آرمان ملی
armanmeli.ir
سال هشتم
شماره ۲۴۱۲
شنبه
۰۶ • ۰۴ • ۱۴۰۵
۱۲ محرم ۱۴۴۷ / ۲۷ ژوئن ۲۰۲۶

یادداشت

شکستگی استخوان در سالمندان

اکبر خدابنده
متخصص ارتوپد

ورود به سالمندی نیازمند دریافت مراقبت‌های ویژه است. پیش از آنکه شکستگی رخ دهد باید اقدامات پیشگیرانه انجام شود و در صورت بروز شکستگی نیز درمان مناسب و مراقبت‌های بعد از جراحی به‌گونه‌ای باشد که هم بار درمانی برای جامعه ایجاد نکند و هم ضامن سلامت بیمار باشد. معمولاً استخوان‌ها از کودکی تا حدود ۲۰ سالگی بیشترین استحکام را دارند و این استحکام تا حدود ۴۰ تا ۴۵ سالگی تقریباً ثابت می‌ماند، پس از این سن و با تغییرات هورمونی، روند تحلیل استخوان آغاز می‌شود. شیب این تحلیل به شرایط فرد، میزان مراقبت‌ها، فعالیت بدنی و تغذیه بستگی دارد. توصیه ما این است که افراد اگر می‌خواهند ورزش را شروع کنند، پیش از ۴۰ سالگی این کار را انجام دهند تا استخوان‌های محکم‌تری داشته باشند و ادامه ورزش در سال‌های بعد نیز به جلوگیری از تحلیل رفتن استخوان کمک می‌کند. بهتر است افراد قبل از ورود به سالمندی ورزش را آغاز کنند، زیرا پس از سالمندی تراکم استخوان کاهش می‌یابد و فرد مستعد شکستگی می‌شود. در سالمندان شکستگی‌های اطراف حلقه لگنی، بالای استخوان ران، مچ دست و ستون فقرات بیشتر دیده می‌شود. پرعارضه‌ترین شکستگی‌ها مربوط به بالای استخوان ران و لگن است که از نظر شدت و عوارض بسیار مهم محسوب می‌شود. البته شکستگی مچ دست از نظر شیوع بیشتر است، اما بسیاری از بیماران ممکن است برای آن به بیمارستان مراجعه نکنند و به همین دلیل آمار مراجعه بیمارستانی آن کمتر ثبت می‌شود. در سالمندان دو علت شایع برای شکستگی وجود دارد. مهم‌ترین آن پوکی استخوان است، اما عامل مهم دیگر زمین خوردن و سقوط است. تحلیل عضلانی، مصرف برخی داروها، خواب آلودگی و گیجی، و همچنین بیماری‌های زمینه‌ای از مهم‌ترین دلایل زمین خوردن سالمندان به شمار می‌رود. مهم‌ترین اقدام تقویت عضلات و کاهش احتمال زمین خوردن است. سالمندانی که بیماری زمینه‌ای دارند باید توسط خانواده بیشتر مراقبت شوند. همچنین اگر فرد دارویی مصرف می‌کند باید توصیه‌های لازم درباره نحوه راه رفتن و ایستادن را دریافت کند. برخی داروها مانند گاباپنتین بهتر است شب‌ها مصرف شوند تا فرد در طول روز دچار گیجی نشود. در شکستگی‌های لگن مهم‌ترین عارضه درد شدید است و بیمار به دلیل درد قادر به حرکت نیست. این بی‌حرکتی می‌تواند دو عارضه جدی ایجاد کند. یکی تشکیل لخته خون در اندام تحتانی و دیگری ایجاد زخم بستر که هر دو عارضه بسیار خطرناک هستند و بیمار و خانواده او را درگیر می‌کنند. اگر این بیماران درمان مناسب دریافت نکنند، ممکن است در مدت سه ماه جان خود را از دست بدهند. آمبولی ریه ناشی از لخته خون می‌تواند موجب مرگ بیمار شود. بنابراین در موارد شکستگی فمور لازم است بیمار حتماً تحت جراحی، از جمله تعویض مفصل، قرار گیرد. افزایش سن به طور کلی خطر شکستگی را بیشتر می‌کند، اما این موضوع در زنان شایع‌تر است. زیرا پس از یائسگی به دلیل تغییرات هورمونی سرعت تخریب استخوان‌ها افزایش می‌یابد. در چنین شرایطی رعایت رژیم غذایی مناسب و انجام ورزش در پیشگیری از شکستگی‌های ناشی از پوکی استخوان اهمیت زیادی دارد.

نوشیدنی‌های مفید برای کنترل قند خون

نوشیدنی‌های شیرین مانند نوشابه، چای شیرین، آبمیوه و قهوه‌های شیرین شده به دلیل جذب سریع و نداشتن فیبر، چربی یا پروتئین که بتواند روند هضم را آهسته کند، باعث افزایش سریع قند خون می‌شوند. متخصصان تغذیه می‌گویند انتخاب نوشیدنی مناسب پیش از خواب می‌تواند به حفظ ثبات قند خون در طول شب کمک کند. آن‌ها چای بابونه، چای سبز بدون کافئین، شیر و زرد چوبه و نوشیدنی‌های پروتئینی کم شکر را از بهترین گزینه‌ها برای این منظور معرفی کرده‌اند.

چای بابونه

چای بابونه که به عنوان یکی از آرام‌بخش‌ترین نوشیدنی‌ها شناخته می‌شود، از دید متخصصان تغذیه انتخابی مناسب برای حفظ قند خون سالم است. بابونه و سایر دمنوش‌های گیاهی به‌ویژه در شب مفیدند، زیرا به آرامش بدن کمک می‌کنند و بدون نیاز به مصرف قند افزوده، فرد را برای خواب آماده می‌کنند.

شیر و زردچوبه

شیر طلایی (Golden Milk) یا شیر زردچوبه نوشیدنی سنتی در هند است که پایه اصلی آن شیر و زردچوبه است و معمولا ادویه‌های دیگر نیز به آن افزوده می‌شود. اگر به دنبال گزینه‌ای سیرکننده‌تر از چای می‌گردید، این نوشیدنی انتخاب مناسبی است.

چای سبز بدون کافئین

به گزارش ایندیپندنت، چای سبز نیز مانند بابونه سرشار از آنتی‌اکسیدان‌هایی است که در بلندمدت می‌تواند به حفظ سلامت قند خون کمک کنند. «لیزا استولمن»، متخصص تغذیه، می‌گوید: هر دو نوشیدنی منابع غنی فلاونوئیدهایی مانند آپی‌ژنین و کوئرستین‌اند.

انتخاب نوشیدنی مناسب درکنار تغذیه سالم، فعالیت بدنی منظم و خواب کافی، کلید اصلی کنترل قند خون است. درصورت ابتلا به دیابت، پیش از ایجاد تغییرات در رژیم غذایی خود با پزشک مشورت کنید

اینفوگرافیک: آرمان ملی - محمدحسن نورحسینی

توصیه‌هایی در برابر تشعشعات UV خورشید

رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت با اشاره به افزایش شدت تشعشعات خورشیدی در فاصله بهار تا اوایل پاییز، بر ضرورت رعایت نکات ایمنی در برابر پرتوهای فرابنفش تأکید کرد و گفت: مواجهه بیش از حد با اشعه UV از عوامل اصلی آسیب به پوست، چشم و سیستم ایمنی و نیز افزایش بروز سرطان‌های پوستی در دهه‌های گذشته بوده است. مهندس محسن فرهادی گفت: فعالیت‌های خارج از منزل با وجود برخورداری از فواید جسمی و روحی فراوان، باید با رعایت اصول محافظت در برابر خورشید همراه باشد تا از اثرات نامطلوب اشعه فرابنفش جلوگیری شود. فرهادی با بیان اینکه شدیدترین تشعشعات UV خورشید از دو ساعت قبل تا دو ساعت پس از ظهر خورشیدی است، توصیه کرد: مردم تا حد امکان در این ساعات، به‌ویژه در ماه‌های بهار و تابستان، از مواجهه مستقیم با آفتاب خودداری کنند. به گفته او، حضور در ساعات اولیه صبح و اواخر بعد از ظهر می‌تواند خطر آفتاب‌سوختگی را به‌طور قابل توجهی کاهش دهد. وی همچنین بر اهمیت توجه به شاخص UV تأکید کرد و گفت: این شاخص از عدد یک تا بالاتر از ۱۱ متغیر است و هرچه مقدار آن بیشتر باشد، احتمال آسیب به پوست و چشم افزایش می‌یابد. به گفته او، مردم باید همواره اقدامات احتیاطی لازم را در برابر نور خورشید انجام دهند، اما زمانی که شاخص UV برابر ۳ یا بالاتر است، رعایت اصول ایمنی باید با دقت بیشتری دنبال شود. رئیس مرکز سلامت محیط و کار وزارت بهداشت از شهروندان خواست در زمان شدت تابش از سایه استفاده کنند و افزود: هرچند مکان‌هایی مانند درختان، چترها و سایبان‌ها تا حدی از تابش مستقیم جلوگیری می‌کنند، اما این فضاها حفاظت کامل در برابر UV ایجاد نمی‌کنند و افراد همچنان ممکن است در معرض پرتوهای پراکنده و بازتابی قرار بگیرند. فرهادی، پوشیدن وسایل حفاظتی را نیز از دیگر راهکارهای ضروری دانست و اظهار کرد: استفاده از کلاه لبه‌پهن می‌تواند از چشم‌ها، گوش‌ها، صورت و پشت گردن محافظت کند. همچنین لباس‌های کیپ‌بافته و عینک آفتابی استاندارد با قابلیت حفاظت در برابر UV-A و UV-B نقش مهمی در کاهش آسیب‌های چشمی و پوستی دارند. او درباره استفاده از کرم‌های ضدآفتاب نیز گفت: برای نواحی از پوست که با لباس پوشانده نمی‌شوند، باید از کرم ضدآفتاب با طیف گسترده و حداقل SPF ۳۰ استفاده شود. این کرم‌ها نباید به‌عنوان ابزاری برای افزایش مدت قرار گرفتن در آفتاب تلقی شوند، زیرا هرچند می‌توانند شروع آفتاب‌سوختگی را به تأخیر بیندازند، اما قادر به مسدود کردن کامل اشعه UV نیستند. به گفته فرهادی، ضدآفتاب باید به مقدار کافی استفاده و هر دو ساعت یک‌بار، به‌ویژه پس از تعریق، شنا، بازی یا ورزش در فضای باز، تمدید شود.

خشکی چشم دیجیتال چیست؟

یک متخصص چشم پزشکی با بیان اینکه استفاده طولانی‌مدت از صفحات مجازی می‌تواند سبب خشکی چشم دیجیتال شود، گفت: تمام علائم خشکی چشم به دلیل نگاه کردن به صفحات مجازی نیست؛ عواملی مانند افزایش سن، استفاده از برخی داروها و التهاب لبه پلک نیز جزو عوامل اثرگذار هستند. دکتر آیدین مشکسار درباره علائم خشکی چشم دیجیتال اظهار کرد: روزانه مدت زمان زیادی را صرف نگاه کردن به گوشی، تبلت، تلویزیون و مانیتور کامپیوتر می‌کنیم؛ این در حالی است که استفاده طولانی‌مدت از صفحات مجازی می‌تواند سبب خشکی چشم دیجیتال شود. حدود ۱۵ تا ۲۰ بار در هر دقیقه پلک می‌زنیم؛ یک لایه از اشک بر سطح چشم با هر بار پلک زدن کشیده می‌شود که به سلامت چشم و داشتن دید شفاف کمک می‌کند. او درباره تاثیر نگاه‌کردن به صفحات مجازی بر پلک زدن توضیح داد: هنگامی که به صفحات مجازی نگاه می‌کنیم، تعداد پلک زدن‌ها به ۵ تا ۷ بار در دقیقه کاهش می‌یابد. نه تنها تعداد دفعات پلک زدن کاهش می‌یابد، بلکه پلک زدن به طور کامل انجام نمی‌شود. کاهش دفعات پلک زدن و کامل نبودن این عمل سبب می‌شود که لایه اشک روی چشم با سرعت بیشتری تبخیر شود و علائم خشکی چشم را ایجاد کند.

کوتاه

مصرف میوه و سبزیجات

یک فوق تخصص بیماری‌های گوارشی و کبد بزرگسالان بر ضرورت رعایت نکاتی در مصرف میوه و سبزیجات تاکید کرد. دکتر کامران باقری لنکرانی درباره مصرف میوه و سبزیجات در فصل تابستان اظهار کرد: مصرف میوه و سبزیجات در فصل تابستان نه تنها مفرح است، بلکه همیشه به آن توصیه هم می‌شود. البته هرچند میوه و سبزیجات در کشور موجود است اما به دلیل هزینه‌ها و فرهنگ مصرف با مشکلاتی مواجه هستیم. او با بیان اینکه آماده‌سازی میوه و سبزیجات حائز اهمیت است، افزود: به طور مثال، کاهو از سبزیجاتی است که قیمت مناسبی دارد و همچنین می‌بایست با دقت بیشتری نسبت به آماده‌سازی این سبزی اقدام کرد. اگر برگ‌های کاهو جدا نشوند، این احتمال وجود دارد که آلودگی در میان برگ‌ها باقی بماند. این عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی شیراز درباره ضدعفونی‌کردن میوه و سبزیجات گفت: پیش از ضدعفونی کردن میوه و سبزیجات، خاک و آلودگی‌هایی از این دست می‌بایست برطرف شوند. همچنین به منظور انگل‌زدایی توصیه می‌شود که چند قطره مایع ظرفشویی را به یک لیتر آب اضافه کرد؛ سپس، میوه و سبزیجات را چند دقیقه در آن قرارداد. در نهایت، میوه و سبزیجات را به منظور از بین بردن باکتری‌ها در یک لیتر آب که به آن سرکه یا نمک اضافه شده، غوطه‌ور کرد. لنکرانی با بیان اینکه ضدعفونی‌کردن میوه و سبزیجات حائز اهمیت است، توضیح داد: مصرف میوه و سبزیجات، مفید است و نباید با بی‌دقتی انجام شود. مصرف این مواد غذایی مفید نباید با بی‌دقتی انجام شود که خود به عامل بیماری‌زا تبدیل شوند. مصرف میوه، سبزیجات و کاهو برای سلامتی مفید است اما رعایت نکات مصرف ضرورت دارد.

احتیاط‌هایی درباره مصرف سویا

سویا یکی از منابع غنی پروتئین گیاهی است که در بسیاری از رژیم‌های غذایی وگان مورد استفاده قرار می‌گیرد. سویا سرشار از پروتئین، فیبر، چربی‌های سالم، ویتامین‌ها و مواد معدنی است. در ۱۰۰ گرم سویا حدود ۳۶ گرم پروتئین، ۹ گرم فیبر، ۱۲ گرم چربی (شامل اسیدهای چرب امگا-۳ و امگا-۶) و مقادیر بالایی از آهن، منگنز، فسفر، ویتامین K و فولات وجود دارد. این ترکیب تغذیه‌ای، سویا را به منبعی مناسب برای گیاه‌خواران و وگان‌ها تبدیل می‌کند. مصرف انواع مختلف سویا به ویژه محصولات تخمیر شده آن، می‌تواند فواید بیشتری برای سلامتی داشته باشد. به گزارش «هلث لاین»، با این حال مصرف متعادل و توجه به موارد احتیاط در مصرف، می‌تواند از بروز عوارض جانبی احتمالی جلوگیری کند. ۱. مصرف سویا باید در حد متعادل باشد. مصرف ۲۵ تا ۵۰ گرم سویا در روز برای بهره‌مندی از خواص آن توصیه می‌شود. ۲. در افرادی که دچار کمبود ید هستند، مصرف زیاد سویا ممکن است بر عملکرد تیروئید تأثیر بگذارد. ۳. تخمیر سویا (مانند تهیه محصولات آن شامل تمپه و «میسو») می‌تواند هضم و جذب مواد مغذی آن را بهبود بخشد. میسو یا «خمیر سویا» یک نوع ماده غذایی است که از تخمیر غلات به دست می‌آید. ۴. برخی افراد ممکن است به سویا حساسیت داشته باشند و باید از مصرف آن خودداری کنند.

نقش سابقه خانوادگی در بروز آسم

فوق تخصص ایمونولوژی و آلرژی، بر نقش تعیین‌کننده سابقه خانوادگی در بروز و تداوم آسم، تأکید کرد. ملیکا زارعی ثانی گفت: یکی از معیارهای مهم در ارزیابی احتمال تداوم آسم از دوران کودکی تا بزرگسالی، وجود سابقه آسم در والدین و ابتلای کودک به بیماری‌های آلرژیک پوستی مانند اگزما و درماتیت است. وی افزود: در صورتی که این عوامل در کنار یکدیگر وجود داشته باشند، احتمال تداوم آسم در سال‌های بعدی زندگی بسیار بالا خواهد بود. در مقابل، اگر کودک تنها دچار حملات گذرای خس خس سینه باشد و سابقه خانوادگی آلرژی وجود نداشته باشد، احتمال محدود ماندن علائم به دوران کودکی بیشتر است. زارعی ثانی با اشاره به اهمیت تشخیص به موقع بیماری گفت: پزشکان با بررسی مجموعه‌ای از شاخص‌ها و امتیازدهی به عوامل خطر، می‌توانند احتمال ادامه آسم در آینده را پیش‌بینی کرده و توصیه‌های لازم را به خانواده‌ها ارائه دهند. وی با بیان اینکه بیماری‌های آلرژیک معمولاً زمینه خانوادگی دارند، اظهار کرد: در بسیاری از خانواده‌ها، آلرژی به شکل‌های مختلف از جمله آسم، آلرژی بینی و اگزمای پوستی در اعضای خانواده مشاهده می‌شود و همین موضوع نشان‌دهنده نقش عوامل ژنتیکی در بروز این بیماری‌ها است. فوق تخصص ایمونولوژی و آلرژی با اشاره به مفهوم «رژه آلرژیک» گفت: روند بروز بیماری‌های آلرژیک در بسیاری از کودکان از ماه‌های نخست زندگی آغاز می‌شود و به صورت زنجیره‌ای ادامه پیدا می‌کند. وی توضیح داد: آلرژی غذایی، کهیر و مشکلات گوارشی ممکن است نخستین نشانه‌های آلرژی در شیرخواران باشد. در ادامه، کودک ممکن است در سال‌های بعد دچار علائم آلرژی بینی و سپس نشانه‌های آسم شود. زارعی ثانی افزود: شناسایی زودهنگام این روند می‌تواند به پیشگیری از پیشرفت بیماری کمک کند، زیرا التهاب در بخش‌های مختلف دستگاه تنفسی به یکدیگر مرتبط است و بروز علائم آلرژی در بینی می‌تواند هشداری برای درگیری راه‌های هوایی تحتانی در آینده باشد. وی در تشریح عوامل محیطی مؤثر بر بروز آلرژی به «فرضیه بهداشت» اشاره کرد و گفت: کودکانی که از بدو تولد در محیط‌های طبیعی، روستاها و در مجاورت حیوانات زندگی می‌کنند، بیشتر در معرض میکروب‌ها قرار می‌گیرند و این موضوع می‌تواند مسیر تکامل سیستم ایمنی را به گونه‌ای هدایت کند که احتمال ابتلا به بیماری‌های آلرژیک کاهش یابد. این فوق تخصص آلرژی افزود: در مقابل، زندگی شهری، افزایش آلودگی هوا و تغییرات اقلیمی موجب افزایش مواجهه با آلرژن‌ها شده و زمینه بروز آلرژی را بیشتر می‌کند. وی خاطرنشان کرد: قرارگرفتن نوزاد در معرض حیوانات خانگی در ماه‌های نخست زندگی ممکن است به ایجاد تحمل ایمنی کمک کند، اما ورود حیوان خانگی به محیط زندگی کودک در سنین بالاتر می‌تواند خطر بروز یا تشدید آسم را افزایش دهد. زارعی ثانی، درباره آلرژی‌های ناشی از محیط کار نیز گفت: در مواردی که فرد به دلیل شرایط شغلی در معرض مواد آلرژی‌زا قرار دارد، در صورت امکان تغییر شغل بهترین راهکار است، اما در غیر این صورت استفاده از ماسک، رعایت اصول بهداشت فردی، استحمام پس از پایان کار و بهبود تهویه محیط می‌تواند به کاهش علائم کمک کند.

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

برابر رای صادره بشماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۹۰۰۱۳۶۵ به تاریخ ۱۴۰۵/۰۲/۲۱ هیات موضوع قانون تعیین و تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسلامشهر تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی خانم احترام زارعی فرزند عباس ش ش ۶ صادره از اسلامشهر با کد ملی ۵۵۶۹۹۲۴۹۴۹ و با پلاک ثبتی جدید ۶۱۵۳ فرعی از ۴۳ اصلی و در قسمتی از پلاک ۰ فرعی از ۴۳ اصلی به مساحت ۱۶۴/۷۵ متر مربع و به صورت ششدانگ عرصه و اعیان یک باب ساختمان واقع در بخش ۱۲ تهران و در حوزه ثبتی اسلامشهر تایید رای خود را با حدود مشخص صادر مینماید. و در قریه اراضی ضیا آباد اسلامشهر و خریداری از مالکیت رسمی طبق ملاحظه نقشه ملک و گزارش منتخب پاسخ وضعیت ثبتی و حکایت از مالکیت دارد محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود و در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشد می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک اسلامشهر تسلیم نموده و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ انتشار اعتراض دادخواست خود را به تاریخ انتشار مراجع قضایی تقدیم و یا عدم گواهی تقدیم دادخواست را طبق مقررات سند مالکیت متقاضی صادر خواهد شد.

انتشار نوبت اول ۱۴۰۵/۰۳/۱۹
انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۴/۰۶

سجاد ایزدی - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسلامشهر
از طرف حسن رستمیان طبری ۱۸۲۰

۱۶۲/ م الف

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

برابر رای صادره بشماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۱۰۵۹۰۰۱۳۶۸/۱۴۰۴/۷۹۸ به تاریخ ۱۴۰۵/۰۲/۲۱ هیات موضوع قانون تعیین و تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسلامشهر تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی آقای ابراهیم زارعی علی آبادی فرزند عباس ش ش ۲۴۲۱ صادره از قم با کد ملی ۰۳۸۱۳۸۰۳۱۹ و با پلاک ثبتی جدید ۶۱۵۰ فرعی از ۴۳ اصلی و در قسمتی از پلاک ۰ فرعی از ۴۳ اصلی به مساحت ۷۷۸/۳ متر مربع و به صورت ششدانگ عرصه و اعیان یک باب ساختمان واقع در بخش ۱۲ تهران و در حوزه ثبتی اسلامشهر تایید رای خود را با حدود مشخص صادر مینماید. و در قریه اراضی ضیا آباد اسلامشهر و خریداری از مالکیت رسمی با ملاحضه نقشه ملک و گزارش کارشناس منتخب پاسخ وضعیت ثبتی و حکایت تصرفات مالک مشخص شد مالکیین اصلی هستند محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی میشود و در صورتی که اشخاص نسبت به صدور سند مالکیت متقاضی اعتراضی داشته باشد می توانند از تاریخ انتشار اولین آگهی به مدت دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت اسناد و املاک اسلامشهر تسلیم نموده و پس از اخذ رسید ظرف مدت یک ماه از تاریخ انتشار اعتراض دادخواست خود را به تاریخ انتشار مراجع قضایی تقدیم و یا عدم گواهی تقدیم دادخواست را طبق مقررات سند مالکیت متقاضی صادر خواهد شد.

انتشار نوبت اول ۱۴۰۵/۰۳/۱۹
انتشار نوبت دوم ۱۴۰۵/۰۴/۰۶

سجاد ایزدی - رئیس واحد ثبتی حوزه ثبت ملک اسلامشهر
از طرف حسن رستمیان طبری ۱۸۲۱

۱۶۱/ م الف

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی حوزه ثبتی نوشهر

نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰/۰۹/۲۰، املاک متقاضیانی که در هیات موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی نوشهر مورد رسیدگی و تصرفات مالکانه و بلا معارض آنان محرز و رای لازم صادر گردیده جهت اطلاع عموم به شرح ذیل آگهی می گردد:

املاک متقاضی واقع در قریه کهنه سرا پلاک ۱۵ اصلی بخش ۳ قشلاقی کلاسه ۱۴۰۴/۱۷۳۴

رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۱۰۰۰۷۰۰۹۳۷۴ پلاک ۶۷۳ فرعی خانم شیرین احد زاده فرزند حسن نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین با بنای احداثی (کاربری مختلط) به مساحت ۳۷۴/۵۲ متر مربع خریداری بدون واسطه/ با واسطه از رمضانعلی بالی کهنه سرا .لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آئین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق این روزنامه محلی / کثیر الانتشار در شهرها منتشر و در روستاها علاوه بر انتشار آگهی رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند باید از تاریخ انتشار اولین آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دو ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند. معترض باید ظرف یک ماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نماید و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهد که در این صورت اقدامات ثبت موکول به ارائه حکم قطعی دادگاه است و در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نکند، اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت می نماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست./ م الف: ۲۲۰۳۰۵۷

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۳/۲۳
تاریخ انتشار نوبت دوم : ۱۴۰۵/۰۴/۰۶

علی اکبر مقدسی فر
رئیس اداره ثبت اسناد و املاک نوشهر ۱۸۹۲