خراسان شمالی
روزنامه خراسان شمالی: گروه چهارم نشریات
روزنامه‌سیاسی،اقتصادی،فرهنگی،اجتماعی خراسان شمالی
شنبه ۲۹ اردیبهشت ۱۴۰۳
۹۶ ذی القعده ۱۴۴۵ . شماره ۴۰۹۹
صاحب امتیاز: موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیرعامل و مدیر مسئول: حسین سعیدی
دفترمرکزی: مشهد،بلوارشهیدصادقی(سازمان‌آب)
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۰۵۱-۳۷۶۳۴۰۰۰
نمابر دبیرخانه: ۰۵۱-۳۷۶۲۴۳۹۵
پیامک: ۲۰۰۰۹۹۹ چاپ:شهرچاپ‌خراسان
آدرس: بجنورد،خیابان امام خمینی(ره)، بین میدان فردوسی و مادر، جنب درمانگاه خاتم الانبیا(ص)
تلفن اشتراک: ۳۲۲۲۹۷۶۴
دفترمرکزی پذیرش آگهی: ۳۲۲۲۹۷۶۴

توصیه‌ها و نکاتی مهم درباره انتخاب مسواک و خمیردندان

گروه سلامت- یک دندانپزشک به بیان توصیه‌ها و نکاتی مهم درخصوص انتخاب مسواک و خمیردندان پرداخت. دکتر «پروین باستانی» به همه افراد جامعه (کودک و بزرگسال) توصیه کرد برای حفظ سلامت دهان و دندان خود، روزانه حداقل دو بار از مسواک و یک بار از نخ دندان استفاده کنند. وی تاکید کرد: مسواک زدن باید یک بار قبل از خواب شبانه و یک بار نیز در طول روز انجام شود و به طور معمول هر بار مسواک زدن حدود دو دقیقه طول بکشد. به گفته وی، تمیز کردن دندان‌های کودکان باید از زمان مشاهده اولین دندان شیری در دهان آن‌ها آغاز شود. برای این کار می‌توان از گاز استریل یا پارچه تمیز، مسواک نرم یا مسواک انگشتی استفاده کرد. وی تاکید کرد: پس از رویش دندان‌های خلفی(عقبی) کودک دیگر نباید از گاز یا پارچه برای تمیز کردن دندان‌ها استفاده کرد بلکه باید مسواک نرم را به کار برد. به گفته رئیس گروه سلامت دهان و دندان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهشتی، تا زمانی که کودک به تنهایی قادر نیست به روش صحیح دندان هایش را مسواک بزند باید با کمک و نظارت والدین مسواک زدن انجام شود.

مسواک معمولی بهتر است یا برقی؟

وی خاطرنشان کرد: در صورتی که مسواک زدن به روش صحیح انجام شود هر دو نوع مسواک (معمولی یا برقی) موثر هستند و نکته مهم این است که به طور مرتب و به شیوه صحیح لثه و دندان‌ها تمیز شوند. به گفته وی، در صورتی که افراد به هر علتی در نگهداشتن دسته مسواک مشکل داشته باشد، می‌توان از وسایل کمکی برای نگه داشتن مسواک یا از مسواک برقی استفاده کرد. دکتر «باستانی» به بیان توصیه‌ها و نکاتی در مورد انتخاب نوع مسواک و خمیردندان و نحوه مسواک زدن صحیح پرداخت که به این شرح است:

❋ از مسواک نرم یا متوسط با سر کوچک استفاده کنید: برای انتخاب مسواک مناسب با دندانپزشک خود مشورت کنید تا باتوجه به‌ویژگی‌های دندانی شما مسواک مناسب را پیشنهاد دهد.

❋ پیش از مسواک زدن دهان خود را با آب بشویید: شست‌وشوی دهان پیش از مسواک زدن باعث خروج باقی‌مانده مواد غذایی می شود و تمیز کردن دندان‌ها در زمان مسواک کردن را راحت‌تر می کند.

❋ پس از مسواک زدن برای باقی ماندن میزان کافی فلوراید در دهان فقط خمیردندان اضافی را از دهان خویش خارج کنید و نیازی به شست‌وشوی دهان با آب نیست.

❋ کودکان با سنین پایین باید با نظارت والدین مسواک کنند تا خمیردندان را قورت ندهند و اضافه آن را نیز از دهان خارج کنند.

❋ استفاده از دهانشویه بلافاصله پس از مسواک کردن توصیه نمی‌شود و بهتر است آن را با فاصله زمانی پس از مسواک‌زدن استفاده کنید.

❋ تمیز کردن بین دندان‌ها می‌تواند توسط مسواک بین دندانی یا نخ دندان انجام شود.

❋ انتخاب هر یک از این موارد به فاصله بین دندان‌ها و شرایط دهان و دندان‌های هر فرد بستگی دارد؛ در این زمینه با دندانپزشک مشاوره کنید.

میزان فلوراید مورد نیاز در خمیردندان

هنگام خرید خمیردندان انواع حاوی فلوراید را انتخاب کنید. میزان فلوراید لازم در خمیردندان برای کودکان زیر شش سـال ppm ۱۰۰۰ و بـرای سنین بالاتر از هفت سال ppm ۱۵۰۰-۱۰۰۰ است. افرادی دارای پوسیدگی‌های زیـاد دنـدانـی که بـراسـاس تشخیص دندانپزشک و معاینات روتین، خطر ایجاد پوسیدگی دنـدان در آن ها زیـاد اسـت، یا افـرادی که تحت درمان ارتودنسی ثابت قرار دارند می‌توانند برای پیشگیری از پوسیدگی دندان از خمیردندان‌های حاوی فلوراید بیشتر –(ppm ۵۰۰۰-۲۸۰۰) استفاده کنند. استفاده از این نوع خمیردندان با تجویز دندانپزشک و در افراد با سن بیشتر از ۱۰ سال امکان‌پذیر است.

شرایط نگهداری مسواک

❋ پس از هر بار مسواک زدن، مسواک را با آب بشویید و خمیردندان و سایر آلودگی‌های آن را کاملاً تمیز کنید. پس از هر بار استفاده از مسواک آن را در یک محل تمیز قرار دهید تا در معرض هوا خشک شود.

❋ برای نگهداری باید سر مسواک، مستقیم و رو به بالا باشد.

❋ هر زمان که موهای مسواک از هم باز شد یا شکل اولیه آن تغییر کرد باید آن را تعویض کنید. معمولاً هر سه تا چهار ماه باید مسواک عوض شود.

❋ بعد از ابتلا به بیماری‌های عفونی مانند آنفلوانزا بهتر است مسواک را عوض کرد و پس از بهبود از مسواک جدید استفاده‌شود.

❋ مسواک یک وسیله شخصی است و هرگز نباید به صورت مشترک در خانواده استفاده شود.

خوب است بدانیم

مهم ترین خواص سیر

«سیر» یکی از مواد غذایی پرطرفدار در ترکیبات مواد غذایی ایرانی هاست که حاوی ترکیبات بسیار مفید برای سلامتی انسان هاست. سیر یکی از گیاهانی است که در طب سنتی در سراسر جهان مورد استفاده قرار می گرفته است و ادعا شده خواص بسیاری برای سلامتی مانند تقویت سیستم ایمنی دارد. به گزارش دفتر بهبود تغذیه جامعه وزارت بهداشت، از مهم ترین خواصی که محققان برای سیر برشمرده اند می توان به این موارد اشاره کرد:

- سیر حاوی ترکیباتی با خواص دارویی قوی است.
- سیر بسیار مغذی است اما کالری بسیار کمی دارد.
- سیر می تواند به محافظت در برابر بیماری ها از جمله سرماخوردگی کمک کند.
- ترکیبات فعال موجود در سیر می توانند فشار خون را کاهش دهند.
- سیر سطح کلسترول را بهبود می بخشد که ممکن است خطر بیماری قلبی را کاهش دهد.
- سیر حاوی آنتی اکسیدان هایی است که ممکن است به پیشگیری از بیماری آلزایمر و زوال عقل کمک کند.
- سیر ممکن است به شما کمک کند عمر طولانی تری داشته باشید.
- مکمل های سیر ممکن است عملکرد ورزشی شما را بهبود بخشد.
- خوردن سیر ممکن است به سم زدایی فلزات سنگین در بدن کمک کند.
- سیر ممکن است سلامت استخوان ها را بهبود بخشد.
- سیر خام یک منبع خوب از منگنز، ویتامین B۶ و همچنین حاوی کلسیم، مس،پتاسیم، فسفر، آهن و ویتامین B۱ است.سیر به انواع مختلف (خام، پخته و ترشی) مصرف می شود و در تمام اشکال نسبت به اندازه اش سرشار از مواد مغذی شامل ویتامین های گروهB و آنتی اکسیدان های ضد سرطان است که می تواند طیف وسیعی از مزایای سلامتی را در بر گیرد اما ممکن است با برخی داروها تداخل داشته باشد.

تقویت کننده سیستم ایمنی:

برخی مطالعات نشان داده اند که سیر ممکن است پاسخ ایمنی بدن را تقویت کند. اگرچه شواهد بیشتری مورد نیاز است. یک مطالعه ۱۲ هفته ای روی انسان نشان داد که مصرف روزانه مکمل سیر در مقایسه با دارونما، سرماخوردگی را تا ۶۳ درصد کاهش می دهد. مطالعه دیگری نشان داد که عصاره سیر کهنه شده در دزهای بالا (۲/۵۶ گرم در روز) روزهای بیماری ناشی از سرماخوردگی یا آنفولانزا را تا ۶۱ درصد کاهش می دهد. مطالعه سوم شواهد را ناکافی نشان داد و گفت که به داده های بیشتری نیاز است.

کاهش فشار خون:

مطالعات متعددی که روی انسان انجام شده است نشان می دهد که سیر می تواند تأثیر قابل توجهی بر فشار خون در افراد مبتلا به فشار خون بالا یا فشار خون بالا داشته باشد. در واقع، یک مطالعه نشان داد که ۶۰۰ تا ۱۵۰۰ میلی گرم عصاره سیر کهنه شده به اندازه داروی فشار خون آتنولول در کاهش فشار خون در مدت ۲۴ هفته موثر است. برای مشاهده این فواید، باید روزانه مقدار بسیار زیادی سیر مصرف کنید؛ تقریباً چهار حبه.

❋❋ سطح کلسترول را بهبود می بخشد:

خوردن سیر می تواند سطح LDL یا کلسترول بد و کلسترول کل را کاهش دهد. تحقیقات نشان داده است که مصرف مکمل های سیر ممکن است LDL و کلسترول تام را در افرادی که سطح کلسترول بالایی دارند ۱۰ تا ۱۵ درصد کاهش دهد. سیر ممکن است کلسترول را کاهش دهد. توجه زیادی به تأثیر مثبت بالقوه سیر بر سلامت قلب و عروق شده است. علاوه بر این، سیر خام ممکن است از سرطان جلوگیری کند. موسسه تحقیقات سرطان آمریکا نشان می دهد که مصرف مقادیر زیاد سیر ممکن است خطر ابتلا به سرطان های پانکراس، مری، پروستات و سینه را کاهش دهد. علاوه بر این، موسسه ملی سرطان می گوید تجزیه و تحلیل داده ها نشان داده است که هر چه میزان سیر خام و پخته مصرف شده بیشتر باشد، خطر ابتلا به سرطان معده و روده بزرگ کاهش می یابد.

❋❋ سم زدایی فلزات سنگین:

نشان داده شده است که ترکیبات گوگرد موجود در سیر به محافظت در برابر آسیب اندام ناشی از سمیت فلزات سنگین، زمانی که سیر در دزهای بالا مصرف می شود، کمک می کند. مطالعه ای که کارمندان یک کارخانه باتری خودرو را - که در طول کارشان در معرض سطوح بالای سرب قرار داشتند - به مدت چهار هفته ردیابی کرد، نشان داد که مصرف سیر باعث کاهش ۱۹ درصدی سطح سرب در خون آن ها می شود. همچنین علائم سمیت مانند سردرد و فشار خون بالا را کاهش داد. کارمندان سه دز سیر در روز مصرف کردند که در نهایت در کاهش علائم بهتر از داروی D-penicillamine بود.

طرح های تحقیقاتی

بررسی اثر مکمل یاری با پروبیوتیک بر فاکتورهای کبدی کلیوی در بیماران مبتلا به دیابت نوع۲

(با استفاده از مرور نظام مند و آنالیز فراتحلیل مطالعات کارآزمایی تصادفی کنترل شده)

دیابت نوع۲ یک نگرانی عمده در زمینه بهداشت عمومی در سراسر جهان است. با وجود اثرات سودمند ظاهری پروبیوتیک ها/سین بیوتیک ها بر هموستاز گلوکز، پروفایل لیپیدی و پاسخ های التهابی، مشخص نیست که آیا این اثرات مفید بر عملکرد کلیه و کبد در دیابت نیز تأثیر می گذارد یا خیر. شواهدی از تأثیرات مفید پروبیوتیک ها در بهبود کنترل متابولیک در بیماران دیابتی وجود دارد، اما تاکنون هیچ مطالعه ای به طور سیستماتیک اثرات پروبیوتیک ها را بر عملکرد کلیه و کبد در این بیماران بررسی نکرده است، بنابراین، در این مطالعه اثرات مکمل پروبیوتیک بر پارامترهای کلیوی و کبدی در بیماران مبتلا به دیابت نوع۲ با استفاده از رویکرد مرور سیستماتیک و آنالیز فراتحلیل در مطالعات کارآزمایی بالینی تصادفی مورد بررسی قرار گرفت. در این مطالعه محقق به دنبال ارزیابی اثر مکمل‌های پروبیوتیک‌ها/سین‌بیوتیک‌ها بر بیومارکرهای کلیوی و کبدی در بزرگسالان مبتلا به دیابت نوع۲ با استفاده از یک مرور سیستماتیک و متاآنالیز کارآزمایی‌های تصادفی‌سازی و کنترل‌شده بود. متاآنالیز شش کارآزمایی، شامل ۴۲۶ شرکت‌کننده، نشان داد که مکمل‌های پروبیوتیک/سین‌بیوتیک باعث کاهش سطح سرمی کراتینین می‌شوند. اگرچه اثرات قابل توجهی بر نیتروژن اوره خون، میزان فیلتراسیون گلومرولی یا میکروآلبومینوری پس از مصرف مکمل پروبیوتیک ها/سین بیوتیک ها، هیچ بهبود قابل توجهی در بیومارکرهای کبدی مشاهده نشد. نتایج ما برای حمایت از استفاده از پروبیوتیک ها/ سین بیوتیک ها برای بهبود عملکرد کلیه یا کبد در بیماران مبتلا به دیابت نوع۲ کافی نیست.

دکتر شیما عبداللهی- استادیار علوم تغذیه

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

برابر آراء هئیت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی اسفراین تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضیان محرز گردیده است . لذا مشخصات متقاضیان و املاک مورد تقاضا به شرح زیر به منظور اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵روز در دو نشریه آگهی های ثبتی(کثیر الانتشار و محلی) به شرح ذیل آگهی می شود **بخش۵ پلاک ۴۰- اصلی کسرق** ۱.کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۳۳۹ دانشکده علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اسفراین فرزند شش دانگ ساختمان به مساحت ۴۹۲/۸۲ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت آدینه علی قادریو علی محمد مجردی و رمضان قهرمانی برابر رای۱۴۰۳/۰۷۵۷ **پلاک ۵۱- اصلی حصاری گازرانی** ۲.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۴۳ آقای مصطفی گل قندشتی فرزند قربانعلی شش دانگ مزرعه به مساحت ۳۸۴۶۷/۵۱ متر از پلاک ۲۸ فرعی از محل مالکیت اصغر نوروزی،ابراهیم یحیی آبادی،محمد دژبراز،خدیجه خوش اخلاق،عباس نصرآبادی،حیدرعلی ثامنی،محمود حسینی،حسین خوش اخلاق، حسن حسینی، سکینه قاسمی،زهرا خوش اخلاق ،علی اصغر حسین پور، پیرمحمد رحیمی، محمدعلی قاسمی، محمد اسماعیل احمد آبادی، صفیه یحیی آبادی ، قهار قاسمی، محمدر علی رحیمی نصرآباد، علی اکبر کلاته عربی ، صفرمحمد فدائی میلانلو،حسین مهربان علی اکبر خوش اخلاق،عباس خوش اخلاق، علی محمد دلشاد ، ام البنین خوش اخلاق ، فاطمه خوش اخلاق ، ماه منیر خوش اخلاق ، محمد علی رحیمی نصرباد،رجبعلی حسن آبادی ، قربان یحیی آبادی ، غلامرصا عزیزی،براتعلی خوش اخلاق ، زینت میلانلو محمدی ، محمد اکبری ، لیلا خوش اخلاق ، بابامحمد خوش اخلاق ، علی آب باریکی ، محمدرضا آب باریکی ، عباس کلاته عربی ، غلامرضا خوش اخلاق برابر رای۱۴۰۳/۰۹۲۷ ۳.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۰۱ آقای علی آب باریکی فرزند حسن شش دانگ مزرعه به مساحت ۳۶۱۶/۹۲ متر از پلاک ۳۰ فرعی از محل مالکیت مشاعی علی آب باریکی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۴۶ **پلاک ۶۰- اصلی پشت جوی** ۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۳۴ آقای علی عابدی فرزند رمضان ۲ دانگ وکلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۳۳ آقای غلامحسین عابدی فرزند رمضان ۲ دانگ مزرعه به مساحت ۹۲۷/۷۶ متر از پلاک ۱۶ فرعی از محل مالکیت غلامعلی عابدی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۸۷ ۵.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۶۴۴ خانم فاطمه وظیفه دان فرزند رجبعلی شش دانگ منزل به مساحت ۱۴۰/۴۲ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت محمدابراهیم روشنی زعفرانلو برابر رای۱۴۰۳/۰۹۷۱ ۶.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۶۸۵ آقای امین براتی فرزند بشیر شش دانگ منزل به مساحت ۱۴۰/۳۸ متر از پلاک ۲۳ فرعی از محل مالکیت مهر نسا گوهری برابر رای۱۴۰۳/۰۸۱۷ ۷.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۷۳ آقای حمید محمدپور فرزند محمد شش دانگ منزل به مساحت ۱۹۸/۴۳ متر از پلاک ۴۲۳ فرعی از محل مالکیت محمدابراهیم روشنی زعفرانلو برابر رای۱۴۰۳/۰۸۲۰ ۸.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۴۴ خانم حوا چشام فرزند محمدحسین شش دانگ منزل به مساحت ۱۶۵ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت محمدمحسنی بهشتی برابر رای۱۴۰۳/۰۶۷۰ ۹.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۹۱۵ آقای علی محمد مرادی فرزند اسمعیل شش دانگ منزل به مساحت ۱۹۵/۱۶ متر از پلاک ۳۱۱ فرعی از محل مالکیت ورثه اسماعیل مرادی برابر رای۱۴۰۳/۰۴۸۲ ۱۰.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۹۲۵ آقای رضوان محمدنژاد فرزند داودعلی شش دانگ منزل به مساحت ۲۰۰ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت محمدابراهیم روشنی زعفرانلو برابر رای۱۴۰۳/۰۷۷۹ **پلاک ۶۳- اصلی قلعه کریم** ۱۱.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۰۰ آقای مهدی خلیق فرزند عبدالغنی شش دانگ منزل به مساحت ۲۷۱/۶۹ متر از پلاک ۱۰۲ فرعی از محل مالکیت محمد گرایلی برابر رای۱۴۰۳/۰۴۴۱ ۱۲.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۲۰ خانم نگین اسکندری قهرمان لو فرزند عبدالعلی شش دانگ مغازه به مساحت ۲۹/۰۱ متر از پلاک ۱۶۷ تبدیل به ۳۰۱۲ فرعی از محل مالکیت ماه بی بی عیدیان برابر رای۱۴۰۳/۰۷۶۰ ۱۳.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۹۲۷ آقای امید قادری آب بخش فرزند قربان شش دانگ منزل و مغازه متصل به مساحت ۱۹۲/۴ متر از پلاک ۱۴۲ فرعی از محل مالکیت شرکت جین و۵۳ فرعی از محل مالکیت شرکت جین برابر رای۱۴۰۳/۰۶۵۱ **پلاک ۶۴- اصلی خرینان** ۱۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۴۲ آقای عباس نوعی جوشقان فرزند غلامرضا شش دانگ منزل به مساحت ۸۰/۱۷ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت میرزا حسین جواهری برابر رای۱۴۰۳/۰۹۷۴ ۱۵.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۵۳ آقای رحیم شجاع فرزند علی اکبر شش دانگ منزل به مساحت ۱۸۵/۳۷ متر از پلاک ۵۱۴۳ فرعی از محل مالکیت رامین هنری مهر برابر رای۱۴۰۳/۰۷۸۳ ۱۶.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۷۶ خانم اقدس صفامنصوریان فرزند علی اکبر شش دانگ مزرعه به مساحت ۴۱۸۲/۶۸ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اقدس صفامنصوریان برابر رای۱۴۰۳/۰۵۹۲ **پلاک ۶۵- اصلی حسن آباد قصبه** ۱۷.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۳۶۲ آقای علی اصغر شجاعی فرزند موسی الرضا شش دانگ مغازه به مساحت ۵۸/۳۷ متر از پلاک ۱۱۳ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی برابر رای۱۴۰۳/۰۶۴۷ **پلاک ۶۷- اصلی قریه قصبه** ۱۸.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۰۵ آقای محمد کاظمی فرزند غلامرضا ۳ دانگ وکلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۰۳ آقای محمد محمدی نیا فرزند غلامرضا ۳ دانگ منزل به مساحت ۱۱۱/۴۳ متر از پلاک ۲۳ فرعی از محل مالکیت عبدالرضا روشنی برابر رای۱۴۰۳/۰۷۶۹ ۱۹.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۰۷ آقای رضا کاظمی فرزند محمد شش دانگ منزل به مساحت ۱۱۱/۷۸ متر از پلاک ۲۳ فرعی از محل مالکیت عبدالرضا روشنی برابر رای۱۴۰۳/۰۷۷۳ ۲۰.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۲۰ آقای علی ابراهیمی فرزند ابراهیم ۳ دانگ وکلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۲۱ خانم مریم حاجی زاده فرزند بابا ۳ دانگ منزل به مساحت ۱۱۰/۱۴ متر از پلاک ۲۳ فرعی از محل مالکیت حاجی محمد خان روشنی برابر رای۱۴۰۳/۰۸۲۳ ۲۱.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۳۵ آقای مجتبی رضازاده میلانلو فرزند قربانعلی شش دانگ منزل به مساحت ۱۲۸/۸۸ متر از پلاک ۳۳ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی برابر رای۱۴۰۳/۰۶۷۴ ۲۲.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۳۶ خانم کلثوم شجاع پور فرزند علی اکبر شش دانگ منزل به مساحت ۲۲۱/۸۱ متر از پلاک ۲۳ فرعی از محل مالکیت محمد خان روشنی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۱۲ ۲۳.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۹۳ آقای مهراب برومند فرزند رحمت اله شش دانگ منزل به مساحت ۱۲۰/۸۳ متر از پلاک ۳۶ فرعی از محل مالکیت فیض محمد امیری برابر رای۱۴۰۳/۰۹۷۹ **پلاک ۶۹- اصلی قریه کشتان** ۲۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۱۰۴ آقای علی داورنیا فرزند محمدکریم شش دانگ منزل به مساحت ۸۴/۱۷ متر از پلاک ۴ فرعی از محل مالکیت مشاعی علی داورنیا برابر رای۱۴۰۳/۰۴۴۴ ۲۵.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۶۶۸ آقای مصطفی مداحی فرزند احمد شش دانگ منزل به مساحت ۱۶۰/۳۹ متر از پلاک ۳۵ فرعی از محل مالکیت اسمعیل رحیمی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۹۶ ۲۶.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۰۱ آقای غلامعلی بابائی فرزند مرحوم ابراهیم شش دانگ مزرعه به مساحت ۱۱۸۵۹/۹۷ متر از پلاک ۳۸۵ فرعی از محل مالکیت غلامعلی بابایی و بتول معنوی و محمود معنوی برابر رای۱۴۰۳/۰۸۸۹ ۲۷.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۰۲ آقای غلامعلی بابائی فرزند مرحوم ابراهیم شش دانگ مزرعه به مساحت ۳۹۳۰/۶۹ متر از پلاک ۳۷۴۶ فرعی از محل مالکیت ورثه ابراهیم ولد بابامحمد برابر رای۱۴۰۳/۰۸۸۸ ۲۸.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۰۳ آقای غلامعلی بابائی فرزند مرحوم ابراهیم شش دانگ مزرعه به مساحت ۱۷۹۰/۹۷ متر از پلاک ۴۳۰ فرعی از محل مالکیت ابراهیم و نوروزعلی ولد بابامحمد برابر رای۱۴۰۳/۰۸۸۷ ۲۹.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۵۳ خانم زهرا محمدزاده مطلق فرزند حسین شش دانگ منزل به مساحت ۱۷۲/۶۲ متر از پلاک ۳۱۵ فرعی از محل مالکیت وحید آریاوند برابر رای۱۴۰۳/۰۵۶۹ ۳۰.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۷۴ آقای علی اکبر عباسی قراچولو فرزند علی رضا شش دانگ منزل به مساحت ۱۲۱ متر از پلاک ۲۷۱۹ فرعی از محل مالکیت خدیجه ابراهیم آبادی برابر رای۱۴۰۳/۰۶۵۵ ۳۱.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۹۳۶ آقای مرتضی امیدی فرزند احمد شش دانگ مزرعه به مساحت ۹۶۵/۷ متر از پلاک ۲۴۲ فرعی از محل مالکیت علی اکبر امیدی فرزند غلامحسین برابر رای۱۴۰۳/۰۸۷۴ ۳۲.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۶۲ آقای محمد رضا گنجی نیا فرزند خلیل شش دانگ مزرعه به مساحت ۹۱۶۸/۵۶ متر از پلاک ۱۸۳۷ فرعی از محل مالکیت مشاعی محمد رضا گنجی نیا برابر رای۱۴۰۳/۰۷۲۰ **پلاک ۷۱- اصلی میان آباد** ۳۳.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۲۳ آقای عیدمحمد رمضان پور فرزند قربان ۳ دانگ وکلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۲۴ آقای رضا قاسمی فرزند حسن ۳ دانگ منزل به مساحت ۱۹/۸ متر از پلاک ۱۱۵۳ فرعی از محل مالکیت ژیلاروشنی احدی از ورثه سلیمان روشنی برابر رای۱۴۰۳/۰۸۱۳ ۳۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۸۶۹ آقای سهراب شاد فرزند امیر محمد شش دانگ مغازه به مساحت ۲۶/۸۵ متر از پلاک ۸۹۸ فرعی از محل مالکیت مشاعی سهراب شاد برابر رای۱۴۰۳/۰۷۷۶ **پلاک ۷۲- اصلی کلاته کاهی** ۳۵.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۹۲۳ آقای محمد حاتمی فرزند زین العابدین شش دانگ منزل به مساحت ۲۴۰/۶۶ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت منصوریان برابر رای۱۴۰۳/۰۴۶۰ **پلاک ۷۳- اصلی قریه حسین** ۳۶.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۱۵ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۳۸/۵۱ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۵۰۲ ۳۷.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۱۷ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۲۷/۴۷ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۸۴ ۳۸.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۱۸ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۳۱/۳۴ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۸۷ ۳۹.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۳۶ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۲۱/۵۲ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۹۰ ۴۰.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۴۲ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۱۸/۳۱ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۹۳ ۴۱.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۴۴ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۱۹۲/۸۸ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۹۶ ۴۲.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۴۵ آقای طاهر حاتمی فرزند حاتم شش دانگ مغازه به مساحت ۱۱۲/۲۳ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی سهم الارث خود متقاضی برابر رای۱۴۰۲/۶۴۹۹ ۴۳.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۵۵۳ آقای موسی الرضا عباسی فرزند اسمعیل شش دانگ منزل به مساحت ۱۳۴/۶ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حاتم حاتمی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۹۲ ۴۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۶۲ آقای حسن توحیدیان فرزند علی اکبر شش دانگ مغازه به مساحت ۶۵/۴۱ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت غلامحسین نوروزی برابر رای۱۴۰۳/۰۵۱۵ ۴۵.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۰۸ خانم ام البنین خادمی فرزند محمد شش دانگ منزل به مساحت ۹۹۵/۶۳ متر از پلاک ۱۶۰ فرعی از محل مالکیت ورثه براتعلی احمد نیا برابر رای۱۴۰۳/۰۹۰۶ ۴۶.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۸۶ خانم تکتم رستمی فرزند رستم شش دانگ منزل به مساحت ۹۳/۷۲ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت رحیم علیزاده برابر رای۱۴۰۳/۰۹۴۲ **پلاک ۷۴- اصلی قریه خواجه ها** ۴۷.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۲۸ خانم زینب جعفری فرزند سیدعلی شش دانگ منزل به مساحت ۱۴۶/۴۳ متر از پلاک ۴۶ فرعی از محل مالکیت غلامحسین کلانتریان برابر رای۱۴۰۳/۰۹۰۹ **پلاک ۱۲۴- اصلی قاسم خان** ۴۸.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۸۸ شرکت مخابرات ایران شش دانگ ساختمان به مساحت ۴۵۱/۵۳ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت عباسعلی ملوندی و غلام عباس ابراهیمی و محمد ابراهیمی و ورثه ولی زاده برابر رای۱۴۰۲/۷۶۶۷ **پلاک ۱۵۷- اصلی اردغان** ۴۹.کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۳۹۵ آقای محمد حسن ولی پور فرزند قربانعلی شش دانگ باغ به مساحت ۸۴۷/۷۳ متر از پلاک ۳۴۲ فرعی از محل مالکیت احمد توکلی برابر رای۱۴۰۲/۷۶۶۴ ۵۰.کلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۶۷۴ آقای قربانعلی سپاهی اردغان فرزند رجبعلی ۴ دانگ وکلاسه ۱۴۰۱۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۶۷۵ آقای رمضانعلی سپاهی اردغان فرزند رجبعلی ۲ دانگ باغ به مساحت ۵۳۴۵/۷۷ متر از پلاک ۱۷۰ فرعی از محل مالکیت ورثه رمضانعلی خان توکلی و۱۷۰ فرعی از محل مالکیت ورثه رمضانعلی خان توکلی برابر رای۱۴۰۳/۰۶۵۸ **بخش۱۳ پلاک ۱۵- اصلی مزرعه نوده بام** ۵۱.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۰۷ موقوفه کربلایی علی اصغر نوده بام شش دانگ مزرعه به مساحت ۲۳۰۵/۸۷ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اداره اوقاف برابر رای۱۴۰۳/۰۹۲۱ ۵۲.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۰۸ موقوفه کربلایی علی اصغر نوده بام شش دانگ مزرعه به مساحت ۱۶۲۳/۲۷ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اداره اوقاف برابر رای۱۴۰۳/۰۹۱۸ ۵۳.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۰۹ موقوفه حسن قنبر - نوده بام شش دانگ مزرعه به مساحت ۳۰۳۲/۱۳ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اداره اوقاف برابر رای۱۴۰۳/۰۹۲۶ ۵۴.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۱۰ موقوفه کربلایی علی اصغر نوده بام شش دانگ مزرعه به مساحت ۲۹۵۲/۰۸ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اداره اوقاف برابر رای۱۴۰۳/۰۹۳۰ ۵۵.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۴۱۱ موقوفه کربلایی علی اصغر نوده بام شش دانگ مزرعه به مساحت ۳۳۰/۸۸ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت اداره اوقاف برابر رای۱۴۰۳/۰۹۳۴ **پلاک ۲۱- اصلی چهار مست** ۵۶.کلاسه ۱۴۰۲۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۷۶۱ خانم اکرم اربابی جهان فرزند عزیزاله شش دانگ باغ به مساحت ۸۵۱۸/۸۴ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت حسن عباسی برابر رای۱۴۰۳/۰۹۹۴ **پلاک ۹۰- اصلی راوخ علیا و سفلی** ۵۷.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۱۹ آقای عیدمحمد اردنجی فرزند رمضانعلی شش دانگ منزل به مساحت ۷۵۲/۴۳ متر از پلاک ۰ فرعی از محل مالکیت غلامرضا اکبری برابر رای۱۴۰۳/۰۴۴۷ **پلاک ۱۲۹- اصلی صفی آباد** ۵۸.کلاسه ۱۴۰۳۱۱۴۴۰۷۱۱۶۰۰۰۰۰۴ آقای محمدکاظم ارغیانی فرزند محمد شش دانگ مزرعه به مساحت ۲۲۰۰۲/۹۸ متر از پلاک ۸۰۳ فرعی از محل مالکیت مشاعی محمدکاظم ارغیانی برابر رای۱۴۰۳/۰۷۰۷ لذا به این وسیله به فروشندگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ میگردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشاراولین اگهی و در روستاها از تاریخ الحاق درمحل تا ۲ ماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند معترضین باید ظرف مدت یکماه از تاریخ تسلیم اعتراض مبادرت به تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل نمایند و گواهی تقدیم دادخواست به اداره ثبت محل تحویل دهند در صورتی که اعتراض در مهلت قانونی واصل نگردد یا معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارایه ننماید اداره ثبت محل برابر مقررات مبادرت به صدور سند خواهد نمود .ضمن اینکه صدور سند مالکیت جدید مانع مراجعه متضرر به دادگاه نخواهد شد . تاریخ انتشار نوبت اول : چهارشنبه ۱۴۰۳/۰۲/۱۲ تاریخ انتشار نوبت دوم :شنبه ۱۴۰۳/۰۲/۲۹

بشیر خانی معاون اداره ثبت اسناد و املاک اسفراین

م/۱۴۰۳۰۰۸۸۷