باورهای غلطی که درباره قدمان داریم!

کوتاهی قد همیشه ناشی از کمبود هورمون رشد نیست.

درمیان سوالات، گاهی به باورهایی برمی خوریم که برای خودمان نیز جالب است. برخی از این سوال ها و باورها را در حوزه بیماری های غدد دسته بندی کرده و آنها را با دکتر منوچهر جزایری، فوق تخصص بیماری-های غدد و استاد دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی مطرح کردیم. جوابهای ایشان خواندنی است. بخوانید!

یکی از رایج ترین سوال هایی که در زمینه بیماری های غدد پرسیده می شود درباره قد و قامت است. خیلی‌ها می گویند قد من کوتاه است پس احتیاج به هورمون رشد دارم! نظر شما چیست؟

کوتاهی قد، همیشه ناشی از کمبود هورمون رشد نیست بلکه یکی از صدها علت کوتاهی قد، کمبود هورمون رشد است که تنها یک درصد از علل را به خود اختصاص می دهد. این یک سوءتفاهم است که نمی دانم از کجا برای خیلی از بیماران پیدا شده است.

آقای ۲۸ ساله ای نوشته اند: «کوتاهی قد در خانواده ما ارثی است! آیا با طب سوزنی یا کفش ها و صندل های مخصوص مغناطیسی یا انرژی درمانی یا بعضی چسب ها و داروهای گیاهی، می شود آن را درمان کرد؟«

نه! این کارها غیرعلمی و سوءاستفاده از ساده اندیشی بعضی بیماران است. علت کوتاهی قد ایشان، همان طور که خودشان اشاره کرده اند، ژنتیک است. عوامل موثر بر رشد طبیعی به دو گروه پیش از تولد (داخل رحمی) و پس از تولد تقسیم می شوند. عوامل داخل رحمی (دوران جنینی) شامل هورمون تیرویید، هورمون رشد، انسولین، IGF، سلامت و تغذیه مادر و غیره است و عوامل پس از تولد شامل هورمون رشد، تیرویید، هورمون های جنسی، کورتیزول، عوامل ژنتیک، عوامل اقتصادی، روانی، اجتماعی، تغذیه و بیماری های مزمن. در اهمیت زندگی داخل رحمی همین بس که از لحظه انعقاد نطفه تا تولد نوزاد، وزن بدن جنینی ۱۰۷۴۴ برابر می شود (میلیاردها برابر)؛ در حالی که از لحظه تولد تا آخر عمر، حداکثر ۲۰ برابر می شود. قد جنین نیز طی دوره داخل رحمی، ۳۸۵۰ برابر می شود؛ در حالی که از تولد تا مرگ فقط سه تا چهار برابر می شود.

بعضی ها می گویند چون قدم کوتاه است، پس در هر سنی که باشم، باید هورمون رشد تزریق کنم!

اولا که هرکه قدش کوتاه است، معلوم نیست که به علت کمبود هورمون رشد باشد. دلایل متنوعی برای کوتاهی قد وجود دارد که یکی از آنها کمبود هورمون رشد است (کمتر از یک درصد موارد). دوم اینکه ممکن است هورمون رشد به حد کفایت تراوش شود و غلظت آن در خون کافی باشد ولی در سلول های هدف، مقاومت وجود داشته باشد (نشانگان لارون). سوم اینکه، هورمون رشد فقط تا زمانی موثر است که صفحات رشد بسته نشده باشد.

اگر صفحه رشد بسته باشد و بلوغ استخوان ها و سن استخوانی تمام شده باشد، مانند فشار وارد آوردن به در بسته است و هیچ اثری ندارد. صفحات رشد اغلب با پایان دوران بلوغ، بسته می شوند و رشد آنها تمام می شود. خلاصه این که اگر هورمون رشد بدون دلیل علمی استفاده شود نه تنها موثر نیست بلکه با عوارض و اثرات جانبی جبران ناپذیری همراه خواهد بود.

چند روز پیش آقایی ۲۵ ساله از ما سوال کرد که: «قد من ۱۷۸ سانتی متر است ولی چون می-خواهم دروازه بان شوم، باید به ۱۹۰ برسم. آیا با هورمون رشد ممکن است؟»

شما باید به ایشان می گفتید که قد شما طبیعی است و در صدک های بالا قرار دارد و احتیاج به هورمون رشد ندارید. شما به واقع بینی و واقع گرایی و اعتدال فکری نیاز دارید.

و یک سوال دیگر اینکه: «من خیلی چاقم؛ وزنم ۹۸ کیلو و قدم ۱۶۰ سانتی متر است. مادر و خواهرم هم چاقند و رژیم غذایی جواب نمی دهد. آیا کم کاری تیرویید دارم؟«

چاقی های قدیمی و مفرط که از کودکی شروع شده، معمولا مربوط به کم کاری غدد تیرویید نیست بلکه جنبه ژنتیک و خانوادگی دارد و با مصرف قرص لووتیروکسین قابل درمان نیست.

درمان صحیح این چاقی ها عبارت است از: اصلاح شیوه زندگی،تغذیه صحیح، ورزش، رژیم غذایی، رفع استرس و ...در واقع، کم کاری تیرویید فقط چند کیلو اضافه وزن می دهد (حداکثر ۷تا ۸ کیلو) که آن هم بعد از ۶ هفته مصرف لووتیروکسین سدیم، اصلاح می‌شود و بیمار به وزن سابق برمی-گردد.

تغذیه در زندگی کارمندی

خانم ها سعی کنند که هفته ای ۲ عد د قرص آهن در وسط غذا میل کنند.

امروزه نقش تغذیه و جایگاه اساسی آن در تمامی گروه های سنی و نیز ارتباط بین شغل کارکنان و مدیران و کارمندان و وضعیت سلامت جسمی آنان کاملا آشکار شده است. در بین گروه های شغلی امروزی کارمندان گروه بسیار بزرگی از این افراد را تشکیل می دهند . محیط کار آنان در سلامتی آن ها و در نتیجه راندمان کار آنان اثر مستقیمی دارد . ضمن اینکه تغذیه مناسب نیز می-تواند در فکر و جسم کارمند ان تاثیر مناسبی بگذارد.

متاسفانه در سال های اخیر به دلیل عدم آشنایی کارمندان با علم تغذیه و نبود برنامه تغذیه علمی، برای این گروه از اجتماع و لزوم توجه به ورزشهای مناسب برای آنان و عدم تحرک کافی، درصد بالایی از این گروه بخصوص خانم ها را که استعداد بیشتری برای اضافه وزن دارند، دچار آسیب های جسمی جدی کرده است که نمونه کوچکی از این مطلب مراجعه فراوان کارمندان به مراکز تغذیه و رژیم درمانی است.

آسیب های تغذیه نامناسب برای کارمند ان

از آسیب های احتمالی برای کارمندان که رابطه مستقیم بین تغذیه نامناسب و شغل آنها دارد می-توان به چاقی، اختلالات استخوانی، انواع آرتروزها، انواع اختلالات عصبی، روحی روانی و چاقی های موضعی در افراد مستعد اشاره کرد .

در رابطه با جلوگیری از این آسیبها و نیز کمک به افراد درگیر عوارض تغذیه نامناسب نکات زیر بسیار حیاتی است. یکی از مهم ترین راه های پیشگیری مشکلات جسمی کارمندان، با توجه به اینکه پیشگیری همیشه راه حل مناسب تری برای افراد است، ورزش کرد ن است. مسئولان اداره ها می توانند از مدرسان ورزش های عمومی کمک گرفته و با راه اندازی آموزش های عمومی و نیز کلاس های ورزشی مخصوص خانم ها و آقایان به از بین بردن این معضل کمک کنند. با وجود سوء تغذیه و کمبود فراوان مواد غذایی اصلی، شیوع چاقی مخصوصا در کارمندان که تحرک کمتری دارند هشدار دهند ه است و در راس بیماری های متابولیک امروزی، چاقی و فشارخون بالا، کمترین عوارض کم تحرکی است.

کارمندان عزیز باید سعی کنند از مصرف آب و مایعات و چای کمرنگ غافل نشوند. نوشیدن ۶ تا ۸ لیوان آب در روز مفید است. بخصوص خانم ها سعی کنند بلافاصله بعد از مصرف غذا از نوشیدن چای خودداری کنند و ۴۵ دقیقه بعد از غذا چای را بنوشند . این عمل باعث جلوگیری از کم خونی فقر آهن خواهد شد . کارمندان عزیز سعی کنند در محیط کار مصرف مایعات خود را افزایش داده و تا حد امکان از آسانسور استفاد ه نکنند.

سعی کنید سیگار را از برنامه زندگیتان حذف کنید. در صورت بروز مشکلاتی که با تغذیه ارتباط دارد از مشاوران تغذیه مجرب کمک بگیرید تا زندگی سالمی د اشته باشید.

بیماری هایی که کارمند ان را تهد ید می کند

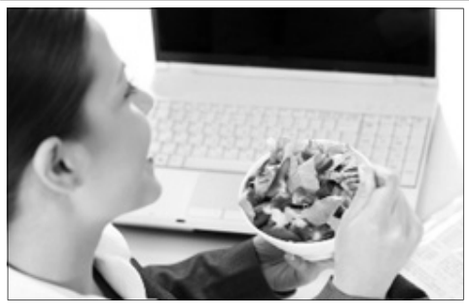
از جمله بیماری هایی که کارمند ان را تهد ید می‌کند می توان به انواع بیماری های ناشی از بی تحرکی مانند بالا رفتن فشار خون، چربی خون، بیماری های قلبی عروقی، انواع آرتروزهای مختلف، انحنای ستون فقرات، چاقی های عمومی و موضعی اشاره کرد . اما همیشه پیشگیری بهتر از درمان است، برای جلوگیری از ابتلا به این بیماریها نیز راه های فراوانی وجود دارد که از جمله این راه ها می توان به ایجاد مراکز آموزش عمومی ورزش های متناسب با حرفه کاری، آشنا کردن کارمندان با ورزشهای عمومی و تخصصی نوع کار، استفاد ه از مشاوران و کارشناسان تغذیه جهت توصیه غذای مناسب برای کارمندان و بخصوص استفاده از غذاهایی که کمتر چاق کننده اند، ایجاد زمان های مناسب برای ورزشهای روزانه یا هفتگی (حداقل هفته‌ای دو روز ورزش همگانی بسیار مفید است)، استفاده از نوشیدنی ها بدون قند و شکر، ماست، دوغ، ماءالشعیر، چای بدون قند و استفاد ه از کشمش و توت خشک و مویز و خرمای خشک به جای قند و شکر (البته اعتدال در مصرف آنها نیز لازم است)، استفاده از میان وعده های غذایی مانند میوه های مناسب یا خرما که حاوی آنتی اکسیدان هستند، ایجاد غذای رژیمی، مخصوص افرادی که دچار اضافه وزن هستند و د ر صورت لزوم بهره گیری از نوشته‌های آموزشی شناخت کالری غذاها و اثرات مثبت و منفی آن ها از جمله موارد مفید قابل ذکر می باشند.

در مراجعات به مشاوران و متخصصان تغذیه مشاهده شده است که متاسفانه درصد بالایی از مراجعان چاق را خانم های کارمند تشکیل می-دهند که بخصوص از چاقی موضعی رنج می‌برند . جهت اجرای دقیق رژیم غذایی مشکل اصلی آنها عدم همکاری محیط کارشان از نظر غذاست.

متاسفانه هنوز عادت های غلط گذشته که آشپز جهت خوشمزه کردن غذای خود از نمک و چربی زیاد استفاده می‌کند، رایج بوده و این موضوع خود یکی از مهم ترین مسائلی است که به ابتلای کارمندان به انواع بیماری های مرتبط دامن می زند و لازم است که مسئولان محیط کاری موارد لازم را اعمال کنند.

رژیم غذایی مناسب برای کارمند ان

همانگونه که تاکید شد، توجه به سلامت جسمی کارمندان می تواند سلامت فکری آن ها را ایجاد و راندمان کار بالاتری را حاصل کند. بنابراین



یک برنامه غذایی مناسب جهت استفاده کارمندان به شرح زیر خواهد بود:

*از گوشت قرمز کم چرب د رهفته حد اکثر ۲ تا ۳ بار استفاد ه کنند.

*شیر و ماست بخصوص د ر غذای خانم ها جمعا بین ۲ تا ۳ لیوان د ر روز مصرف شود . باید دانست که هر لیوان شیر معاد ل یک لیوان ماست و یا دو لیوان دوغ و یا حدود اً ۴۵ گرم پنیر است.

*میوه ها حدود دو تا چهار بار در روز مصرف شود . سالاد و سبزیجات زیاد میل شود.

اگر باز هم بیشتر بخواهید بد انید که چه خوراکهایی برای کارمند ان مفید است باید اشاره کنیم نکات زیر در سلامت تغذیه ای شما بسیار کمک کننده خواهد بود:

*سعی کنید روزانه ۶ الی ۸ عدد خرما میل کنید. ولی به یاد د اشته باشید که باید قندهای ساده را حذف کنید.

*سیب درختی حداقل یک عدد در روز بسیار مفید است.

*سویای بو داده و یا برشته شد ه را حد اقل حدود ۲۰ عدد در روز میل کنید؛ برای حافظه بسیار مفید است.

*ماهی را به خاطر امگا ۳ بالایی که دارد بخصوص ماهی قزل آلا هفته ای ۲ تا ۳ بار میل کنید . سعی کنید از ماهی های آب های آزاد مثل ماهی های جنوب بیشتر استفاد ه کنید.

*پرتقال، موز، هویج خام، سبزیجات رنگی بخصوص کلم، گل کلم و کلم بروکلی را زیاد میل کنید.

*خانم ها سعی کنند که هفته ای ۲ عدد قرص آهن در وسط غذا میل کنند و اگر دچار کم خونی اند مصرف روزی یک عد د قرص آهن توصیه می شود. بهتر است در این زمینه از مشاوره متخصصان تغذیه بهره بگیرید.

*خانم ها هفته ای یک بار جگر و اسفناج را همراه ویتامین C میل کنند . ویتامین C به راحتی با مصرف لیمو ترش و آب پرتقال طبیعی یا آب گوجه فرنگی تامین می شود.

*پیاد ه روی روزانه حد اقل نیم ساعت شما را در مقابل بسیاری از بیماری ها مصون نگه می د ارد.

آگهی ابلاغ وقت دادرسی

بدینوسیله اعلام می‌شود آقای رضا بازیار فرزند علی دادخواستی به خواسته الزام به انتقال سند رسمی ششدانگ عرصه و اعیان یک درب باغ مرکبات به طرفیت آقایان و خانم‌ها ۱- فریدون ۲- سیروس ۳- تیمور ۴- مسعود ۵- محمد ۶- روح انگیز ۷- فرخنده ۸- پروین ۹- افسانه همگی حق کار فرزندان شعبان ۱۰- صفا ایزدی فرزند محمدجواد تسلیم دادگاه عمومی چنارشاهیجان نموده که به این شعبه ارجاع و به کلاسه ۹۳۲۵۱۷ح ۱ ثبت و وقت رسیدگی برای روز ۹۳/۱۱/۱۵ ساعت ۱۰ صبح تعیین شده است با توجه به مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور دادگاه و تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ انتشار این آگهی ظرف یک ماه به دفتر این دادگاه واقع در چنارشاهیجان مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر این صورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد. ۲۲۸۴/ م الف

۳/۲۰۷۸ ت — مدیر دفتر شعبه اول دادگاه عمومی چنارشاهیجان

آگهی احضار متهم از طریق دادسرا

نظر به اینکه آقای علی جوکار فرزند محمدرضا به اتهام مشارکت در آدم ربایی از طرف این دادسرا تحت تعقیب است و ابلاغ اوراق احضاریه به واسطه نامعلوم بودن محل اقامت او میسور نگردیده بدینوسیله در اجرای ماده ۱۱۵ قانون آیین دادرسی دادگاه-های عمومی و انقلاب در امور کیفری مراتب به نامبرده ابلاغ تا در تاریخ ۹۳/۱۰/۲۰ ساعت ۱۰ صبح در شعبه دوم بازپرسی دادسرای عمومی و انقلاب شهرستان کازرون به منظور پاسخگویی و دفاع از اتهام انتسابی حاضر شده و در صورت عدم حضور پس از یک ماه از تاریخ انتشار آگهی اقدام قانونی معمول و به موجب مواد ۲۱۷ و ۲۱۸ قانون فوق الاشعار اتخاذ تصمیم غیابی خواهد شد. ۲۳۳۷/ م الف

۳/۲۱۲۰

مدیر دفتر شعبه دوم دادسرای عمومی و انقلاب کازرون

آگهی ابلاغ وقت دادرسی و دادخواست و ضمائم به خوانده

در پرونده کلاسه ۹۳/۲۶۴ خواهان علی وزیری به وکالت از محمود پیرآلو دادخواستی به خواسته مطالبه مبلغ سی میلیون و سیصد و چهل و پنج هزار ریال و خسارات به طرفیت حمید فرشاد فرزند احمد که مجهول المکان می‌باشد تسلیم شوراهای حل اختلاف کازرون (شعبه اصناف) نموده که به این شعبه ارجاع و و وقت رسیدگی برای روز دوشنبه ۹۳/۱۱/۲۰ ساعت ۱۶ عصر تعیین شده به علت مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور شورا و تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دبیرخانه شورا مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت مقرر بالا جهت رسیدگی حضور بهمرساند در غیر این صورت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد.

۲۳۳۲/ م الف

۳/۲۱۱۹ — راسخی – رییس شورای حل اختلاف شعبه اصناف کازرون

آگهی ابلاغ وقت دادرسی

بدینوسیله اعلام می‌شود قلی باقری فرزند رمضان دادخواستی به خواسته الزام به تحویل سند خودرو ۲۰۶ به شماره شهربانی ۴۳- ۱۳۳ ل ۴۲ به انضمام مطالبه هزینه دادرسی و حق الوکاله وکیل و سایر خسارات به طرفیت خوانده حمید اکبری فرزند اسماعیل تسلیم دادگستری کازرون نموده که به این شعبه ارجاع و به کلاسه ۹۲۰۶۷۳ ح ۴ ثبت و وقت رسیدگی برای روز چهارشنبه ۹۳/۱۱/۱۵ ساعت ۱۰ صبح تعیین شده است با توجه به مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور دادگاه و تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی مراتب یک نوبت آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ انتشار این آگهی ظرف یک ماه به دفتر این دادگاه واقع در دادگستری کازرون مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت یاد شده جهت رسیدگی حاضر گردد در غیر این صورت وفق مقررات قانونی اتخاذ تصمیم خواهد شد.

۲۳۲۵/ م الف

۳/۲۱۱۲ — کشاورزپور – مدیر دفتر شعبه چهارم حقوقی کازرون

آگهی ابلاغ وقت رسیدگی

خواهان آقای جمشید حسنی فرزند طمراس دادخواستی به طرفیت خوانده پارسا حاجی پور فرزند منوچهر به خواسته مطالبه وجه تقدیم دادگاه‌های عمومی شهرستان کازرون... که جهت رسیدگی به شعبه اول دادگاه عمومی (حقوقی) دادگستری شهرستان کازرون واقع در شهرستان کازرون ارجاع و به کلاسه پرونده ۹۳۰۵۴۷ ثبت گردیده و وقت رسیدگی آن جهت مورخ ۱۳۹۳/۱۱/۱۳ ساعت ۹ صبح تعیین شده است. به علت مجهول المکان بودن خوانده و درخواست خواهان و به تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی دادگاه‌های عمومی و انقلاب در امور مدنی و دستور دادگاه مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده پس از نشر آگهی و اطلاع از مفاد آن به دادگاه مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی حاضر گردد. ۳/۲۱۱۴

۲۳۲۷/ م الف — مدیر دفتر دادگاه حقوقی شعبه اول

دادگاه عمومی(حقوقی) دادگستری کازرون

آگهی ابلاغ وقت رسیدگی

خواهان آقای جمشید حسنی فرزند طمراس با وکالت آقای صادق دژبخش دادخواستی به طرفیت خوانده آقای نویدرضا شعبانی نایینی فرزند عباسعلی به خواسته تقدیم دادگاه‌های عمومی شهرستان کازرون... که جهت رسیدگی به شعبه اول دادگاه عمومی (حقوقی) دادگستری شهرستان کازرون واقع در شهرستان کازرون ارجاع و به کلاسه پرونده ۹۳۰۵۴۹ ثبت گردیده و وقت رسیدگی آن جهت مورخ ۱۳۹۳/۱۱/۱۳ ساعت ۱۰ صبح تعیین شده است. به علت مجهول المکان بودن خوانده و درخواست خواهان و به تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی دادگاه‌های عمومی و انقلاب در امور مدنی و دستور دادگاه مراتب یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده پس از نشر آگهی و اطلاع از مفاد آن به دادگاه مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت و در وقت مقرر فوق جهت رسیدگی حاضر گردد. ۳/۲۱۱۴

۲۳۲۶/ م الف — مدیر دفتر دادگاه حقوقی شعبه اول

دادگاه عمومی(حقوقی) دادگستری کازرون

آگهی ابلاغ وقت دادرسی و دادخواست و ضمائم به خوانده

در پرونده کلاسه ۹۳/۵۲۲ خواهان ضرغام شهریاری فرزند رضا دادخواستی به خواسته مطالبه مبلغ ۳۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال مطالبه وجه چک به طرفیت حامد علیجانی فرزند قدیرعلی که مجهول المکان می‌باشد تسلیم شوراهای حل اختلاف کازرون (شعبه اول) نموده که به این شعبه ارجاع و و وقت رسیدگی برای روز دوشنبه ۹۳/۱۰/۲۲ ساعت ۴ عصر تعیین شده به علت مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور شورا و تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دبیرخانه شورا مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت مقرر بالا جهت رسیدگی حضور بهمرساند در غیر این صورت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد.

۲۱۹۸/ م الف

۳/۲۱۱۷ — رییس شورای حل اختلاف شعبه اول کازرون

آگهی ابلاغ وقت دادرسی و دادخواست و ضمائم به خوانده

در پرونده کلاسه ۹۳/۵۲۳ خواهان ضرغام شهریاری فرزند رضا دادخواستی به خواسته مطالبه مبلغ ۴۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال وجه چک به طرفیت حامد علیجانی فرزند قدیرعلی که مجهول المکان می‌باشد تسلیم شوراهای حل اختلاف کازرون (شعبه اول) نموده که به این شعبه ارجاع و و وقت رسیدگی برای روز دوشنبه ۹۳/۱۰/۲۲ ساعت ۴/۵ عصر تعیین شده به علت مجهول المکان بودن خوانده به درخواست خواهان و دستور شورا و تجویز ماده ۷۳ قانون آیین دادرسی مدنی یک نوبت در یکی از جراید کثیرالانتشار آگهی می‌شود تا خوانده از تاریخ نشر آگهی ظرف یک ماه به دبیرخانه شورا مراجعه و ضمن اعلام نشانی کامل خود نسخه دوم دادخواست و ضمایم را دریافت نموده و در وقت مقرر بالا جهت رسیدگی حضور بهمرساند در غیر این صورت وفق مقررات اتخاذ تصمیم خواهد شد.

۲۱۹۷/ م الف

۳/۲۱۱۷ — رییس شورای حل اختلاف شعبه اول کازرون

آگهی مزایده اموال غیرمنقول

اجرای احکام شعبه سوم حقوقی دادگاه کازرون به موجب محتویات پرونده اجرایی ۳ له زهرا قشقایی فرزند قاسم به طرفیت ۱- آقای برفعلی رضایی فرزند سیدی اصالتا و به ولایت از صغیر امیر مهدی رضایی ۲- خانم دختربس محمدی فرزند غلامحسین وراث مرحوم صمد رضایی و با استناد به فصل سوم قانون اجرای احکام مدنی راجع به فروش اموال غیرمنقول مبادرت به مزایده پلاکهای ثبتی شماره ۳۲۸ و ۳۲۹ فرعی از ۱۰ قطعه ۴ بخش ۷ فارس واقع در خیابان نیروی انتظامی خیابان امام حسین غربی کوچه شماره ۱۲ به صورت یک ساختمان دو طبقه تفکیک شده با امتیاز آب، برق، گاز و تلفن نموده است. لذا بدین وسیله به اطلاع عموم می‌رساند کسانی که مایل به خرید باشند روز پنجشنبه مورخه ۱۳۹۳/۱۱/۲ ساعت ده صبح در این اجرا حاضر و قیمتهای پیشنهادی خود را ارایه نمایند. قیمت پایه فروش مبلغ ۲/۷۰۰/۸۱۵/۰۰۰ ریال می‌باشد (به صورت تفکیکی طبقه همکف ۱/۴۱۶/۵۸۰/۰۰۰ ریال و طبقه اول ۱/۲۸۴/۲۳۵/۰۰۰ ریال). شخصی که بالاترین قیمت پیشنهادی را ارایه نماید برنده مزایده خواهد بود و موظف به پرداخت ده درصد قیمت پیشنهادی در جلسه مزایده خواهد بود. مزایده با حضور نماینده دادستان برگزار خواهد شد و متقاضیان می‌توانند پنج روز قبل از برگزاری مزایده جهت اطلاع بیشتر و در صورت لزوم مشاهده ملک به این واحد مراجعه نمایند. هزینه‌های نقل و انتقال نیز به عهده خریدار می‌باشد. این آگهی به موجب ماده ۱۱۸ قانون اجرای احکام مدنی برای یک نوبت در یکی از روزنامه‌های محلی درج و منتشر می‌گردد. ۲۳۲۸ / م الف

۲۱۱۳/۳ — صادقی – رییس اجرای احکام شعبه سوم حقوقی دادگاه کازرون

آگهی دادنامه

پرونده کلاسه ۹۳۰۹۹۸۸۸۵۳۱۰۰۱۱۰ شعبه اول شورای حل اختلاف جره و بالاده / قدیم دادنامه شماره ۹۳۰۹۹۷۸۸۵۳۱۰۰۱۴۳

خواهان: آقای وحید ایلانی نژاد به نشانی بالاده خ شاهد ک شهید دهقان

خواندگان:

۱- آقای احمد شاهپوری به نشانی مجهول المکان

۲- زهره جمالی به نشانی مجهول المکان

خواسته‌ها: ۱- مطالبه خسارت ۲- مطالبه وجه بابت...

رأی قاضی شورا

راجع به دادخواست آقای وحید ایلانی نژاد به طرفیت ۱- احمد شاهپوری ۲- زهره جمالی به خواسته مطالبه مبلغ چهار میلیون تومان به انضمام هزینه دادرسی و خسارت تأخیر تأدیه، با عنایت به مجموع اوراق و محتویات پرونده از جمله مفاد دادخواست تقدیمی، اظهارات خواهان و شهادت شهود تعرفه شده در پرونده و با توجه به اینکه خوانده علیرغم وصف ابلاغ قانونی در جلسه رسیدگی حضور نیافته و در قبال ادعای خواهان دفاعی به عمل نیاورده است دعوی خواهان را صحیح و وارد تشخیص فلذا مستندا به مواد ۱۹۸، ۵۱۹، ۵۲۰ و ۵۲۲ از قانون آیین دادرسی مدنی حکم بر محکومیت خواندگان به پرداخت مبلغ چهار میلیون تومان بالسویه و پرداخت هزینه دادرسی برابر تعرفه قانونی و خسارت تأخیر تأدیه براساس شاخص رسمی اعلامی از ناحیه بانک مرکزی براساس نرخ تورم صادر و اعلام می‌دارد رأی صادره غیابی محسوب ظرف مدت بیست روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در همین شورا و ظرف مدت بیست روز پس از اتمام مهلت واخواهی قابل پژوهش نزد دادگاه عمومی بخش جره بالاده می‌باشد.

۲۳۳۱ / م الف — ۳/۲۱۱۵

مهرداد خسروی – قاضی شورای حل اختلاف حوزه قضایی بخش جره بالاده

آگهی

پیرو آگهی‌های منتشره در جراید بدین وسیله به محکوم علیهم ۱- عبدالهاشم کوهستانی ۲- محمدقائم کوهستانی که مجهول المکان می‌باشند ابلاغ می‌گردد چون وفق دادنامه شماره ۹۳۰۹۹۷۷۵۲۶۳۰۱۳۲۷ صادره از شعبه اول دادگاه عمومی بخش جره بالاده شهرستان کازرون در پرونده شماره ۹۳۰۹۹۸۷۵۲۶۳۰۱۰۳۰ محکوم به پرداخت یکصد میلیون ریال به عنوان اصل خواسته به انضمام هزینه دادرسی و حق الوکاله وکیل برابر تعرفه قانونی و خسارت تأخیر تأدیه از تاریخ تقدیم دادخواست (۹۳/۷/۲۳) در حق محکوم له آقای غلامرضا امیری شده‌اید ظرف بیست روز از انتشار این آگهی مهلت دارید نسبت به واخواهی در همین دادگاه و پس از آن ظرف بیست روز نسبت به پژوهش خواهی اقدام نمایید. ۲۳۲۳/ م الف

۳/۲۱۱۱ — ابوذر اسدی – رییس دادگاه عمومی جره بالاده

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۳۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۶۲۶۱مورخ ۱۳۹۳/۶/۲۴ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای نوراله اسلام پناه فرزند کیان به شماره شناسنامه ۱۵۲۳ صادره از کازرون در ۳۵ سهم از ۴۸ سهم سهام ششدانگ عرصه به انضمام اعیانی ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۴۰۴/۰۸ مترمربع پلاک ۱۴۳۰ فرعی از۵۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک فرعی از ۵۹ اصلی قطعه ۳ واقع در کازرون قائمیه خریداری با واسطه از مالک رسمی آقای اکبر ترک کشکولی 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. ۲۰۷۸ / م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۳/۹/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۳/۱۰/۱۱

۳/۱۸۹۱ — داود انصاری – رییس ثبت اسناد و املاک شهرستان کازرون

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

برابر رأی شماره ۱۳۹۳۶۰۳۱۱۰۰۲۰۰۸۳۸۲مورخ ۱۳۹۳/۸/۱۹ هیأت اول موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمانهای فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک کازرون تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی خانم سکینه امینی فرزند محمدی به شماره شناسنامه ۱۸۳۴ صادره از کازرون در ۳۵ سهم از ۴۸ سهم سهام ششدانگ عرصه به انضمام اعیانی ششدانگ یک باب خانه به مساحت ۲۳۰/۷۴ مترمربع پلاک ۱۴۷۶ فرعی از۵۹ اصلی مفروز و مجزی شده از پلاک فرعی از ۵۹ اصلی قطعه ۳ واقع در کازرون قائمیه خریداری با واسطه از مالک رسمی آقای سپهدار شمسی 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. ۲۱۹۴ / م الف

تاریخ انتشار نوبت اول: ۱۳۹۳/۹/۲۶ تاریخ انتشار نوبت دوم: ۱۳۹۳/۱۰/۱۱

۳/۲۰۳۶ — داود انصاری – رییس ثبت اسناد و املاک شهرستان کازرون

آگهی دادنامه

بدین وسیله به آقای اله بخش قائدی فرزند علی ابلاغ می‌گردد که حسب شکایت مهرداد حیدری ارجلو دایر بر جعل عنوان و کلاهبرداری دادگاه طی دادنامه شماره ۹۳۰۹۹۷۷۱۸۰۶۰۰۵۷۵ مورخ ۹۳/۵/۲۸ نامبرده را درخصوص جعل عنوان به سه سال حبس تعزیری و درخصوص کلاهبرداری به تحمل هفت سال حبس تعزیری و پرداخت مبلغ نه میلیون ریال جزای نقدی و پرداخت همین مبلغ یا سه رأس گوسفند در حق شاکی محکوم نموده است. رأی صادره غیابی و ظرف ده روز پس از ابلاغ قابل واخواهی در همین دادگاه سپس ظرف بیست روز پس از آن قابل تجدید نظر خواهی در دادگاه تجدید نظر استان فارس است. ۲۳۴۳ / م الف

۳/۲۱۳۱ — محمد زارعی – رییس شعبه ۱۰۳ جزایی کازرون

آگهی احضار متهم

بدین وسیله به فرشاد دهقان فرزند نعمت اله که مجهول المکان اعلام شده ابلاغ می-گردد که به اتهام سرقت اسناد و فروش مال غیر موضوع شکایت آقای عیسی نیک دل فرزند فتح اله در پرونده کلاسه ۹۳۰۵۰۲ شعبه ۱۰۱ دادگاه جزایی کازرون تحت پیگرد می‌باشید وقت رسیدگی پرونده برای تاریخ ۹۳/۱۱/۲۸ ساعت ۹ صبح تعیین گردیده که می‌بایست در وقت مقرر در جلسه دادگاه حاضر شوید در صورت عدم حضور رأی غیابی صادر خواهد شد. ۲۳۴۰ / م الف

۳/۲۱۲۵ — فرهی – رییس شعبه ۱۰۱ جزایی شهرستان کازرون