

خوراکی‌هایی که باید جدی گرفته شوند

تخم مرغ، قهوه، سیب‌زمینی و سبزی‌های منجمد سال‌هاست که با بی‌انصافی دست‌کم گرفته می‌شوند. اینجمن قلب آمریکا تاکید می‌کند که افراد عموماً می‌توانند از مصرف یک یا دو تخم‌مرغ در روز بدون هیچ نگرانی، لذت ببرند

پزشکی

چهار ماده غذایی اصلی در آشپزخانه شامل تخم‌مرغ، قهوه، سیب‌زمینی و سبزی‌های منجمد سال‌هاست که با بی‌انصافی دست‌کم گرفته شده‌اند. از آن‌جا که به‌نظر می‌رسد توصیه‌های تغذیه‌ای در حال تغییرند، متخصصان می‌گویند وقت آن رسیده‌است که از بی‌اعتبار کردن این مواد غذایی هم دست برداریم. «نیویورک پست» درباره این مواد غذایی که می‌توانید بدون احساس عذاب وجدان آن‌ها را به سفره خود اضافه کنید، بیشتر توضیح می‌دهد.

تخم‌مرغ، اِغراق در ماجرای کلسترول

دکتر مایا وادیولو، دانشیار تغذیه در دانشگاه رودآیلند، به این بی‌سی‌نیوز می‌گوید که تخم‌مرغ، این ماده غذایی جذاب و خوراکی ضروری برای صبحانه، به دلیل بالا بودن سطح کلسترولش بدنام شد اما علم جدید این ایده‌را که مواد غذایی صرفاً به دلیل این‌که کلسترول بالایی دارند، باعث بالا رفتن کلسترول خون می‌شوند، رد کرده‌است. کلسترول خون بالا که پزشکان درباره آن هشدار می‌دهند، مشکلات قلبی عروقی و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهد اما خوردن غذاهایی که کلسترول بالا دارد، مانند تخم‌مرغ یا صدف، کلسترول ایجاد ال (LDL) یا ال‌دی‌ال (LDL) را به شکل بدی افزایش نمی‌دهد؛

تازه‌ها

هشدارها درباره تزریق بوتاکس تقلبی که افراد آموزش ندیده انجام می‌دهند، رو به افزایش است. اداره بهداشت شهر نیویورک اخیراً اعلام کرد سه نفر به دلیل تزریق بوتاکس تقلبی به صورت، گردن و قسمت فوقانی پشت یا زیر بغل، کارشان به بیمارستان کشیده است. به گزارش «ان‌بی‌سی‌نیوز»، این سه نفر چند روز یا چند هفته پس از تزریق با طیفی از علایم شامل دوبینی، افتادگی پلک، دشواری در بلع، مشکل در تنفس و بالا بردن بازوها مواجه شدند که در نهایت یکی از آن‌ها به بخش مراقبت‌های ویژه منتقل شد و دو نفر دیگر در بخش

تازه‌ها

هرچند دوره بیماری‌های زمستان و آلرژی فصل بهار روبه پایان است، احتمال دارد آبریزش بینی به قوت خودش باقی باشد. اگر داروهای آلرژی هم علاج این آبریزش مداوم نبوده‌ند، وقش‌ر سیده که بدانید احتمالاً به عارضه‌ای متفاوت دچارید. به گزارش «ووری‌ول‌هلت»، دلیل آبریزش بینی ممکن است «التهاب سینوسی مزمن» باشد؛ بیماری التهابی مزمنی که اگر بیش از سه ماه طول بکشد، تورم سینوس‌ها را به دنبال خواهد داشت. البته ممکن است هم‌زمان دچار آلرژی و التهاب سینوسی مزمن باشید. از آن جایی‌که آبریزش بینی هم جزو علایم التهاب سینوسی مزمن و هم جزو علایم

آلرژی‌های فصلی است، افراد معمولاً فکر می‌کنند که دلیل اصلی آبریزش بینی، آلرژی فصلی باشد. با وجود آن‌که داروهای بدون نسخه ضدآلرژی در درمان آن موثر است، اما به افرادی که التهاب سینوسی مزمن دارند، کمک چندانی نمی‌کنند. نشانه‌هایی وجود دارد که آلرژی‌زاهای (آلرژن‌های) بهاری که در محیط شناورند، شاید دلیل آبریزش بینی نباشند. برای مثال، اگر وضعیت آلرژی بیش از حد طول کشید یا

یا دو تخم‌مرغ در روز بدون هیچ نگرانی، لذت ببرند.

سیب‌زمینی؛ کبابی کنید

متخصصان تغذیه می‌گویند که مشکل از سیب‌زمینی نیست بلکه نحوه پخت و طرز تهیه آن مهم است. ما اغلب سیب‌زمینی را همراه با کره یا به صورت سرخ‌شده در روغن مصرف می‌کنیم و مشکل همین جاست. سیب‌زمینی پر از ویتامین سی و پتاسیم و سرشار از فیبر است اما به شرطی که با پوست مصرف شود. سیب‌زمینی‌رامی‌توان به‌صورت کبابی،پخته، له‌شده یا آب‌پز استفاده کرد و برای مصرف سالم‌تر، آن را با نمک، فلفل، روغن زیتون و برخی گیاهان مزه‌دار کرد.

سبزیجات منجمد؛ مغذی‌تر از نسخه اصلی

به گفته کارشناسان، این باور که سبزیجات منجمد بسته‌بندی از محصولات مشابه تازه مواد مغذی کمتری دارند، اشتباه است. کارولین سوزی، متخصص تغذیه، می‌گوید: «در واقع خرید غذاهای منجمد می‌تواند به کاهش ضایعات کمک کند، زیرا سبزیجات منجمد مدت بیشتری باقی می‌ماند و اغلب از نمونه‌های تازه‌مقرون‌به‌صرفه‌ترند.» به گفته

عوارض شدید تزریق بوتاکس تقلبی

مراکز غیر تخصصی بوتاکس کرده‌اند مواردی مثل مانند تاری دید و افتادگی پلک‌ها، نزدیک محل تزریق ظاهر شد اما در برخی دیگر، عوارض گسترده‌تر بود و به خستگی و ضعف عمومی منجر شد. بی‌پوست، بی‌اختیاری ادرار، خشکی دهان و مشکل در بلند کردن سر نیز از علایم نگران کننده این تزریق اعلام شده‌است. کارشناسان توصیه می‌کنند که برای تزریق بوتاکس چه با هدف زیبایی و چه با اهداف درمانی، باید با متخصص مشورت کرد و تزریق باید در مراکز دارای تاییدیه وزارت بهداشت و زیر نظر پزشک متخصص انجام شود.

تازه‌ها

التهاب سینوس می‌تواند عامل آبریزش بینی دایمی باشد

این‌که داروهای بدون نسخه کار ساز نبود، احتمالاً پای بیماری زمینه‌ای در میان است. برای حل این مشکل، روش‌های درمانی برای افراد مختلف متفاوت است، اما آنتی‌بیوتیک‌ها یا استروئیدها به همراه اسپری بینی و سینوس، از درمان‌های رایج التهاب سینوسی مزمن به شمار می‌روند. اگر این روش‌های درمانی کار ساز نبود، جراحی سینوس راه دیگری است که متخصصان توصیه می‌کنند.



باید و نباید‌های دوران قاعدگی

دوره‌های عادت ماهیانه اغلب با علایمی ناراحت‌کننده مانند نفخ، گرفتگی عضلات، کمر درد و خستگی از راه می‌رسند. حتی هوس خوردن بعضی خوراکی‌ها قبل از این دوره در طول عادت ماهیانه هم رایج است.

برخی خوراکی‌ها می‌توانند در کاهش مشکلات جسمانی هنگام عادت ماهیانه موثر باشند، در حالی‌که برخی از آن‌ها این علایم را تشدید

می‌کنند. بنابراین تغییر رژیم غذایی در طول عادت ماهیانه می‌تواند این نشانه‌ها را کمی تسکین دهد. باید به این نکته توجه داشت که این موارد فقط جنبه توصیه‌دار دو نوع علایم و واکنش‌ها بسته به ویژگی‌های جسمی و روحی افراد مختلف، متفاوت است.

چه چیزهایی بخوریم؟

به گزارش «ووری‌ول‌هلت»، برخی مواد غذایی خاص مانند میوه‌ها و ماهی می‌توانند ناراحتی‌های ناشی از قاعدگی را کاهش دهند. خوردن مواد غذایی حاوی ویتامین B و کلسیم هم ممکن است به بهبود درد و افزایش انرژی منجر شود.

میوه‌ا مصرف میوه‌هایی مانند هندوانه که آب و فیبر زیادی دارند، در طول چرخه قاعدگی عوارض را تسکین می‌دهند و به بدن آب کافی می‌رساند. مواد غذایی حاوی فیبر بالا مانع بیوست می‌شوند و در تنظیم دستگاه گوارش موثرند.

سبزیجاتا سبزیجات برگ‌دار مانند اسفناج و کلم پیچ سرشار از فیبر، آهن و کلسیم‌اند. اگر در دوره قاعدگی خونریزی شدید دارید، مواد غذایی حاوی آهن بیشتری مصرف کنید، چون پایین آمدن آهن خستگی و انواع درد را به همراه دارد.

زنجبیلا آثار ضد التهابی زنجبیل سندروم پیش از قاعدگی یا پام‌اس و عوارض عادت ماهیانه را تسکین می‌دهد. پژوهشی نشان می‌دهد که مصرف زنجبیل علایم جسمی و روحی پی‌ام‌اس را بهبود می‌بخشد. به همین دلیل توصیه می‌شود که قبل و در طول دوره قاعدگی، دمنوش زنجبیل یا مکمل زنجبیل مصرف کنید.

مرغا مرغ منبع خوبی از آهن و پروتئین است. مصرف مواد غذایی غنی از پروتئین در طول قاعدگی می‌تواند با سیر نگه داشتن شما برای مدت طولانی‌تر و افزایش سطح انرژی، هوس‌های غذایی را کاهش دهد.

نوشیدن آب فراوان و دمنوش نعناع هم در دوران قاعدگی توصیه می‌شود.

چه کارهایی انجام ندهیم؟

برخی مواد غذایی هم هستند که می‌توانند علایم دوران عادت ماهیانه را تشدید کنند؛ از جمله مواد غذایی حاوی مقدار زیادی نمک و شکر. مصرف گوشت قرمز، مواد غذایی فراوری شده و غذاهای حاوی ادویه نیز توصیه نمی‌شود. برخی نوشیدنی‌ها هم نفخ و سردرد به دنبال دارند. مثل نوشیدن زیاد قهوه حاوی کافئین که نشانه‌های قاعدگی مانند سردرد و اضطراب را تشدید می‌کند و ممکن است موجب اسهال و سایر عوارض گوارشی شود. برخی کار‌ها هم می‌تواند علایم دوران قاعدگی را التیام دهد، مثل فعالیت‌های بدنی سبک چون پیاده‌روی، اولویت دادن به خواب و به خواب رفتن و بیدار شدن در ساعات مشخص، شرکت در فعالیت‌هایی برای آرامش جسم و روان و مدیریت استرس و همچنین دوری از سیگار. زیرا سیگار هم نشانه‌های پی‌ام‌اس را تشدید می‌کند.

بیشتر بدانیم

چرا بعضی‌ها چپ دست می‌شوند؟

حدود ۱۰ درصد مردم جهان ترجیح می‌دهند با دست چپ بنویسند؛ شاهی‌ی بر عملکرد متفاوت مغز آن‌ها که علت آن هنوز روشن نیست. با وجود این، برخی تحقیقات جدید نشان داده که تر کبیسی از «ژنتیک و تصادف» احتمالاً عامل ایجاد این ویژگی بی‌ضرر در انسان‌ها بوده است.

قالب راست دست یا چپ دست بودن انسان، در همان هفته‌های اول بارداری ریخته می‌شود و بر اساس تحقیقاتی که گزارش آن در مجله Nature Communications منتشر شده، به نظر می‌رسد که «چندژن نادر» در بدن چپ‌دست‌ها حدود سه برابر بیشتر از بدن راست‌دست‌ها یافت شده است. دانشمندان بر این باورند که این یافته مهم می‌تواند به ما بینش جدیدی در باره مکانیسم‌پشت این پدیده بدهد. کلاید فرانک، مدیر تحقیقات مؤسسه ماکس پلانک در هلند و سرپرست این تیم تحقیق می‌گوید: «ما می‌دانیم که دو نیمکره مغز در جنین انسان‌های چپ‌دست و راست دست، به‌طور متفاوتی شروع به رشد می‌کنند که البته مکانیسم‌پشت این پدیده هنوز مشخص نیست. این احتمال وجود دارد که راست‌دست بودن نتیجه پیش‌فرض رشد اولیه مغز باشد که توسط ژنوم کد گذاری شده است.» اما چه چیزی در جنین افراد چپ‌دست وجود دارد که باعث می‌شود بدن آن‌ها از پیش فرض رشد اولیه مغز پیروی نکند؟ پاسخ را احتمالاً باید در ابزارهایی یافت که سلول برای مرتب‌سازی و مسیر یابی پروتئین‌ها در اختیار دارد. دانشمندان در همین زمینه توانستند چندین توالی «دی‌ان‌ای» را که تنظیم‌کننده رشته‌های پروتئینی به نام میکروتوبول‌ها هستند، در میان رایج‌ترین گونه‌های ژنتیکی در افراد چپ‌دست شناسایی کنند. پژوهشگران با بررسی ژنوم نزدیک به ۳۵۰ هزار نفر که در پایگاه داده‌های بانک اطلاعات پزشکی بریتانیا ثبت شده‌بود، توانستند «جهشی» را شناسایی کنند که اگرچه نادر است اما ۲۰۷ برابر بیشتر در افراد چپ دست دیده می‌شود. این «جهش» که تنها یک نفر از هر هزار چپ‌دست را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بر ژن TUBB۴B تأثیر می‌گذارد.

آگهی مزایده عمومی

شرکت کارخانه های تولیدی و صنعتی ثابت خراسان در نظر دارد نسبت به فروش وسائط نقلیه سبک و سنگین از طریق مزایده عمومی به شرح ذیل اقدام نماید . لذا از کلیه اشخاص حقیقی و حقوقی دعوت می گردد ضمن بازدید از وسائط نقلیه در محل کارخانه قند فریمان ، نسبت به دریافت اسناد مزایده حداکثر تا تاریخ ۱۴۰۳/۰۷/۲۰ اقدام نمایند

جهت کسب اطلاعات

بیشتر با شماره های
۰۹۳۵۴۶۹۸۷۴۹ و
۰۹۵۱۳۲۹۹۸۳

تماس حاصل فرمایند.

ردیف	شرح کالا	تعداد	واحد	مدل (نسخه)
۱	سواری پراید	۱	دستگاه	۱۳۹۸
۲	وانت پیکان	۱	دستگاه	۱۳۸۶
۳	وانت پیکان	۱	دستگاه	۱۳۷۹
۴	وانت مزدا دوکابین	۱	دستگاه	۱۴۰۲
۵	تریلر بنز	۱	دستگاه	۱۳۶۲
۶	اتوبوس واحد ۳۰۲	۱	دستگاه	۱۳۶۳
۷	آمیولاس بنز ۳۰۹	۱	دستگاه	۱۳۶۴
۸	سواری روآ	۱	دستگاه	۱۳۸۶
۹	سواری تارا مشکی	۱	دستگاه	۱۴۰۲
۱۰	تراکتور جاندیر ۳۱۴۰	۱	دستگاه	۱۹۸۹(میلادی) ۱۳۶۸
۱۱	تراکتور جاندیر ۳۱۴۰	۱	دستگاه	۱۹۸۹(میلادی) ۱۳۶۸
۱۲	تراکتور فرگوسن ۲۸۵	۱	دستگاه	۱۳۶۹
۱۳	تراکتور فرگوسن ۲۸۵	۱	دستگاه	۱۳۶۳

شرکت کارخانه های تولیدی و صنعتی ثابت خراسان

۹۵۳۷۰

برگ سبز خودرو پیکان وانت مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷۸-۵۱۲۸۴ ش شاسی NNA۴۳۴۸XG۷۱۴۴۸۰ ش موتور ۱۸۱۸۵-۱۸۱۸۵ بنام حمیدرضا پیدآبادی بنام کریم تیل مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۵۴	برگ سبز خودرو پیکان وانت مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷۸-۵۱۲۸۴ ش شاسی NNA۴۳۴۸XG۷۱۴۴۸۰ ش موتور ۲۰۰-۲۰۳۸۸-۲۰۵ بنام کریم تیل مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۵۴
--	--

برگ سبز خودرو پراید ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷-۱۴۶ ش شاسی N۱۱۰۰-G۱۳۹۲۷۵۴ بنام جواد راندمرد قدیری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۳۵	برگ سبز خودرو سواری سایا مدل ۱۴۰۰ به شماره انتظامی ایران ۷۵-۷۵۹۲۵ ش شاسی NAS۴۳۱۱۰-۱۵۵۷۲۰۹۴۲ ش موتور ۱۵۹۱۴۵۴۳۸۴ بنام جواد راندمرد قدیری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۳۵
--	--

برگ سبز ویر که کمپانی خودرویی سمند مدل ۱۳۹۴ شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۴۲۳۲۲ و شماره شاسی ۸۸AC۱۷E۱۵۱۵۱۰۹ و شماره شاسی ۱۷۷۱۰۹۳۲۲۲۸۸ به مالکیت نوروز نوروزی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۳۵۸	برگ سبز خودرو پراید ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷-۱۴۶ ش شاسی N۱۱۰۰-G۱۳۹۲۷۵۴ بنام جواد راندمرد قدیری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۳۵
---	--

برگ سبز ویر که کمپانی خودرویی سمند مدل ۱۳۹۴ شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۴۲۳۲۲ و شماره شاسی ۸۸AC۱۷E۱۵۱۵۱۰۹ و شماره شاسی ۱۷۷۱۰۹۳۲۲۲۸۸ به مالکیت نوروز نوروزی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۳۵۸	برگ سبز خودرو پراید ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۵-۷۵۹۲۵ ش شاسی NAS۴۳۱۱۰-۱۵۵۷۲۰۹۴۲ ش موتور ۱۵۹۱۴۵۴۳۸۴ بنام جواد راندمرد قدیری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۳۵
---	--

برگ سبز ویر که کمپانی خودرویی سمند مدل ۱۳۹۴ شماره انتظامی ایران ۱۲-۳۴۲۳۲۲ و شماره شاسی ۸۸AC۱۷E۱۵۱۵۱۰۹ و شماره شاسی ۱۷۷۱۰۹۳۲۲۲۸۸ به مالکیت نوروز نوروزی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۳۵۸	برگ سبز خودرو پراید ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷-۱۴۶ ش شاسی N۱۱۰۰-G۱۳۹۲۷۵۴ بنام جواد راندمرد قدیری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۳۵
---	--

برگ سبز خودرو سمند مدل ۸۱ به ش ملی پلاک ایران ۱۲-۳۵۱۰۱۲ به ش شاسی ۸۱۴۱۱۶۵۶ به ش موتور ۰۱۱۱۲۲۰۰-۳۲۹۰ بنام سید سجاد عدل باش مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۳۹۰	برگ سبز خودرو پیکان وانت مدل ۱۳۹۴ ش انتظامی ایران ۷۷-۱۴۶ ش شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۴۴۸۰ بنام حمیدرضا پیدآبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۳۵۴
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ به شماره انتظامی ایران ۷۴-۷۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام برکس شجایی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۶	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸	برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶ تیپ ۸ مدل ۱۳۸۷ پلاک ایران ۳۴-۴۸۷۰۸ و شماره موتور ۱۳۵۸۷۰۰۱۹۸۴ و شماره شاسی NAA۴۳۴۸XG۷۱۵۰۴۴۴ بنام عبدلله سالاری سمیع آبادی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است ۹۵۳۴۸
--	--