

خوب است بدانیم

ریشه یابی اختلالات رفتاری و روانی

ریشه بسیاری از بیماری‌ها و مشکلات جسمی، روانی و رفتاری بزرگسالی به دوران پیش از تولد بازمی‌گردد



عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی خراسان شمالی خاطرنشان کرد: یکی از بنیادی‌ترین ارکان توسعه پایدار در هر جامعه، برخورداری از نسل‌هایی سالم، باهوش، خلاق و توانمند است. این هدف بلندمدت، از نقطه‌ای آغاز می‌شود که شاید کمتر به آن توجه می‌کنیم، دوران جنینی، مراقبت از جنین نه تنها تضمین‌کننده سلامت فرد در دوران نوزادی و کودکی است، بلکه ریشه بسیاری از بیماری‌ها و مشکلات جسمی، روانی و رفتاری بزرگسالی نیز به دوران پیش از تولد بازمی‌گردد. دکتر «مهدی کارث‌آبادی» با اشاره به این‌که بر اساس شواهد علمی گسترده، تغذیه مادر، سطح استرس، ابتلا به بیماری‌های مزمن یا عفونت‌ها، مصرف داروها یا مواد مضر و حتی وضعیت روانی او، به‌صورت مستقیم بر سلامت جسمی، رشد مغزی و حتی آینده روانی و اجتماعی کودک تأثیرگذار است، گفت: تحقیقات نشان داده‌اند که بسیاری از بیماری‌های غیرواگیر نظیر دیابت نوع ۲، پرفشاری خون، بیماری‌های قلبی و حتی اختلالات رفتاری و روانی، ممکن است ریشه در اختلالات تغذیه‌ای یا التهابی دوران جنینی داشته باشند، به همین دلیل، مراقبت از جنین، سرمایه‌گذاری بر سلامت آینده جامعه است. وی بیان این‌که مراقبت‌های دوران بارداری شامل مجموعه‌ای از اقدامات بهداشتی، تغذیه‌ای، روانی و پزشکی است که باید به‌طور مستمر و هدفمند انجام شود، افزود: مراقبت‌های قبل از بارداری، شامل اصلاح تغذیه و مکمل‌یاری، ترک مصرف سیگار و سایر مواد مضر و آماده‌سازی روانی و افزایش سواد باروری است. وی اضافه کرد: پس از این مرحله، مراقبت‌های دوران بارداری قرار دارد و در این مرحله مراجعه منظم به مراکز بهداشتی و انجام مراقبت‌های ماهانه، کنترل فشار خون، قند خون، وزن‌گیری مادر و وضعیت رشد جنین، حفظ سلامت روان، کاهش استرس و حمایت عاطفی، تغذیه سالم با توجه به نیازهای بارداری(پروتئین، ویتامین‌ها، آهن و کلسیم) انجام و از مصرف خودسرانه دارو پرهیز شود. دکتر «حارث آبادی» نقش مراقبت‌های اجتماعی و محیطی را بر داشتن جنینی سالم مورد تأکید قرار و ادامه داد: ایجاد محیط خانوادگی آرام و امن برای مادر باردار، حمایت اجتماعی از زنان باردار در محل کار و جامعه، آموزش پدران در زمینه نقش حمایتی در دوران بارداری باید به‌طور ویژه مدنظر قرار گیرد. وی با بیان این‌که در راستای تأمین سلامت مادر و جنین، نظام سلامت کشور، با رویکرد پیشگیرانه، مجموعه‌ای از خدمات بهداشتی رایگان و تخصصی را برای زنان باردار فراهم کرده است، عنوان کرد: پوشش مراقبت‌های دوران بارداری در خانه‌های بهداشت و مراکز جامع سلامت انجام می‌شود. وی با بیان این‌که پایش رشد جنین نیز مرتباً توسط مراقبان سلامت و ماماها در این مراکز و مراکز درمانی انجام می‌شود، ادامه داد: در بخشی از این مراقبت‌ها آموزش‌های روان‌محور برای مادران در دوران بارداری ارائه می‌شود. عضو هیئت علمی و معاون آموزشی و تحصیلات تکمیلی دانشکده پرستاری و مامایی بجنورد با بیان این‌که مادران باردار از گروه‌های هدف نظام سلامت کشور است، بیان کرد: پایش تغذیه و مکمل‌یاری رایگان برای مادران انجام می‌شود و مادران نیازمند به مراقبت‌های ویژه نیز از طریق سیستم ارجاع به سطح بالاتر خدمات درمانی معرفی می‌شود. وی با بیان این‌که ساختن آینده‌ای روشن، با کودکانی سالم، شاداب و توانمند، از رجم مادر آغاز می‌شود، یادآور شد: اگر بخواهیم سرمایه انسانی سالمی برای فردای این سرزمین داشته باشیم، باید امروز مراقب جنین‌ها باشیم. این مراقبت تنها مسئولیت مادر نیست، بلکه مسئولیت مشترک خانواده، جامعه و نظام سلامت است.

آن چه باید درباره آلرژی فصلی بدانیم

گروه سلامت- یکی از مشکلاتی که با شروع فصل بهار برای برخی از افراد دردسرساز می‌شود آلرژی فصلی است. چمن‌های تازه چیده شده، شکوفه‌های درختان و گل‌ها و علف‌های هرز، گرده آزاد می‌کنند و باعث آلرژی‌های فصلی(که به عنوان تب یونجه نیز شناخته می‌شود) در حدود ۴۰ تا ۶۰ میلیون نفر در هر سال یا تا ۲۰ درصد از افراد ساکن در برخی کشورها می‌شوند. نظرسنجی‌ها نشان داده‌اند که علائم آلرژی فصلی در صورت عدم درمان می‌توانند بسیار ناراحت‌کننده شوند و فعالیت‌های روزمره را تحت تأثیر قرار دهند و گاهی اوقات حتی باعث حملات آسم شوند. درمان علائم تب یونجه می‌تواند بستری شدن در بیمارستان و موارد اورژانسی مربوط به آسم را کاهش دهد. چگونه آلرژی‌های فصلی را درمان می‌کنید؟ خبر خوب این است که درمان‌های طبیعی آلرژی می‌توانند به اندازه داروهای آلرژی مؤثر و در بسیاری از موارد حتی مؤثرتر باشند. برخی از بهترین گزینه‌ها برای مدیریت علائم آلرژی فصلی عبارتند از ایجاد تغییراتی در رژیم غذایی برای کاهش آلرژن‌های رایج و غذاهای التهابی، مصرف مکمل‌هایی که از سیستم ایمنی بدن حمایت می‌کنند و پاکسازی خانه از عوامل محرک آلرژی. در ادامه به نقل از دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، آن چه را که باید درباره آلرژی فصلی بدانیم مرور می‌کنیم.

آلرژی فصلی چیست؟

آلرژی‌های فصلی که رینیت آلرژیک نیز نامیده می‌شوند، وضعیتی هستند که کماری بینی را تحت تأثیر قرار می‌دهند. این وضعیت با وجود سلول‌های التهابی در مخاط و زیر مخاط مشخص می‌شود. زمان سال که فرد از تب یونجه رنج می‌برد، به عوامل محرک خاص آن فرد بستگی دارد. رینیت آلرژیک می‌تواند نه تنها در بهار، بلکه در طول تابستان و پاییز نیز بسته به فرد رخ دهد. در حالی که تب یونجه اغلب در سنین پایین شروع می‌شود، می‌تواند در هر زمان و برای هر کسی رخ دهد. گاهی اوقات علائم آلرژی فصلی با گذشت سال‌ها محو می‌شوند، اما بعداً در زندگی دوباره ظاهر می‌شوند. اگر رینیت آلرژیک را در یک مکان تجربه و به منطقه جدیدی با انواع مختلف گیاهان نقل مکان می‌کنید، ممکن است علائم شما از بین برود یا احتمالاً بدتر شود. گرده یکی از عوامل اصلی آسم فصلی است. هر درخت، گل و علف هرز گرده آزاد می‌کند، اما همه افراد حساسیت یا واکنش آلرژیک به همه انواع گرده ندارند. توجه و تشخیص این‌که دقیقاً چه چیزهایی علائم تب یونجه شما را تحریک می‌کنند، مهم است. برای برخی افراد، درختان سنوبر و علف‌های هرز عامل مشکلات هستند، در حالی که دیگران با چمن دست و پنجه نرم می‌کنند. تحقیقات نشان داده است که نزدیک به ۷۵ درصد از افرادی که در ایالات متحده از آلرژی‌های فصلی رنج می‌برند، به علف‌های هرز حساسیت دارند. برخلاف چمن، درختان و گل‌هایی که در بهار و تابستان گرده تولید می‌کنند، گرده ناشی از علف‌های هرز اغلب در پاییز به اوج خود می‌رسد. نزدیک به یک سوم از افرادی که به علف‌های هرز حساسیت دارند، واکنش‌های آلرژیک به برخی غذاها را نیز تجربه می‌کنند. این غذاها شامل خیار، خربزه، کدو سبز، تخمه آفتابگردان، موز و چای بابونه هستند.

آلرژی فصلی چه علائمی ایجاد می‌کنند؟

شایع‌ترین علائم رینیت آلرژیک عبارتند از: گرفتگی بینی، آبریزش بینی، ترشحات پشت حلق، تولید بیش از حد مخاط، عطسه، آبریزش بینی، خارش و آبریزش چشم، گلودرد، خارش و تحریک در گوش‌ها، کاهش تمرکز و توجه کاهش قدرت تصمیم‌گیری، خستگی و اختلالات خواب، تغییرات خلقی، تحریک‌پذیری، فشار خون پایین، آسم، کپیر، اکزما، عفونت گوش میانی، سرفه، تورم و کبودی زیر چشم، سر درد، تنگی نفس و خس خس سینه. تب یونجه می‌تواند شبیه سرماخوردگی معمولی یا عفونت سینوسی باشد، اما سرماخوردگی و عفونت‌های سینوسی بسیار سریع‌تر از آلرژی‌های فصلی می‌آیند و می‌روند. آلرژی‌های فصلی معمولاً تا زمانی که گرده غیرفعال شود، از بین نمی‌روند. فرد مبتلا به آلرژی‌های فصلی، فصل به فصل با چالش‌های مشابهی رو به رو می‌شود. هنگامی که ماده آلرژی‌زا گرده، کپک یا ماده دیگری ملق در هوا باشد، علائم معمولاً در ریه‌ها، بینی و چشم‌ها ظاهر می‌شوند. از طرف دیگر، آلرژی‌های غذایی بیشتر دهان و معده را تحت تأثیر قرار می‌دهند و ممکن است باعث بثورات پوستی شوند. محققان در مورد این‌که چرا این مشکل در ۳۰ سال گذشته بدتر شده است اختلاف نظر دارند، اما همگی توافق دارند که آلرژی به گرده، کپک و برخی غذاها به‌طور تصاعدی در حال افزایش است. ما می‌دانیم که افزایش میزان گرده یکی از اثرات بهداشتی تغییرات آب و هوایی است. در سال ۲۰۰۰، میزان گرده ثبت شده ۸۴۵۵ دانه در متر مکعب بود. پیش‌بینی می‌شود که این تعداد تا سال ۲۰۴۰ به مراتب بیش از ۲۰۰۰ برسد.

چگونه متوجه می‌شوید که آلرژی بدی دارید؟

همان‌گروه و مواد آلرژی‌زا که علائم آلرژی فصلی را تحریک می‌کنند، گاهی اوقات می‌توانند علائم جدی‌تری مانند حملات آسم ایجاد کنند که منجر به خس خس سینه، تنگی نفس، احساس فشار در قفسه سینه و مشکل در تنفس می‌شود. به این وضعیت آسم ناشی از آلرژی یا آسم آلرژیک گفته می‌شود. افراد با سیستم ایمنی ضعیف، بیماری مزمن انسدادی ریه(COPD) و سایر مشکلات تنفسی نیز باید علائم آلرژی فصلی خود را مدیریت کنند تا از عوارض بیشتر جلوگیری کنند.

تغییرات در رژیم غذایی، مکمل‌های طبیعی، روغن‌های ضروری و تغییرات در سبک زندگی می‌توانند کمک کنند، اما اگر از چندین بیماری که تنفس شما را تحت تأثیر قرار می‌دهند رنج می‌برید، مراجعه به پزشک، اقدام هوشمندانه‌ای است.

علل

همانطور که ذکر شد، نمونه‌هایی از عوامل آلرژی‌زا که می‌توانند علائم تب یونجه را ایجاد کنند عبارتند از: گرده(درختان، گل‌ها و چمن)، علف‌های هرز، کپک، گرد و غبار، چمن باقی‌مانده از درختان و گل‌ها؛ این عوامل محرک به احتمال زیاد در هوای خشک و گرم منجر به علائم رینیت می‌شوند. علائم آلرژی به دلیل آزاد شدن هیستامین در بدن ما در پاسخ به یک ماده آلرژی‌زا ایجاد می‌شوند. بنابراین، داشتن یک سیستم ایمنی قوی برای مبارزه با آلرژی‌های فصلی کلیدی است، زیرا به کنترل انتشار هیستامین کمک می‌کند. آیا می‌دانستید که اگر شرایط پزشکی زمینه‌ای خاصی داشته باشید، خطر ابتلا به علائم آلرژی فصلی به‌طور چشمگیری افزایش می‌یابد؟ آسم، استرس مدیریت نشده، انحراف تیغه بینی، پولیپ‌های بینی، ضربه یا بیماری اخیر، بارداری و حتی آلرژی‌های غذایی می‌توانند شما را در معرض خطر بیشتری قرار دهند. به گفته «جانز هاپکینز» مدیسین، آلرژی‌ها در واقع اختلالات سیستم ایمنی هستند. بدن نسبت به مواد بی‌ضرر واکنش بیش از حد نشان می‌دهد و برای حمله به آن ماده آنتی‌بادی تولید می‌کند. این همان چیزی است که باعث بروز علائم می‌شود. اگر شرایط ذیل را داشته باشید، به ویژه مستعد ابتلا به تب یونجه هستید: سیستم ایمنی ضعیف، ضربه فیزیکی یا جراحی بیماری‌های زمینه‌ای، مقادیر بالای استرس عاطفی و جسمی، کمبود خواب و بارداری.

استرس نقش مهمی در حفظ دفاع ایمنی دارد و استرس مدیریت نشده می‌تواند منجر به بدتر شدن واکنش‌های آلرژیک شود. زنانی که باردار هستند، حتی کسانی که قبلاً هرگز از آلرژی رنج نبرده‌اند، بیشتر مستعد ابتلا به رینیت آلرژیک هستند. در واقع، از هر ۱۰۰ زن باردار، یک نفر که در دوران بارداری از آسم رنج می‌برد و بسیاری بیشتر از تب یونجه رنج می‌برند. درمان ایمن آلرژی در دوران بارداری می‌تواند دشوار باشد، زیرا اکثر داروهای آلرژی بدون نسخه(OTC) و تجویزی برای زنان باردار یا شیرده ایمن در نظر گرفته نمی‌شوند.

خوشبختانه، درمان‌های طبیعی مؤثر متعددی وجود دارد که برای کودکان، زنان باردار و سالمندان ایمن هستند. از آلرژی‌ها نمی‌توان به‌طور کامل پیشگیری کرد، اما واکنش‌های آلرژیک معمولاً قابل پیشگیری هستند. یا حداقل می‌توان آن‌ها را کاهش داد. هدف از درمان، اجتناب از تماس با ماده آلرژی‌زا است، اما بسته به سبک زندگی شما، این می‌تواند بسیار دشوار باشد. درمان آلرژی‌های شما معمولاً به یک مداخله چند جانبه نیاز دارد، مداخله‌ای که رژیم غذایی، سبک زندگی و درمان‌های طبیعی شما را در بر می‌گیرد.

غذاهایی که باید در فصل آلرژی از آن‌ها اجتناب کنید

از هر غذایی که به آن آلرژی دارید یا به آن حساسیت دارید، باید اجتناب شود. اگر مطمئن نیستید که حساسیت‌های غذایی شما تا چه حد گسترده است، یک رژیم غذایی حذفی می‌تواند به شناسایی غذاهایی که می‌توانند آلرژی شما را بدتر کنند، کمک کند.

در این جا برخی از آلرژن‌های غذایی رایج آورده شده است: کافئین، لبنیات معمولی، شکلات بادام زمینی، شکر، شیرین کننده‌های مصنوعی، غذاهای فرآوری شده، خربزه، موز، خیار، تخمه آفتابگردان، آب مرکبات صنعتی، بابونه، گندم، سویا، سیب، گیلاس، هلو، گوجه فرنگی، کرفس و میوه‌های خشک. علاوه بر این موارد، بسیاری از مواد نگهدارنده غذایی رایج، از جمله بی سولفیت سدیم، بی سولفیت پتاسیم، سولفیت سدیم و شیرین کننده‌های مصنوعی، می‌توانند در علائم رینیت آلرژیک شما نقش داشته باشند. این آلرژن‌های غذایی رایج، پروتئین‌هایی مشابه گرده دارند. به این ترتیب، ممکن است سیستم ایمنی شما را گیج کند و منجر به واکنش آلرژیک شوند. از میوه‌های خشک، آب مرکبات صنعتی، میگو و هرگونه غذای بسیار فرآوری شده اجتناب کنید. بسیاری از افراد همچنین با اجتناب از غذاهایی که باعث تولید مخاط می‌شوند، تسکین می‌یابند و فقط لبنیات نیستند که در تولید مخاط نقش دارند.

لبنیات معمولی، گلوتن، شکر، نوشیدنی‌های کافئین دار و همچنین هر غذایی که به آن حساسیت دارید، می‌تواند واکنش شما را بدتر کند. اگر به علف‌های هرز آلرژی دارید، مهم است که از خربزه، موز، خیار، تخمه آفتابگردان و بابونه اجتناب کنید، زیرا می‌توانند واکنش‌های آلرژیک را در سیستم شما تحریک کنند. هدف از محدود کردن غذاهایی که به آن‌ها حساسیت دارید، کاهش بار کلی بر سیستم ایمنی شما و اجازه دادن به آن برای عملکرد بهینه تر است.

بهترین غذاهایی که در فصل آلرژی می‌توانید از آن‌ها لذت ببرید

فهرست غذاهایی که باید از آن‌ها اجتناب کنید ممکن است طاقت‌فرسا به نظر برسد، اما خوشبختانه غذاهایی وجود دارند که می‌توانند به تسکین علائم شما و در عین حال تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کنند. برخی از غذاها دارای خواص آنتی‌هیستامین طبیعی هستند که می‌توانند به آلرژی‌های فصلی کمک کنند، از جمله این موارد:

- ۱- سرکه سیب ممکن است به حل شدن مخاط و حمایت از تخلیه لنفاوی کمک کند و احتقان مرتبط با آلرژی‌های فصلی را کاهش دهد.
- ۲- آب قلم سرشار از اسیدهای آمینه و مواد معدنی است که سلامت روده و پاسخ التهابی متعادل را تقویت می‌کند و به دفاع در برابر آلرژی کمک می‌کند.
- ۳- کلم بروکلی و کلم بروکسل به پاکسازی احتقان و کمک به سم زدایی کمک می‌کنند.
- ۴- مرکبات(مانند پرتقال، لیمو و گریپ فروت) به دلیل محتوای بالای ویتامین C، تقویت کننده آنتی‌هیستامین طبیعی هستند.
- ۵- سبزیجات تازه و ارگانیک ویتامین‌ها، مواد معدنی و آنتی‌اکسیدان‌های ضروری را فراهم می‌کنند که سیستم ایمنی را تقویت و پاسخ متعادل به آلرژن‌ها را ترویج می‌کنند.
- ۶- طپور پروتئین خوب و با کیفیت بالا را ارائه می‌دهد که برای ترمیم بافت و عملکرد سیستم ایمنی ضروری است.
- ۷- زنجبیل و زردچوبه ادویه‌های ضد التهابی قوی هستند که ممکن است به تسکین علائم آلرژی کمک کنند.
- ۸- گوشت‌های تغذیه شده با علف در مقایسه با گوشت‌های پرورش یافته به روش سنتی، حاوی سطوح بالاتری از اسیدهای چرب امگا ۳ و سایر مواد مغذی مفید هستند.
- ۹- غذاهای تند و تیز(مانند فلفل چیلی، ترب گوهی) به‌طور طبیعی به رقیق شدن مخاط و تسکین گرفتگی بینی کمک می‌کنند.
- ۱۰- سبزیجات برگ‌دار (مانند کلم پیچ و اسفناج) سرشار از آنتی‌اکسیدان‌ها و ترکیباتی هستند که به مبارزه با آلرژی کمک می‌کنند.
- ۱۱- پیاز و سیر سرشار از کوئرستین، یک آنتی‌هیستامین طبیعی هستند که می‌تواند از سلامت تنفسی حمایت کند.
- ۱۲- آناناس حاوی بروملین، آنزیمی است که ممکن است به کاهش تورم بینی و رقیق شدن مخاط کمک کند.
- ۱۳- غذاهای غنی از پروبیوتیک (مانند کفیر، کلم ترش، ماست و پنیر خام) میکروبیوم سالم روده را تقویت می‌کنند که نقش حیاتی در تنظیم پاسخ‌های ایمنی و به حداقل رساندن واکنش‌های آلرژیک دارد.
- ۱۴- عسل خام و محلی ممکن است به مرور زمان با قرار دادن سیستم ایمنی در معرض کمی از گرده محلی، به ایجاد مقاومت در برابر آلرژن‌های گرده کمک کند.
- ۱۵- ماهی‌های چرب صید شده در طبیعت(مانند سالمون و ساردین) اسیدهای چرب امگا ۳ را تأمین می‌کنند که به تنظیم التهاب کمک می‌کنند.
- ۱۶- عسل خام و محلی به دلیل خوبی در این لیست قرار دارد. در یک مطالعه تصادفی و کنترل شده که در یابگانی بین‌المللی آلرژی و ایمونولوژی منتشر شد، بیماران که عسل مصرف کردند، در مقایسه با افرادی که از داروهای آلرژی معمولی استفاده می‌کردند، کنترل بهتری بر آلرژی خود داشتند.
- ۱۷- آب قلم مرغ، گاو یا گوسفند به تسکین مشکلات تنفسی و دفع مخاط اضافی بینی کمک می‌کند. همچنین به کاهش التهاب نیز کمک می‌کند. غذاهای غنی از پروبیوتیک از سلامت روده حمایت می‌کنند، هضم را بهبود می‌بخشند، سطح انرژی را افزایش می‌دهند و مزایای بسیار دیگری دارند.

در اجرای ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آئین نامه اجرائی قانون یاد شده اسامی افرادی که اسناد عادی یا رسمی آنان در هیات مستقر در اداره ثبت اسناد و املاک بجنورد مورد رسیدگی و تأیید قرار گرفته جهت اطلاع عموم در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز در دو نشریه آگهی های ثبتی کنتر الانشمار و محلی بضرخ ذیل آگهی می گردد:

بخش دو بجنورد پلاک ۲۱۷- اصلی اراضی موسوم به قره نوده# ۱- شش‌دانگ یک قطعه زمین مزروعی با کاربری زراعی- باغی در قسمتی از پلاک شماره ۱۵۲ فرعی از اصلی فوق به مساحت ۱۸۶۷.۴۵ متر مربع ایتباغی منا رحمانی فرزند ایرج به میزان یک پنجم مشاع از شش دانگ و ضعی رحمانی فرزند ایرج به میزان یک پنجم مشاع از شش دانگ و هدی رحمانی فرزند ایرج به میزان یک پنجم مشاع از شش دانگ و حامد رحمانی فرزند ایرج به میزان دو پنجم مشاع از شش دانگ از محل مالکیت ثبتی علی اصغر نودهی برابر رای شماره ۱۸۰۹۷-۱۴۰۳/۱۱/۰۱-۱۸۰۹۶-۱۴۰۳/۱۱/۰۱-۱۸۰۹۳-۱۴۰۳/۱۱/۰۱-۱۴۰۳/۱۱/۰۱-۱۴۰۳/۱۱/۰۱- لذا بدین وسیله به فروشدگان و مالکین مشاعی و اشخاص ذینفع در آرای اعلام شده ابلاغ می گردد چنانچه اعتراضی دارند باید از تاریخ انتشار آگهی و در روستاها از تاریخ الصاق در محل تا دوماه اعتراض خود را به اداره ثبت محل وقوع ملک تسلیم و رسید اخذ نمایند مترضین باید طرف یک ماه 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 و اصل نگردد با معترض گواهی تقدیم دادخواست به دادگاه عمومی محل ارائه نمایند اداره ثبت مبادرت به صدور سند خواهد نمود ضمناً صور سند مالکیت مانع از مراجعه معترض به دادگاه نخواهد بود.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۴۰۴/۰۱/۲۳ تا ۱۴۰۴/۰۲/۰۷ تاریخ انتشار نوبت دوم

شماره آگهی: ۱۹۰۴۲۶۱ سعید عقیقی رئیس اداره ثبت اسناد و املاک منطقه دو بجنورد

۱۴۰۴۰۰۱۱۴

روزنامه

خراسان شمالی

توسعه کسب و کار با تبلیغات در روزنامه «خراسان شمالی»

۰۵۸۳۲۲۳۹۷۶۴-۰۹۱۵۱۸۶۳۲۶۳