خبرها از عالم علم

زمان مصرف روغن زیتون و مقدار آن برای درمان یبوست

اگر داروهای کاهنده فشـار خون مصرف می‌کنید، دقت کنید که روغن زیتون نیز می تواند فشار خون را کاهش دهد و ممکن است باعث افت بیش از حد شود...

مصرف خوراکی روغن زیتون می تواند به رفع یبوسـت کمک کند، زیرا این روغن با نرم کردن مدفوع و روان سـازی دسـتگاه گوارش، عبور آن را آسـان تر می کند. بهتر اسـت ابتدا با یک قاشـق غذاخوری شروع کنید تا ببینید بدنتان چه واکنشـی نشان می دهد.به گزارش عصر ایران، اطلاعات موجـود در ایـن مطلب تنها برای افزایش آگاهی ارائه شـده اند و جایگزین مشـاوره یا درمان پزشـکی نیسـتند. حتما قبل از هرگونه اقدامی با پزشک مشورت کنید، به ویژه اگر بیماری خاصی دارید یا دارو مصرف می کنید.

روغـن زیتون چربی با کالری بالا اسـت.هر قاشـق غذاخـوری حدود ۱۲۰ کالـری دارد؛ پس در مصرف روزانه افراط نکنید. زیاده روی در مصرف آن می تواند به افزایش وزن منجر شود.

روغـن زیتون در بدن مانند یک ملین طبیعی عمل می کند و به چند طریق باعث بهبود حرکات روده می شود:

با روان سازی دستگاه گوار، روده را مرطوب تر کرده و عبور مدفوع سفت را آسان تر می کند.

مصرف روغن زیتون باعث نرم تر شدن مدفوع و تسهیل دفع آن می شود.

مطالعات حیوانی نشان داده اند که اسید اولئیک(یک اسید چرب موجود در روغن زیتون) می تواند با افزایش سـطح باکتری های مفید روده(به ویژه بیفیدوباکتری ها) عملکرد سـد روده ای را بهبود دهد. این امر ممکن است در بلندمدت موجب بهبود گوارش و پیشگیری از یبوست شود.

◆ روغن های دیگر برای رفع یبوست

عـلاوه بر روغن زیتون، روغن های معدنی، بـذر کتان و بادام نیز اثرات مشابهی در رفع یبوست دارند.

در یک مطالعه، روغن بذر کتان در بهبود دفعات و قوام مدفوع مؤثرتر از روغن زیتون بود، هرچند هر دو تقریبا به اندازه روغن معدنی مؤثر بودند.

◆ نحوه مصرف روغن زیتون برای درمان یبوست

مقدار مشـخص و قطعی برای مصرف روغن زیتون در درمان یبوسـت وجود ندارد، اما تحقیقات نشـان داده اند که بهترین زمان مصرف، صبح و با معده خالی است.

با این حال، مطالعات نشـان داده اند که ۴ میلی لیتر(حدود سه چهارم قاشق چای خوری) نیز می تواند نقطه شروع مناسبی باشد.

زمان مشـخصی برای اثرگذاری روغن زیتـون وجود ندارد، زیرا واکنش بدن هر فرد متفاوت است.

اگر برای اولین بار روغن زیتون را برای رفع یبوسـت امتحان می کنید، بهتر اسـت تا مدتی نزدیک سـرویس بهداشتی باشـید تا از واکنش بدنتان مطمئن شوید.

◆ چه کسانی نباید از روغن زیتون برای یبوست استفاده کنند؟

مصرف روغن زیتون برای اغلب بزرگسالان سالم بی‌خطر است، اما برخی افراد باید از آن پرهیز کنند:

نوزادان و کودکان خردسـال، زیرا هنوز مهارت لازم برای بلع ایمن این مایع غلیظ را ندارند.

افرادی که باید مصرف چربی(حتی چربی های مفید) را محدود کنند، تا زمانی که با پزشک خود مشورت نکرده اند نباید آن را امتحان کنند.

پوکی استخوان؛ سونامی خاموش سلامت در دوران سالمندی

معاون بهداشـت وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی گفت: پوکی استخوان؛ سونامی خاموش سلامت در دوران سالمندی است.

علیرضا رئیسـی در بیسـتمین سـمینار تازه‌های استئوپورز گفت: با اجرای طرح ادغام برنامه ملی کنترل پوکـی اسـتخوان در نظام مراقبت‌های اولیه سـلامت، خدمات پیشگیری، تشخیص زودهنگام و درمان پوکی اسـتخوان در خانه‌های بهداشـت و پایگاه‌های سلامت ارائه می‌شـود تا دسترسـی عادلانه مـردم به خدمات مرتبط افزایش یافته و از بروز شکسـتگی‌های ناشی از استئوپورز پیشگیری شود.

◆ پوکی استخوان؛ سونامی خاموش سلامت

رئیسی با هشدار نسبت به روند رو به رشد سالمندی جمعیت کشـور گفت: پوکی اسـتخوان یک «سونامی خاموش سـلامت» اسـت که می‌تواند بخش بزرگی از جمعیت سـالمند را با ناتوانی، شکسـتگی و هزینه‌های سنگین درمانی مواجه کند.

وی تأکیـد کرد: زمان آن رسـیده اسـت که نظام سـلامت، بیمه‌ها، شهرسـازی و جامعه علمی کشـور، پیشـگیری و مراقبت از این بیمـاری را در اولویت قرار دهند.

وی افزود: کشور ما با شتاب بالا در مسیر سالمندی قـرار دارد، در بازدیـد اخیر از یکی از شهرسـتان‌های آذربایجان شرقی مشـاهده شد که ۲۸ درصد جمعیت آن بالای ۶۵ سـال هسـتند؛ رقمی هشـداردهنده که نیاز به بازنگری سیاسـت‌های شهری و سلامت را نشان می‌دهد.

◆ آمار نگران‌کننده از ناآگاهی بیماران

معاون بهداشت وزارت بهداشت با اشاره به مطالعات ملـی گفت: بر اسـاس داده‌های سـال ۱۴۰۱، بیش از ۸۸ درصد افراد بالای ۵۰ سال مبتلا به پوکی استخوان از بیماری خود بی‌اطلاع‌انـد و حدود ۹۲ درصد از آنان هیچ‌گونه تشخیص یا درمانی دریافت نکرده‌اند، حتی از میـان افراد آگاه به بیماری، ۴۰ درصـد درمان را ادامه نمی‌دهند، این وضعیت نشان می‌دهد که آگاهی عمومی و پیگیری درمان هنوز در سطح مطلوب نیست.

◆ اجـرای پایلـوت برنامه در پنج دانشـگاه علوم پزشکی

رئیسـی با اشـاره به اقدامات وزارت بهداشت برای اصلاح ایـن وضعیت گفت: برنامه ادغـام کنترل پوکی اسـتخوان در نظام شـبکه مراقبت‌های اولیه سـلامت (PHC) در دانشگاه‌های علوم پزشکی همدان، کاشان، سیستان و بلوچسـتان، اراک و قزوین به‌صورت پایلوت در حال اجرا است.

به گفتـه وی، در سـال‌های اخیـر گایدلاین‌های (مجموعه ای نظام‌مند از آخرین و معتبرترین شـواهد علمی) تشـخیص و درمان پوکی استخوان بومی‌سازی و ابلاغ شـده و تاکنون ۹ دوره آموزشـی برای پزشکان عمومـی و خانواده برگزار شـده اسـت، بیش از ۱۲۰۰ پزشک عمومی در این دوره‌ها شرکت کرده‌اند تا بتوانند خدمات تشـخیص و درمان اولیه را در شبکه بهداشت ارائه دهند.

◆ ارتقـای سـواد سـلامت و تغییـر نگرش جامعه

رئیسـی با بیان اینکه «اسـتخوان بافتی زنده است و نیاز به مراقبت دارد»، بر لزوم ارتقای سـواد سـلامت عمومی و تغییر نگرش جامعه نسـبت بـه این بیماری تأکیـد کرد و افزود:پوکی اسـتخوان فقط یک مسـئله پزشـکی نیسـت، بلکه به طراحی شـهری، حمل‌ونقل عمومی و محیط زندگی سالمندان نیز مرتبط است.

وی اظهـار امیـدواری کـرد؛ با آمـوزش عمومی، همکاری میان‌بخشی و استمرار برنامه‌های علمی، کشور بتواند در مسـیر کنترل پوکی استخوان و پیشگیری از عوارض آن گام‌های مؤثری بردارد.

بیستمین سمینار تازه‌های استئوپورز ۳۰ مهر تا ۱ آبان در سالن همایش‌های دانشگاه علوم پزشکی برگزار شد.

منبع:وبدا

میوه‌ای که التهاب کلیه و کبد را کاهش می‌دهد

گریپ‌فروت خواص زیادی برای کلیه‌ها و کبد دارد.

بـه گـزارش مهر، تحقیقات در مورد مزایا و مضرات گریپ‌فروت برای کلیه نشـان می‌دهد که این میوه از تجمع مواد زائد در کلیه‌ها جلوگیری می‌کند و خطر ابتلاء به سنگ کلیه را کاهش می‌دهد. مواد زائد باید از طریق کلیه‌ها فیلتر شده و با ادرار از بدن خارج شوند.اما وقتی در کلیه‌ها متبلور می‌شوند ایجاد سنگ می‌کنند.سنگ‌های بزرگ ممکن است باعث انسداد سیستم ادراری شوند که این اتفاق می‌تواند بسیار دردناک باشد.

این میوه حاوی آنتی‌اکسـیدان‌های مفیدی اسـت که التهاب را در کبد کاهش می‌دهند و از سـلول‌های آن در برابر استرس اکسیداتیو محافظت می‌کنند.

خبر پزشکی

تبعات مصرف خودسرانه داروها

یک متخصص داروسـازی بالینی نسـبت به عواقب مصرف خودسـرانه داروهـا و خطـرات آن هشـدار داد و نکاتـی را در خصـوص پیشـگیری از بروز مسمومیت ناشی از داروها مطرح کرد.

به گـزارش ایسـنا، دکتـر عادله صاحب‌نسق به مناسبت فرا رسیدن هفته پیشگیری از مسمومیت‌ها، با اشاره به اینکه مسمومیت دارویی شایع‌ترین نوع مسمومیت در کشور است، بر لزوم پرهیز از مصرف خودسـرانه دارو و رعایت اصول نگهداری ایمن آن‌ها تأکید کرد.فلوشـیپ فوق تخصص فارماکوتراپـی و مراقبت‌های ویژه با بیان اینکه مصرف خودسـرانه داروها بدون تجویز پزشک می‌تواند خطرات جدی برای سـلامت داشته باشـد، گفت: با مصرف بی‌رویه یا نادرست داروها، به‌ویژه در کودکان و سالمندان، احتمال بروز مسمومیت و حتی مرگ افزایش می‌یابد.

وی افزود: شایع‌ترین علت بروز مسمومیت در جهان، مصرف داروها بیش از مقادیر درمانی است و در کشور نیز بخش قابل‌توجهی از موارد ثبت‌شده در مراکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم، به مسمومیت دارویی مربوط می‌شود.

صاحب نسـق تصریح کرد: دهان شایع‌ترین مسـیر ورود سموم به بدن اسـت، از این رو داروها باید دور از دید و دسـترس کودکان، در ارتفاع بالا و داخل کمدهای مجهز به قفل نگهداری شوند.

این عضو هیئت علمی دانشـگاه علوم پزشکی خراسان شمالی ادامه داد: در هنـگام بیماری کودکان، والدین باید مراقب باشـند تا داروی تکراری به کودک داده نشـود و داروی تب‌بر مانند اسـتامینوفن را تنها براسـاس سن و وزن کودک و با مشـورت پزشـک یا داروسـاز مصرف کنند، زیرا مصرف بیش‌ازحد این دارو می‌تواند موجب آسیب کبدی شود.

وی بـر لزوم نظارت خانواده‌ها بر مصرف دارو در سـالمندان تأکید کرد و گفت: فراموشـی، تشابه ظاهری داروها یا ناتوانی در خواندن برچسب‌ها از عوامل تکرار مصرف دارو در سـالمندان اسـت؛ بنابراین بهتر اسـت مصرف داروها یادداشت شود یا از جعبه‌های تقسیم‌بندی‌شده استفاده شود.

صاحب‌نسـق اظهار داشت: مصرف بی‌رویه داروهای مسکن، استامینوفن یا داروهای اعصاب و روان می‌تواند موجب تخریب کبد و کلیه یا بروز مسمومیت‌های شـدید شـود. همچنین داروهای بیماران افسـرده یا افرادی که سابقه اقدام به خودکشی دارند باید با دقت و دور از دسترس آن‌ها نگهداری شود.

وی با اشاره به اهمیت حفظ خونسردی در مواجهه با فرد مسموم گفت: در صورت مشـاهده بسته‌های داروی مصرف‌شـده در کنار فرد بی‌هوش، از القای استفراغ خودداری کرده و بسته‌های دارویی را همراه بیمار به بیمارستان ببرید. در این موارد، تماس فوری با شماره ۱۹۰ (مرکز اطلاع‌رسانی داروها و سموم، داخلی ۳، کد ۲) یا با اورژانس ۱۱۵ ضروری است.

عضو هیات علمی دانشـگاه علوم پزشـکی خراسان شـمالی بیان کرد: بسیاری از شربت های دارویی، بعد از باز شدن درب آن، حداکثر تا یک ماه امکان استفاده دارند که در مورد شربت های آنتی بیوتیکی، این مدت کوتاه تر و برای دو هفته و برای قطره‌های چشمی، حداکثر یک ماه می باشد.

بنابر اعلام وزارت بهداشـت، صاحب‌نسق تصریح کرد: بنابراین، بایستی از مصـرف باقی مانده آن، بعد از مـدت مذکور خودداری کرد. چرا که خطر آلودگی میکروبی، کاهش اثربخشی دارو و یا تبدیل دارو به مواد سمی وجود دارد و سلامت فرد را به خطر می اندازد.

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابـر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۸۷۱ مـورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۹ هیـات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقـد سـند رسـمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانـه بلامعـارض متقاضـی آقای سینا عنصری فرزند غفور بشماره شناسنامه ۰ صـادره ازتهـران بـه شـماره ملـی ۰۰۱۶۲۴۶۳۷۳ نسبت به ۲۴۹۸/۷۷ سـهم از ۷۴۹۶/۳۱ سـهم ششـدانگ بـه مسـاحت ۷۴۹۶/۳۱ مترمربع در پلاک ۶۸۵فرعی مفروز و مجزی شـده از پـلاک ۴۷۱ فرعـی از ۱۲۸اصلی واقع در لومان خریداری مع الواسطه از مالک رسمی آقای میرعماء الدین و علاءالدین میر مطهری محرز گردیـده اسـت لـذا بـه منظـور اطـلاع عمـوم مراتـب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت بـه صـدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین اگهی بـه مدت دو ماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بـدیهی اسـت در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سـند مالکیـت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشارنوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۸/۱۹
م/الف ۱۲۰۶/۶۷۰–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابـر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۳۸۷۸ مـورخ ۱۴۰۴/۰۲/۲۹ هیـات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقـد سـند رسـمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی اقای محمد امین عنصری فرزند غفور بشماره شناسنامه ۱۷۸۱۲صادره از تهـران نسـبت بـه ۲۴۹۸/۷۷ سهم از ۷۴۹۶/۳۱ سهم ششدانگ به مساحت ۷۴۹۶/۳۱ مترمربـع در پـلاک ۶۸۵فرعی مفروز و مجزی شده از پـلاک ۴۷۱ فرعـی از ۱۲۸اصـلی واقـع در لومـان خریداری مع الواسطه از مالک رسمی میرعماء الدین و علاءالدین میر مطهـری محـرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی مـی شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضـی اعتراضـی داشـته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسـلیم اعتـراض دادخواسـت خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مـدت مـذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۸/۱۹
م/الف ۱۲۱۰/۶۷۴–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۳۰۲۷۳ مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۶ هیات اول/دوم موضـوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضـی و سـاختمانهای فاقـد سـند رسـمی مسـتقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمـد امـین عنصری فرزند غفور بشماره شناسنامه ۱۷۸۱۲صادره ازتهران به شماره ملـی ۰۰۶۹۸۹۳۲۵۱ در میزان ۱۰۸۱ سهم مشاع از ۳۲۴۳ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی بـه مسـاحت ۳۲۴۳ مترمربع در پلاک ۱۶۰۶فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک۸۸ فرعـی از ۹۰ اصـلی واقع در آئینه ورزان خریداری از مالک رسمی آقای میرزا ابوالقاسم هاشـمی (سـهم الارث جهانشاه) محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصـله ۱۵ روز آگهـی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضـی اعتراضـی داشـته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خـودرا بـه ایـن اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خـودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عـدم وصـول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۸/۱۹
م/الف ۱۲۱۱/۶۷۵–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابـر رای شـماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۳۰۲۷۱ مـورخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۶ هیـات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقـد سـند رسـمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سینا عنصری فرزنـد غفـور بشـماره شناسـنامه ۰ صـادره ازتهـران بـه شـماره ملـی ۰۰۱۶۲۴۶۳۷۳ در میزان ۱۰۸۱ سهم مشاع از ۳۲۴۳ سهم ششدانگ یـک قطعـه زمـین مزروعی به مساحت ۳۲۴۳ مترمربع در پلاک ۱۶۰۶فرعـی مفـروز و مجـزی شـده از پلاک۸۸ فرعی از ۹۰ اصلی واقع در آئینه ورزان خریداری از مالک رسمی آقای میرزا ابوالقاسم هاشمی (سهم الارث جهانشاه) محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشـار اولـین آگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخـذ رسـید ظـرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقـدیم نماینـد بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتـراض طبـق مقـررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۸/۱۹
م/الف ۱۲۰۷/۶۷۱–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

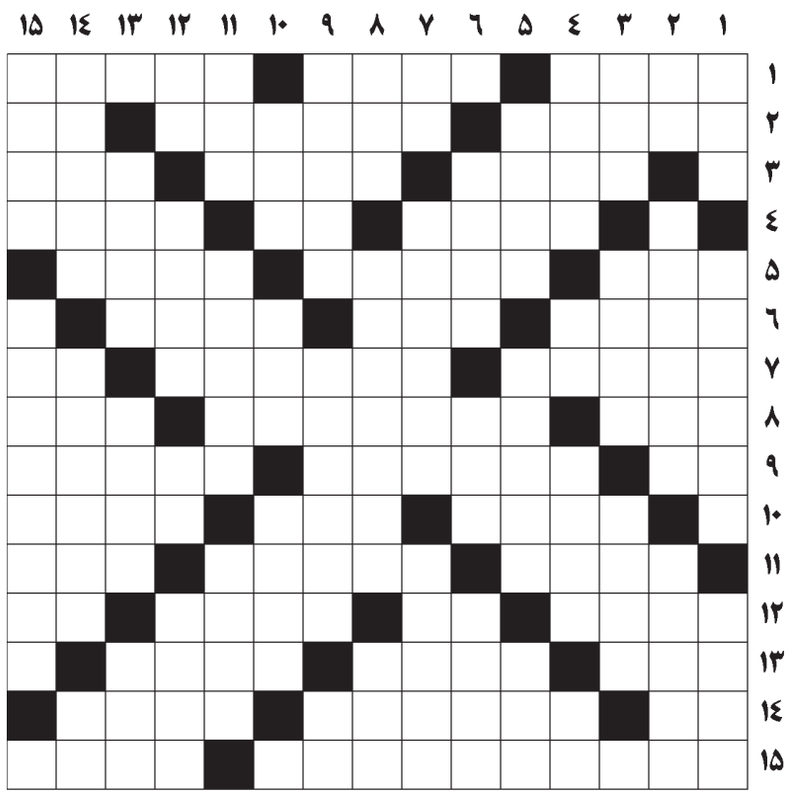
اداره ثبت اسناد واملاک حوزه ثبت ملک دماوند
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سندرسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۳۰۲۷۲ مورخ ۱۴۰۴/۰۵/۱۶ هیات اول/دوم موضـوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضـی و سـاختمانهای فاقـد سـند رسـمی مسـتقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم ملیکا عنصری فرزند غفور بشماره شناسنامه ۰صادره ازتهـران بـه شـماره ملـی ۰۰۱۳۴۹۴۶۱۹ در میـزان ۵۴۰/۰۵ سهم مشاع از ۳۲۴۳ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعـی بـه مسـاحت ۳۲۴۳ مترمربع در پلاک ۱۶۰۶فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک۸۸ فرعی از۹۰ اصلی واقـع در آئینه ورزان خریداری از مالک رسمی آقای میرزا ابوالقاسم هاشمی (سهم الارث جهانشاه) محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصـله ۱۵ روز آگهـی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضـی اعتراضـی داشـته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خـودرا بـه ایـن اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خـودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عـدم وصـول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۸/۰۴
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۴/۰۸/۱۹
م/الف۱۲۰۸/۶۷۲–س **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – امیرتفرقی**

جدول

شماره جدول ۷۸۳۰



افقی

۱-شـمردن ستارگان از بی خوابی - غله نیم رس بریان کرده - در آنجا گاهی مو را نیز سـپید کنند ۲-نان پاره گدایی - به نام آن جنس بنجل را به خلق خدا می فروشند - از وسایل آشپزخانه مـدرن ۳-از اصالـت بهره نبـرده - گوش کرد - خانه بزرگ۴-خـواب کودکانه - بیماری - ادوات و تجهیزات۵-دندان نیش- شـهرتطلب- هر چیز گسـتردنی ۶-آمیختگی - تیز و قاطع - حمام و گرمابه ۷-دریاچه‌یـی در اوگاندا - گوهر بی‌نظیر - درختـی بر سـر ۸-سـر و سـامان - پایتخت کشور آسیایی اندونزی - رودخانه ۹-رود اروپایی - طبیعیـدان مشـهور فرانسـوی - شـرح حال ۱۰-تهمتی بر او وارد نیسـت- وسـیله ورزشی -اتـاق قطار ۱۱-شـهر آذری - ظرفی که در آن خوراک باشـد - عقیده ۱۲-بافرهنـگ- فرمانده بـدن - کشـیک و نگهبانـی - جدیـد اسـت ۱۳-نرمی و مهربانی - پارسـنگ ترازو - گوشت بریان ۱۴-جدید است- دلسرد و پژمرده - دست شکسـته بر گردن ۱۵-نویسـنده نـون و القلم - سرشار است

عمودی

۱-درخشـش- خاموش کـردن آتش- بندبـازو ۲-آخرین رمـق - الیاف مصنوعی - به قرارش اعتمادی نیست۳-کشـیدن محفل و انجمن - سرپرست خانواده - آرزو و خواهش۴-کاشف قانون وراثت- پاک از تهمت- سرشار است- دودمان ۵-بهای نامطلوب- آزموده‌ها - پایداری در دوستی ۶-ارمغان خوشبوی قمصر - از حروف استثنا - فرستاده شده ۷-خاک سفال - ینگه دنیا - پایتخت سـامانیان ۸-پاافزار - پایتخت کشور آسـیایی اندونزی - ثناگویی ۹-شتر مرغ امریکایی - از سـنگهای سـخت بلوری شکل - غم و اندوه ۱۰-دورویی - برنج شوشـتری - ضد حمله ۱۱-سـخت تـر - آب روباختـه - از گل های بهاری ۱۲-عدد قمری - پیشـوا و مقدا - آب روستایی - شایسته و سزاوار ۱۳-کارگر کشتارگاه - از پیشه وران - فصل کتاب۱۴-زیاده‌روی در خرج - جشن باستانی - گل ته جوی ۱۵-از اوراق بهادار - یکی از اجسـام مفرده دارای تشعشـعات رادیواکتیو

حل جدول شماره قبل

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