خبر پزشکی

مصرف امگا ۳ اینگونه از افسردگی جلوگیری می کند

مصرف امگا ۳ به وسیله تشکیل سلسله اعصاب و ترمیم آن از بروز افسردگی در فرد جلوگیری می‌کند. مسعود کیمیاگر، متخصص تغذیه در گفتگو با باشگاه خبرنگاران گفت: ویتامین B بخصوص در گروه B۱ می‌تواند از بروز افسردگی در فرد جلوگیری می‌کند این ویتامین منجر به سوخت و ساز اعصاب می‌شود و از طریق تنظیم این مسئله در فرد افسردگی را برای وی به همراه نخواهد داشت.

وی افزود: همچنین بعضی املاح مانند سلنیوم نیز در جلوگیری از بروز افسردگی موثر واقع می شود، این املاح نیز مانند ویتامین B۱ منجر به جلوگیری از افسردگی می‌گردد.

این متخصص تغذیه با اشاره به ویتامین‌ها و املاح موثر دیگر در جلوگیری از افسردگی اظهار داشت: اسیدهای آمینه تریپتوفان در بدن تبدیل به سروتونین می‌شود این ویتامین آرام بخشی را برای فرد به همراه خواهد داشت همچنین اسیدهای چرب امگا ۳ نیز از بروز افسردگی در فرد جلوگیری می کند.

کیمیاگر ادامه داد: امگا ۳ در بدن وظیفه تشکیل سلسله اعصاب و ترمیم آن را بر عهده دارد همچنین به سوخت و ساز اعصاب کمک می‌کند و در نهایت فرد به افسردگی مبتلا نمی‌شود.

فعالیت فیزیکی کافی و تغذیه مناسب در پیشگیری از پوکی استخوان نقش دارد

یک فوق تخصص روماتولوژی فعالیت فیزیکی کافی و تغذیه مناسب و قرار گرفتن در معرض آفتاب را از جمله عوامل مهم برای پیشگیری از پوکی استخوان دانست. عبدالرحمان رستمیان، فوق تخصص روماتولوژی در گفت وگو با خبرنگار بهداشت و درمان فارس اظهار کرد: پوکی استخوان می تواند ناشی از ژنتیک و شرایط محیطی باشد که مسائل ژنتیکی نقش ۷۰درصدی و شرایط محیطی نقشی ۳۰ درصدی را داراست.

وی تصریح کرد: تا کنون برای علل ژنتیکی و حل این مشکل راهکاری یافت نشده است ولی افراد می توانند با رعایت شرایط محیطی مناسب مانند تغذیه و فعالیت بدنی مناسب در ۳۰ درصد ابتلا به پوکی استخوان نقش داشته باشند و از ابتلا به آن پیشگیری کنند.

این فوق تخصص روماتولوژی تأکید کرد: کشورهای پیشرفته برای کاهش ابتلا به پوکی استخوان در اثر شرایط محیطی از ۱۵ تا ۲۰ سالگی آموزش های لازم برای پیشگیری را ارائه می کنند و به آن ها نقش تغذیه و فعالیت بدنی مناسب و کافی در بروز ابتلا به پوکی استخوان را آموزش می دهند.

رستمیان افزود: خانواده ها باید قطعا به مسائلی مانند مصرف لبنیات، رسیدن مقدار کافی آفتاب به پوست برای جذب ویتامین D و فعالیت بدنی مناسب و کافی برای جذب کلسیم توجه کنند.

وی گفت: قرارگرفتن در معرض نور خورشید به مدت ۱۰ دقیقه در روز همراه با ایستادن یا راه رفتن برای پیشگیری از پوکی استخوان و افزایش تراکم استخوان لازم است که این مقدار در جوانان به میزان ۳ بار در هفته و هر بار یک ساعت و برای سالمندان نیز ۳ بار در هفته هر بار ۳۰ تا چهل دقیقه توصیه می شود تا به استخوان ها فشار وارد شود.

این فوق تخصص روماتولوژی خاطرنشان کرد: باید به بدن کلسیم کافی رسانده شود که بهترین راه رساندن کلسیم کافی مصرف به اندازه لبنیات است و در صورت ممکن نبودن، استفاده از مکمل های کلسیم توصیه می شود.

وی گفت: علاوه بر کلسیم، ویتامین D نیز برای بدن لازم و ضروری است و چنانچه ویتامین D و کلسیم کافی به بدن رسانده شود می توان از بروز پوکی استخوان پیشگیری کرد. رستمیان خاطرنشان کرد: این بیماری بدون علامت و خاموش است و معمولا به صورت ناگهانی با شکستگی خود را نشان می دهد که در این بین شکستگی لگن خطرناک است و در مواردی به مرگ منجر می شود.

علائم، انواع، و راه‌های درمان دیسک گردن

با افزایش سن، بسیاری از افراد مبتلا به دردهای ستون فقرات می‌شوند. گردن انسان شامل ۷ مهره است که بعد از کمر، شایع‌ترین مفاصل مستعد آرتروز، ساییدگی و کاهش فاصله و فتق دیسک محسوب می‌شود.

جام جم سرا: عوامل متعددی باعث ایجاد درد در گردن و متعاقب آن دردهای تیرکشنده در دست‌ها می‌شود. از جمله این عوامل، التهاب بافت‌های نرم اطراف مفصل‌های مهره‌ای خشکی مفاصل، وضعیت نامناسب سر و شانه‌ها، تغییر شکل مهره‌ها به طور اولیه یا ثانویه، آرتروز، دیسک و بیماری‌های ناشی از گرفتگی‌های عضلانی، و کشیدگی‌های لیگامانی است.

گردن درد در اثر علت‌های مختلفی مثل فعالیت و کار، آسیب‌ها، برخی از بیماری‌ها پدید می‌آید. اغلب گردن دردهائی که در اثر فعالیت ایجاد می‌شوند، بعلت حرکات تکراری و طولانی مدت عضلات گردن، تاندون‌ها، لیگامان‌ها، استخوان یا مفاصل هستند. کشیدگی بیش از حد عضلات، آسیب لیگامان‌ها، اسپاسم عضلات یا التهاب مفاصل گردن نیز از جمله علل این مشکلات بشمار می‌روند.

معمولا گردن دردها در دو مقطع زمانی بروز می‌کنند:

۱- افراد بین سن ۲۰ تا ۴۰ سالگی که اکثرا کارمند هستند و بنا به ارگونومی محیط کارشان دچار دردهای گردن می‌شوند.

۲- بعد از ۵۰ سالگی که به دلیل افزایش سن رخ می‌دهد و فرد دچار دیسک گردن شده است.

درد ناشی از دیسک گردن، به دو شکل بروز می‌کند:

درد مکانیکی دیسک گردن:

این نوع درد، موضعی است و در خود ستون‌فقرات احساس می‌شود یا اینکه خیلی نزدیک مهره‌هاست. بیمار هنگام صبح و برخاستن از خواب، دردی احساس نمی‌کند و به‌تدریج و با افزایش فعالیت روزانه، بر شدت آن افزوده می‌شود به طوری که شب‌هنگام به اوج خود می‌رسد.

درد انتشاری دیسک گردن:

دردهای ریشه‌ای یا انتشاری معمولا در ناحیه دست احساس می‌شوند یعنی می‌توانند در شانه، بازو، ساعد و کف دست باشند.

این نوع درد در بالای دست به صورت احساس برق‌گرفتگی و کوفتگی است و هرچه بیشتر به نوک‌انگشتان نزدیک‌تر می‌شویم، از میزان آن کاسته و علایم بی‌حسی آشکار می‌شود یعنی وقتی بین انگشت سبابه و شست بیمار کاغذی قرار می‌دهیم، به‌راحتی می‌توانیم کاغذ را از بین انگشتانش خارج کنیم.

پزشک از روی انگشت بی‌حس‌شده می‌تواند پی ببرد که آسیب به کدام ریشه عصبی وارد شده مثلا بی‌حسی انگشت وسط به معنای صدمه روی ریشه هفتم و بی‌حسی انگشت کوچک، نشانه صدمه به ریشه هشتم گردن است.

علائم دیسک گردن

مهم‌ترین علامت این بیماری درد است. درد معمولا در پشت سر، پشت گردن و پشت هر دو کتف حس می‌شود. در صورتیکه به ریشه عصبی فشار وارد شود علائم فشار به عصب هم وجود خواهد داشت. علائم دیسک گردن عبارتند از:

درد: که به صورت تیر کشنده به شانه، بازو، ساعد و دست انتشار پیدا می‌کند،

اختلال حسی: بر حسب اینکه کدام ریشه عصبی در گردن تحت فشار قرار بگیرد قسمت‌های متفاوتی از اندام فوقانی و دست ممکن است دچار کاهش حس، خواب رفتگی و گز گز شود.

اختلال حرکتی: بر حسب اینکه کدام ریشه عصبی در گردن تحت فشار قرار بگیرد عضلات متفاوتی در اندام فوقانی و گردن دچار کاهش قدرت می‌شوند. در صورت مزمن شدن بیماری، ممکن است عضله مربوط به عصب مورد نظر دچار لاغری شود.

درمان دیسک گردن

برای درمان بدون دیسک گردن از روش‌های زیر استفاده می‌شود:

گردنبند طبی:

این گردنبندها حرکات گردن را قدری محدود می‌کنند و به عضلات گردن اجازه می‌دهند مدتی استراحت کنند و این موجب می‌شود فشار به ریشه‌های عصبی کمتر شود. نکته مهم اینست که این گردنبندها نباید به مدت طولانی بسته شوند چون موجب ضعیف شدن عضلات گردن و بدتر شدن وضعیت بیمار می‌شود.

فیزیوتراپی:

فیزیوتراپی می‌تواند با انجام دادن نرمش‌های طبی مخصوص برای افزایش قابلیت انعطاف گردن و تقویت عضلات گردن به رفع علائم دیسک گردن کمک کند. گاهی اوقات از کشش سر و گردن هم برای کاهش علائم استفاده می‌شود.

دارو:

پرشک معالج از داروهای ضد التهابی مثل بروفن و ناپروکسن، داروهای شل کننده عضلات و گاهی اوقات از تزریق مستقیم کورتیکوستروئید در اطراف ریشه‌های عصبی برای کاهش مشکلات بیمار استفاده می‌کند.

تزریق کورتیکواستروئید:

در صورتی که اقدامات فوق نتواند موجب کاهش مشکلات بیمار شود تزریق کورتیکواستروئید در فضای اپیدورال روش بعدی درمان است. این تزریق به توسط متخصصین انجام می‌شود

جراحی:

در صورت عدم پاسخ درمانی مناسب به روش‌های ذکر شده و یا در مواردی که بیمار از نظر حرکتی دچار فلجی شده باشد از روش‌های جراحی برای درمان دیسک گردن استفاده می‌شود

انجام ورزشهای گردن:

باعث تقویت عضلات گردن و افزایش انعطاف پذیری آن‌ها شده باعث تسهیل وتسریع تغذیه دراین ناحیه می‌گردد.

عوامل بروز آرتروز گردن

عوامل متعددی در روند بیماری آرتروز موثرند. عواملی مثل جنسیت،نژاد، وراثت یا نحوه زندگی افراد و چاقی. بیماری آرتروز بیماری است که در آن سطح مفصل یا همان غضروف به شدت آسیب دیده و تا حد زیادی از بین رفته است، به همین جهت چرخش یا حرکت استخوان روی مفصل با درد شدید همراه است.

دیسک در بین مهره‌های گردن یک ساختمان جذب کننده فشار و شوک است. دیسک بین مهره‌ای معمولاً با افزایش سن پیر می‌شود. خشک و چروکیده شده و خاصیت الاستیک خود را از دست می‌دهد. ارتفاع آن کم می‌شود و همین امر موجب می‌گردد مهره‌ها به یکدیگر نزدیک شده و فاصله آن‌ها کم شود. با کم شدن فاصله بین مهره‌ها فشار زیادی روی مفاصل بین مهره‌ای وارد می‌شود که این خود موجب آرتروز یا سائیدگی این مفاصل می‌شود.

چند نکته درباره راههای تسکین درد

استفاده از گردنبند طبی:

برای کاهش درد استفاده از گردن بند طبی در کوتاه مدت مفید است اما در طولانی مدت راه مناسبی نیست و برای مدت بیش از چند روز کاملا مضر است و موجب ضعیف شدن عضلات گردن می‌گردد.

تصحیح وضعیت بدن:

شیوه نشستن. ایستادن. حالت قرار گیری در هنگام فعالیت انجام ورزش بطور روزانه در بهبود این درد بسیار موثر است جهت تسکین دردهای گردنی توصیه می‌شود ورزش‌های کششی انجام دهند. و از انجام ورزش‌هایی که سبب بروز درد می‌شود جدا پرهیز کنید.

خبرها از عالم علم

ایستادن روی یک پا برای ۲۰ثانیه ساده ترین راه تشخیص احتمال سکته مغزی

ایرنا-نتایج مطالعه محققان علوم پزشکی دانشگاه کیوتو ژاپن نشان می دهد:افرادی که نمی توانند به مدت ۲۰ ثانیه بر روی یک پا بایستند احتمال بروز سکته مغزی در آنها بیشتر است.

به گزارش ایرنا از هلث، محققان دانشگاه توکیو می گویند:نتایج این آزمایش که بر روی بیش از ۸۴۱ زن و ۵۴۶ مرد با محدوده سنی حدود ۶۷ سال انجام شد، نشان می دهد:کسانی که قدرت ایستادن بر روی یک پا در این مدت کوتاه را ندارند، توانایی مغزی آنها کاهش یافته است.

در زمانی که افراد در این آزمایش سعی بر ایستادن بر یک پا داشتند ، مغز آنها اسکن شده و عملکرد آن مورد بررسی قرار گرفت.

به گفته آنها مردود شدگان این آزمایش نیازمند پیگیری های دقیق تر پزشکی هستند.

آزمایش های تکمیلی از برخی افراد ۶۷ ساله ای که قادر به ایستادن بر روی یک پا نبودند نشان داد آنها از مشکلاتی مانند ضعف در عملکرد مغز، صدمه های تشخیص داده نشده یا خونریزی های کوچک در رگ ها رنج می برند.

یاسوهارو تابارا Yasuharu Tabara استادیار مرکز ژنومی دانشگاه کیوتو و مدیر این پروژه می گوید:نتایج تحقیقات نشان داد که قدرت ایجاد توازن به هنگام ایستادن بر روی یک پا به مدت ۲۰ ثانیه بسیار مهم است زیرا در واقع این توانمندی شاخصی مهم برای سنجیدن میزان سلامت قدرت مغز افراد است.

وی افزود: این آزمایش همچنین بیانگر میزان بیماری سلول های مغز افراد در ابتلا به بیماری زوال عقل یا آلزایمر است.

همچنین محققان انگلیسی پیشتر اعلام کردند که علت بسیاری از مرگ و میرها در دهه های آینده مرتبط با افراد میانسالی است که ساعات بسیار طولانی می نشینند یا از صندلی خود جدا نمی شوند.

درمان ریزش مو با موم عسل

ریزش مو موجب آزار و ناراحتی بسیاری از افراد است. بر اساس تحقیقات محققان دانشگاه هوکایدو ژاپن ماده موم مانند استخراج شده از کندوی زنبور عسل موجب رشد دوباره مو می‌شود.

به گزارش ایسنا، منطقه خراسان، محقق این تحقیق، «کن کوباپاشی» اظهار امیدواری کرد ماده موم مانند موجب بهبود مو و کاهش التهاب‌های ناشی از تاثیرات کراتینوسیت و پرولیفراتیو شود.

خواص ضد التهابی این موم به دلیل وجود مواد صمغ مانندی است که زنبور عسل برای اتصال سوراخ‌های کندو استفاده می‌کند و کشف جدیدی نیست.

مردم باستان از موم برای التیام زخم‌ها استفاده می‌کردند و در حال حاضر برای درمان سوختگی، جوش صورت و درمان تومورها استفاده می‌شود، اما تاکنون به عنوان ابزاری برای جنگ با ریزش مو بکار برده نشده است.

موم خاصیت ضد التهاب، ضد تومور و تاثیرات مفید بسیاری بر سلامت بدن دارد.

برای رشد طبیعی موها نیازمند سلول‌های مخاطی بدون التهاب هستیم و موم موجب رشد سلول‌های کراتینوسیت از ترکیبات مهم در رشد موها می‌شود.

محققان این تحقیق تاثیر موم را بر موهای تراشیده شده موش‌ها به دلیل تحریک افزایش کراتینوسیت و رشد سریع موها مشاهده کردند.

البته این نتایج به این معنی نیست که اگر فردی به کچلی مبتلا شد به سر خود عسل بمالد بلکه ریزش مو بخصوص در مردان به دلیل وجود میزان مختلف تستوسترون در مراحل زندگی است و ریزش موی آنان به دلیل التهاب نیست.

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی

برابر آراء صادره هیئت موضوع قانون تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی شهرستان قروه استان کردستان ،تصرفا ت مالکانه و بلا معارض متقاضیان محرز گردیده است . لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود در صورتیکه اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضیان اعتراضی داشته باشند ،می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک محل تسلیم و پس از اخذ رسید ،ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض ،دادخواست خود را به مراجع قضایی تقدیم نمایند.

بخش ۵ اسفند آباد

۱- آقای محمد رضا شیرزادی فرزند عباس به شماره شناسنامه ۵۸۲ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۳۹۰۱۲۴ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۴۵ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۳ اصلی واقع در قروه خیابان مدرس غربی کوچه متحد خریداری از مالک رسمی آقای قاسم عسکری . ۲- آقای موسی رضایی فرزند کا که احمد به شماره شناسنامه ۳ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۴۳۶۷۶۴ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۰۶/۱۳ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۳ اصلی واقع در خیابان چمران کوچه عفاف خریداری از مالک رسمی آقای محمد ولی بهمنی . ۳- خانم سیده سکینه رضوی مجد فرزند سید بها ء الدین به شماره شناسنامه ۳۷۲ صادره بیجار به شماره ملی ۳۷۸۰۶۱۶۵۶۴ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۵۰۶/۴۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۳ اصلی واقع در قروه خیابان چمران کوچه عفاف خریداری از مالک رسمی آقای علی احمد صحرارو. ٤- آقای محمد کریم مفاخری فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۲۴۰ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۳۷۰۳۳۶ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۴۲/۰۷ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۹۷ فرعی از ۶۳ اصلی واقع در قروه خیابان ابوذر کوچه شهید شمس الله عبدالملکی خریداری از مالک رسمی آقای محمد مراد سرهنگی . ۵- آقای حسین سرابی فرزند محمد علی به شماره شناسنامه ٤٤ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۰۸٤۲٦٤ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۲۷/۹۶ متر مربع قسمتی از پلاک ۶۹۷ فرعی از ۶۳ اصلی واقع در قروهبلوار بدر کوچه مهشادخریداری از مالک رسمی آقای قربانعلی فیروز بهر . ٦- آقای سلیم زارعی فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۱ صادره قروهبه شماره ملی ۳۸۰۱٦۲۷۱۸۷ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۰۸/٦۳ متر مربع قسمتی از پلاک فرعی ٦۹۷ از ٦۳ اصلی واقع در قروهبلوار معلم خیابان علی اصغر احمدی خریداری از مالک رسمی خانم شهر بانو یوسفی . ۷- آقای علیرضا امین پناه فرزند محمد به شماره شناسنامه ۳۰۰ صادره دهکلان به شماره ملی ۵۵۸۹۲۱٤۱۱٤ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۸۰/۷۰ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۸ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه شهرک امام خمینی بلوار گلستان خریداری از مالک رسمی آقای حسین نصیری . ۸- آقای مختار فاتحی فرزند احمد به شماره شناسنامه ۲۰۸ صادره کامیاران به شماره ملی ۲۸۳۹۰۹٤۱۹٤ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱٤۱/۹٦ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع درقروه شهرک امام کوچه قالیبافی خریداری از مالک رسمی آقای نصرت الله مبارکی. ۹- آقای کاکه علی فلاحی فرزند رستم به شماره شناسنامه ۱٦۰۱٦صادره سنقر به شماره ملی ۳۳۵۸۰۹۰۳۹٦ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۸۰/۱۵ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان تختی انتهای کوچه نهر خریداری از مالک رسمی خانم بی بی بیگم صادقی . ۱۰- آقای ابراهیم میرزایی فرزند احمد به شماره شناسنامه ۲۷٦ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۵٦۰۰۳۸ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۸۹/۸۵ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه شهرک امام پشت قالیبافی خریداری از مالک رسمی آقای اسماعیل طاهری . ۱۱- آقای محمد علی خالدیان فرزند میرزا علی به شماره شناسنامه ۲٦۵ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۱۵٤۳۰۷ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۲٤۵/۲۲ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان تختی کوچه صنم خریداری از مالک رسمی خانم بی بی بیگم صادقی. ۱۲- آقای رمضان مرادی فرزند احمد به شماره شناسنامه ۳۰۸ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۳٦٦۱۳٤ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۳۵ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه میدان شورا بلوار گلستان کوچه پردیس خریداری از مالک رسمی آقای فیروز بهرامی . ۱۳- آقای ولی چراغی فرزند عبدالله به شماره شناسنامه ٤۲۲ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۲۹۳٤۵۵ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۵۹/۷۷ متر مربع قسمتی از پلاک ٦۹۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه شهرک امام انتهای بلوار بدر کوچه چراغی خریداری از مالک رسمی آقای سید جلال حسینی . ۱٤- خانم عذرا درویشی فرزند حیدر علی به شماره شناسنامه ۵ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۵۰۳٤٤۵ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۷۱/۷۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۰۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان مدرس شرقی جنب مسجد امام حسین خریداری از مالک رسمی آقای عیسی کریمی. ۱۵- آقای حسین یارویسی فرزند رضا به شماره شناسنامه ۷۲ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۱۷۷۷۹۳ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۰٦/۳۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۰۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در خیابان مدرس شرقی کوچه جویبار خریداری از مالک رسمی آقای رضا یار ویسی . ۱٦- آقای احمد رسولی فرزند علی اکبر به شماره شناسنامه ۱۸۸ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۳٤٦۹۸۲ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱٤۷/۸۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۰۹ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان مدرس شرقی کوچه فروتن کوچه سامان خریداری از مالک رسمی آقای بابا کریمی . ۱۷- آقای غلامرضا کلوندی فرزند حیدر به شماره شناسنامه ۷ صادر قروهبه شماره ملی ۳۸۰۱٦۱۸۲٦۹ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۲۰۳/۸٦ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۱۱ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه ۱۲ متری خیبر خریداری از مالک رسمی آقای عباسعلی ملکی . ۱۸- آقای عزت الله رضایی فرزند حسین به شماره شناسنامه ۸ صادر قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۵٦٤٦۰٦ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱٤۰/۸٦ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۱۲ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان چمران کوچه گلزار شهدا کوچه جبل خریداری از مالک رسمی آقای قاسم علی حنیفی . ۱۹- آقای سید خلیل رضوی مجد فرزند سید نجم الدین به شماره شناسنامه ۱۰۷ صادره بیجار به شماره ملی ۳۷۸۰٦۲۱۸۹٤در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۱۲/۹٦ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۱ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان شریعتی کوچه تقی ئی خریداری از مالک رسمی عباس طاهری . ۲۰- خانم لیلا داودی فرزند نصرت الله به شماره شناسنامه ۱۰۳٦۵ صادره کرج به شماره ملی ۰۳۲۳٦۷۳٤۵۷ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۲٤۲/۷۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۱ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان حوزه علمیه کوچه تقی ئی خریداری از مالک رسمی آقای عباس طاهری . ۲۱- آقای عباسعلی ناز آوری فرزند شمس الله به شماره شناسنامه ۱ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱٦۰۸۷۷۸ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۵۸/۷۵ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۱ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان شریعتی انتهای کوچه سینا خریداری از مالک رسمی آقایان رضا،اکبر،قاسم و غلامرضا یعقوبی . ۲۲- آقای شاهمراد اله ویسیان فرزند محمد حسین به شماره شناسنامه ۲۵۹ صادر قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۲۸۷۲٤۲ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱٦۰/۰٤ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۲ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه خیابان تختی ۱۲ متری وحدت کوچه بهار خریداری از مالک رسمی آقای محمد علی ملکی. ۲۳- آقای محمد رضا رضایی فرزند کا که احمد به شماره شناسنامه ٦ صادر قروه به شماره ملی ۳۸۰۱٤۵٦۸۰۳ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۰۸/۹۸ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۲ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروهبلوار امام علی کوچه شهید رجایی خریداری از مالک رسمی آقای علی احمد صحرارو . ۲٤- آقای رحیم ساعدی فرزند کریم به شماره شناسنامه ۲ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱۳۳۳۵۸۲ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۵۰/۰۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۲ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروهبلوار امام علی کوچه سادات ۵ خریداری از مالک رسمی آقای علی اصغر محمدی . ۲۵- آقای محمود دره وزمی فرزند عبدالله به شماره شناسنامه ۱۹۸ صادره قروه به شماره ملی ۵۵۸۹۰٤٦۲۱۱ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۷٤/۲۳ متر مربع قسمتی از پلاک ۷۲۲ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروهبلوار امام علی کوچه مهر ۲ خریداری از مالک رسمی آقای حسین کتابی . ۲٦- آقای محمد حسن عباسی فرزند علی اکبر به شماره شناسنامه ۱۸۰ صادر قروه به شماره ملی ۳۸۰۰۳۱۷۱۷٦ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۳۲/۹۵ متر مربع قسمتی از پلاک ٤۲۹۱ فرعی از ٦۳ اصلی واقع در قروه شهرک امام رو به روی آسیاب کوچه بهار خریداری از مالک رسمی آقای محمد تقی احمدی . ۲۷- آقای اقبال خسروی فرزند علی به شماره شناسنامه ٦۵۰ صادره سنقر به شماره ملی ۳۳۵۹۰۲۷٦۸۱ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۸۵ متر مربع از ٤٤ اصلی واقع در قلعه خیابان شاهد خریداری از مالک رسمی موسم عبدالملکی . ۲۸- آقای عیسی رضایی فرزند ابولمحمد به شماره شناسنامه ۱٤ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱٤۷۱۳۷۳ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱٦۰/۷۲ متر مربع از پلاک ٤٤ اصلی واقع در قلعه خیابان شاهد خریداری از مالک رسمی آقای موسم عبدالملکی. ۲۹- آقای احمد عبدالملکی فرزند محمد حسن به شماره شناسنامه ۲٦ صادره قروه به شماره ملی ۳۸۰۱٤۱۷۲٦۳ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ٤٦۷/۹۵ متر مربع از پلاک ٤٤ اصلی واقع در قلعه خیابان شاهد کوچه محمد نبی عبدالملکی خریداری از مالک رسمی آقای علی اشرف عبدالملکی .

بخش ۴ ئیلاق

۳۰-آقای اسدالله باقری فرزند محمد علی به شماره شناسنامه ۱٤ صادره دهگلان به شماره ملی ۵۵۸۹۸۳۳۷٤٤ در ششدانگیکباب خانه به مساحت ۱۳۱/۹۱ متر مربع از پلاک ۵٤ اصلی واقع در دهگلانبلوار بعثت کوچه سخاوت٦ خریداری از مالک رسمی آقای محمد اله مرادی .

تاریخ انتشار نوبت اول ۹۳/۱۰/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم ۹۳/۱۰/۱۸

٤۸۹۸/٦۳۲-ش **رئیس اداره ثبت اسناد و املاک قروه – موسوی نیا**

آگهی ابلاغ مفاد رای صادره از طرف هئیت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی املاک و ساختمان های فاقد سند رسمی مصوب سال ۱۳۹۰/۹/۲۰

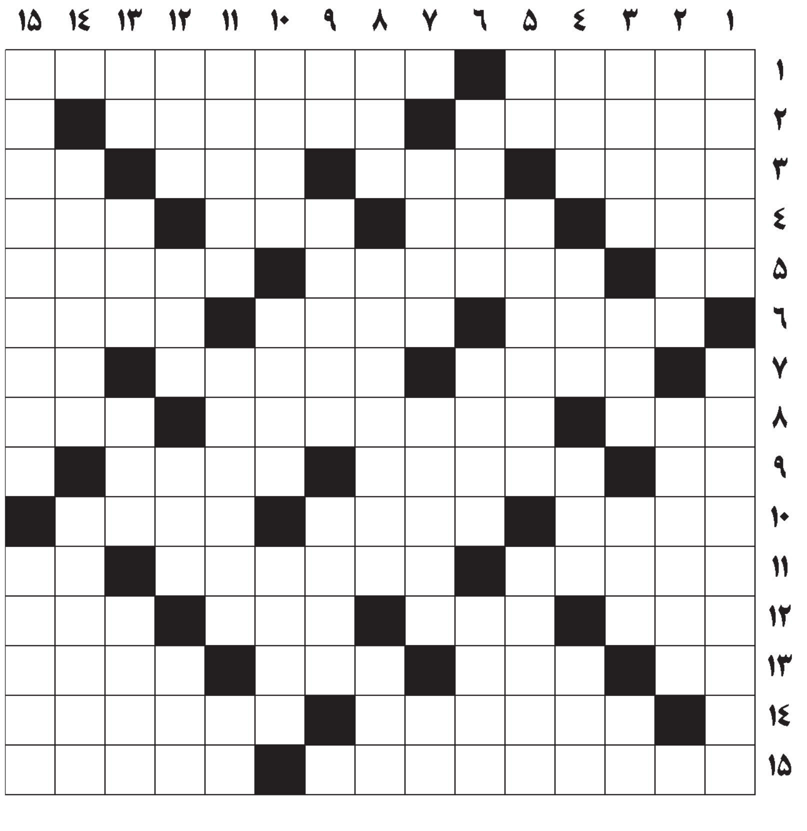
برابر رای شماره ۱۳۹۳٦۰۳۰۱۰۵۷۰۱۱٤۵٤ مورخ ۱۳۹۳/۰۸/۲۹ صادره از هیات رسیدگی به اسناد عادی موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی،املاک و ساختمان های فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۹/۲۰ تصرفات مالکانه آقای محمدصادق سامانلو فرزند نجاتعلیه صورت سه دانگ مشاع از ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی در آن به مساحت نود متر مربع(۹۰) متر مربع قسمتی از پلاک ۲٤۸۲ فرعی از ۵۰ اصلی واقع در اراضی کرشته شهریار وبرابر محتویات پرونده ثبتی ششدانگ یک قطعه باغچه پلاک شماره ۵۰/۲٤۸۲ مفروز و مجزی شده از پلاک ۸۳۲ فرعی از اصلی مذکور بمساحت نهصد متر مربع ذیل ثبت ۹۵۲۱٦ صفحه ۲۸٤ دفتر املاک شماره ۵۲۳ بنام عینعلی حیدری ثبت و سند مالکیت صادر و تسلیم گردیده است که تصرفات نامبرده از مالکیت آقای عینعلی حیدری میباشد و هیات مقرر نموده با اعمال ماده ۳ قانون مذکور و ماده ۱۳ آئین نامه اجرائی آن مصوب ۱۳۹۱/٤/۲۵ و نسبت به صدور سند مالکیت به نام متصرف فوق الذکر اقدام شود لذا بدینوسیله مفاد رای صادره به نامبرده و به اشخاص ذینفع جهت اطلاع در دو نوبت به فاصله پانزده روز آگهی می گردد تا چنانچه به مفاد رای صادره اعتراض دارند اعتراض خود را ظرف مدت دو ماه از تاریخ انتشار اولین آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهریار تسلیم و رسید دریافت دارند و در صورت عدم اعتراض ظرف مهلت مقرر این ادره نسبت به صدور سند مالکیت برابر مقررات اقدام خواهد نمود.ضمنا صدور سند مالکیت مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول ۱۳۹۳/۱۰/۳
تاریخ انتشار نوبت دوم ۱۳۹۳/۱۰/۱۸

٤۹۷۲/۵۰۰٤-ش **کفیل اداره ثبت اسناد و املاک شهریار–حسین کاظمی**

جدول

شماره ۴۸۸۵



افقی

۱-یکی از انگشتان - فیلسوف و نویسنده مسلمان فرانسوی که بخاطر اعتراض به جنایات علیه بشریت مورد محاکمه قرارگرفته ۲-بدون چون و چرا - بالاترین دستهاست۳-از روی قصد - زرنگ و حیله گر - دوست و رفیق - سرخ نای ۴-ماه مدرسه - گودی روی شکم - فتح و پیروزی - خبر به تازی ۵-از آحاد وزن - سرشناس و بلندآوازه - دوازده ماه کنونی ۶-پروسعت- گمان و تصور - استان گل و بلبل ۷-محکم و استوار شده - دوستی و همراهی - لغزش۸-شهر صنعتی آلمان - از جزایر بزرگ اندونزی - خجل و شرمنده ۹-امر به آمدن - شهرنشین است- گوشت بریان ۱۰-نیست شدن - سرزده و بی‌خبر - کهنه و دریده ۱۱-آش ساده - سخن بزرگان - گریز از ترس۱۲-مهمترین محصول صادراتی ایران - خرید و فروش- خواهر - درون دهان ۱۳-واحد سطح - چوب بلند - نجات یافت- خودروی ایتالیایی ۱۴-نویسنده ایتالیایی کتاب دوزن - مسافر پیاده ۱۵-شاه فراری ساسانی - آنچه اسیران برای رهایی خود بدهند

عمودی

۱-تندرستی - علمی که درباره نباتات بحث می کند ۲-از گیاهان دارویی با نام دیگر خرگوشک - از گلهای شیپوری ۳-کشاورز - ضمیر با ادب- هنر - از حالات دریا ۴-آشنا به راه - دندان نیش- سرنگون و به رو افتاده - ساز کلیسا ۵-حرف جمع - متقلب و بدکار - شاداب و باطراوت۶-هدف و آرمان - با ایمان - پیروان حضرت موسی ۷-غذایی که شکم را طلبه می کند - از بازیکنان یک تیم فوتبال - کیسه بی سر و ته ۸-کم و اندک- منهدم کننده - حکایتگر ۹-کتیرا - زیبایی و نکته‌سنجی - شیر درنده ۱۰-آواز دهنده غیبی - از جزایر جنوب ایران - ستاره اقبال ۱۱-باغبان باغ گل - شایستگی و آمادگی پذیرشکاری را داشتن - آخرین نازی ۱۲-از درختان جنگلی - بلا عوض- کشف مهم انسان نخستین - مرتجع فلزی ۱۳-راه میانبر - از سور مبارکه قرآن - خودپسندی - پیامبر پرتحمل ۱۴-عملی در میدان نبرد - همه فن حریف۱۵-پایتخت تانزانیا - آغاز شده

حل جدول شماره قبل

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