ناخن جویدن؛ عادت کوچک یا زنگ خطر پنهان؟



جویدن ناخن در کودکان و بزرگسالان می‌تواند از تنش یا بی‌حوصلگی اثر بگیرد، اما به‌تنهایی نشانه بیماری روانی یا کمبود ویتامین نیست



فاطمه ملک‌زاده | روزنامه‌نگار

ناخن‌جویدن رفتاری تکراری است که گاهی بی‌آن‌که فرد متوجه شود، در موقعیت‌های اضطراب‌آور یا هنگام بی‌حوصلگی بروز می‌کند. شناخت محرک‌ها و جایگزینی رفتار، معمولاً از سرزنش و تکیه بر اراده تنها راهگشا تر است.

رفتاری که با اضطراب یکی نیست

در پزشکی به جویدن مکرر ناخن «اونیکوفاژیا» گفته می‌شود. این رفتار در کودکی و نوجوانی شایع است و ممکن است با افزایش سن کاهش یابد؛ با این حال، در برخی افراد تا بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. استرس، ناکامی، تنهایی و بی‌تحرکی می‌توانند محرک باشند، اما ناخن‌جویدن به‌خودی‌خود تشخیص اضطراب، وسواس فکری-عملی یا اختلال نقص توجه نیست. چنین تشخیصی فقط با ارزیابی متخصص و بررسی مجموعه علایم ممکن است. گاهی فرد در لحظه‌های معینی ــ مثلاً هنگام درس‌خواندن، تماشای صفحه‌نمایش یا انتظار ــ دستش را ناخودآگاه به دهان می‌برد. ثبت زمان و موقعیت رفتار کمک می‌کند الگوی آن روشن شود. ادعای این‌که کمبود آهن، ویتامین ب۱۲، بیوتین یا زینک علت معمول این عادت است نیز پشتوانه کافی ندارد؛ مکمل‌ها نباید بدون ارزیابی و نظر پزشک مصرف شوند.

از پوست زخمی تا فشار بر دندان

جویدن مداوم می‌تواند لبه ناخن و پوست اطراف آن را زخمی کند و راه را برای التهاب یا عفونت موضعی باز بگذارد. آسیب بستر ناخن، ترک یا ساییدگی دندان و فشار بر مفصل فک هم از پیامدهای محتمل رفتار شدید و طولانی‌مدت‌اند. پژوهش‌ها همچنین به پیامدهای پزشکی مانند آسیب بستر ناخن و اختلال مفصل فکی-گیجگاهی اشاره کرده‌اند؛ شدت خطر برای همه یکسان نیست و نباید هر مورد ناخن‌جویدن را بیماری جدی تلقی کرد. در عین حال، احساس شرم‌دادن یا تنبیه فرد می‌تواند فشار روانی را بیشتر کند، بی‌آن‌که علت رفتار را برطرف سازد، به‌ویژه در کودکان، توجه به تغییرات محیطی، نگرانی‌ها و موقعیت‌هایی که رفتار را تشدید می‌کنند، از برچسب‌زدن مؤثرتر است.

چه چیزی به ترک عادت کمک می‌کند؟

در مان رفتاری معمولاً با آگاه‌شدن از لحظه آغاز رفتار شروع می‌شود: فرد نشانه‌های پیش از جویدن را شناسایی می‌کند و همان زمان پاسخ ناسازگاری مانند مشت کردن آرام دست، گرفتن مداد یا فشردن توپ نرم را جایگزین می‌کند. این رویکرد که «وارونه‌سازی عادت» نام دارد، در کارآزمایی تصادفی کودکان و نوجوانان درشیراز بررسی شده است؛ در آن، آگاهی از رفتار، پاسخ جایگزین و حمایت اطرافیان در برنامه درمانی گنجانده شد. کوتاه‌وصاف نگه‌داشتن ناخن‌ها، استفاده از مرطوب‌کننده برای پوست آسیب‌دیده و به‌کارگیری لاک تلخ مناسب می‌تواند برای بعضی افراد نقش یادآور داشته باشد؛ این روش‌ها جایگزین رسیدگی به محرک اصلی نیستند. ثبت موقعیت‌ها، آماده‌کردن وسیله‌ای برای مشغول کردن دست‌ها و پاداش‌دادن به پیشرفت‌های کوچک، برنامه‌راعملی‌ترمی‌کند. داروی اختصاصی و تضمین‌شده‌ای برای ترک این عادت وجود ندارد و شواهد دارویی محدود است؛ بنابراین مصرف خودسرانه دارو یا مکمل توصیه نمی‌شود.

برای کودک، سرزنش راه‌حل نیست

اگر رفتار کودک دیده می‌شود، آرام و بدون تحقیر درباره زمان‌هایی که ناخن می‌جود گفت‌وگو کنید، محرک‌های احتمالی را کاهش دهید و به‌جای تذکرهای مکرر، رفتار جایگزین را تمرین کنید. برای بزرگسال نیز همین اصل برقرار است: هدف، فهمیدن کارکرد عادت و ساختن پاسخ تازه است، نه مقصردانستن خود. در صورت زخم، قرمزی، تورم، درد یا چرک اطراف ناخن، ارزیابی پزشکی لازم است. اگر جویدن شدید، مداوم یا همراه با رنج قابل‌توجه است، یا فرد بارها برای توقف تلاش کرده و موفق نشده، مشورت با پزشک یا روان‌شناس می‌تواند به بررسی علت‌ها و انتخاب درمان مناسب کمک کند. ناخن‌جویدن همیشه زنگ خطر نیست؛ اما وقتی آسیب می‌زند، سزاوار توجه و حمایت است.

ترفند

چگونه ظروف مسی را مثل روز اول براق کنیم؟

ظروف مسی روی میز یا دکور آشپزخانه جلوه بی‌نظیری دارند، اما کدر شدن و از دست دادن درخشش آن‌ها بعد از مدتی، کار تمیز کردنشان را به یکی از دغدغه‌های اصلی خانه‌داری تبدیل می‌کند. شاید فکر کنید برای برق انداختن مس به پولیش‌های گران‌قیمت یا مواد شیمیایی سخت نیاز دارید، اما راز داشتن ظروف مسیِ آینه‌ای و درخشان، درست در کابینت آشپزخانه شما و در یک بطری سس کچاپ پنهان است!

شاید عجیب به نظر برسد، اما اسید طبیعی موجود در گوجه‌فرنگی به همراه سرکه و نمک موجود در سس کچاپ، کدرها و لکه‌های اکسید شده مس را به راحتی حل می‌کند. برای این کار کافی است ترفند زیر را امتحان کنید:

لایه‌گذاری سس | مقداری از سس کچاپ را روی تمام سطح کدر و لکه‌دار ظرف مسی بمالید و مطمئن شوید همه قسمت‌ها با یک لایه نازک پوشانده شده‌اند.

زمان استراحت | اجازه دهید سس کچاپ بین ۱۰ تا ۱۵ دقیقه روی ظرف بماند تا اسید ملایم آن به عمق تیرگی‌ها نفوذ کند.

شست‌وشو و آبکشی | ظرف را با یک اسکاچ و آب ولرم ماساژ دهید تا لکه‌ها کاملاً پاک شوند، بعد آن را آبکشی کنید.

بیشتر بدانیم

دویدن سرعتی راهکاری نوین برای تقویت و رشد عضلات پا

یافته‌های جدید ورزشی نشان می‌دهند که برخلاف تصور عموم مبنی بر تضعیف عضلات توسط دویدن، تمرینات دویدن پرفشار و سرعتی می‌توانند به رشد و تقویت عضلات پایین‌تنه کمک کنند؛ رویکردی که متخصصان فیزیولوژی ورزشی آن را به‌عنوان یک مکمل مؤثر معرفی می‌کنند.

براساس این گزارش، عضله‌سازی زمانی رخ می‌دهد که ساخت پروتئین در بافت عضلانی بر روند تجزیه آن غلبه کند. در این میان، دویدن‌های سرعتی و تمرینات تناوبی با شدت بالا فشار مکانیکی قابل توجهی به عضلات چهار سر ران و همسترینگ وارد می‌کنند که این فرآیند به‌ویژه در افراد مبتدی یا تازه‌کار، محرک مناسبی برای رشد عضلانی به شمار می‌رود. در مقابل، دوهای استقامتی طولانی‌مدت و فرسایشی، به دلیل ایجاد خستگی مزمن، آسیب‌های بافتی و مصرف بالای انرژی، روند سنتز پروتئین و عضله‌سازی را با چالش جدی روبه‌رو می‌سازند.

برای بهره‌مندی از فواید عضله‌سازی دویدن، کارشناسان اجرای تمرینات تناوبی را پیشنهاد می‌کنند؛ مانند شش نوبت دویدن سریع بیست‌ثانیه‌ای که میان هر نوبت با دو دقیقه پیاده‌روی فرصت یا دویدن آرام فاصله افتاده است. دویدن سرعتی در سربالایی نیز از دیگر راهکارهای افزایش فشار استاندارد بر عضلات پایین‌تنه است. با این حال، تأکید می‌شود که دویدن به هیچ‌وجه جایگزین تمرینات مقاومتی و وزنه‌زدن نمی‌شود، بلکه در کنار تغذیه اصولی شامل پروتئین کافی، کربوهیدرات‌های پیچیده، چربی‌های سالم، هیدراته نگه‌داشتن بدن و استراحت کافی، پازل دستیابی به آمادگی جسمانی مطلوب و عضلات قوی را کامل می‌کند.

داده تصویری

وظایف حیاتی کلیه‌ها در بدن

کلیه‌ها فراتر از یک فیلتر ساده عمل می‌کنند؛ این دو عضو حیاتی با تصفیه خون، تولید ادرار و تنظیم دقیق مایعات، شبانه‌روز برای حفظ تعادل حیاتی بدن در تلاش هستند.

تصفیه خون و دفع زائدات



جداسازی آب اضافی و مواد زائد برای ساخت ادرار.

تنظیم تعادل مایعات بدن



کنترل و پایش مداوم میزان آب و مایعات بدن.

فعالیت شبانه‌روزی و مداوم



کارکرد بی وقفه برای حفظ پایداری محیط داخلی بدن.

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 و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۱۱۶۰۳ مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۵ 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/خانم زهره اکبری بدرآباد فرزند علی بشماره شناسنامه ۶۸۱۰۳ صادره از مشهد نسبت به یک سهم مشاع از نه سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۴۴۶/۹۰ متر مربع متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۵۷ اصلی واقع در اراضی روح آباد خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت حسینعلی مهذب چوبدار که برابر نامه شماره ۱۴۰۵/۱۶۷۵۲/۷۵/۳ - ۱۴۰۵/۰۷/۱۲ شرکت آب منطقه ای خراسان رضوی امور منابع آب مشهد مقدار ۲۰۶/۸ متر مربع از مورد تقاضا در حریم کمی مسیل پاوا قرار داشته و بعنوان حقوق ارتفاقی شرکت آب منطقه ای خراسان رضوی(امور منابع آب مشهد) مورد تائید بوده و 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 ۱۵۵۳۷ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۸/۲۷
امید خیرخواه– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد
۲۱۷۹۹۸

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۰۱۷۰۴۲ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نیشابور تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم اکرم ضرورت فرزند محمدتقی در ششدانگ یک قطعه باغ به مساحت ۷۵۷.۴۰ مترمربع از پلاک شماره ۳۲ اصلی واقع در بخش ۵ حوزه ثبت ملک نیشابور خریداری از مالکان رسمی آقایان ایوب خوارزمیان و حبیب اله یزدان محرز شده است. مراتب به منظور اطلاع عموم در دو روزنامه یکی روزنامه محلی و دیگری در روزنامه کثیر الانتشار و در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.
م الف ۸۶۱۷ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
محمد بیرم آبادی– رئیس ثبت اسناد و املاک نیشابور
۲۱۵۵۶۶

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 و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۱۱۶۷۵ 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 خانم عصمت روستائی فرزند محمد به شماره شناسنامه ۲۲۰ صادره از فیض آباد ششدانگ یکباب منزل به مساحت ۱۲۰/۷۵ متر مربع در قسمتی از پلاک شماره ۲۲۵ اصلی واقع در اراضی قندستان دهستان اربعه در خراسان رضوی بخش یک حوزه ثبت ملک تربت حیدریه خریداری و انتقال ملک از مالک رسمی آقای محمد بهزاد فرحی 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 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: ۱۴۰۵/۰۷/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
سیدامین موسوی – رئیس ثبت اسناد و املاک
۲۱۵۱۷۲

آگهی قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی
نظر به دستور مواد ۱ و ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مصوب ۱۳۹۰.۰۹.۲۰ و برابر رای شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۰۱۶۳۱۵ مورخ ۱۴۰۵.۰۶.۲۹ هیات تعیین تکلیف موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۳۰۸۰۰۵۳۵۳ مورخ ۱۴۰۵.۰۶.۲۹ هیات تعیین تکلیف موضوع ماده یک قانون مذکور مستقر در واحد ثبتی طرقبه شاندیز تصرفات مالکانه و بلا معارض متقاضی حسین قیاسی نوعی به شناسنامه شماره ۸ کدملی ۰۹۴۳۷۰۴۲۷۸ صادره مشهد فرزند محمد رضا مورد تقاضا و انتقال از محل مالکیت مشاعی متقاضی میباشد و تصرفات متقاضی نسبت به مالکیت ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی محصور و مشجر به مساحت ۴۴۴.۴۴ متر مربع پلاک شماره ۳۳۴ فرعی از ۲ اصلی (در راستای استاندارد سازی به پلاک ۱۱۲۳ فرعی تبدیل شده) واقع در خراسان رضوی بخش ۶ حوزه ثبت ملک طرقبه محرزگردیده است. لذا به موجب ماده ۳ قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی و ماده ۱۳ آیین نامه مربوطه این آگهی در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز از طریق این روزنامه محلی و کثیر الانتشار در شهرها منتشر و در روستاها رای هیات الصاق تا در صورتیکه اشخاص ذینفع به آرای اعلام شده اعتراض داشته باشند باید از تاریخ انتشار اولین آگهیتا 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 را 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 را ارائه نکند اداره ثبت مبادرت به صدور سند مالکیت مینماید و صدور سند مالکیت مانع از مراجعه متضرر به دادگاه نیست. م الف ۱۴۵۰۸۴۶ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵.۰۷.۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵.۰۸.۱۲
محمد رضا کمیلی پور – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک طرقبه
۲۱۵۶۶۰

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک تایباد
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۵۰۰۲۹۷۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک تایباد تصرفات مالکانه بلا معارض متقاضی خانم زهرا سالاری به شناسنامه شماره ۱۵۹ کد ملی ۰۷۶۸۹۶۸۳۶۴ صادره تایباد فرزند محمد در ششدانگ یکباب منزل مسکونی به استثنا ثمن اعیان به مساحت ۹۷.۵۰ متر مربع پلاک شماره ۲۵۸و۲۵۹ فرعی از ۲۵۰-اصلی-واقع در خراسان رضوی بخش ۱۴مشهد حوزه ثبت ملک خواف واز محل تمامی مالکیت سهم الارثی جمشید تیموری برغن آبادی ازمرحومین محمد تیموری برغن آبادی وخدیجه محمد دوست فرح آبادی ونیز تمامی مالکیت سهم الارثی ماه جان و فاطمه شهرت هر دو تیموری برغن آبادی از مرحومین محمد تیموری برغن آبادی وخدیجه محمد دوست فرح آبادی واز محل قسمتی از مالکیت رسمی و مشاعی محمد تیموری برغن آبادی وقسمتی از پلاک محرزگردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روز آگهی می‌شود در صورتی که اشخاص 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: ۱۴۰۵/۰۷/۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
هادی رضایی – رئیس ثبت اسناد و املاک تایباد
۲۱۴۶۱۹

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۰۱۶۳۱۵ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نیشابور تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای عبدالعلی رشیدآبادی فرزند علی در ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۴۴۲.۴۲ مترمربع از پلاک شماره ۲۷ فرعی از ۵۱ اصلی واقع در بخش ۱۲ حوزه ثبت ملک نیشابور خریداری از مالک رسمی تکنو صنعت محرز شده است. مراتب به منظور اطلاع عموم در دو روزنامه یکی روزنامه محلی و دیگری در روزنامه کثیر الانتشار و در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۸۳۷۱ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
محمد بیرم آبادی– رئیس ثبت اسناد و املاک نیشابور
۲۱۵۵۷۰

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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۰۱۶۳۰۷ و رای اصلاحی شماره ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۵۰۰۱۲۶۶ هیئت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک نیشابور تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای رمضانعلی آخرتیان توپکانلو فرزند فریمان در ششدانگ یک باب ساختمان به مساحت ۱۹۱.۸۸ مترمربع از پلاک شماره ۳۰۳ فرعی از ۵۰ اصلی واقع در بخش ۱۲ حوزه ثبت ملک نیشابور خریداری از مالک رسمی فریمان آخرتیان محرزشده است. مراتب به منظور اطلاع عموم در دو روزنامه یکی روزنامه محلی و دیگری در روزنامه کثیر الانتشار و در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 کنند. بدیهی است در صورت انقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد. م الف ۸۶۱۶ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
محمد بیرم آبادی– رئیس ثبت اسناد و املاک نیشابور
۲۱۵۵۷۳

اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی اداره ثبت اسناد و املاک حوزه ثبت ملک قوچان
هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۱۰۰۱۰۲۳۵ - ۱۴۰۵/۷/۱۳ هیات موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک قوچان تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم زهرا زمانی محب سراج فرزند ابوالفضل بشماره شناسنامه ۰۸۶۰۷۷۴۱۷۱ صادره از قوچان در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۵۲۹۹ مترمربع قسمتی از پلاک ۱۹۷-اصلی واقع در بخش ۲ قوچان اراضی محب سراج خریداری از مالک رسمی آقای روح اله محب سراج 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. شناسه ۲۳۰۲۹۹۸ م.الف ۷۲۰ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۷/۲۷ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲
علی سرایی رئیس ثبت اسناد واملاک قوچان
۲۱۴۹۰۱

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 و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۱۱۶۰۳ مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۰۵ 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/ خانم زهره اکبری بدرآباد فرزند علی بشماره شناسنامه ۶۸۱۰۳ صادره از مشهد نسبت به یک سهم مشاع از نه سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۲۸۷۹/۴۳ متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۵۷ اصلی واقع در اراضی روح آباد خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت حسینعلی مهذب چوبدار 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 ۱۵۵۳۵ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۰۸/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۰۸/۲۷
امید خیرخواه– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد
۲۱۷۹۹۴

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 و 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 ۱۴۰۵۶۰۳۰۶۰۰۶۱۱۶۰۳ مورخ ۱۴۰۵/۰۷/۱۵ 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/خانم زهره اکبری بدرآباد فرزند علی بشماره شناسنامه ۶۸۱۰۳ صادره از مشهد نسبت به یک سهم مشاع از نه سهم ششدانگ یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۴۴۴۶/۹۰ متر مربع متر مربع قسمتی از پلاک شماره ۵۷ اصلی واقع در اراضی روح آباد خراسان رضوی بخش ۹ حوزه ثبت ملک مشهد منطقه پنج از محل مالکیت حسینعلی مهذب چوبدار که برابر نامه شماره ۱۴۰۵/۱۶۷۵۲/۷۵/۳ - ۱۴۰۵/۰۷/۱۲ شرکت آب منطقه ای خراسان رضوی امور منابع آب مشهد مقدار ۲۰۶/۸ متر مربع از مورد تقاضا در حریم کمی مسیل پاوا قرار داشته و بعنوان حقوق ارتفاقی شرکت آب منطقه ای خراسان رضوی(امور منابع آب مشهد) مورد تائید بوده و 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 ۱۵۵۳۷ تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۵/۸/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۵/۸/۲۷
امید خیرخواه– رئیس ثبت اسناد و املاک منطقه ۵ مشهد
۲۱۷۹۹۸

افراد و ملل مختلف سلائق متفاوتی دارند، در تبلیغ به این نکته مهم توجه کنید