

## تأثیرات غذای تند بر سلامت و وضعیت بدن



بعضی از افراد تندی را دوست دارند و خوردن غذاهای تند را ترجیح می‌دهند، اما بعد از خوردن غذاهای تند اتفاقاتی در بدن می‌افتد که بهتر است آن‌ها را بدانید. به گزارش منماک، بعضی از افراد عادت به خوردن غذاهای تند دارند و هرگز نمی‌توانند یک غذای معمولی بدون چاشنی فلفل مصرف کنند اما سؤال اینجاست؛ زمانی که ما غذای تند می‌خوریم، چه اتفاقی در بدنمان می‌افتد؟ در ادامه با ما همراه باشید تا به پاسخ این سؤال‌تان برسید.

**احتمال سوزش معده (سر دل)**
ممکن است بعضی از افراد با خوردن غذای تند دچار سوزش معده شوند یا رفلاکس معده در آن‌ها به وجود بیاید که علت آن هم برگشت اسید معده به سمت دهان است که باعث ایجاد حس سوزش در قسمت بالای سیستم گوارشی و قفسه سینه می‌شود.

**احتمال کاهش وزن**
بعضی از متخصصان بر این باور هستند که غذای تند می‌تواند عاملی برای کاهش وزن افراد چاق باشد و احتمال چاقی را کاهش دهد و همچنین کاهش اشتها را در افراد به وجود خواهد آورد که همه این‌ها راهی برای کاهش وزن و لاغری است.

**ازبین‌بردن آبریزش بینی (شاید خبیلی**
از افراد بعد از این که غذای تند می‌خورند، آبریزش بینی‌شان برطرف می‌شود (بعضی از افراد هم بالعکس، بعد از خوردن غذای تند دچار آبریزش می‌شوند)، اگر شما هم جزو افرادی هستید که آبریزش بینی کلافه‌تان کرده، بهتر است که غذای تند بخورید.

**افزایش طول عمر**
خوردن غذاهای گرم با غذاهای تند می‌تواند عاملی برای افزایش طول عمر باشد، زیرا خواص زیادی دارد؛ باکتری‌ها و التهابات را از بین می‌برد و دارای خاصیت آنتی‌اکسیدانی است که به سلامت بدن کمک می‌کند. **بهبود وضعیت لیپید یا چربی در بدن**
غذای تند می‌تواند برای سلامت قلب مناسب و مفید باشد و اگر آن را استفاده کنید، باعث کاهش سطح کلسترول بد در بدن شده و خطر ابتلا به بیماری قلبی را تا حد زیادی کاهش داده و وضعیت لیپید و چربی را در بدن متعادل می‌کند.

### این سبزی مانع افسردگی مرگ آور می‌شود

به گزارش کارگر آنلاین، نعنای یک محرک طبیعی بسیار معطر است که باعث افزایش انرژی در بدن می‌شود. همچنین می‌تواند به‌صورت روغن یا تنفسی یا به‌صورت بخار به کار رود تا افسردگی و خستگی را کاهش داده، ذهن را تحریک می‌کند، به آن نیرو می‌بخشد و حالت کارکرد جامع بدن را افزایش می‌دهد.

### از خواص بی‌نظیر این میوه تابستانی برای سلامتی‌تان بهره ببرید

به گزارش کارگر آنلاین، زردآلو به‌خاطر عطر و طعم ترش‌مزه و رنگ متمایز آن شناخته شده است. از این میوه مغذی به غیر از مریا درست کردن یا کمپوت می‌توان در خیلی از موارد دیگر نیز استفاده کرد. زردآلو با داشتن مواد مغذی بسیار و لیستی طولانی از خواص بی‌نظیر به هسان اندازه، که طعم و مزه خوبی دارد، خواص آن برای سلامتی نیز بالاست؛ درست مثل دانه‌های زردآلو.

### چگونه از شر رفلاکس اسید معده خلاص شویم؟

متخصص داخلی، گوارش و کبد گفت: افراد مبتلا به رفلاکس اسید معده می‌توانند با مراقبت‌های غذایی از بروز علائم این بیماری جلوگیری کنند. به گزارش بهداشت نیوز، ندا رشتنچیان در رابطه با رفلاکس اسید معده، اظهار کرد: خوردن وعده‌های غذایی بزرگ و دراز کشیدن یا خم شدن بعد از آن، داشتن اضافه وزن، خوردن تنقلات قیل از خواب، خوردن غذاهای خاص مثل مرکبات، گوجه‌فرنگی، شکلات، نعنای، پیاز، غذاهای چرب و تند، تریشجات، نوشیدین برخی نوشیدنی‌ها مثل الکل، نوشیدنی‌های گازدار، قهوه یا چای زیاد، استعمال دخانیات، بارداری، مصرف داروهایی مانند آسپرین و ایبوپروفن باعث ایجاد یا تشدید رفلاکس اسید معده می‌شود.

وی در رابطه با نشانه‌های رایج رفلاکس اسید معده، افزود: سوزش سر دل که درد یا ناراحتی آن ممکن است از شکم به قفسه سینه یا حتی به گلو برسد، گورزیستی یک اسید تلخ یا ترش که به گلو یا دهان برمی‌گردد و باعث سوزش می‌شود و دیسفاژی شامل اشکال در بلع، سوء هاضمه، گلودرد، سسککه شدید یا استفراغ است. این پزشک، پرهیز از خوردن غذاها نوشیدن نوشیدنی‌هایی که باعث بروز علائم می‌شود را یکی از مؤثرترین راه‌های درمان بیماری رفلاکس اسید معده عنوان و خاطرنشان کرد: توصیه می‌شود در طول روز وعده‌های غذایی کمتری مصرف کرده، سیگار را ترک کنند، از مصرف غذا سه ساعت قبل از خواب پرهیز کرده و چرت روزانه خود را روی صندلی بزنند، از لباس و کمربند تنگ استفاده نکنند، در صورت داشتن اضافه وزن، وزن خود را کاهش دهند و زیر سر خود بالش قرار دهند تا حداقل ۴ تا ۶ اینچ بالا بیایند.

## به تن

# خواص فوق‌العاده

# شیره انگور

# را بشناسید

شیره انگور سرشار از خواصی است که در فصل پاییز نباید از خوردن آن غافل شد. شیره‌ای که از انگور گرفته می‌شود، دارای قند بالایی بوده و بسیار مقوی و مغذی است.

به گزارش کارگرآنلاین، در منابع طب سنتی ایرانی، شیره انگور را دس یا دوشاب می‌نامند. طبیعت این خوراکی، گرم و تر است و بیشتر افراد می‌توانند از آن استفاده کنند. همچنین بعضی افراد با شیره شربت درست می‌کنند که روش بسیار خوبی است و طبع شربت نیز گرم است.

شیره نیز همانند خود انگور دارای مقادیری از ویتامین آ، ب و ث است و مصرف آن نیازهای بدن را به این‌ویتامین‌ها تأمین می‌کند.

یکی از بهترین زمان‌های استفاده از شیره انگور فصول سرد سال است و به دلیل خواص مفیدی که این ماده غذایی در درمان و تسکین بیماری‌های فصل سرما دارد، بهتر است جایی برای آن در برنامه غذایی‌تان باز کنید.

از منظر طب سنتی، شیره انگور خاصیت‌های زیادی دارد:

\* مولد خون صالح (خون سالم و طبیعی و بدون مواد زائد) است. اگر از ضعف عمومی بدن رنج می‌برید یا مبتلا به کم خونی هستید، می‌توانید شیره انگور را در برنامه غذایی خود بگنجانید. با توجه به اینکه ششیره انگور خون‌ساز بوده و مقوی بدن است، افرادی که ضعف عمومی دارند یا مبتلا به کم خونی هستند، می‌توانند شیره انگور را همراه شیربرنج یا سمنو بخورند یا به

همه ما می‌دانیم که نوشابه برای سلامت بدن بسیار مضر است. بیماری‌های کبدی یکی از خطرناک‌ترین عوارض این نوشیدنی‌های گازدار و شیرین کننده مصنوعی می‌باشد.

به گزارش مشرق، احتمالاً با تأثیر نوشابه بر چاقی آشنایی دارید، اما این نوشیدنی‌های گازدار و شیرین می‌توانند تأثیر جدی بر کبد هم بگذارند. بسیاری از مواد شیمیایی موجود در نوشابه تأثیر منفی بر کبد و سایر قسمت‌های بدن دارند. وظیفه کبد به دام انداختن سموم و تبدیل آن‌ها به مواد بی‌ضرر است، خون را تصفیه و چربی‌ها را متابولیز می‌کند؛ بنابراین باید تا حد امکان سالم باشد.

**بیماری‌های کبدی که نوشابه عامل آن‌هاست**
نتایج یک آزمایش نشان می‌دهد که یک شیرین کننده مصنوعی به نام اسپارتام که در نوشابه‌های رژیمی استفاده می‌شود، وضعیت عملکرد کبد در موش‌های آزمایشگاهی را تغییر داده است. اسپارتام باعث بروز مسمومیت کبدی می‌شود؛ بیماری که در اثر مصرف داروهایی مانند ایبوپروفن و اریترومايسين ایجاد خواهد شد. عوارض نوشابه بر کبد شامل موارد زیر است:

**۱. بیماری کبد چرب**
بر اساس مطالعات انجام شده، نوشابه می‌تواند باعث بروز کبد چرب شود. در این تحقیق مصرف نوشابه در افراد سالم و افراد دارای کبد چرب با یکدیگر مقایسه شدند و حدود ۲۶ ماه تحت نظر بودند. بر اساس نتایج به دست آمده، ۸۰ درصد از افراد دارای کبد چرب روزانه ۵۰ گرم قند از نوشابه دریافت می‌کردند که این مقدار در افراد سالم خیلی کمتر بود.

اسپارتام موجود در نوشابه‌های رژیمی ممکن است مقاومت به انسولین را افزایش دهد و باعث بروز بیماری کبد چرب شود.

**۲. تجمع ماده شیمیایی فرمالدئید در کبد**

تحقیقات دیگری در این زمینه انجام شد و نشان داد که حتی

صورت شربت سرکه شیره استفاده کنند.

\* افزایش‌دهنده وزن بدن است. از دیگر فواید این خوراکی شیرین، افزایش حجم عضلات است. به همین دلیل است که ترکیب ششیره انگور و ارده کنجد را به کسانی که کارهای سنگین انجام می‌دهند یا ورزشکار هستند، توصیه می‌کنند؛ چراکه علاوه بر مقوی بودن، باعث افزایش حجم عضلات می‌شود.

\* یکی دیگر از خواص شیره انگور بازکنندگی گرفتگی‌هاست و از این رو برای اینکه در مجاری کبد، انسداد ایجاد نشود، می‌توان شیره انگور را همراه با سرکه انگور مصرف کرد.

\* یکی از خواص ششیره انگور اثر ضدالتهابی و نرم‌کنندگی در ناحیه حلق است؛ به همین دلیل افرادی که به‌خصوص در

فصول سرد سال دچار التهاب حلق می‌شوند و به دنبال آن سرفه می‌کنند، توصیه می‌شود که از غرغره شیره انگور یا آب استفاده کنند.

\* درمان‌کننده سرع، کپهیر، سرفه مزمن، تپش قلب، لاغری مفرط، ضعف احشا و بقران است.

\* برای بیماری‌های طحال، افسردگی و غضب مفید است.

\* برای روان کردن ادرار نیز از آن استفاده می‌شود.

\* یکی دیگر از فواید دوشاب، غلیظ کردن شیر مادر است، به همین دلیل اگر شیر مادری رقیق باشد، می‌تواند در کنار بقیه

درمان‌ها شیره انگور را مصرف کند.

\* مصرف شیره در افرادی که فشارخون دارند، منجر به افزایش فشارخون آن‌ها نمی‌شود اما به درمان و کاهش آن هم کمکی

نمی‌کند.

از آنجا که ششیره انگور دارای طبعی گرم است، بنابراین خوردن زیاد آن برای افرادی که دارای طبع گرم و خشک هستند، توصیه نمی‌شود.

همچنین به علت مقادیر بالای قند موجود در آن، افراد دیابتی باید از خوردن آن خودداری کنند.

**ویژگی‌های شیره مرغوب**
شیره مرغوب شیره‌ای است که رنگ آن شفاف بوده و خاک‌آلود نباشد.

مصلح دوشاب یا شیره انگور، تخم ریحان است.

**روش تهیه شیره انگور**

معمولاً برای تهیه دوشاب، آب انگور شیرین و رسیده را گرفته، صاف کرده و تحت حرارت قرار می‌دهند تا سه چهارم آب آن تبخیر شود. سپس بر آن خاک رس می‌زنند و می‌گذارند تا جرم آن ته‌نشین شده و شیرین شود. تا زمانی که به آن خاک نزنند، ششیره انگور به خوبی شیرین نمی‌شود و ناصاف خواهد بود.

**روش تهیه سرکه ششیره**

برای تهیه سرکه شیره، باید به میزان یک دهم شیره انگوری که دارید، به آن سرکه انگور خانگی اضافه کنید و برای ۲ تا ۳ دقیقه آن را بجوشانید تا سرکه و شیره به خوبی با هم مخلوط شوند. در هر بار مصرف هم باید حدود ۲-۱ قاشق غذاخوری از این ترکیب را در یک لیوان آب حل کرد و نوشاید.

## عوارض جدی نوشابه برای سلامت کبد

می‌شود. فرمالدئید یک گاز است که به عنوان مواد نگهدارنده داخل اکثر مواد غذایی وجود دارد. علاوه بر این، می‌تواند از طریق دود سیگار و خوردن بعضی از غذاها وارد بدن شود.

این ماده در آزمایشگاه باعث ایجاد سرطان در حیوانات شده است. قرار گرفتن در معرض مقدار زیادی فرمالدئید می‌تواند باعث بروز سرطان در انسان‌ها شود.

**۳. مسمومیت کبدی**

در اینجا صحبت ما در مورد قند اسپارتام است که برای شیرین کردن نوشابه‌های رژیمی استفاده می‌شود و به کبد آسیب جدی وارد می‌کند. مطالعات انجام شده نشان می‌دهد که اسپارتام یک ماده شیمیایی است که عملکرد کبد را تغییر می‌دهد و در نتیجه کبد از خود سم تولید می‌کند. مسمومیت کبدی اغلب در اثر مصرف برخی از داروها ایجاد می‌شود. در واقع اسپارتام آن‌قدر برای بدن مضر است که همانند داروها به کبد آسیب می‌رساند.

**۴. سیروز کبدی**

نوشابه با دارا بودن مواد نگهدارنده‌ای به نام سدیم بنزوات می‌تواند باعث بروز سیروز کبدی شود که سیروز کبدی در صورت عدم درمان منجر به ایجاد زخم و نارسایی کبدی خواهد شد. بر اساس مطالعات انجام شده، سدیک بنزوات به سلول‌های کبد و سایر اندام‌های حیاتی بدن آسیب وارد می‌کند. در یک آزمایش، تأثیر بنزوات سدیم بر روی مخمر زنده مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که بنزوات سدیم با غیرفعال کردن DNA در میتوکندری عملکرد سلول را مختل کرده و با بسیاری از بیماری‌هایی که عصب را تخریب می‌کنند، مانند پارکینسون مرتبط است. برخی تولیدکننده‌ها، استفاده از بنزوات سدیم را در نوشابه‌های خود متوقف کرده‌اند؛ پس حتماً مواد تشکیل دهنده نوشابه‌ها را قبل از خرید مطالعه کنید.

## شنبه ۱۰ تیر < ۱۴۰۲ سال هفتم شماره ۱۸۶۲

## با این کارها از شر کمردرد خلاص شوید



دراز کشیدن به مدت طولانی، می‌تواند کمردرد را تشدید کند و عوارض دیگری هم به دنبال داشته باشد. بنابراین هرگز به منظور کاهش درد خود در تختخواب نمانید و فعالیت فیزیکی داشته باشید.

به گزارش بهداشت نیوز، کمردرد نوعی مشکل شایع است که راه‌هایی مانند ورزش کردن می‌تواند کمی درد آن را کاهش دهد. بهترین راهکارها برای کاهش کمردرد:

**درست بنشینید**

طرز نشستن نادرستی می‌تواند باعث بروز کمردرد و حتی تشدید آن شود، به خصوص اگر لازم باشد به مدت طولانی بنشینید. برای بهبود کمردرد توصیه می‌شود هنگام کار با رایانه روی صفحه کلید خم نشوید، صاف بنشینید و بدنتان را به صندلی تکیه بدهید. بهتر است یک بالش یا یک پارچه رول شده روی صندلی قرار دهید و سپس روی آن بنشینید همچنین توصیه شده است که هنگام نشستن پاها را روی زمین قرار دهید.

**از کمپرس سرد و گرم استفاده کنید**

استفاده منظم از کمپرس یخ روی مناطقی از کمر که درد می‌کند می‌تواند درد و التهاب ناشی از آسیب را کاهش دهد. گرم‌است این کار را چندین بار در روز، هر بار حداکثر ۲۰ دقیقه انجام دهید. برای این که یخ پوستتان را اذیت نکند، می‌توانید آن را داخل یک حوله نازک قرار دهید. پس از چند روز استفاده از کمپرس سرد، به منظور افزایش جریان خون در منطقه آسیب دیده و شل شدن عضلات از کمپرس گرم استفاده کنید. علاوه بر این، به منظور تسکین درد می‌توان حمام آب گرم را هم امتحان کرد.

**ورزش کنید**

دراز کشیدن به مدت طولانی، می‌تواند کمردرد را تشدید کند و عوارض دیگری هم به دنبال داشته باشد؛ بنابراین هرگز به منظور کاهش درد خود در تختخواب نمانید و فعالیت فیزیکی داشته باشید. ورزش کردن، مؤثرترین راه برای تسکین تسریع کمردرد در نظر گرفته شده است. شنا کردن و پیاده‌روی می‌تواند در این زمینه بسیار مؤثر باشد.

### گیاه همه‌فن حریف را بشناسید

پونه کوهی یکی از بهترین گیاهان تقویت‌کننده است که خواص درمانی آن از مدت‌ها پیش شناخته شده و مصارف دارویی متعددی دارد.

به گزارش صدانلاین، مصرف پونه کوهی عملکرد روده‌ها را منظم می‌کند، درد معده و بی‌اشتهایی را تسکین می‌دهد و برای ناراحتی‌های کبدی مؤثر است.

همچنین دم کرده پونه برای اسهال و ناراحتی‌های عصبی و اختلالات گوارشی مفید و مؤثر است.

دم‌کرده پونه کوهی در عین حال تقویت‌کننده خوبی برای معده است. اگر گاهی پس از صرف غذا در معده احساس سنگینی کردید می‌توانید از این دم‌کرده استفاده کنید.

در مصر باستان پونه کوهی را برای رفع مشکلات سوه‌هاضمه، کشت و مصرف می‌کردند. علاوه بر این، در رم و یونان باستان نیز از پونه کوهی برای تسکین دردهای اسکمی استفاده می‌کردند. پونه کوهی طعمی خوشایند دارد و به همین خاطر معمولاً در آشپزخانه و برای تولید نوشیدنی‌های طعم‌دار مصرف می‌شود. این گیاه حاوی ویتامین‌های A و C و همچنین چندین ماده معدنی است و برخی از خواص درمانی این گیاه در بررسی‌های پزشکیان تأیید شده است.

پونه کوهی همچنین می‌تواند به حفاظت از بدن در مقابل ویروس سرخاوردگی یا آنفلوآنزا کمک کند؛ زیرا مصرف آن باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود.

علاوه بر این‌ها مصرف پونه کوهی به کاهش مشکلات گوارشی و درمان سندرم روده تحریک‌پذیر کمک می‌کند و نتایج یک مطالعه در مورد خواص کیسول عصاره پونه نشان داده است که مصرف این عصاره می‌تواند به کاهش چشمگیر علائم سندرم روده تحریک‌پذیر منجر شود.

به گزارش سلامت تخصصی «هلث لاین»، نتایج آزمایش‌ها همچنین نشان داده‌اند که استنشام رایحه پونه یکی از روش‌های مؤثر برای افزایش سطح انرژی بدن و نشاط آور است. همچنین مصرف عصاره این گیاه می‌تواند به درمان انواع خاصی از سردردهای خفیف کمک کند. در واقع «متنول» از ترکیبات اصلی موجود در پونه است که اگر روی پوست مالیده شود، می‌تواند تا حدی در تسکین دردهای خفیف مؤثر باشد.

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

برابر رای شماره ۴۸۸/۳۲۱۰۰۰۰۰۱۴۰۱۶-۱۴۰۱۶/۱۴۰۱/۱۰/۱۴۰۱ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقرد در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کووار تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی آقای علی محمد فرزانه مظفری فرزند حسینیقلی بشماره شناسنامه ۱۷۳۲ صادره از کووار در یک قطعه زمین مزروعی به مساحت ۱. ۲۴۹۶۷۹ مترمربع پلاک ۳۰۰۰ فرعی از ۲۲۱ اصلی فرروز و مجزی شده از پلاک ۲۲۱ اصلی واقع در بخش نه فارس کووار اراضی مظفری خریداری از مالک رسمی مع الواسطه زینت الزمان قوامی 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 و پس از اخذ رسید، ظرف مدت یک ماه از تاریخ تسلیم و پس از اخذ رسید، بدهیی است در صورت انتقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۳/۲۷

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۴/۱۰

۳/۲۷/م.الف – علیرضا کشوری  
رئیس ثبت اسناد و املاک

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

برابر رای شماره ۵۹۶/۳۱۰۰۰۰۰۰۰۱۴۰۲۶-۱۴۰۲۶/۲۱/۱۴۰۲ هیات اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقرد در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک شیراز – ناحیه ۱ تصرفات مالکانه بلامعارض متقاضی خانم فرانک حیدری فرزند علی اکبر به شماره شناسنامه ۴۴۶ و کدملی ۲۲۹۱۵۲۴۰۴۲ صادره از ممسنی در شهسدانگ یک درب باغچه بانضمام ساختمان به مساحت ۱۰۰۰ مترمربع پلاک ۴۷۸ فرعی از ۱ اصلی فرروز و مجزی شده از پلاک یک اصلی واقع در فارس بخش ۲۲ حوزه ثبت ملک شیراز ناحیه یک خریداری از مالک سهم ششاعی نصیب اله حیدری ارجلو طبق سند شماره ۱۲۸۴۹۱ مورخ ۱۳۹۹/۱۲/۱۳ دفترخانه ۳ شیراز محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵روز 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 و پس از اخذ رسید، بدهیی است در صورت انتقضای مدت مذکور و عدم وصول اعتراض طبق مقررات سند مالکیت صادر خواهد شد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۲/۴/۱۰

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۴۰۲/۴/۲۵

۲۸۷/م.الف – محسن مظفری نیا  
رئیس ثبت اسناد و املاک

### آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۵ فارس

نظر به اینکه آقای حسن ممتازی فرزند حاج محمد مهدی ممتازی بعنوان متولی حبس مویسد موقوفه حاج محمد مهدی ممتازی مالک شهسدانگ پلاک ۲ فرعی از ۹۴ اصلی واقع در قطعه دو بخش ۵ فارس با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۹۳ مرودشت تنظیم گردیده است. مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به پلاک ۲ فرعی از ۹۴ واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس که به نام آقای حسن ممتازی فرزند حاج محمد مهدی ممتازی بعنوان متولی حبس موید موقوفه حاج محمد مهدی ممتازی ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۲۷۶۰۷۴ صادر که به علت جابه جایی مفقود شده است و موقوفه محمد مهدی ممتازی بسا تولیت اداره اوقاف و امور خیریه مرودشت تقاضای صدور سند مالکیت المثنی پلاک مذکور را نموده است. مراتب طبق ماده ۱۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر طرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۴/۱۰

۶/۲۴/م.الف – رضا حقانی نیا – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت

### آگهی فقدان سند مالکیت بخش ۵ فارس

نظر به اینکه آقای جعفر قهرمانی زاده به موجب وکالت نامه شماره ۷۷۵۶۱ مورخ ۱۴۰۱/۱۰/۱۸ به‌سوء وکالت از مهدی زارع و ایشان نیز به موجب وکالت نامه شماره ۶۶۴۰۰ مورخ ۱۳۹۹/۹/۱۸ به وکالت از سجاد هامیون مالک شهسدانگ پلاک ۱۱۳۸۲ فرعی از ۱۰۱ اصلی واقع در قطعه دو بخش ۵ فارس با تسلیم دو برگ استشهادیه که در دفتر اسناد رسمی شماره ۱۲۸ مرودشت تنظیم گردیده است. مدعی است که تعداد یک جلد سند مالکیت مربوط به پلاک ۱۱۳۸۲ فرعی از ۱۰۱ واقع در قطعه ۲ بخش ۵ فارس که به نام آقای سجاد هامیون ثبت و سند مالکیت بشماره چاپی ۶۵۳۷۵۴ و ۹۸ صادر که به علت جابه جایی مفقود شده است و نامبرده تقاضای صدور سند مالکیت المثنی پلاک مذکور را نموده است. مراتب طبق ماده ۱۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت آگهی می‌شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای کرده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می‌باشد تا ده روز پس از انتشار آگهی به ثبت محل مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت یا خلاصه معامله تسلیم نماید و اگر ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسیده و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود اداره ثبت سند مالکیت المثنی را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۴/۱۰

۶/۳۲/م.الف – رضا حقانی نیا – مدیر واحد ثبتی حوزه ثبت ملک مرودشت