

بیشتر بدانیم

بهترین مکمل برای مقابله با بیماری کبد چرب غیرالکلی

این افزودنی به رژیم غذایی می تواند تغییری باشد که کبد شما برای بهبود شرایط خود به آن نیاز دارد.

مراقبت از سلامت کبد به اقداماتی فراتر از پرهیز از مصرف نوشیدھی های الکلی نیاز دارد. به عنوان نمونه، انتخاب های اشتباه سبک زندگی می تواند شما را در معرض ابتلا به بیماری کبد چرب غیرالکلی، که به واسطه انباشت بیش از حد چربی در کبد شکل می گیرد، قرار دهد. این بیماری افراد بسیاری در سراسر جهان را تحت تاثیر قرار می دهد و خطر برخی از پیامدهای ناخوشایند سلامتی را افزایش می دهد.

فعالیت بدنی منظم و مصرف غذاهای سالم می تواند به محافظت از شما در برابر ابتلا به کبد چرب غیرالکلی کمک کند. افزون بر این، پژوهشی جدید نشان داده است که عصاره چای سبز ممکن است برای افراد مبتلا به این بیماری مفید باشد.

پژوهشگران طی این مطالعه که در نشریه The Journal of Nutritional Biochemistry منتشر شده است، متوجه شدند که کاتچین های موجود در چای سبز با حضور در کبد می توانند به بهبود بیماری کبد چرب غیرالکلی کمک کنند. کاتچین ها آنتی اکسیدان هایی هستند که می تواند به محافظت از سلول های بدن انسان کمک کنند. با بررسی این فرآیند در موش ها، پژوهشگران دریافتند که انواع خاصی از کاتچین ها به نام اپی‌گالوکاتچین و اپی‌کاتچین می توانند در فعال کردن گیرنده PPAR۱ نقش داشته باشند که می تواند عاملی کلیدی در فرآیندهای متابولیک باشد.عصاره چای سبز به شکل مکمل در دسترس است. با این وجود، برخی کارشناسان مانند نوا کورکان، متخصص تغذیه، به این نکته اشاره داشته است از آنجایی که این مطالعه با حضور سوزه های حیوانی انجام شده است، نمی توان به طور قطع اطمینان داشت که شرایطی مشابه در انسان ها نیز رخ دهد.به گفته کورکان، مطالعات با حضور سوزه های حیوانی برای جمع آوری اطلاعات و شواهد اولیه خوب هستند که می توان آنها را بعدا در مطالعاتی با حضور سوزه های انسانی آزمایش کرد، اما نمی توان پیشنهاد کرد که نتایج مطالعات حیوانی همان چیزی است که در انسان ها نیز رخ می دهد.هیچ ترکیب، ماده غذایی، نوشیدنی یا ماده اولیه همانند عنصری جادویی برای تقویت سلامت و بهبود بیماری عمل نمی کند. این به رژیم غذایی کلی فرد در طول زمان و همچنین دیگر عوامل سبک زندگی مانند فعالیت بدنی، میزان مصرف نوشیدنی الکلی، خواب، مدیریت استرس، داروهای مصرفی و معاینات پزشکی منظم بستگی دارد.در شرایطی که هیچ غذایی به تنهایی نمی تواند معجزه کند، رژیم غذایی فرد بی تردید نقش مهمی در بهبود یا آسیب دیدن عملکرد کبد ایفا می کند و انتخاب های غذایی سالم می تواند کمک قابل توجهی به تقویت این اندام کلیدی بدن انسان کند.بیماری کبد چرب غیرالکلی به طور مستقیم با خوراکی های مصرفی انسان در ارتباط است. شما با غذاهای التهاب‌زا یا ضد التهابی مصرف می کنید. غذاهای التهاب‌زا مانند پروتئین های حیوانی، چربی های اشباع، قندهای پالاش شده و غذاهای بسیار فرآوری شده موجب تحریک و بدتر شدن بیماری کبد چرب غیرالکلی می شوند.

آگهی

آگهی مزایده نوبت اول

نظر به اینکه در پرونده اجرایی تحت کلاسه شعبه اول اجرای احکام مدنی دشتستان (برازجان) محکوم له امراله شجاعی با وکالت آقای محمد حسن خواجه پور تقضای فروش اموال توقیفی که نوع و مشخصات آن به شرح ذیل می‌باشد بابت مطالبات خود از آقای مرتضی خلیفه را که عبارت از یک باب ساختمان ویلایی مسکونی تحت پلاک ۳۲۸/۴۱ یک طبقه به مساحت عرصه ۳۰۰ متر مربع و اعیان مسکونی به مساحت ۱۲۲ متر مربع یا اسکلت مصالح بنایی و دیوار باربر و با نمای پلاستر ماسه سیمان و سقف بتن آرمه و سایبان با ورق گالوانیزه و خریای فلزی و ستون قوطی فلزی به مساحت ۱۰۰ متر مربع کف حیاط موزائیک و درب و پنجره فلزی واقع در برازجان بلوار دانشگاه خیابان ارشاد کوچه ارشاد یک به سمت چپ درب سوم به مالکیت آقای مرتضی خلیفه واقع میباشد که در رهن بانک کشاورزی نیز میباشد را از طریق انجام مزایده و انتشار آگهی در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار محلی استان بوشهر را نموده است به همین علت مزایده در روز شنبه مورخه ۰۹/۰۷/۱۴۰۱ از ساعت ۹ الی ۱۲ ظهر در محل این اجرا برگزار خواهد شد.
قیمتی که مزایده از آن شروع میشود بر اساس نظریه کارشناس رسمی دادگستری مبلغ هجده میلیارد ریال بوده و برنده مزایده کسی است که بالاترین قیمت را پیشنهاد و ده درصد بهای آن را فی المجلس به عنوان سپرده به شعبه اجرای احکام تسلیم و بقیه بهای اموال را ظرف مدت ۳۰ روز از تاریخ مزایده پرداخت نماید در صورت عدم پرداخت مابقی، وجه سپرده تودیعی پس از کسر هزینه مزایده به نفع دولت ضبط خواهد شد.
لذا متقاضیان میتوانند در مدت پنج روز قبل از برگزاری تاریخ مزایده اموال را ملاحظه نمایند شرکت کنندگان باید ده درصد مبلغ ذکر شده را بصورت چک تضمینی یا واریز به حساب سپرده دادگستری استان بوشهر همراه باشند.

۱۴۰۱۰۶۰۸۳۲

مدیر دفتر شعبه اول اجرای احکام مدنی دشتستان- علی مراد بحرینی

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۳۱۸/۹۲ واقع در بخش دو بوشهر
آقای منوچهر قییمی زاده با تسلیم استشهاد محلی مدعی است یک جلد سند مالکیت ششدانگ یکپاب ساختمان پلاک ۳۱۸/۹۲ واقع در بخش دو بوشهر که در دفتر به شماره ۰۹۰۱۷۷/۰۳۴۴۰۰۰۹۸۲۰۳۴۰۰۰۹۸۲۰۳۴ به نام آقای منوچهر قییمی زاده صادر و تسلیم گردیده و به علت جا به جانی مفقود شده است و درخواست صدور المثنی سند مالکیت را نموده لذا مراتب طبق اصلاح تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئیننامه قانون ثبت اعلام می شود که هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد، تا ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بوشهر مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود المثنی سند طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد.

۱۴۰۱۰۶۰۸۲۴

تغذیه سالم

شفای بیماران با این زردِ شگفت انگیز!



زردچوبه در طب سنتی چین و آیورودا برای درمان آرتروز سابقه ای طولانی دارد. تحقیقات نشان می دهند که مصرف عصاره آن می تواند به طور بالقوه درد ناشی از استئوآرتریت را کاهش دهد و سبب شفای بیماران شود.

سیستم ایمنی

برخی از داروهای طبیعی گیاهی مانند زردچوبه می توانند به تقویت سیستم ایمنی بدن کودکان، بزرگسالان و شفای بیماران کمک زیادی کنند. این مواد همچنین دارای خواص ضد میکروبی هستند که به مبارزه با عفونت هایی مانند سرماخوردگی یاری می رسانند. برای مثال به منظور جلوگیری از ابتلا به بیماری، می توان زردچوبه را به طور منظم به خصوص در فصول ابتلا به آنفلوانزا به کودکان داد.

شیر زردچوبه

شیر زردچوبه یک نوشیدنی با رنگ زرد روشن است و به طور سنتی با گرم کردن شیر گاو یا یک شیر گیاهی همراه با زردچوبه و ادویه های دیگر مانند دارچین و زنجبیل تهیه می شود.

این نوشیدنی به دلیل فواید بسیاری که برای سلامتی و شفای بیماران ارائه می کند، مورد توجه قرار گرفته و اغلب به عنوان گزینه ای برای تقویت سیستم ایمنی بدن و پیشگیری از ابتلا به بیماری هایی مانند سرماخوردگی استفاده می شود.

ضد سرطان و برای شفای بیماران
امروزه زردچوبه یکی از معروف ترین و معتبرترین ادویه های ضد سرطانی محسوب می شود. علت آن نیز ماده ای تحت عنوان "کورکومین" است که آثار اثبات شده بر شفای بیماران دارد. زردچوبه از تکثیر سلول های سرطانی جلوگیری کرده و باعث نابودی آنها می شود. با مصرف این ادویه زرد، سیستم ایمنی بدن انسان در برابر تومورها مقاوم خواهد شد. به ویژه زردچوبه با قفل نقش موثر بیشتری دارد.

کاهش التهاب
اگر بخواهیم زردچوبه را با تنها یک خصوصیت شفافبخش تعریف کنیم، قطعا باید به کاربرد مهم آن در مبارزه با التهاب و با قفل نقش موثر بیشتری اشاره کنیم. تاثیر منحصر به فرد زچوبه در مبارزه با آکنه و آثار به جای مانده از آن، مدیون آنتی اکسیدان کورکومین است که بیشترین ترکیب مورد مطالعه در ساختار زردچوبه به شمار می رود.

شفای بیماران با این زرد شگفت انگیز! آنتی اکسیدان
یکی از مهم ترین مواردی که پزشکان بر آن تاکید دارند، رژیم غذایی سالم است. اهمیت موضوع به اندازه است که انجمن سرطان آمریکا برای همه

معجزه گوگرد برای مبارزه با آکنه و اسکارهای به جای مانده

گوگرد به خشک شدن سطح پوست از چربی اضافی (سبوم) کمک می کند که همین عملکرد در نهایت می تواند پوست صورت را از آکنه پاکسازی کند.

سلامت

آگهی

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۰۱۹۴۸/۰۳۲۴۰۰۱۰۰۱۴۰۱۶۰۳۲۴۰۰۱۴۰۱۶/۰۴/۲۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندر گناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای صادق آقایی فرزند عوض به شماره شناسنامه ۰۷۲۳۰۰۰۷۳۲۰۰۰ صادره از شبانکاره را نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۰۵/۳۳۲۷۴/۰۰ متر مربع در قسمتی از پلاک ۹۰۳ اصلی واقع در چهار روستایی گناوه خریداری مع الواسطه از آقای ابراهیم شفیعی و شرکا۰ محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 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
صدورسند مالکیت مانع مراجعه متضرر به مراجع ذیصلاح قضایی نمی باشد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
شماره: ۳۳۳ م الف
محمد چهاربدر_ رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه

آگهی موضوع ماده ۳ قانون و ماده ۱۳ آیین نامه قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی
برابر رأی شماره ۰۱۲۴۴/۰۳۴۴۰۰۱۰۰۱۴۰۱۶۰۳۴۴۰۰۱۴۰۱۶/۰۴/۲۱ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندرگناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای عبدالحمید جاودان فرزند غلامحسین به شماره شناسنامه ۰۹۴۴ م ملی ۰۰۵۸۳۴/۰۶۰۳۰۰۰ صادره از گناوه

را نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۴۱۴۱۲۴ متر مربع در قسمتی از پلاک ۸۸۷ اصلی واقع در گوابین گناوه خریداری مع الواسطه از آقای مهاراب قانادی و شرکا۰ محرز گردیده است. لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 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
صدورسند مالکیت مانع مراجعه متضرر به مراجع ذیصلاح قضایی نمی باشد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
تاریخ انتشار نوبت دوم: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
شماره: ۳۲۷ م الف
محمد چهاربدر_ رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه

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

برابر رأی شماره ۰۰۱۹۴۹/۰۳۴۴۰۰۱۰۰۱۴۰۱۶۰۳۴۴۰۰۱۴۰۱۶/۰۴/۲۹ هیأت موضوع قانون تعیین تکلیف وضعیت ثبتی اراضی و ساختمان های فاقد سند رسمی مستقر در واحد ثبتی حوزه ثبت ملک بندرگناوه تصرفات مالکانه و بلامعارض متقاضی آقای محسن عبدلی دشتستانی فرزند خدامراد به شماره شناسنامه ۷۲۸۷ م ملی ۰۳۵۲۱۳۳۹۳۱ م ملی ۰۰۱۹۴۹/۰۴/۲۸ صادره از برازجان را نسبت به ششدانگ یک قطعه زمین کشاورزی به مساحت ۰۵۰۲۲۶/۲۸ متر مربع در قسمتی از پلاک ۸۸۲ اصلی واقع در قریه مجنون گناوه خریداری مع الواسطه از آقای غریب تاننده و شرکا۰ محرز گردیده است.

لذا به منظور اطلاع عموم مراتب در دو نوبت به فاصله ۱۵ روز آگهی می شود 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 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
صدورسند مالکیت مانع مراجعه متضرر به مراجع ذیصلاح قضایی نمی باشد.

تاریخ انتشار نوبت اول: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱

تاریخ انتشار نوبت دوم: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱

شماره: ۳۳۱ م الف

محمد چهاربدر_ رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان گناوه

۱۴۰۱۰۶۰۸۳۰

صاحبانیتاز:
مؤسسه مطبوعاتی هوشمند رسانه امروز
مدیرمسئول:
مازیار هوشمند
سردبیر:
علی هوشمند
مدیر گرافیک:
فاطمه فیضی
صفحه آرا:
محمد عباسی
نشانی دفتر مرکزی: بوشهر-خیابان طالقانی-بعد از پمپ بنزین وزیری-ساختمان شاتل- طبقه اول-ساحد ۲
تلفن:
۰۹۱۷۶۶۶۰۵۲
نمابر:
۰۲۱-۰۸۹۷۸۳۳۱
پست الکترونیکی:
payameasalooye@gmail.com
p.asalooye@gmail.com
وبسایت: payameasalooye.ir
چاپ: کارگر

آگهی

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ثبتی ۱۶۶ فرعی از ۲۳۳۰ اصلی

آقای محمد دلوی با وکالت از مالک آقای علی عابدی فرد با تسلیم دو برگ استشهاد محلی مدعی است که یک جلد سند مالکیت ششدانگ پلاک ثبتی ۱۶۶ فرعی از ۲۳۳۰ اصلی قطعه شش واقع در شهرستان جم روستای پشتو آباد که در دفتر جلد ۵۳ صفحه ۹۷ ذیل ثبت ۶۹۷۵ به نام آقای علی عابدی فرد سند صادر و تسلیم شده است و آقای محمد دلوی به وکالت از مالک اعلام نموده سند مالکیت آن به علت جابه جایی مفقود شده و تقاضای صدور سند مالکیت المثنی را نموده است. لذا مراتب طبق ماده ۱۲۰ آئین نامه قانون ثبت و تبصره های ذیل آن اعلام می شود که هر کس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد، ظرف مدت ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک جم مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید. و اگر طرف مهلت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند مالکیت یا سند معامله ارائه نشود، اداره ثبت، المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد کرد.

تاریخ انتشار آگهی: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
شماره: ۱۸۴ م الف

سهراب عملۍ _رئیس ثبت اسناد و املاک شهرستان جم

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۳۷/۱۳۱۸ واقع در عسلویه

نظر به اینکه آقای افشین ابراهیمیان به پیوست چند برگ استشهادیه محلی با اعلام مفقودی یک جلد سند مالکیت به شماره سریال ۰۲۴۴۳ الف ۰۸۷ مربوط به ششدانگ یکدستگاه آپارتمان مسکونی پلاک ۳۹/۱۳۱۸ درخواست صدور المثنی را نموده است. ضمناً نامبرده ملک مورد نظر را بوجوب سند قطعی شماره ۴۳۵۹۹ مورخ ۰۳/۰۴/۱۳۸۷ دفترخانه ۱۴ کنگان از آقای علی اکبر و محمد حسن و سعید و محمدباقر همگی اسداله خان دریافت نموده است. لذا مراتب طبق ماده ۱۲۰ اصلاحی آئین نامه قانون ثبت اعلام می شود که هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد، ظرف مدت ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان عسلویه مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه اصل سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید. چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند معامله ارائه نشود اداره ثبت المثنی سند مالکیت را طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد.

تاریخ انتشار آگهی: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
شماره: ۱۹۱ م الف

یعقوب محمدی- رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان عسلویه

۱۴۰۱۰۶۰۸۱۸

آگهی فقدان سند مالکیت پلاک ۱۱۵/۲ واقع در بخش دو بوشهر

خانم لیلا زارع قلاتی به موجب وکالتنامه شماره ۰۴۱۳۷۰-۱۴۰۷/۰۷ دفتر ۵۲ گویم و ۱۵۸۱۲۶۰۰۱۴۰۷/۰۳ دفتر ۳ بوشهر وکیل از طرف ورثه خدامراد زارع با تسلیم استشهاد محلی مدعی است یک جلد سند مالکیت ششدانگ یکپابخانه پلاک ۱۱۵/۲ واقع در بخش دو بوشهر که در صفحه ۲۳۸ دفتر ۳۶ به شماره ذیل ۶۲۱۶ به نام آقای ماشاله خردور صادر و تسلیم گردیده و بی الواسطه برابر سند ۱۵۴۴۹/۰۲۰۱۴۰۷/۰۳۱۸۷ دفتر ۵ بوشهر به آقای خدامراد زارع انتقال قطعی یافته و طبق سند ۱۳۲۱۸۴-۱۳۸۲/۱۷/۰۳ دفتر ۳ بوشهر نزد بانک مسکن در رهن است و طبق سند ۱۳۸۷/۱۷/۰۳۱۳۲۳۰۵ دفتر ۳ بوشهر نزد بانک مسکن در رهن است و به علت جا به جائی مفقود شده است و درخواست صدور المثنی سند مالکیت را نموده لذا مراتب طبق اصلاح تبصره یک اصلاحی ماده ۱۲۰ آئیننامه قانون ثبت اعلام می شود که هرکس نسبت به ملک مورد آگهی معامله ای نموده و یا مدعی وجود سند مالکیت نزد خود می باشد، تا ده روز پس از انتشار این آگهی به اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بوشهر مراجعه و اعتراض خود را ضمن ارائه سند مالکیت و یا سند معامله تسلیم نماید چنانچه ظرف مدت مقرر اعتراضی نرسد و یا در صورت اعتراض اصل سند ارائه نشود المثنی سند طبق مقررات صادر و به متقاضی تسلیم خواهد شد.

تاریخ انتشار آگهی: ۰۷/۰۶/۱۴۰۱
شماره: ۳۷۰ م الف

شکاره سعادتۍ _رئیس اداره ثبت اسناد و املاک شهرستان بوشهر

۱۴۰۱۰۶۰۸۱۹
