که ممکن اسـت بین کمبود طولانی مـدت ویتامین D و ایجاد شـرایط خودایمنی مانند دیابت نوع ۱ و آرتریت روماتوئید ارتباط وجود داشته باشد، اما تحقیقات بیشتری برای تأیید این ارتباط ضروری است.

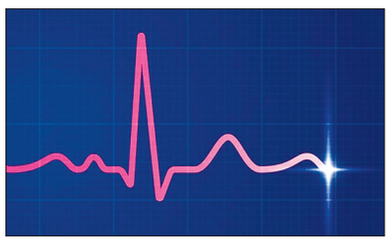
عـدم قـرار گرفتن در معـرض نور خورشـید، روند طبیعی پیری و سطوح بـالای چربی بـدن، همگـی می‌توانند بـه کمبود ویتامین D منجر شـوند که می‌تواند منجر به پوکی اسـتخوان، درد استخوان و مفاصل و ضعف عضلانی شود. اینها همه عوامل مرتبط با زمین خوردن و شکستگی در افراد مسن هستند.

روزانه ۴۰۰ نوار قلب توسط آمبولانس‌ها در تهران گرفته می‌شود

معاون آمـوزش، پژوهـش و اعتبارسـنجی مرکز اورژانس اسـتان تهران گفـت: روزانـه ۴۰۰ نوار قلب توسط آمبولانس‌ها در تهران گرفته می‌شود.

به گزارش ایسنا، سعید مهر سروش درباره بیماران قلبی گفـت: طرح ۲۴۷ یا همان مدیریت سـکته حاد قبلی، از سال ۹۵ تاکنون در مرکز اورژانس استان تهران در حال اجراست. در این طرح بیمارانی که علائم سکته قلبی دارند و با مرکز ۱۱۵ تماس می‌گیرند، به موقعیت آنها سریعا آمبولانس اعزام می‌شود.

وی افزود: همکارانم با دسـتگاه الکتروکاردیوگرام، نوار قبلی این افراد را می‌گیرند و نوار قلب را برای واحد مرکز ارتباطات تخصصی قلب که پزشک متخصص قلب



و عروق در آن مستقر است؛ ارسال می کنند.

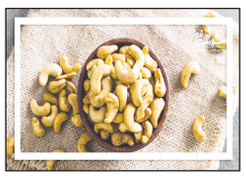
معاون آمـوزش، پژوهـش و اعتبارسـنجی مرکز اورژانس اسـتان تهران ادامه داد: اگر پزشک متخصص تشـخیص دهـد کـه فرد سـکته حـاد قلبـی کرده؛ کد ۲۴۷ صادر شـده و بیمار سـریعا به نزدیک ترین بیمارستانی که آنژیوگرافی و شرایط نگهداری از بیماری قلبی را دارد؛ اعزام می شود.

سـروش درباره رکوردشـکنی میـزان نوارقلب ها گفـت: در تازه ترین آمار، رکورد ارسـال نـوار قلب به مرکز تخصصی قلب اورژانس تهران شکسـته شد و به این ترتیب روزانه ۴۰۰ نوار قلب توسـط تکنیسـین ها دریافت و به مرکز ۲۴۷ ارسال می شود.

وی افزود: در مجموع از سـال ۶۵ تاکنون، ۱۷هزار و ۵۰۰ نفر پس از تشخیص سکته قلبی و کد ۲۴۷ ، به بیمارستان منتقل شده اند.

خبر پزشکی

چند میان وعده سالم زمستانی برای تقویت سیستم ایمنی



میـان وعـده هـای زیر سرشـار از ویتامین‌هـا، مـواد معدنـی و آنتی‌اکسـیدان‌های ضروری هسـتند، که می توانند سـلامت شـما در طول زمستان را تضمین کنند.

به گزارش سـلامت نیوز به نقل از healthshots، زمستان فصلی است که می توانید از غذاهای گرم و میان وعده های سالم لذت ببرید. میان وعده هـای زیر سرشـار از ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنتی‌اکسـیدان‌های ضروری هستند، که می توانند سلامت شما در طول زمستان را تضمین کنند.

◇ بادام

بادام یکی از محبوب ترین میوه های خشک به خصوص در فصل زمستان اسـت. آنها ترد، خوش طعم و منبع عالی از چربی های تک غیراشباع سالم هستند که می توانند با بهبود سطح کلسترول از سلامتی بدن حمایت کنند. بادام منبع عالی ویتامین E اسـت که برای سلامت پوست ضروری است، به ویژه در هوای سردتر که پوست شما تمایل به خشک شدن دارد.

◇ گردو

گردو یکی دیگر از انتخاب های شگفت انگیز برای میان وعده های زمستانی اسـت. آنها سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳ هستند که به حفظ سلامت قلب و حمایـت از عملکرد مغز کمک می کند. علاوه بر این، گردو منبع عالی آنتی اکسیدان است که می تواند به شما در مبارزه با عفونت ها و بیماری ها کمک کند و به شما کمک می کند در فصل آنفولانزا سلامت بمانید.

◇ خرما

خرما یکی از غذاهای مورد علاقه در فصل زمسـتان است زیرا می تواند هوس شـیرینی شـما را بدون اسـتفاده از میان وعده های ناسـالم شیرین برآورده کند. آنها سرشـار از قندهای طبیعی و سایر مواد مغذی مانند فیبر و پتاسـیم هستند که باعث تقویت سـریع انرژی می شوند. خرما همچنین سرشـار از آنتی اکسـیدان اسـت که می تواند به محافظت از بدن در برابر رادیکال های آزاد کمک کند.

◇ انجیر خشک

انجیر خشک یک خوراکی شیرین و سالم است که برای هوای سرد عالی اسـت. سرشار از فیبر رژیمی است که به بهبود هضم و جلوگیری از یبوست کمک می کند. آنها همچنین سرشـار از آهن هسـتند که برای حفظ انرژی و جلوگیری از کم خونی در ماه های سـرد مفید است. آنها همچنین حاوی پتاسـیم هسـتند که فشـار خون را تنظیم می کند و از عملکرد سالم قلب حمایت می کند. می توانید انجیر خشک را به عنوان میان وعده میل کنید یا آن را با شیر گرم یا عسل میل کنید.

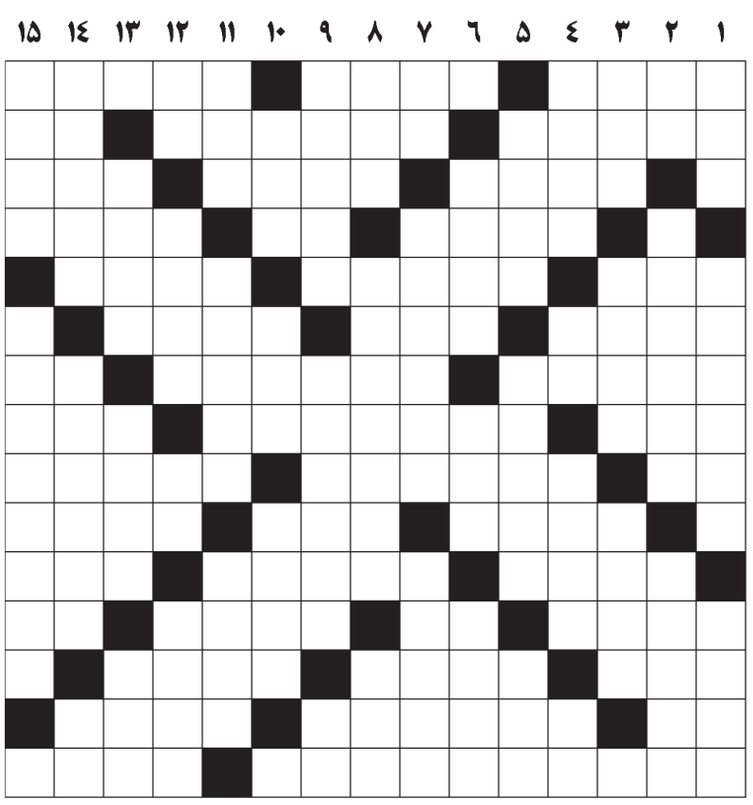
◇ زردآلو خشک

زردآلو خشـک یکی دیگر از گزینه های سـالم و خوشـمزه برای لذت بردن در زمسـتان اسـت. آنها منبع غنی ویتامین A هستند که از سلامت چشـم حمایت می کند و پتاسـیم که به تنظیم فشار خون کمک می کند. آنها همچنین سرشار از آنتی اکسیدان هستند و از ایمنی و سلامت کلی در ماه های سردتر حمایت می کنند.

و ...

جدول

۷۶۵۲



افقی

۱-تیـر و گلوله - گرو گذارنـده - دوباره کاری ۲-به نوبت- فخر فروشی - مادر زن ۳-ده یا قلعه‌یی که بر روی کوه ساخته شده - سرسخت و یکدنده - گردن آویز شتر ۴-باشگاه و انجمن - چوب خوشبو - شهرهای عرب هم هست۵-درخت چنار - فهرست- روده دراز ۶-طریقـه و مذهب- رودی در سـیبری - حجره‌نشـینان بازاری ۷-خرید و فروشـکلی کالا - نزدیکش از برادر دور بهتر اسـت- رطوبت۸-واحد پول تایلند - یار بی وفا و سـتمکار - گیاه تاجریزی ۹-رودی در اروپـا - حامی و پشـتیبان - فرزند ادم ۱۰-گوینده - آسـمون جل معروف- ظاهر و آشکار ۱۱-از کشـورهای جنوب شرقی آسیا - در میان - چاره درد ۱۲-هدف سودجو - سرخ نای - خشک- همیشـه با خورد آمده ۱۳-پول خرد پاکسـتان - انسان در برابر خداوند - از گل های بهاری ۱۴-حرف همراهی - باید با قدرت جلویش ایسـتادگی کرد و سـرجایش نشـاند - فروغ و روشـنی ۱۵-کشوری اروپایی در همسایگی آلمان - وظیفه و مستمری

عمودی

۱-ریشـخند - دزدی با تردسـتی - شـهری در مازندران ۲-حدسو گمان - کالسـکه بزرگ مسافرتی - گروهبان دریایی ۳-پسـوند آلوده - از اوراق بهادار - از تقسیمات زمین ۴-مردم استان پرباران را گویند - گاهی با خشک او نیز می‌سوزد - خرمن ماه - ترش و شـیرین ۵-مال التجاره - اجازه پزشـکی - از الفبای یونانی ۶-دالان زیر زمینی - شـگون - دانشـمند ستاره شناس۷-عزیز عرب- نانجیب و بدباطن - آبایسـتاده و لجن زار ۸-از بتهای عهد جاهلیت- پایتخت کشـور اوگاندا - کابوس خانمها ۹-بد ذات و بد نهاد - خوراکی از شـکمبه گوسـفند - فلز زینتی ۱۰-آتشگیره سنگ چخماق - دوسـت و رفیق - آماده و مهیا ۱۱-کلاه پادشاهی - زن صاحب جمال - شیرینی شاخه‌یی ۱۲-پوشاک شانه - بجا و مناسب- مظهر روشـنایی - شـهر بلقیس۱۳-واحد پـول کانادا - نمد مـال - از بیماریهای واگیر ۱۴-بیرون کـردن - خوراکی مجردی - پراکندگی ۱۵-از گمراهی به راه آمدن - نویسنده فقید ایرانی و خالق اثری چون یکی بود یکی نبود

حل جدول شماره قبل

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

آگهی قانون تعیین تکلیف اراضی وساختمانهای فاقد سند رسمی شهرستان خرم آباد–سری (۴۵۳) جمعی

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قـانون تعیـین تکلیـف وضـعیت اراضی و ساختمان‌های فاقد سند رسمی ،املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یـک قـانون مـذکور مسـتقر در واحد ثبتی خرم آباد مورد رسیدگی و تصرفات مالکانـه و بلا معارض آنان محرز و رای لازم صـادر گردیـده جهـت اطلاع عموم به شرح ذیل در دو نوبت آگهی می‌گـردد. در صورتی که هرکس نسبت بـه صـدور سـند مالکیـت بنـام متقاضیان اعتراض داشته باشد می توانـد از تـاریخ انتشـار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را کتباً بـه اداره ثبت اسناد واملاک محل تسلیم وپس از اخذ رسـید ظـرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا بـه مراجع محترم قضایی تقدیم وگواهی تقدیم دادخواسـت را به اداره ثبت محل تحویل نماید، در صورتی کـه اعتـراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معتـرض گـواهی تقـدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکنـد اداره ثبـت مبادرت به صدور سند مالکیت مـی‌نمایـد و صـدور سـند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست.

۱ – تقاضای «آقای شاولی بیرانوند» فرزنـد «سـیف علـی» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمسـاحت «۴۸۰۸,۲۹» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۸۹۳» فرعـی از «۴۷» اصلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالـک اولیـه «پیری هراتی»

۲– تقاضای «آقای صیداحمد بیرانوند» فرزند «صیدموسی» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمسـاحت «۱۰۲۶,۱۲» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۹۰۱» فرعـی از «۴۷» اصلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالک اولیـه «خود متقاضی»

۳– تقاضای «آقای علی راست چاچی» فرزند «علـی پنـاه» نسبت به «ششدانگ یک قطعـه بـاغ» بمسـاحت «۸۰۸,۰۵» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۳۵» فرعـی از «۴۶» اصلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالک اولیـه « علی پناه چاچ»

۴ – تقاضای «آقای سیروس بهاروند» فرزند «سردار» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۶۸۸۷,۶۲» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۲۵۰» فرعـی از «۲۷» اصـلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالک اولیـه «خـود متقاضی»

۵ – تقاضای «آقای سیروس بهاروند» فرزند «سردار» نسبت به «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۵۴۱۳,۳۵» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۲۵۱» فرعـی از «۲۷» اصـلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالک اولیـه «خـود متقاضی»

۶– تقاضای «آقای سیروس بهاروند» فرزند «سردار» نسـبت به «ششدانگ زمین مزروعـی» بمسـاحت «۶۰۰۰» مترمربـع مجزی شده از پلاک شـماره «۲۴۹» فرعـی از «۲۷» اصـلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالک اولیـه «خـود متقاضی»

۷ – تقاضای «منوچهر امرائـی» فرزنـد «غـلام» نسـبت بـه «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۱۲۵۲۳,۰۹» مترمربـع مجزی شده از پلاک شـماره «۸۹۸» فرعـی از «۴۷» اصـلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالک اولیه «خاتون هراتی»

۸ – تقاضای «منوچهر امرائـی» فرزنـد «غـلام» نسـبت بـه «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۱۸۸۱۱,۶۸» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۸۹۹» فرعـی از «۴۷» اصـلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالک اولیه «خاتون هراتی»

۹ – تقاضای «منوچهر امرائـی» فرزنـد «غـلام» نسـبت بـه «ششدانگ زمین مزروعی» بمساحت «۵۱۸۱۸,۹۴» مترمربع مجزی شده از پلاک شـماره «۹۰۰» فرعـی از «۴۷» اصـلی واقع در بخش «۴» خروجی از مالکیت مالک اولیه «خاتون هراتی»

۱۰– تقاضای «آقای علی اکبر بهاری» فرزند «علی» نسـبت به «یـک و پـنج هفـتم دانـگ مشـاع از ششـدانگ زمـین مزروعی»و «آقای پیمان بهاری » فرزند «علی اصغر » نسبت به «یک و پنج هفتم دانگ مشاع از ششدانگ زمین مزروعی »و «آقای پویا بهاری » فرزند «علی محمد» نسبت به «یک و پنج هفتم دانگ مشاع از ششدانگ زمین مزروعی »و «خانم مریم بهاری » فرزند «علی» نسبت بـه «شـش هفـتم دانـگ مشاع از ششدانگ زمین مزروعـی »بمسـاحت «۶۲۱۶,۸۷» مترمربع مجزی شده از پلاک شماره «۶۲۸» فرعـی از «۲۱» اصلی واقع در بخش «۲» خروجی از مالکیت مالـک اولیـه «خود متقاضی»

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۳/۱۰/۴
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۳/۰۴/۱۹

۱۸۵۰۸۵۰.م.الف/۱۴۲۴–ش **صیدآقا نجفوند دریکوندی**
رییس اداره ثبت اسناد و املاک خرم آباد

آگهی اختصاصی موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی برابر ماده ۳ و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف

برابـر آرا ء صـادره هیـات موضـوع قـانون تعیـین تکلیـف وضـعیت ثبتـی اراضی وساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی تصـرفات مالکانـه بلامعارض خانم فاطمه شـفیعی آبـرس بشـماره شناسـنامه ۵۰۰۹ بشـماره ملـی ۲۱۲۲۷۰۶۱۲۰ صـادره از گرگـان فرزنـد غلامحسـین متقاضـی کلاسـه پرونـده ۱۴۰۳۱۱۴۴۱۲۴۸۰۰۰۱۰۸۱ در ششدانگ یک قطعه زمین که درآن احداث بنا شده است بمساحت ۶۲,۶۵ مترمربع از پلاک ۳ اصلی واقع دراراضی اوزینه بخـش ۳ حوزه ثبت ناحیه ۲ گرگان طبق رای صادره حکایت ازتصرفات متقاضی دارد لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشـود ازایـن رواشخاصی که نسبت به رای صادره فوق الذکر اعتراض داشته باشند میتوانند از تاریخ انتشاراولین آگهی به مدت دوماه اعتراض خود را با ذکر شماره پرونده بـه این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض به مرجع ثبتی دادخواست خود را به مراجع ذیصلاح قضایی تقـدیم و گـواهی تقدیم دادخواست را به این اداره ارایه نمایند.

تاریخ انتشار نوبت اول ۱۰/۱۹ /۱۴۰۳
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۱/۶ /۱۴۰۳

شناسه ۱۴۷۷/۱۸۵۹۵۳۳–ش **حجت اله تجـری**
رییس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو گرگان