خبرها از عالم علم

هر نخ سیگار، ۱۱ دقیقه از عمر انسان می‌کاهد

یک متخصص قلب و عروق و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی، هشدار داد که دخانیات شایع‌ترین عامل مرگ‌ومیر قابل پیشگیری در بیماری‌های قلبی است.

به گزارش ایسنا و به نقل از وبدا، دکتر لیلا حسینی با تأکید بر اینکه مصرف حتی یک نخ سیگار سمی تلقی می‌شود، اعلام کرد: اثرات سوء مصرف دخانیات بر قلب شامل طیف وسیعی از اختلالات از جمله آریتمی، فشار خون حاد و سکته‌های قلبی است که در زنان شدت و شیوع نگران‌کننده‌تری دارد.

این متخصص قلب با تشریح فیزیولوژی آسیب‌های ناشی از دخانیات اظهار کرد: سیگار تنها عامل سکته قلبی نیست، بلکه با ایجاد التهاب در دیواره عروق و آسیب به لایه داخلی رگ‌ها (اندوتلیوم)، باعث ایجاد خراش‌های میکروسکوپی می‌شود. سیستم دفاعی بدن برای ترمیم این زخم‌ها، پلاک‌هایی تشکیل می‌دهد که در صورت انسداد ناگهانی، منجر به سکته حاد قلبی می‌گردد.

وی افزود:سیگار به محض مصرف، با ایجاد انقباض عروقی (Vasoconstriction)، بار کاری قلب را افزایش داده و بلافاصله فشار خون را بالا می‌برد.

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی با رد مفهوم «سیگار تفننی» تصریح کرد: نیکوتین تنها ۷ تا ۱۰ ثانیه پس از مصرف بر مغز اثر می‌گذارد. از منظر پزشکی، تعداد نخ سیگار اهمیتی ندارد. چرا که حتی یک سیگار با فعال نگه داشتن سیستم پاداش در مغز، مانع از ترک واقعی می‌شود.

وی خاطرنشان کرد:دود سیگار حاوی بیش از ۷ هزار ماده سمی است که دست‌کم ۷۰ نوع آن به طور قطعی سرطان‌زا هستند. همچنین برخلاف باور عموم، مصرف میوه یا مایعات زیاد، تاثیری در خنثی‌سازی عوارض سیستمیک دخانیات ندارد.

دکتر حسینی در خصوص روش‌های دیگر مصرف دخانیات هشدار داد: حجم دود ورودی به ریه در هر بار مصرف قلیان، ۱۰۰ برابر بیشتر از سیگار است. قلیان با جایگزینی مونوکسید کربن به جای اکسیژن، قلب را دچار خستگی مزمن و فشار مضاعف می‌کند.

وی همچنین تأکید کرد:سیگارهای الکترونیک نیز بر اساس مقالات معتبر جهانی، دارای عوارض جدی بوده و به هیچ وجه جایگزین ایمنی محسوب نمی‌شوند.وی با اشاره به آسیب‌پذیری بیشتر زنان در برابر سکته‌های ناشی از دخانیات، به وضعیت کودکان نیز اشاره کرد و گفت: مواجهه کودکان با دود دست‌دوم (Second-hand smoke) منجر به نارسایی‌های قلبی و ریوی ماندگار در آن‌ها می‌شود.

این متخصص قلب یادآور شد:در صورت عدم بروز عوارض جبران‌ناپذیر، پس از ترک دخانیات حدود ۱۰ تا ۱۵ سال زمان نیاز است تا وضعیت قلب به حالت نرمال بازگردد.او با بیانی هشدارآمیز گفت:مصرف‌کنندگان دخانیات در واقع با هزینه شخصی، مرگ خود را با طعم‌های مختلف خریداری می‌کنند. در حالی که طبق تحقیقات، هر نخ سیگار به طور میانگین ۱۱ دقیقه از طول عمر مفید فرد می‌کاهد.

بهترین غذا برای ورزش و ریکاوری

پژوهشگران می‌گویند یک غذای رایج می‌تواند به بدن شما در هنگام تمرینات ورزشی به خوبی سوخت‌رسانی کند و همچنین به ریکاوری بدن پس از ورزش کمک کند.

به گزارش ایسنا، عسل هزاران سال است که توسط انسان‌ها به عنوان یک شیرین‌کننده طبیعی و منبع انرژی برای حفظ کار و عملکرد فیزیکی استفاده می‌شود. اخیراً نیز به عنوان یک گزینه طبیعی برای سوخت‌رسانی به بدن در هنگام ورزش دوباره مطرح شده است و برخی از کاربران رسانه‌های اجتماعی ادعا می‌کنند زمانی که به تقویت انرژی نیاز دارند، خوردن آن قبل از تمرین یک راهکار عالی است.

جالب اینجاست که سباستین ساو (Sebastian Sawe)، اولین مردی که یک ماراتن را زیر دو ساعت دوید، قبل از مسابقه خود با نان و عسل سوخت‌گیری کرد.

در واقع تحقیقات نشان می‌دهند که عسل می‌تواند به طور قابل مقایسه‌ای با محصولات تجاری مانند نوشیدنی‌های انرژی‌زا عمل کند، اما جایی که ممکن است بیشترین فایده را داشته باشد، زمانی است که به عنوان یک ابزار ریکاوری(بهبودی و احیای بدن) استفاده شود.

عسل و انرژی

عسل در درجه اول از کربوهیدرات‌ها تشکیل شده است؛ به طور خاص، گلوکز و فروکتوز که قندهای ساده هستند. این کربوهیدرات‌ها منبع انرژی سریع و در دسترس را فراهم می‌کنند که به ویژه در طول ورزش که بدن به سرعت به سوخت نیاز دارد، مفید است.

بدن ما کربوهیدرات را به عنوان گلیکوژن در عضلات و کبد ذخیره می‌کند. این ذخایر در طول ورزش با شدت متوسط تا زیاد (به ویژه در طول دوره‌های طولانی فعالیت بدنی که بیش از ۶۰ دقیقه طول می‌کشند) تخلیه می‌شوند. وقتی سطح گلیکوژن کاهش می‌یابد، خستگی افزایش و عملکرد کاهش می‌یابد.

مصرف کربوهیدرات‌ها قبل یا در حین ورزش، انرژی موجود را تضمین می‌کند و به ما امکان می‌دهد ورزش را برای مدت طولانی‌تری ادامه دهیم. بنابراین، علم پشت نقش عسل در ورزش ساده است. عسل در صورت نیاز، انرژی سریع‌الاثر را تأمین می‌کند.

با این حال، نکته جالب‌تر این است که عسل حاوی ترکیبی طبیعی از گلوکز و فروکتوز است. این قندها از طریق مسیرهای مختلف در روده جذب می‌شوند و به آنها اجازه می‌دهند همزمان استفاده شوند. این امر، میزان کربوهیدرات‌های جذب شده را افزایش می‌دهد، فشار کمتری بر روده وارد می‌کند و به حفظ میزان انرژی تحویل داده شده به عضلات در حال کار در طول تمرین کمک می‌کند. مصرف عسل همچنین می‌تواند

به طور بالقوه خستگی را به تأخیر بیندازد.

این امر همچنین دلیل این است که چرا بسیاری از نوشیدنی‌های ورزشی و ژل‌های انرژی‌زا حاوی منابع کربوهیدرات متعدد برای به حداکثر رساندن راندمان سوخت‌رسانی هستند.

تحقیقات نشان داده است که مصرف همزمان گلوکز و فروکتوز، میزان کربوهیدراتی را که بدن ما قادر به استفاده از آن برای انرژی است، در مقایسه با یک منبع قندی واحد، افزایش می‌دهد. بنابراین، عسل یک نسخه طبیعی از این رویکرد مبتنی بر شواهد را نشان می‌دهد.

از نظر عملی، یک قاشق غذاخوری عسل حدود ۲۰ گرم کربوهیدرات فراهم می‌کند. این مقدار با مقدار کربوهیدرات موجود در یک ژل انرژی‌زای تجاری قابل مقایسه است.

مصرف حدود یک تا ۱.۵ قاشق غذاخوری عسل قبل از تمرین می‌تواند ذخایر گلیکوژن، به ویژه در کبد را افزایش دهد. این امر می‌تواند در صورتی که تمرین در صبح انجام شود، زمانی که ذخایر گلیکوژن کبد از یک دوره ناشتا در طول شب کمتر است، مهم باشد.

در حالی که عسل می‌تواند به تأمین انرژی مورد نیاز بدن در طول تمرین کمک کند، اینکه آیا عسل واقعاً عملکرد را افزایش می‌دهد یا خیر، چندان قطعی نیست.

تحقیقات قبلی نشان داده که استفاده از عسل به عنوان نوشیدنی قبل و در طول ۷۵ دقیقه تمرین فوتبال (در مجموع حدود چهار قاشق غذاخوری سَر پُر برای هر ورزشکار) باعث بهبود عملکرد نشده است.

یک نوشیدنی ورزشی تجاری حاوی همان مقدار کربوهیدرات نیز آزمایش شد. نه نوشیدنی ورزشی و نه عسل هیچ مزیت عملکردی نسبت به دارونما (فقط آب) نشان ندادند که این نشان می‌دهد که هر دو نوشیدنی کربوهیدراتی هیچ تاثیری نداشتند.

با این حال، مطالعات دیگر نشان داده‌اند که عسل عملکردی مشابه سایر منابع کربوهیدرات دارد و می‌تواند عملکرد را بهبود بخشد. به عنوان مثال، مطالعه‌ای که به دوچرخه‌سواران در هر ۱۶ کیلومتر در یک مسابقه ۶۴ کیلومتری ۱۵ گرم عسل داد، منجر به این شد که دوچرخه‌سواران در ۱۶ کیلومتر پایانی در مقایسه با کسانی که دارونما دریافت کرده بودند، قدرت خروجی بیشتری داشته باشند.

علاوه بر این، یک مطالعه اخیر روی دوچرخه‌سواران آموزش دیده که در طول ۳ ساعت دوچرخه‌سواری ۹۰ گرم عسل در هر ساعت دریافت کردند، نشان داد که عملکرد آنها با ژل‌های ورزشی سنتی قابل مقایسه است.

بنابراین اگرچه عسل ممکن است عملکرد شما را نسبت به سایر انواع کربوهیدرات‌ها افزایش ندهد، اما ممکن است به همان خوبی عمل کند.

مزایای دیگر

جایی که عسل می‌درخشد، نقش آن در ریکاوری است. تحقیقات نشان داده است که مصرف یک نوشیدنی مبتنی بر عسل پس از ورزش به حفظ سطح قند خون بالاتر کمک می‌کند که می‌تواند بر عملکرد بعدی، به ویژه هنگامی که بدن تحت فشار اضافی است، مانند زمانی که هوا گرم است، تأثیر بگذارد.

در یک مطالعه، ۱۰ دونده تفریحی، دویدن یک ساعته در گرما را انجام دادند و بین هر نوبت دویدن، ۲ ساعت استراحت کردند. پس از اولین دویدن، به آنها نوشیدنی حاوی عسل داده شد.

محققان دریافتند که دوندگان پس از مصرف عسل، در آزمایش دوم توانستند حدود ۱۰ درصد بیشتر از آزمایش اول بدوند.

این می‌دهد که عسل می‌تواند به ویژه در بازیابی انرژی بین دوره‌های ورزش مؤثر باشد. از آنجایی که عسل حاوی گلوکز و فروکتوز است، می‌تواند به سرعت به پر کردن ذخایر انرژی بدن کمک کند.

عسل علاوه بر محتوای کربوهیدرات خود، حاوی مقادیر کمی ویتامین، مواد معدنی، اسیدهای آمینه و ترکیبات گیاهی مهم مانند فلاونوئیدها و اسیدهای فنولیک نیز هست.

این ترکیبات می‌توانند اثرات آنتی‌اکسیدانی، ضدمیکروبی و بالقوه ضدویروسی داشته باشند که می‌تواند به ویژه برای ورزشکاران در طول دوره‌های تمرینی پرفشار مفید باشد.

با این حال، همه عسل‌ها یکسان نیستند. طعم، بافت، ترکیب قند و محتوای آنها بسته به عواملی مانند منبع گل، آب و هوا و روش‌های فرآوری متفاوت است. به عنوان مثال، عسل مالزیایی و مانوکا حاوی سطوح بالاتری از ترکیبات ضدباکتری و ضدالتهابی هستند که می‌توانند از ریکاوری و عملکرد سیستم ایمنی بدن بهتر پشتیبانی کنند.

برخی تحقیقات همچنین نشان می‌دهند که انواع خاصی از عسل می‌توانند بر مسیرهای سیگنالینگ التهابی تأثیر بگذارند و به طور بالقوه به تنظیم واکنش کمک کنند. این بدان معناست که عسل ممکن است درد عضلانی را کاهش داده و ریکاوری را بهبود بخشد و چیزی بیش از یک منبع انرژی ارائه دهد.

خبر پزشکی

چرت زدن سالمندان خطرناک است!

چرت زدن پدربزرگ روی صندلی راحتی برای بسیاری از خانواده‌ها خاطره‌ای فراموش‌نشدنی است؛ اما یک مطالعه جدید می‌گوید که چرت زدن‌های روزانه می‌تواند جنبه تاریکی هم داشته باشد.

به گزارش مهر به نقل از یو اس نیوز، محققان گزارش دادند که چرت زدن بیش از حد با خطر بالاتر مرگ در میان افراد مسن مرتبط است.

محققان با پیگیری صدها سالمند به مدت تقریباً دو دهه دریافتند که هر چرت اضافی و هر ساعت چرت زدن اضافی با خطر فزاینده مرگ مرتبط است.

محققان گفتند که پزشکان می‌توانند به طور بالقوه از الگوهای چرت زدن برای نظارت بر سلامت سالمندان استفاده کنند.

«چنلو گائو»، محقق ارشد و پژوهشگر پزشکی خواب در دانشگاه ماساچوست جنرال بریگهام در بوستون، گفت: «چرت زدن بیش از حد در سنین بالاتر با تخریب عصبی، بیماری‌های قلبی عروقی و حتی عوارض بیشتر مرتبط دانسته شده است، اما بسیاری از این یافته‌ها به عادات چرت زدن گزارش‌شده توسط خود افراد متکی هستند و معیارهایی مانند زمان و میزان منظم بودن این چرت‌ها نادیده گرفته می شوند.»

او در یک بیانیه خبری گفت: «مطالعه ما یکی از اولین مطالعاتی است که ارتباط بین الگوهای چرت زدن اندازه‌گیری‌شده عینی و مرگ و میر را نشان می‌دهد و نشان می‌دهد که ردیابی الگوهای چرت زدن برای تشخیص زودهنگام بیماری‌های سلامتی، ارزش بالینی زیادی دارد.»

محققان در یادداشت‌های پیش‌زمینه گفتند که بین ۲۰ تا ۶۰ درصد از سالمندان چرت می‌زنند.

برای بررسی اینکه آیا چرت زدن می‌تواند بیماری و مرگ را پیش‌بینی کند، محققان ۱۳۳۸ سالمند را تا ۱۹ سال پیگیری کردند. سالمندان هنگام ورود به مطالعه، حدود ۱۰ روز مانیتورهای فعالیت مچ دست خود را به مچ خود بستند تا الگوهای خواب و چرت زدن شان اندازه‌گیری شود.

چرت‌های روزانه به عنوان خوابیدن بین ساعت ۹ صبح تا ۷ بعد از ظهر تعریف شدند.

نتایج نشان داد که:

هر ساعت اضافی چرت زدن در طول روز با ۱۳ درصد افزایش خطر مرگ همراه بود.

هر چرت اضافی در روز، خطر مرگ را ۷ درصد افزایش می‌داد.

چرت زدن صبحگاهی در مقایسه با چرت زدن‌های بعد از ظهر، با ۳۰ درصد افزایش خطر مرگ مرتبط بود.

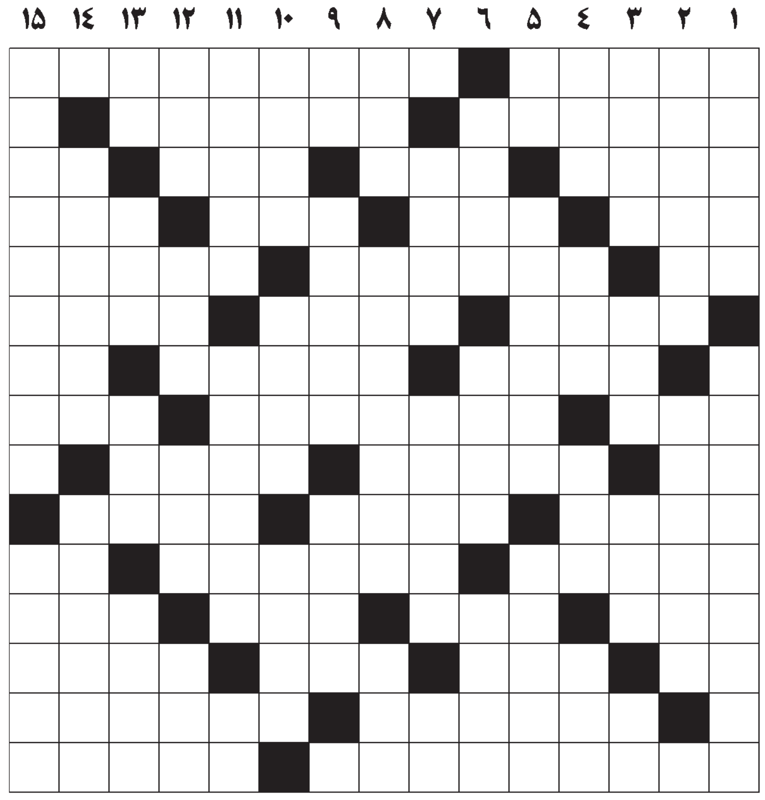
گائو گفت:«اگر افراد در طول روز خواب‌آلود هستند، این موضوعی است که باید به پزشک مراجعه شود.این موضوع نیاز به ارزیابی و بررسی دارد.»

با این حال، وی خاطرنشان کرد که همه چرت‌ها را نباید نشانه سلامت ضعیف دانست.

به گفته محققان:«چرت زدن بعد از ظهر در واقع از نظر بیولوژیکی و فرهنگی تا حدودی طبیعی است.همه بعد از ناهار کمی احساس خواب‌آلودگی می‌کنند.این طبیعی است. بسیاری از فرهنگ‌ها برای بهره بردن از این موضوع، خواب بعد از ظهر را در نظر می‌گیرند.»

جدول

شماره جدول ۷۹۶۴



افقی

۱-خارپشت تیرانداز - از سلسله‌های ایران باستان ۲-آتش انداز گلخن حمام - جواب طفره‌آمیز ۳-سنگریزه ساحلی - نشانه - ظرف روغن - اصطلاحی در تنیس۴-غلام و بنده - بانگ شادی و طرب- با هاج سر گشته می‌شود - حرف تصدیق ۵-عریان است- کشوری آفریقایی با واحد پول کوانزا - کیسه پوستی ۶-برای اینکه - غیر و بیگانه - اسب سفید ۷-تجربه نشده - علم طلسم و جادو - نفس بلند ۸-زمستان - ایالتی در کانادا - غلام و بنده ۹-سرخ نای - اقامتگاهها - ارداه شده ۱۰-جناح لشکر - ایالتی در اسپانیا - اصل و نسب۱۱-میوه‌یی از نوع مرکبات- زیبا چون قمر - حرف سوار بر خودش۱۲-به آن زنده‌ایم - شب تازی - چوب بلند - در وقت مناسب۱۳-دیگر جا ندارد - چاره درد - باغ حضرت زهرا (س) - کاوشگر ۱۴-نام قدیم هندوستان - عاقبت جوینده ۱۵-شب را تا به صبح به بیداری گذراندن - کشنده ترین زهر

عمودی

۱-جفاکاری - دارای جامه‌یی از پشم است و به صوفی گفته می‌شود ۲-از سنگهای سخت بلوری شکل - هول انگیز ۳-خبرگزاری ایتالیا - از حروف الفبای یونانی - زینتگر - دام پیشرو ۴-گوجه فرنگی و مرکبات- از آحاد طول دستی - نوعی آچار در اصطلاح اهل فن - دروازه معده ۵-حرف جمع - شاهکار شولوخف- خوی بد ۶-صدا و آواز - شهر آذری - دستبند زنانه ۷-پیروان حضرت موسی - رو به کمال رفتن - هنوز ادب نشده ۸-فرومایگی - دارای دانشنامه - جوانمردی ۹-واحد سطح - بیماری مسری - بازار بی رونق ۱۰-اصل و سبب- کهنه و پوسیده - لوازم احتیاطی ۱۱-بی موقع و بی مورد - چهار نعل رفتن اسب- نفس بلند ۱۲-آش زرد نذری - قدر و اندازه - سرباز زدن - کوه عربی ۱۳-حرف گزینش- پسر - طالب مفتخوری - در مکانهای کهنه به مشام می رسد ۱۴-نگهبان خانه و دربان - آزرده شده ۱۵-شهری در انگلستان با منسوجات کتانی و ابریشمی معروف- تربیت او را چون گردکان بر گنبد است

حل جدول شماره قبل

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

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران
اداره ثبت و املاک حوزه ثبت ملک پردیس تهران
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۸۱۰۰۹۹۹۴ – ۱۴۰۴/۵/۱۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک پردیس تهران تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی اکبر نظریان اردیزی فرزند رحمن بشماره شناسنامه ۱۵ صادره از سبزوار در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۸۹/۸۱ مترمربع قسمتی از پلاک ۴ فرعی از ۳ اصلی واقع در سیاهسنگ – میدان مادر– انتهای کوچه سعدی – سمت چپ – کوچه رز – پلاک ۳ خریداری از مالک رسمی آقای حسین صادقی پور محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه: ۱۴۰۵/۰۳/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: یکشنبه: ۱۴۰۵/۰۳/۳۱
م الف ۵۳۰/۹۵۳۵–ش **رئیس اداره ثبت اسناد پردیس– شهرام عطایی**

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان تهران
اداره ثبت و املاک حوزه ثبت ملک پردیس تهران
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۸۱۰۰۲۹۸۴ – ۱۴۰۵/۲/۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک پردیس تهران تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای رضا نفیسی خواه فرزند محمود بشماره شناسنامه ۲ صادره از تهران در ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی به مساحت ۹۸۰مترمربع قسمتی از پلاک ۲ فرعی از ۲۳ اصلی واقع در بومهن – جاده گلخندان – خیابان کوهسار – خیابان گلسار۱ – کوچه باران ۲ – درب اول سمت چپ خریداری از مالک رسمی آقای عین اله شاه محمدی محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض، دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: شنبه: ۱۴۰۵/۰۳/۱۶
تاریخ انتشار نوبت دوم: یکشنبه: ۱۴۰۵/۰۳/۳۱
م الف ۵۳۱/۹۵۳۶–ش **رئیس اداره ثبت اسناد پردیس– شهرام عطایی**

آگهی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به پلاک ۲۵۹۴ فرعی از سنگ ۸۹ اصلی قریه همند آبسرد که بنام آقای امیر افضل شیبانی فرزند حسین میباشد در جریان ثبت است بعلت عدم حضور مالک تاکنون انجام نگردیده از طرفی مطابق ماده ۱۵ قانون ثبت نیز نمی توان عمل نمود لذا بنابه تقاضای کتبی نامبرده تحدید پلاک مذکور در روزسه شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۱۶ ساعت ۱۰ صبح در محل وقوع ملک انجام می گردد بدینوسیله به اطلاع اهالی و خصوصا بمالکین مجاور و یا نماینده قانونی آنها اعلام می دارد که در روز و ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند مهلت اعتراض از تاریخ تنظیم صورت مجلس بمدت سی روز خواهد بود واعتراضات مجاورین طبق ماده ۲۰ قانون ثبت پذیرفته و رسیدگی خواهد شد.

تاریخ انتشار ۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۴۶۵/۳۲۰–ش **کفیل اداره ثبت اسناد واملاک دماوند– سعید کریمی ثالث**

آگهی تحدید حدود اختصاصی

چون تحدید ششدانگ یک قطعه زمین به پلاک ۱۸۹۸ فرعی مفروز از ۴۳ فرعی از سنگ ۹۳ اصلی قریه سربندان که بنام آقای محمد فراهانی فرزند روح الله میباشد در جریان ثبت است بعلت عدم حضور مالک تاکنون انجام نگردیده از طرفی مطابق ماده ۱۵ قانون ثبت نیز نمی توان عمل نمود لذا بنابه تقاضای کتبی نامبرده تحدید پلاک مذکور در روزچهار شنبه مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۱۶ ساعت ۱۰ صبح در محل وقوع ملک انجام می گردد بدینوسیله به اطلاع اهالی و خصوصا بمالکین مجاور و یا نماینده قانونی آنها اعلام می دارد که در روز و ساعت مقرر در محل مذکور حضور بهم رسانند مهلت اعتراض از تاریخ تنظیم صورت مجلس بمدت سی روز خواهد بود واعتراضات مجاورین طبق ماده ۲۰ قانون ثبت پذیرفته و رسیدگی خواهد شد.

تاریخ انتشار ۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۴۵۹/۳۱۴–ش **کفیل اداره ثبت اسناد واملاک دماوند– سعید کریمی ثالث**

اداره ثبت اسناد و املاک 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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۶۵۷۰۱مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۳۰ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید محمدرضا متقی فرزند سیدعلی بشماره شناسنامه ۸۹۱۸ صادره از تهران به شماره ملی ۰۰۷۴۲۴۹۶۸۱ در ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۲۸۵/۰۴ مترمربع درقسمتی از پلاک فرعی از ۸۹ اصلی واقع در هومند آبسرد خریداری ازمالک رسمی آقای یداله خانزادی محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می توانند ازتاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دو ماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۲/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۲۷۹ /۳۹۵–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – سعید کریمی ثالث**

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۶۷۸۸۱مورخ ۱۴۰۴/۱۲/۰۶ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم سپیده سادات جلادتی فرزند سید محسن بشماره شناسنامه ۰ صادره از تهران به شماره ملی ۰۰۱۴۶۹۴۶۸۹ در ششدانگ یک قطعه زمین زراعی به مساحت ۴۴۴/۳۳ مترمربع در پلاک ۱۳۴۵ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک ۱۵۴ فرعی از ۷۲ اصلی واقع در وادان خریداری ازمالک رسمی آقای قاسم نورمحمدی (از سهم الارث جلال و منوچهر و معصومه و کشور و صدیقه و زینت فرزندان اکرم احدی از ورثه قاسم) 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 ازتاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۲/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۲۸۲/۱ /۳۹۹–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – سعید کریمی ثالث**

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۳۶۹۱مورخ ۱۴۰۵/۰۲/۱۶ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقردر واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فاطمه اعمی فرزند عزیز بشماره شناسنامه ۹۳۸۲ صادره از تهران به شماره ملی ۰۰۷۳۵۹۵۷۲۱ در ششدانگ یک قطعه زمین با کاربری کشاورزی به مساحت ۵۷۲/۹۶ مترمربع در قسمتی از پلاک فرعی از ۸۸ اصلی واقع در اشنه در خریداری مع الواسطه از مالک رسمی آقای احمدرضا گتمیری محرز گردیده است لذا به منظور اطلاع عموم مراتب دردونوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود درصورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته 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 تسلیم اعتراض دادخواست خودرا مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۲/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۲۸۳ /۴۰۰–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – سعید کریمی ثالث**

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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۱۰۵۸۰۶۴۹۶۹مورخ ۱۴۰۴/۱۱/۲۷ هیات اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحدثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد عسکری فرزند علی اکبر بشماره شناسنامه ۱۲۳۳ صادره از دماوند به شماره ملی ۰۴۳۹۰۹۵۱۶۶ در ششدانگ یک قطعه انباری به مساحت ۱۱/۲۱ در پلاک ۲۱۴۱۴ فرعی مفروز و مجزی شده از پلاک ۹۵۸ فرعی از ۷۱ اصلی واقع در جیلارد خریداری مع الواسطه ازمالک رسمی آقای حاجی میرزا ابراهیمی محمدی(از سهم الارث کاظم محمدی ورثه سیف اله) 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 ازتاریخ انتشار اولین اگهی به مدت دوماه اعتراض خودرا به این اداره تسلیم و پس از اخذ رسید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۲/۳۰
تاریخ انتشار نوبت دوم:۱۴۰۵/۰۳/۱۶
م/الف ۲۸۵/۱ /۴۰۲–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک دماوند – سعید کریمی ثالث**