خبرها از عالم علم

راه‌های پیشگیری از سکته در سنین ۳۰ تا ۳۵ سالگی

سکته قلبی در ۳۰ یا ۳۵ سالگی می‌تواند شوکه‌کننده باشد، به‌ویژه زمانی که فرد جوان و سالم به نظر می‌رسد. اما باید این نکته را مد نظر قرار داد که علائم هشداردهنده به دلیل بی تحرکی و سبک زندگی غلط امروزی، اغلب زودتر از آن آغاز می‌شوند. بنابراین سکته فرد در سن ۳۰ سالگی دیگر شاید اتفاق عجیبی نباشد.

فشار خون بالا، سطح غیرطبیعی کلسترول، مقاومت به انسولین، اضافه وزن، کیفیت پایین خواب و مصرف دخانیات می‌توانند طی سال‌ها به‌طور پنهانی به سیستم قلبی و عروقی آسیب برسانند.

دکتر باوانا شارما، مدیر مرکز طول عمر، می‌گوید: ده سال پیش، اگر بیماری در دهه بیست زندگی خود با دیابت نوع ۲، فشار خون بالا یا کبد چرب به مطب من مراجعه می‌کرد، امری غیرمعمول بود. اما امروزه به طور مرتب با متخصصان جوانی مواجه می‌شوم که در حرفه خود بسیار موفق و درخشان عمل می‌کنند، اما از آنچه در درون بدنشان می‌گذرد، کاملا غافلگیر شده‌اند.

◆ چرا مشکلات قلبی زودتر ظاهر می‌شوند؟

انسان مدرن و امروزی روزهای کاری خیلی کم تحرک تری نسبت به انسان دیروزی دارد. ساعات طولانی پشت میز نشستن، غذاهای فرآوری شده مکرر، خواب نامنظم و فشار کاری مداوم می‌تواند به تدریج بر قند خون، فشار خون و کلسترول تأثیر بگذارد.

شارما در این باره توضیح می‌دهد: سبک زندگی بی‌تحرک یک کارمند شرکت، فرد را به راحتی به سمت کارهای روزمره ناسالم سوق می‌دهد. نشستن پشت میز برای ساعت‌های طولانی، مصرف زیاد غذاهای فرآوری شده و الگوهای خواب نامنظم، عوامل اصلی ایجاد بیماری‌های سبک زندگی هستند.

◆ از پله‌ها بالا بروید تا قلب‌تان را نجات دهید

این موضوع مهم است زیرا بیماری‌های قلبی و عروقی معمولا با خود حمله قلبی شروع نمی‌شوند. این فرآیند می‌تواند شامل سال‌ها افزایش فشار خون، چربی خون ناسالم، قند خون بالا و التهاب باشد.

◆ بدن می‌تواند آسیب را پنهان کند

بیماری‌های سبک زندگی اغلب بی‌سروصدا ایجاد می‌شوند. ممکن است فرد کاملاً احساس خوبی داشته باشد در حالی که فشار خون یا قند خون به آرامی بالا می‌رود.

این مشکل محدود به دیابت نیست.بزرگسالان جوان می‌توانند به فشار خون بالا، دیس‌لیپیدمی، سندرم متابولیک و بیماری کبد چرب مرتبط با اختلال عملکرد متابولیک، مبتلا شوند.سازمان بهداشت جهانی تاکید می‌کند که فشار خون بالا، گلوکز و چربی خون، همراه با اضافه وزن و چاقی، از عوامل مهم خطر قلبی و عروقی هستند. به همین دلیل است که احساس سلامتی نباید بهانه‌ای برای نادیده گرفتن اعداد اولیه سلامت شود.

◆ پیشگیری قبل از هشدار

دهه‌های ۲۰ و ۳۰ سالگی، بازه‌های مفیدی برای پیشگیری هستند، زیرا آثار الگوهای ناسالم هنوز هم می‌توانند قبل از اینکه عمیقا در بدن تثبیت شوند، تغییر کنند. یکی از موارد مهمی که باید به آن در این زمینه اهمیت داد، تحرک است.حرکت منظم اهمیت دارد.سازمان بهداشت جهانی توصیه می‌کند که بزرگسالان هر هفته ۱۵۰ تا ۳۰۰ دقیقه فعالیت بدنی با شدت متوسط داشته باشند.

منبع:همشهری آنلاین

بنابر اعلام انجمن سکته مغزی ایران؛

چند علامت مهم سکته مغزی

در کنگره کشوری و بین المللی سکته مغزی ضمن تشریح علایم و عوامل سکته مغزی، در عین حال بر ضرورت تکمیل زنجیره درمان این بیماری، از مرحله انتقال سریع بیمار تا درمان‌های پیشرفته و توانبخشی، بر توسعه زیرساخت‌های تشخیص و درمان این بیماری و افزایش دسترسی بیماران به خدمات تخصصی تأکید شد.

به گزارش ایسنا و بنابر اعلام انجمن سکته مغزی ایران، دکتر بابک زمانی، رئیس انجمن سکته مغزی ایران، در حاشیه هفدهمین کنگره کشوری و بین‌المللی سکته مغزی و نوروواینترونشن ایران با انتقاد از وضعیت زنجیره درمان سکته مغزی در کشور گفت: ایران هنوز یک زنجیره کامل برای اقدامات درمانی این بیماری ندارد و حتی در مقایسه با کشورهایی مانند ترکیه نیز به‌شدت عقب هستیم، بنابراین تکمیل این زنجیره باید مورد توجه جدی نظام سلامت قرار گیرد.

وی افزود: در مرحله حاد سکته مغزی، بیماران باید هرچه سریع‌تر به بیمارستان منتقل شوند و امکان دسترسی بیماران واجد شرایط به درمان‌های پیشرفته‌ای مانند ترومبکتومی و خارج کردن لخته از عروق مغزی فراهم باشد. همچنین ایجاد واحدهای تخصصی سکته مغزی و توسعه آمبولانس‌های مجهز به سی‌تی اسکن و واحدهای سیار سکته مغزی از نیازهای مهم کشور است.

زمانی با اشاره به خلأ موجود در مراقبت از بیماران پس از مرحله حاد اظهار کرد: بیمار مبتلا به سکته مغزی پس از عبور از مرحله حاد در بسیاری از موارد نباید مستقیماً به منزل منتقل شود، بلکه باید مدتی در مراکز توانبخشی تحت نظر باشد و پس از فراهم شدن شرایط لازم به منزل منتقل شود، چرا که برخی بیماران ممکن است سال‌ها با درجاتی از ناتوانی زندگی کنند.

وی تأکید کرد: برای کارایی درمان سکته مغزی، هیچ‌یک از اجزای این زنجیره را نمی‌توان به تنهایی در نظر گرفت و ایجاد واحدهای سکته مغزی، تأمین امکانات، تهیه آمبولانس‌های مجهز، دسترسی به درمان‌های مداخله‌ای و فراهم کردن خدمات توانبخشی همگی در کنار یکدیگر ضروری هستند.

در ادامه، دکتر مهدی فرهودی - نایب‌رئیس انجمن سکته مغزی ایران، با تأکید بر اهمیت زمان در درمان این بیماری گفت: در سکته مغزی هر دقیقه اهمیت دارد و هرچه بیمار سریع‌تر به مرکز درمانی مناسب برسد، شانس نتیجه بهتر و کاهش ناتوانی بیشتر خواهد بود. زمان معمول برای درمان ترومبولیز حدود ۴.۵ ساعت است، اما هرچه درمان زودتر انجام شود، نتیجه بهتر خواهد بود.

وی افزود: اختلال ناگهانی تعادل، اختلال دید، انحراف صورت، ضعف یک‌طرفه بدن و اختلال تکلم پنج علامت مهم سکته مغزی هستند و با بروز حتی یکی از این علائم باید سریعاً با ۱۱۵ تماس گرفته شود تا بیمار به مرکز درمان سکته مغزی منتقل شود.

فرهودی با هشدار نسبت به روش‌های غیرعلمی گفت: اقداماتی مانند سوزن‌زدن به نوک انگشتان و لاله گوش، استفاده از زالو و اقدامات مشابه جایگاهی در درمان سکته مغزی ندارند و انجام آنها موجب از دست رفتن زمان طلایی درمان می‌شود.

وی با اشاره به اجرای برنامه ملی سکته مغزی یا برنامه ۷۲۴ اظهار کرد: طی سال‌های اخیر این برنامه موجب بهبود درمان سکته مغزی در کشور شده و اکنون بیش از ۱۴۰ مرکز مراقبت از سکته مغزی در کشور وجود دارد، اما با توجه به حجم بیماری و وسعت کشور، توسعه این مراکز همچنان ضروری است.

فرهودی تأکید کرد: درمان‌های حاد سکته مغزی از جمله ترومبولیز و ترومبکتومی علاوه بر نجات‌بخشی بیماران، از نظر اقتصاد سلامت نیز مقرون‌به‌صرفه هستند و می‌توانند با کاهش ناتوانی، از تحمیل هزینه‌های سنگین بعدی به خانواده‌ها و نظام سلامت جلوگیری کنند.

بهترین انواع روغن‌های پخت و پز را بشناسید

روغن‌های غنی از اسیدهای چرب امگا ۳ یا امگا ۹ مانند روغن‌های بذر کتان،زیتون و گردو گزینه‌های مفیدی هستند.

به گزارش بهداشت نیوز دکتر آنتون پولیاکوف، متخصص تغذیه، تأیید می‌کند که بهترین روغن‌های سالم، روغن‌های غنی از اسیدهای چرب امگا ۳ یا امگا ۹ هستند. به گفته او، روغن‌های بذر کتان، زیتون و گردو گزینه‌های مفیدی هستند.

پولیاکوف می‌گوید: «بهترین روغن‌های سالم، روغن‌هایی هستند که حاوی امگا ۳ یا امگا ۹ باشند. روغن زیتون، سرشار از امگا ۹، و روغن بذر کتان، سرشار از امگا ۳، از بهترین گزینه‌ها هستند. روغن گردو نیز به دلیل محتوای خوب امگا ۳ مفید است. روغن‌های دیگر را نیز می‌توان مصرف کرد؛ به عنوان مثال، روغن آفتابگردان دارای محتوای اسید اولئیک بالایی است و بنابراین به جای امگا ۶، سرشار از امگا ۹ است. واقعیت این است که رژیم غذایی ما حاوی مقادیر زیادی امگا ۶ است که می‌تواند با پیامدهای منفی برای سلامتی مانند التهاب مزمن، افزایش لخته شدن خون و خطر بیشتر ابتلا به سرطان همراه باشد.»

این متخصص تأکید می‌کند که حفظ تعادل مناسب اسیدهای چرب امگا ۳، امگا ۶ و امگا ۹ در رژیم غذایی به جلوگیری از این اثرات منفی کمک می‌کند.

پولیاکوف می‌گوید: «روغن نارگیل و روغن MCT (تری گلیسرید با زنجیره متوسط) نیز گزینه‌های خوبی هستند. آنها منبع خوبی از انرژی هستند، طعم متمایز و خوشمزه‌ای دارند و می‌توانند به سالاد اضافه شوند یا در پخت و پز استفاده شوند.»

منبع:aif.ru

خبر پزشکی

قهوه در کُند شدن روند پیری موثر است

تحقیقات گذشته نشان می‌دهد که یک ریزمغذی به نام پلی‌فنول‌ها ممکن است به کُند شدن روند پیری کمک کند. پلی‌فنول‌ها در غذاهای متنوعی از جمله قهوه یافت می‌شوند.

به گزارش مهر به نقل از مدیکال نیوز تودی، یک مطالعه جدید می‌گوید که پلی‌فنول‌ها و سایر ترکیبات موجود در قهوه به فعال کردن یک پروتئین خاص در بدن کمک می‌کنند که در کاهش التهاب و محافظت در برابر استرس و بیماری‌های مزمن موثر است و منجر به پیری سالم‌تر می‌شود.

اگرچه پیری اجتناب‌ناپذیر است، اما تحقیقات نشان می‌دهد که افراد می‌توانند انتخاب‌های سالمی داشته باشند-مانند سیگار نکشیدن، فعالیت بدنی و پیروی از یک رژیم غذایی سالم- که ممکن است به آنها اجازه دهد کُندتر و به روشی سالم‌تر پیر شوند.

در مورد رژیم غذایی، مطالعات قبلی نشان می‌دهد که برخی غذاها به دلیل مواد مغذی موجود در آنها ممکن است به کند شدن روند پیری کمک کنند.

یک مثال پلی‌فنول‌ها هستند- ریزمغذی‌های طبیعی که به کاهش آسیب به سلول‌های بدن و کاهش التهاب کمک می‌کنند.

پلی‌فنول‌ها در انواع غذاها از جمله انواع توت‌ها، انار، کنگر فرنگی، اسفناج، شکلات تلخ، روغن زیتون فرابکر، گردو، چای سبز و سیاه و قهوه یافت می‌شوند.

«استیون سیف»، محقق ارشد و استاد برجسته در بخش فیزیولوژی و فارماکولوژی دانشگاه تگزاس توضیح داد: «پیری و ابتلا به بیماری‌های مزمن وابسته به سن، واقعیت‌های زندگی هستند، با این حال، انتخاب‌های غذایی و سبک زندگی وجود دارد که می‌تواند این روند را کُند نماید.»

سیف به ما گفت: «به عنوان مثال، افرادی که قهوه می‌نوشند، عمر طولانی‌تری دارند و مشکلات سلامتی مرتبط با سن در آنها کمتر است.»

محققان دریافتند که پلی‌فنول‌ها و سایر ترکیبات موجود در قهوه به فعال کردن یک پروتئین خاص در بدن کمک می‌کنند که به کاهش التهاب و محافظت در برابر استرس و بیماری‌های مزمن کمک می‌کند و منجر به پیری سالم‌تر می‌شود.

دانشمندان با استفاده از مدل‌های سلولی متعدد، بررسی کردند که چگونه برخی پلی‌فنول‌ها و سایر ترکیبات موجود در قهوه ممکن است با یک پروتئین خاص در بدن به نام NR۴A۱ تعامل داشته باشند.

سیف توضیح داد: «NR۴A۱ در ابتدا به عنوان ژنی کشف شد که به انواع مختلف استرس از جمله استرس اکسیداتیو و التهابی پاسخ می‌دهد.»

وی در ادامه افزود: «در بررسی قبلی، مشخص بود که NR۴A۱ در پیری و مرگ و میر نقش دارد و سطح این ژن در انسان با افزایش سن کاهش می‌یابد. و در موش‌ها، حیواناتی که NR۴A۱ را از دست داده بودند، طول عمر کوتاه‌تری داشتند. همچنین مشخص بود که NR۴A۱ از موش‌ها در برابر آسیب بافتی/سلولی محافظت می‌کند و ترکیباتی که NR۴A۱ را متصل می‌کنند، این محافظت را بیشتر می‌کنند. بنابراین، ما فرض کردیم که اجزای قهوه به NR۴A۱ متصل می‌شوند و ایجاد محافظت می کنند.»

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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۱۳۱۱۶مورخه ۱۴۰۵/۰۵/۰۱ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای جعفر جعفری فرزند محمدباقر به شماره شناسنامه ۱۲۵صادره از دماوند به شماره ملی ۰۴۳۹۵۸۶۵۵۰در ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۱۹۶/۶۶ مترمربع در قسمتی از پلاک ۲۳۵فرعی از ۹۰ اصلی واقع در آئینه ورزان از محل مالکیت مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۳/۶۲۸–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– 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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۱۶۳۱۵مورخه ۱۴۰۵/۰۵/۲۰ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای فریبرز یونسی نژاد فرزند عسکر به شماره شناسنامه ۸۴۱ ۱۰صادره از تهران به شماره ملی ۰۰۶۸۶۷۴۳۹۲ در ششدانگ یک قطعه زمین غ به مساحت ۶۴۰/۸۸ مترمربع در قسمتی از پلاک ۱۸۱/۱ فرعی از ۹۰ اصلی واقع در آئینه ورزان از محل مالکیت مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۴/۶۲۹–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– 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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۱۵۲۳۴مورخه ۱۴۰۵/۰۵/۱۴ هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی سلامی فرزند مسلم به شماره شناسنامه۲۳۸ صادره از اسفراین به شماره ملی ۰۶۳۸۸۳۷۱۰۳در ششدانگ یک قطعه زمین به مساحت ۴۸۰/۴۰ مترمربع در قسمتی از پلاک ۲۶۱ فرعی از ۹۰ اصلی واقع در آئینه ورزان از محل مالکیت مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۵/۶۳۰–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– 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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۶۱۱۴هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای ابوالفضل شکفته فرزند قربان به شماره شناسنامه۵ صادره از بجنورد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۰۰ مترمربع پلاک ۲۵۸۴فرعی از ۸۰ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۶ فرعی از ۸۰ اصلی واقع در کالدشت خریداری از مالک رسمی آقای محمدرضا قرائی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۶/۶۳۱–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– 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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۶۲۷۰هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمد گودرزی فرزند محمد علی به شماره شناسنامه۱۱۳۲ صادره از در ششدانگ یک قطعه زمین محصور بدون درج اعیانی با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۱۴۱/۲۵ مترمربع پلاک ۳۲۲ فرعی از ۱۱۷ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۶۶ فرعی از ۱۱۷ اصلی واقع در دهن خریداری از مالکیت مشاعی شخص متقاضی محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۷/۶۳۱/۱–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– 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 آیین‌نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رأی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۸۰۰۶۲۱۵هیأت اول/دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک دماوند تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای سید حسین معززی آهی فرد فرزند سید خلیل به شماره شناسنامه۲۶ صادره از دماوند در ششدانگ یک قطعه زمین مشجر به مساحت ۵۷۸ مترمربع پلاک ۸۹۹ فرعی از ۶۴ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک ۳۴ فرعی از ۶۴ اصلی واقع در دشتمزار خریداری از مالک رسمی خانم طاهره دشتمزاری محرز گردیده است.لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشند می‌توانند 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، درخواست 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: ۱۴۰۵/۰۵/۳۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۶/۱۵
م/الف۱۱۷۸/۶۳۱/۲–ش **رئیس ثبت اسناد و املاک– سعید کریمی ثالث**

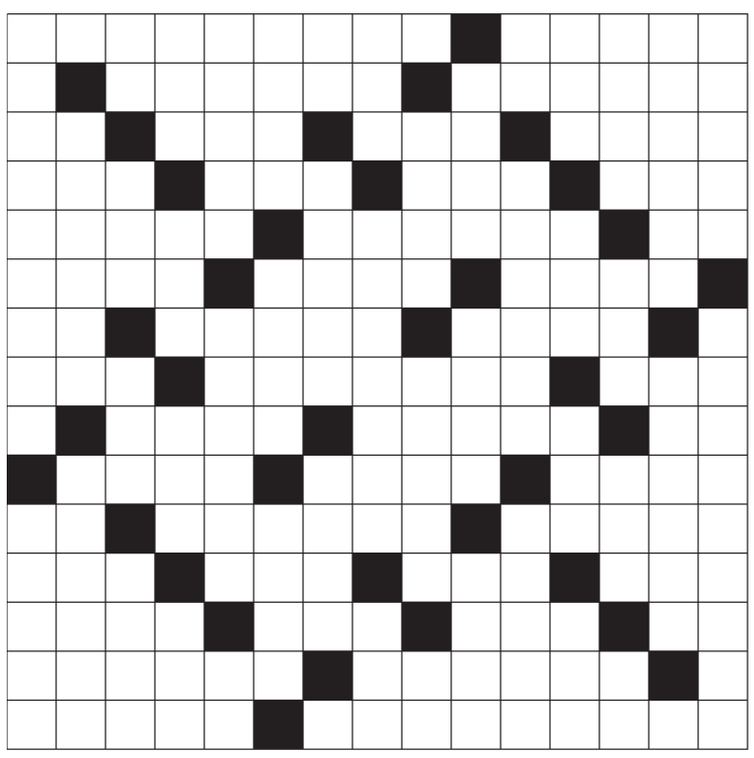
اداره کل ثبت اسناد و املاک استان قزوین
اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک منطقه یک قزوین
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۹۰۰۳۰۰۰۱۷۸۷ مورخ ۰۲/ ۱۴۰۵/۰۴ هیات موضوع قانون تعیین وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی آبیک، کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۹۰۰۳۰۰۰۴۴۹ تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی ملک آقای / خانم محسن عاشوری فرزند موسی به شماره شناسنامه ۵۹۳ و کد ملی ۵۰۹۲۸۲۰۵۶ صادره از آبیک در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۰۳۷ متر مربع از پلاک ۹ اصلی واقع در بخش ۱۶ قزوین حوزه ثبت آبیک خوزنان می باشد . احراز مالکیت متقاضی نسبت به ملک مورد تقاضا و انتقال ملک از مالک رسمی آقای موسی عاشوری به متقاضی داشته و تصرفات متقاضی نسبت به ملک مورد تقاضا احراز گردیده 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: ۳۱ / ۰۵ / ۱۴۰۵
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۵ / ۰۶ / ۱۴۰۵
۲۲۵۵۷۱۳.م.الف/۱۱۸۱–ش **علی مافی – رئیس ثبت اسناد و املاک**

جدول

شماره جدول ۸۰۱۲



افقی

۱-همراهان همیشگی ما - انزواطلبی و مردم گریزی ۲-اسباب چینی - از نیروهای سه‌گانه ۳-از گل های بهاری - زمستان - قارچ روی نان - گونه و رخسار ۴-کتاب بریان - از درختان همیشه بهار - جای خالی از هوا - در اصطلاح گیاه شناسی یاخته‌های ریز رستنی نهان‌زاست ۵-شبیه و مانند - کلید داران بهشت- طبقه زحمتکش جامعه ۶-نوعی پسوند است- بها بازار - شریف و بلندپایه ۷-تلوین شده - بس کردن - گرداگرد دهان ۸-راه رفتن به قصد تفرج - نقل سفید - ناگهان ۹-حرف جمع - خواهر و برادر غیرواقعی - شهر بزرگ نیمروز ۱۰-خلق خوشی ندارد - زیباتر - از فرآورده های لبنی ۱۱-ناامید شدن - ترازوی بزرگ فرنگی - عزیز عرب۱۲-نداکننده - همراه - برف و باران از اوست- دزد خانگی ۱۳-عدد تنفسی - شیر تازی - سازنده عمارت- فیلم نما ۱۴-در فیلم ببینید - از گیاهان خوشبوی دارویی با گلهای زیبا ۱۵-عنوان کتابی از گوستا و فلوبر - راه راست

عمودی

۱-مددکار است- از آثار ماکسیسم گورکی ۲-از میوه‌های مربایی - مبارک باد ۳-مقام و درجه - گاهی از مرحله می شوند - دوام و همیشگی - هنوز ادب نشده ۴-نوعی یقه - اسباب خانه - سر و سامان - زینتگر ۵-ساز از باطلاق آمده - چاره جو و حلال مشکل - اسلوب و روش۶-پروسعت- تنها و بی مانند - بافرهنگ۷-تجربه نشده - زحمتکش است- طرف و جانب۸-هلاک- پرنده آهنین بال - از الفبای یونانی ۹-از به‌پاکردنیها - با رعب و هراسنان خود را از بیابان فراهم می آورد - زبان عرب زبان ۱۰-ریخت و قیافه - لجاجت و ناسازگاری - گوشت بریان ۱۱-دارای ناخالصی - شایسته و سزاوار - نفس بلند ۱۲-خوش لباس است- از حروف استثنا - عضو پرواز - پسر ۱۳-حرف دهن کجی - با مرج به‌هم ریخته می‌شود - سریشم - ترویج کننده ۱۴-تخم‌مرغ سرخ کرده - پایتخت سرزمین کاسترو ۱۵-شاه فراری ساسانی - مشهور و معروف

حل جدول شماره قبل

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