

فنجان قهوه مقصر اصلی نوسان فشارخون است؟

بررسی شواهد بالینی و فیزیولوژیک درباره محبوب‌ترین نوشیدنی جهان



فاطمه ملک‌زاده | روزنامه‌نگار

پیوند روزمره میلیون‌ها انسان با فنجان صبحگاهی قهوه، این پرسش بنیادین پزشکی را پیش کشیده است که آیا کافئین واقعاً عامل محرک بیماری‌های قلبی-عروقی است؟ یافته‌های بالینی حاکی از آن است که پاسخ به این معما نه یک حکم قطعی، بلکه تابعی از سازوکار گیرنده‌های عروقی و تفاوت‌های ژنتیکی در افراد است.

واکنش ۳۰ دقیقه‌ای؛ عروق خونی چگونه غافلگیر می‌شوند؟

کافئین پس از ورود به جریان خون، از سد خونی-مغزی عبور کرده و فعالیت سیستم عصبی مرکزی را تشدید می‌بخشد. مکانیسم اصلی این اثرگذاری به مولکول «آدنوزین» مربوط است؛ ماده‌ای طبیعی در بدن که وظیفه گشاد کردن رگ‌ها و القای آرامش را دارد. کافئین با مسدود کردن رقابتی گیرنده‌های آدنوزین و تحریک هم‌زمان ترشح هورمون‌های استرس نظیر آدرنالین، مانع از اتساع طبیعی عروق می‌شود.

بر پایه مطالعات بالینی، جهش فشار خون معمولاً بین ۳۰ دقیقه تا دو ساعت پس از نوشیدن قهوه اوج می‌گیرد. با این حال، شدت این نوسان در همه مصرف‌کنندگان یکدست نیست؛ کسانی که به‌طور پیوسته قهوه می‌نوشند نوعی «سازگاری متابولیک» را تجربه می‌کنند، در حالی که مصرف‌کنندگان تفننی ممکن است بلافاصله شاهد صعود ناگهانی اعداد فشار سنج باشند.

تفکیک وضعیت بالینی؛ از فشار خون بالا تا افت ناگهانی فشار

بررسی آماری الگوهای زیستی نشان می‌دهد که قهوه رفتار متفاوتی در برابر پیش‌زمینه‌های بیماری از خود نشان می‌دهد:

فشار خون بالا | اگرچه کافئین ممکن است جهش موقت ایجاد کند، اما شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که این جهش گذرا الزاماً به هایپرتنشن مزمن در بلندمدت ختم نمی‌شود. افراد مبتلا، به‌ویژه در موارد کنترل نشده، نیازمند پایش اختصاصی اثر فنجان قهوه بر ضربان و فشار خود هستند.

فشار خون پایین | تکیه بر اثر محرک قهوه برای جبران افت فشار، یک خطای درمانی رایج است. افت فشار غالباً ناشی از کم‌آبی، اختلالات الکترولیتی یا بیماری‌های زمینه‌ای است؛ محرک موقتی مانند کافئین هرگز جایگزین ریشه‌یابی و مداخله بالینی نخواهد شد.

آیا اسپرسو خطرناک‌تر از قهوه دمی است؟

یکی از چالش‌های پربسامد در ژورنالیسم سلامت، مقایسه روش‌های عصاره‌گیری است. غلظت کافئین در هر میلی‌لیتر اسپرسو به مراتب بیشتر از قهوه دمی است، اما متغیر کلیدی در ایجاد بار قلبی-عروقی، «حجم نهایی کافئین دریافتی» است نه صرفاً غلظت ظاهری. یک شات استاندارد اسپرسو (حدود ۳۰ میلی‌لیتر) اغلب کافئینی معادل یا حتی کمتر از یک ماگ بزرگ قهوه دمی دارد؛ بنابراین سنجش ریسک باید بر مبنای میلی‌گرم ماده مؤثره ارزیابی شود.

سقف مجاز مصرف روزانه برای یک فرد بزرگسال و سالم معمولاً ۴۰۰ میلی‌گرم کافئین برآورد می‌شود. با وجود این، فاکتورهایی نظیر سرعت متابولیسم کبدی، نوع دانه قهوه و وجود منابع پنهان دیگر (مانند چای و شکلات)، این مرز ایمن را به متغیری فردی بدل می‌سازد.

رویکرد مدرن پزشکی دیگر قهوه را به‌صورت صفر و صدی ممنوع یا تجویز نمی‌کند. برای مصرف‌کنندگان، ایمن‌ترین مسیر مبتنی بر «خودپایشی عینی» است: اندازه‌گیری فشار خون پیش از مصرف و تکرار آن یک ساعت پس از نوشیدن فنجان قهوه، الگوی پاسخ اختصاصی بدن را آشکار می‌سازد. اگر با مصرف قهوه نشانه‌هایی چون تپش نامنظم قلب، سرگیجه یا فرش محسوس ارقام پدیدار شود، پیش از تغییر خودسرانه دوز، تنظیم دقیق برنامه دارویی و غذایی با متخصص قلب و عروق ضرورت قطعی خواهد داشت.

ترفند

چگونه قابلمه‌های آلومینیومی کدر را بدون مواد شیمیایی برق بیندازیم؟

تا حالا به قابلمه‌های آلومینیومی قدیمی‌تان نگاه کرده‌اید و با خودتان گفته‌اید کاش دوباره مثل روز اول براق و تمیز می‌شدند؟ اسیدهای ملایم موجود در پوست سیب یک لکه‌بر و براق‌کننده طبیعی فوق‌العاده برای ظروف آلومینیومی هستند. برای استفاده از این ترفند جادویی و بی‌دردسر، کافی است چند قدم ساده زیر را دنبال کنید:

ذخیره پوست سیب | پوست سیب‌های تازه را جمع کنید.



آماده‌سازی قابلمه | پوست‌ها را داخل قابلمه کدر و تیره شده بریزید و تا نیمه از آب پر کنید.

جوشاندن جادویی | قابلمه را روی شعله قرار دهید و اجازه دهید پوست سیب‌ها به مدت ۳۰ دقیقه ملایم بجوشند.

شست‌وشوی نهایی | پس از سرد شدن، قابلمه را با یک اسفنج نرم و مایع ظرفشویی بشویید تا از درخشش آن شگفت‌زده شوید. این ترفند ارگانیک، بدون بو و کاملاً بی‌خطر است و به ظرفتان آسیب نمی‌زند.

تازه‌ها

نقش اثبات‌شده سنجد در بازسازی بافت‌ها و جوانسازی پوست

پژوهش‌های نوین در حوزه‌های تغذیه و پزشکی سنتی نشان می‌دهند که میوه سنجد به دلیل برخورداری از ترکیبات زیست‌فعال، کلسیم، ویتامین C و آنتی‌اکسیدان‌های قوی، نقشی کلیدی در تقویت ساختار استخوانی، جلوگیری از تحلیل عضلات و جوانسازی پوست ایفا می‌کند؛ مزیتی که به‌ویژه برای زنان بالای ۴۰ سال حائز اهمیت است.



براساس این مطالعات، سنجد به عنوان یک مکمل طبیعی اثرات مفیدی در دهه‌های مختلف زندگی دارد. از سن ۲۰ سالگی به بعد، کلسیم و املاح معدنی فراوان موجود در آن به افزایش تراکم استخوان و پیشگیری از پوکی استخوان یاری می‌رساند. با ورود به دهه چهارم زندگی و از سن ۳۰ سالگی، به ترکیبات ضدالتهابی و مغذی این میوه به مقابله با کاهش تدریجی توده عضلانی (سارکوپنی) و بازسازی فیبرهای ماهیچه‌ای کمک می‌کند. همچنین در آستانه ۵۰ سالگی، ویتامین C و آنتی‌اکسیدان‌های موجود در سنجد با تحریک ساخت کلاژن، موجبات نوسازی و جوانسازی بافت پوست را فراهم می‌آورند.

متخصصان تغذیه توصیه می‌کنند برای بهره‌مندی حداکثری از خواص این خوراکی، پودر کامل سنجد (شامل پوست، گوشت و هسته) در رژیم غذایی روزانه گنجانده شود.

داده تصویری

خوردن میوه بهتر است یا آب میوه؟



اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۰۱۲۲۰۵ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حسن رحمانی اسدآبادی فرزند رجب به شماره شناسنامه ۱۲ صادره از تربت حیدریه در شندانگ یک قطعه زمین مزروعی دیمه زار به مساحت ۹۷۸۱/۴۹ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۷۵ اصلی واقع در اراضی اسد آباد دهستان اربعه در خراسان رضوی بخش پنج حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای سید حسین موسوی شور بیگی 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 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: ۱۴۰۵/۰۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۹/۰۲
سیدامین موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک
۲۱۹۱۰۱

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

برابررای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۲۷۱۰۱۰۵۷۴ – ۱۴۰۵/۰۸/۰۷ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای محمدرضا ربانی جوادی فرزند غلام حسین نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱۴۸۱۷ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۴ فرعی از ۹۱- اصلی واقع در اراضی مهدی آباد خراسان رضوی بخش حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت نظام الدین رحمانی (مالک ثبتی فوت نموده و ورثه وی مورد تقاضا را با مبایعه نامه عادی متقاضی واگذار نموده اند) محرزگردیده 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، 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. م الف ۱۰۶۲۵
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
امید خیرخواه– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد
۲۱۸۸۵۴

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۵۹۹۴ مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۹ هیات اول / دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/ خانم ابراهیم ناطق فرزند حسین بشماره شناسنامه ۳۱۱۹ صادره از مشهد در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی با کاربری کشاورزی به مساحت ۱۱۲۸.۳۲ متر مربع قسمتی از پلاک ۳۹۹ فرعی از ۱ اصلی واقع در اراضی بحرآباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از محل مالکیت مشاعی متقاضی محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۶۲۵
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
بشیر پاشائی–رئیس ثبت اسناد واملاک
۲۱۸۸۵۲

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۴۶۰۳۰۶۰۰۶۰۲۲۰۹۸ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند و رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی اکبر بختیاری فرزند رضا به شماره شناسنامه ۱۳ صادره از تربت حیدریه در شندانگ یکباب ساختمان دامداری به مساحت ۱۹۱۳/۷۵ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۷۶۷ فرعی از ۴ اصلی واقع در اراضی بیستقفیزن دهستان اربعه در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی خانم زهرا بیک احدی از ورثه حسن بیک محرزگردیده 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 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: ۱۴۰۵/۰۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۹/۰۲
سیدامین موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک
۲۱۹۱۰۷

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۶۳۶۸ مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۳ هیات اول /دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/ خانم علی رمضانی نژادروئین فرزند زین العابدین بشماره شناسنامه ۱۱ صادره از اسفراین در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی محصور با کاربری کشاورزی به مساحت ۲۲۵۳.۱۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۴۷ اصلی واقع در اراضی فریزی خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای/ خانم ابراهیم غلامی محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۶۳۱
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
بشیر پاشائی–رئیس ثبت اسناد واملاک
۲۱۸۸۳۴

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۵۹۳۷ مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۳ هیات اول /دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای /خانم ربابه ارباب فرزند محمدرضا بشماره شناسنامه ۷۰۰ صادره از مشهد در ششدانگ یک قطعه زمین محصور با کاربری کشاورزی به مساحت ۸۰۹.۵۷ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۳۳ اصلی واقع در اراضی مسگران خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای /خانم محمد رضا اربابی محرزگردیده 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، 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. م الف ۱۰۶۳۳
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
بشیر پاشائی–رئیس ثبت اسناد واملاک
۲۱۸۸۲۹

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه
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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۰۱۲۲۲۹ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تربت حیدریه تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای حسن رحمانی اسدآبادی فرزند رجب به شماره شناسنامه ۱۲ صادره از تربت حیدریه در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی دیمه زار به مساحت ۲۵۳۸۱ متر مربع (که مقدار ۴۲۵ متر مربع آن در بستر و مساحت ۹۹۶/۹۰ متر مربع در حریم کال قرار دارد) در قسمتی از پلاک شماره ۷۵ اصلی واقع در اراضی اسد آباد دهستان رخ در خراسان رضوی بخش پنج حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای سید حسین موسوی شوربیگی محرزگردیده 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. 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: ۱۴۰۵/۰۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۹/۰۲
سیدامین موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک
۲۱۹۱۰۴

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۲۶۷۰۰۴۰۴۷ مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۳۱ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم طاهره ملائی فرزند علی اصغر بشماره شناسنامه ۳۵ در ۲۵۴۷/۵۲ سهم مشاع از ۲۰۳۸۰ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۰۳۸۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۵۹ اصلی واقع در اراضی سلطان آباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار از محل مالکیت مرحوم غلامعباس یزدانی (سهم الارث متقاضی) محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۶۲۹
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
بشیر پاشائی–رئیس ثبت اسناد واملاک
۲۱۸۸۴۵

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۶۳۷۷ مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۳ هیات اول /دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای /خانم سید حسن علی نصیریان فرزند سید ناصر بشماره شناسنامه ۲۲۶ صادره از فریمان در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی با کاربری کشاورزی به مساحت ۹۸۹۵.۳۹ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۲ اصلی واقع در اراضی سید اباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای /خانم رضا قربانی محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۶۲۷
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
بشیر پاشائی–رئیس ثبت اسناد واملاک
۲۱۸۸۴۹

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۴۰۰۶۳۶۸ مورخ ۱۴۰۵/۰۸/۰۳ هیات اول /دوم موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای/ خانم علی رمضانی نژادروئین فرزند زین العابدین بشماره شناسنامه ۱۱ صادره از اسفراین در ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی محصور با کاربری کشاورزی به مساحت ۲۲۵۳.۱۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۴۷ اصلی واقع در اراضی فریزی خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه دو خریداری از مالک رسمی آقای/ خانم ابراهیم غلامی محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۶۳۵
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۹/۱
امید خیرخواه– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد
۲۱۸۸۲۴

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۲۶۷۰۰۳۷۴۰ مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۲۷ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فهیمه یزدانی فرزند غلامعباس بشماره شناسنامه ۱۷۲۰۶ در ۲۲۶۳/۳۴ سهم مشاع از ۲۳۲۸۰ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۳۲۸۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۵۹ اصلی واقع در اراضی سلطان آباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار از محل مالکیت مرحوم غلامعباس یزدانی (سهم الارث متقاضی) محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۳۶۵
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۷/۲۹ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۸/۱۶
حمید رضا افشار– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۴ مشهد
۲۱۶۰۰۹

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۲۶۷۰۰۴۰۴۷ مورخ ۱۴۰۵/۰۴/۳۱ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم طاهره ملائی فرزند علی اصغر بشماره شناسنامه ۳۵ در ۲۵۴۷/۵۲ سهم مشاع از ۲۰۳۸۰ سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۰۳۸۰ متر مربع قسمتی از پلاک ۱۵۹ اصلی واقع در اراضی سلطان آباد خراسان رضوی بخش ۱۰ حوزه ثبت ملک مشهد ناحیه چهار از محل مالکیت مرحوم غلامعباس یزدانی (سهم الارث متقاضی) محرزگردیده 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 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. م الف ۱۰۳۶۹
تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۷/۲۹ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۸/۱۶
حمید رضا افشار– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۴ مشهد
۲۱۶۰۲۵

خراسان KHORASANET
خراسانِت سامانه ثبت آگهی های آنلاین