

Σεξουαλική Ανταπόκριση της Γυναίκας

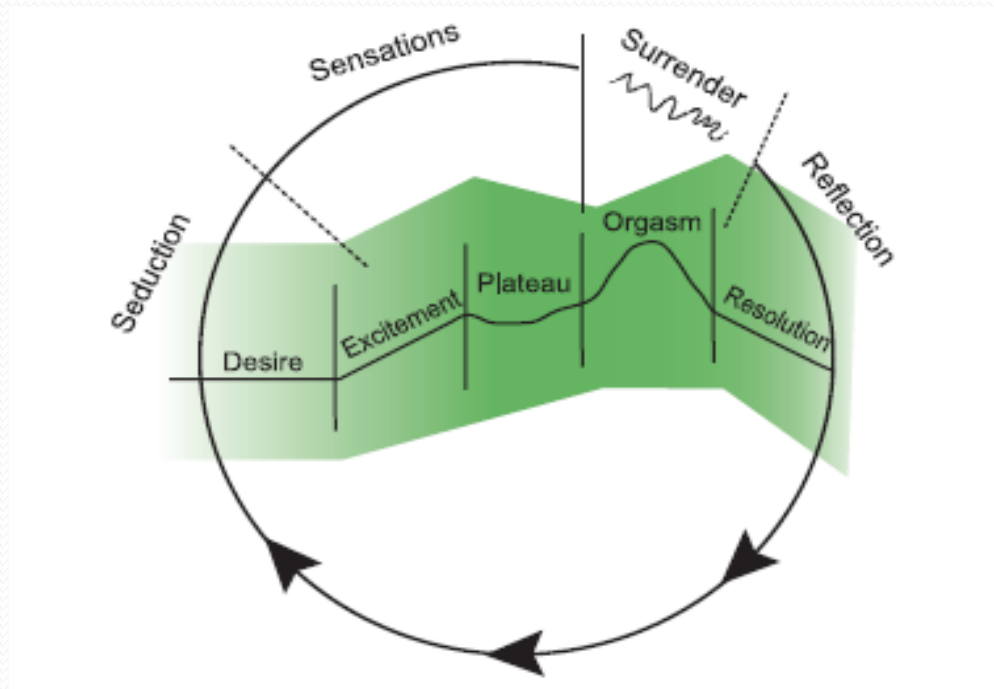
Δεδομένα από την Ελλάδα

Φερενίδου Φωτεινή

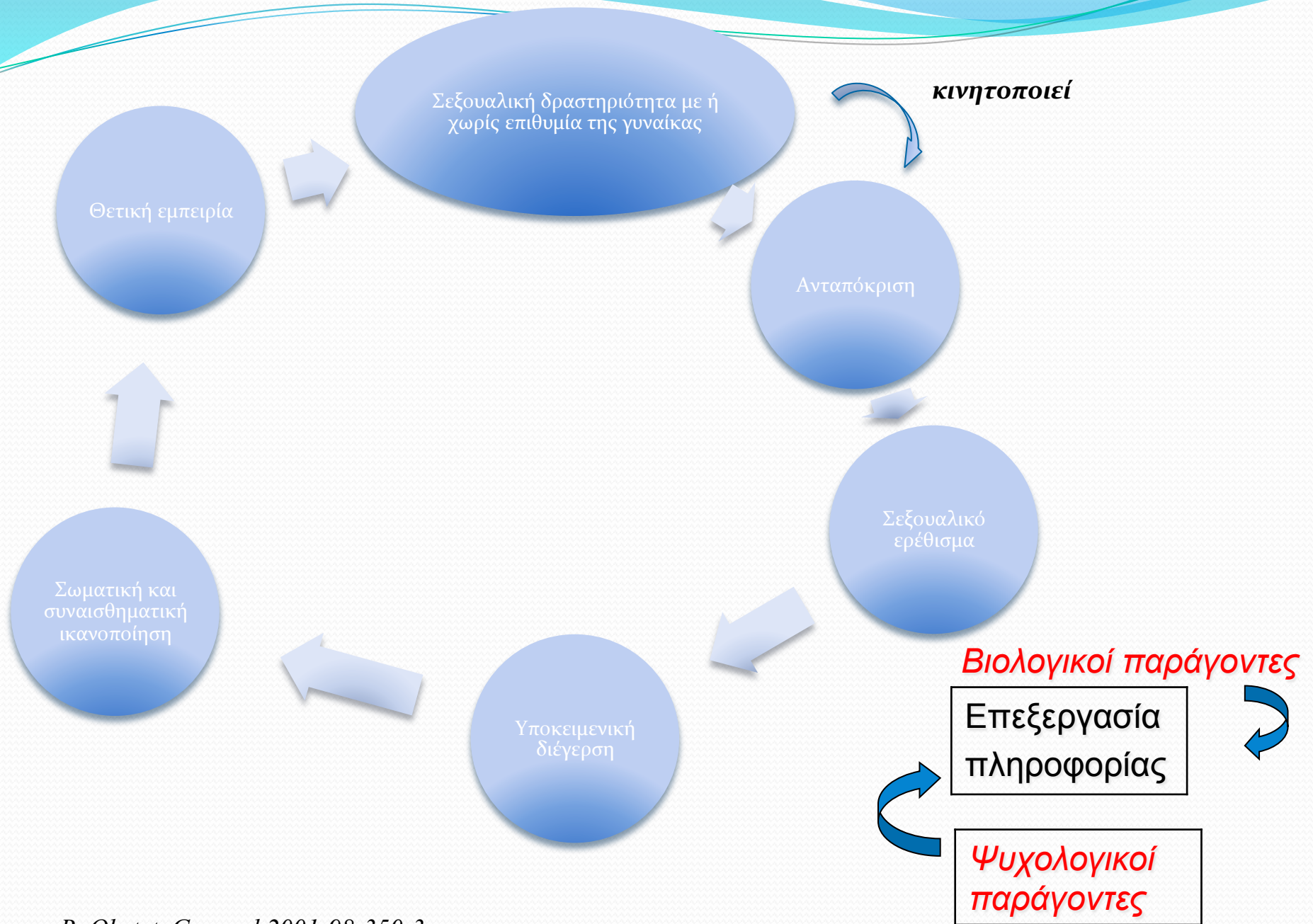




Η κριτική που ασκήθηκε στα 2 προηγούμενα μοντέλα αφορούσε κυρίως στο γεγονός ότι δεν λάμβαναν υπόψη τους τις μη-βιολογικές πλευρές της γυναικείας σεξουαλικής ανταπόκρισης. Το 1997 οι Whipple & Brash-Mc Greer πρότειναν ένα κυκλικό μοντέλο σεξουαλικής ανταπόκρισης για τις γυναίκες αποτελούμενο από 4 στάδια: seduction (desire), sensations (excitement & plateau), surrender (orgasm) and reflection (resolution). Στόχος ήταν να δείξουν το βαθμό στον οποίο ευχάριστες και ικανοποιητικές σεξουαλικές εμπειρίες μπορούν να επηρεάσουν τη σεξουαλικότητα των γυναικών.



Εναλλακτικό μοντέλο γυναικείας σεξουαλικής ανταπόκρισης (R. Basson)





Η Basson βάσισε κατά κύριο λόγο το μοντέλο της στη δική της κλινική εμπειρία καθώς και σε αποσπασματικές μελέτες που υποστήριζαν συγκεκριμένα στοιχεία του μοντέλου

Εμπειρική υποστήριξη του μοντέλου;;


Sand M, and Fisher MA. Women's endorsement of models of female sexual response: The nurses' sexuality study. *J Sex Med* 2007 May;4(3):708-19.


- Σύγκριση των 3 θεωρητικών μοντέλων (Masters & Johnson, Kaplan, Basson) σε γυναίκες με ή χωρίς σεξουαλική δυσλειτουργία
- 133 νοσηλεύτριες επέλεξαν το μοντέλο που περιγράφει τη δική τους σεξουαλική εμπειρία, συμπληρώνοντας και το FSFI.
- **Ίδια ποσοστά γυναικών επέλεξαν και τα 3 μοντέλα**, ενώ κανένα μοντέλο δεν αντιπροσωπεύει το 14.3% του δείγματος.
- Γυναίκες που επιλέγουν Basson: χαμηλότερο συνολικό FSFI σκορ και στους επιμέρους τομείς επιθυμίας, διέγερσης, οργασμού, ικανοποίησης, συναισθηματικής εγγύτητας, συνολικής σεξουαλικής ζωής.
- Το μοντέλο της Basson φαίνεται να αντιπροσωπεύει πιο συχνά τις γυναίκες με σεξουαλική δυσλειτουργία.

Heterogeneity of women's sexual response highlights the need for additional research to guide the field's acceptance and application of particular models of female sexuality in particular situations.

Endorsement of Models describing Sexual Response of Men and Women with a Sexual Partner: An Online Survey in a Population Sample of Danish Adults Ages 20-65 years. Giraldi et al, *J Sex Med* 2015;12;116-128

- Διαδικτυακή έρευνα σε 499 άνδρες και σε 573 γυναίκες

-  Masters & Johnson 48.5%
Kaplan 38.3%
Basson 5.4%
Κανένα 7.3%

-  Masters & Johnson 28%
Kaplan 34%
Basson 25.6%
Κανένα 12.5%

- Στις γυναίκες, συσχετίστηκε η επιλογή του μοντέλου της Basson ή κανενός μοντέλου, με την ύπαρξη σεξουαλικής δυσλειτουργίας (FSFI) και δυσφορίας σχετιζόμενης με τη σεξουαλική ζωή

Αδυναμίες των προηγούμενων μελετών

- Αδυναμία επιλογής και των 3 μοντέλων από τις συμμετέχουσες
- Ποιο είναι το μοντέλο σεξουαλικής ανταπόκρισης που αντιπροσωπεύει τους συμμετέχοντες που επέλεξαν «κανένα» (12.5%-14.3%);
- Υπάρχουν συγκεκριμένοι παράγοντες που ωθούν μια γυναίκα στην επιλογή του ενός ή του άλλου μοντέλου;
- Τα κίνητρα / λόγοι για σεξουαλική επαφή σχετίζονται με την επιλογή του ενός ή του άλλου μοντέλου;

Επομένως το μοντέλο σεξουαλικής ανταπόκρισης και σεξουαλικής λειτουργίας....

- Διαφέρει σε κάθε γυναίκα;
- Είναι σταθερό χαρακτηριστικό ή μπορεί να αλλάξει;
- Ποιοι παράγοντες μπορούν να οδηγήσουν στην επιλογή του ενός ή του άλλου μοντέλου από μια γυναίκα;



DESIRE project (**D**evelopment and **E**valuation of **S**exual Intimacy **R**esponses and **E**xperiences) - *Women*

Ferenidou F, Athanasiadis L, Hatzichristou D, Fokas K.

Ερευνητικές υποθέσεις...

- Οι άνθρωποι, άνδρες και γυναίκες, μπορεί να επιλέγουν διαφορετικό μοντέλο σεξουαλικής ανταπόκρισης.
- Το μοντέλο αυτό μπορεί να μην είναι δια βίου το ίδιο, αλλά να αλλάζει, καθώς κανείς μπορεί να συμπεριφέρεται και να χρησιμοποιεί σε διαφορετικές περιστάσεις διαφορετικά μοντέλα.
- Πιθανώς συγκεκριμένα κίνητρα ωθούν το κάθε άτομο στην επιλογή συγκεκριμένου μοντέλου τη συγκεκριμένη χρονική περίοδο. Τα κίνητρα αυτά καθορίζονται και επηρεάζονται από περιστασιακές συνθήκες και καταστάσεις.

Σκοπός του DESIRE project

Η διερεύνηση των παραγόντων που σχετίζονται με την επιλογή συγκεκριμένου μοντέλου σεξουαλικής ανταπόκρισης, όπως αυτή περιγράφεται από τα υπάρχοντα θεωρητικά μοντέλα (Masters & Johnson, Kaplan, Basson)

Δείγμα

- Τυχαίο δείγμα εργαζομένων του νοσοκομείου «Παπαγεωργίου», το οποίο επιλέχθηκε μέσα από την ηλεκτρονική βάση δεδομένων του νοσοκομείου.
- Κριτήρια εισαγωγής:
 - Να είναι στη λίστα εργαζομένων του νοσοκομείου «Παπαγεωργίου».
 - Να έχουν συμπληρώσει το 18 έτος ηλικίας.
- Το δείγμα αποτελείται από όλα τα τμήματα του νοσοκομείου (ιατρικό, νοσηλευτικό, διοικητικό, τραπεζοκόμοι, καθαρίστριες κλπ)

Ερευνητικά εργαλεία (1)

- **Δημογραφικά στοιχεία** των συμμετεχόντων
- **Περιγραφικές δηλώσεις των 3 μοντέλων** σεξουαλικής ανταπόκρισης της γυναίκας (Masters & Johnson - Kaplan, Basson). Τα τρία μοντέλα που χρησιμοποίησαν οι Sant και συν. συμπύχθηκαν σε δύο, έπειτα από τη διενέργεια ποιοτικής έρευνας, καθώς φάνηκε ότι τα 2 γραμμικά μοντέλα είναι συμπληρωματικά μεταξύ τους.
- **FSFI** (Female Sexual Function Index)
- **BSSC-W** ή **SCSF** (Brief Sexual Symptom Checklist for Women)

1η επιλογή: Μοντέλο Masters & Johnson - Kaplan

Ανταποκρίνομαι στην ερωτική προσέγγιση του συντρόφου μου ή παίρνω εγώ την πρωτοβουλία, όταν νιώθω σεξουαλική επιθυμία.


Αυτό σημαίνει ότι επιθυμώ τα σεξουαλικά ερεθίσματα, τη διέγερση, τον οργασμό και τα ευχάριστα συναισθήματα που ακολουθούν. Αφού αρχίσουμε τα ερωτικά παιχνίδια (να χαϊδευόμαστε και να ερεθίζουμε ο ένας τον άλλον) διεγείρομαι.

Έτσι, ο ερεθισμός μου αυξάνεται και πιθανώς να φτάσω σε οργασμό.

2η επιλογή: Μοντέλο Basson

Ανταποκρίνομαι στην ερωτική προσέγγιση του συντρόφου μου ή παίρνω εγώ την πρωτοβουλία για λόγους άλλους, πέρα από την σεξουαλική επιθυμία

(π.χ. α) μπορεί να θέλω να έλθω συναισθηματικά κοντά με τον σύντροφό μου ή β) λόγω συνήθειας ή γ) για να μη δυσαρεστήσω τον σύντροφο ή δ) επειδή για μεγάλο χρονικό διάστημα δεν είχα σεξουαλική δραστηριότητα κτλ). Με άλλα λόγια, στην αρχή δεν είμαι στην κατάλληλη/ερωτική διάθεση. Αφού αρχίσουμε τα ερωτικά παιχνίδια (να χαϊδευόμαστε και να ερεθίζουμε ο ένας τον άλλον) διεγείρομαι και νιώθω πλέον την ερωτική επιθυμία να συνεχίσω. Έτσι, ο ερεθισμός μου αυξάνεται και πιθανώς να φτάσω σε οργασμό.

- 
- Κανένα από τα παραπάνω δεν περιγράφει επαρκώς την σεξουαλική μου ανταπόκριση / εμπειρία με τον τωρινό μου σύντροφο.

- Και τα δύο περιγράφουν τη σεξουαλική μου ανταπόκριση / εμπειρία (ανάλογα με την περίπτωση).

A) Πόσο συχνά συμβαίνει το πρώτο; (συμπληρώστε αριθμό, από το 1 έως το 9 ανάλογα)

Στις 10 επαφές,φορές ισχύει η πρώτη περιγραφή (1).

B) Πόσο συχνά το δεύτερο; (συμπληρώστε αριθμό, από το 1 έως το 9 ανάλογα)

Στις 10 επαφές,.....φορές ισχύει η δεύτερη περιγραφή (2).

SCSF

Παρακαλούμε να απαντήσετε στις 4 ερωτήσεις που ακολουθούν οι οποίες αναφέρονται στον τρόπο με τον οποίο λειτουργείτε κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής σας δραστηριότητας τους τελευταίους **3 μήνες**.

1. Είστε ικανοποιημένη από την σεξουαλική σας λειτουργία;

ΝΑΙ ΟΧΙ

2. Εδώ και πόσο καιρό δεν είστε ικανοποιημένη από την σεξουαλική σας λειτουργία;

.....

3α. Σημειώστε ένα ή περισσότερα προβλήματα που αντιμετωπίζετε ή αντιμετωπίσατε.

1. Μείωση ή έλλειψη σεξουαλικής επιθυμίας

2. Μειωμένη αίσθηση στην περιοχή των γεννητικών οργάνων
(αίσθημα, αφή)

3. Προβλήματα μειωμένης υγρανσης του κόλπου (ξηρότητα)

4. Δυσκολία επίτευξης οργασμού

5. Πόνος κατά την σεξουαλική επαφή

6. Άλλο:

ΤΩΡΑ	ΠΑΛΑΙΟΤΕΡΑ

3β. Ποιο από τα παραπάνω θεωρείτε ότι σας ενοχλεί περισσότερο; (κυκλώστε)

1 2 3 4 5 6

4. Επανεμφανίστηκε κάποιο από τα παραπάνω προβλήματα; (εκτός από την περίοδο που έχει ήδη αναφερθεί) ΝΑΙ ΟΧΙ

Ερευνητικά εργαλεία (2)

- Ερωτηματολόγιο κινήτρων σεξουαλικής πράξης (YSEX).

Σύμφωνα με θεωρητικές μελέτες, τα κίνητρα – λόγοι που οι άνθρωποι έχουν σεξουαλική επαφή είναι πολλαπλά και ποικίλα. Οι Meston και συν, κατέληξαν σε 142 κύριους λόγους για τους οποίους οι άνθρωποι κάνουν σεξ και τους χώρισε στις εξής κατηγορίες: σωματικούς-φυσικούς, επίτευξη σκοπού, συναισθηματικούς και ανασφάλειας (μέσα στις οποίες συμπεριλαμβάνονται 13 υποκατηγορίες).

Οι συμμετέχοντες βαθμολογούν με μία κλίμακα από 1 ως 5. Το ερωτηματολόγιο μεταφράστηκε στην Ελληνική γλώσσα από το ΚΕΣΑΥ. Στην παρούσα μελέτη θα χρησιμοποιηθούν οι 13 υποκατηγορίες του ερωτηματολογίου



ΓΙΑΤΙ ΚΑΝΟΥΜΕ SEX;

Οι άνθρωποι έχουν σεξουαλική επαφή για πολλούς διαφορετικούς λόγους. Στην λίστα που ακολουθεί παρουσιάζονται κάποιοι βασικοί λόγοι. Παρακαλούμε να σημειώσετε **την συχνότητα** με την οποία **ο κάθε ένας** από τους παρακάτω λόγους σας οδήγησε να έχετε σεξουαλική επαφή στο παρελθόν. Για παράδειγμα, αν στο παρελθόν το γεγονός ότι θέλατε να αυξήσετε την αυτοπεποίθησή σας, ήταν ο λόγος για να έχετε σεξουαλική επαφή για περίπου τις μισές φορές που κάνατε σεξ, τότε θα κυκλώσετε τον αριθμό “3” δίπλα από την ερώτηση 11.

Αν δεν είχατε ποτέ σεξουαλικές επαφές στο παρελθόν, χρησιμοποιήστε την κλίμακα που ακολουθεί για να δείξετε πόσο πιθανό είναι ο κάθε ένας από τους παρακάτω λόγους να σας οδηγήσει στο να έχετε σεξουαλική επαφή.

Είχα σεξουαλική επαφή στο παρελθόν γιατί.....

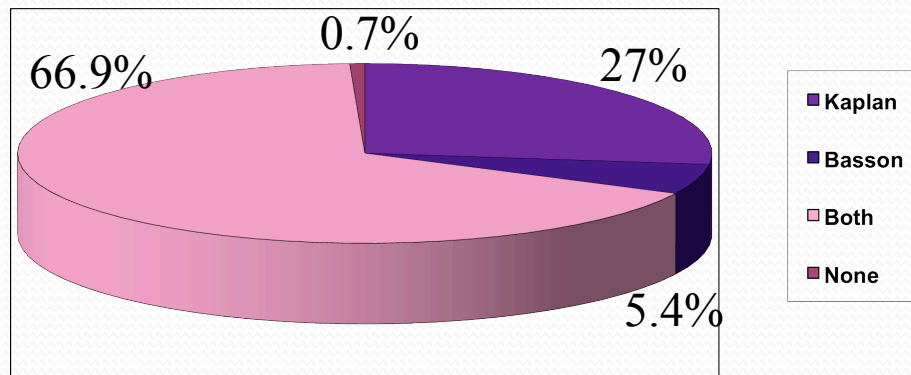
1	2	3	4	5
Καμία σεξουαλική μου επαφή δεν έγινε για αυτό τον λόγο	Είχα λίγες σεξουαλικές επαφές για αυτό τον λόγο	Είχα αρκετές σεξουαλικές επαφές για αυτό τον λόγο	Είχα πολλές σεξουαλικές επαφές για αυτό τον λόγο	Όλες οι σεξουαλικές μου επαφές έγιναν για αυτό τον λόγο

1. Ήθελα να εκτονωθώ από το άγχος/την πίεση
2. Γιατί το σεξ είναι ευχάριστο
3. Γιατί ο άλλος / η άλλη ήταν πολύ σέξι για να αντισταθώ
4. Γιατί ήθελα την σεξουαλική εμπειρία
5. Γιατί είχα οικονομικό όφελος (π.χ. για να πάρω προαγωγή) ή προσωπικό όφελος (π.χ. για να αποκτήσω παιδί)
6. Γιατί θα έκανε καλό στην εικόνα μου/ στη φήμη μου
7. Γιατί ήθελα να εκδικηθώ τον / την σύντροφό μου κάνοντας σεξ με άλλον / άλλη
8. Το να κάνω σεξ, μου ήταν κάπου χρήσιμο (π.χ. για να μου περάσει ο πονοκέφαλος, για να αλλάξω θέμα συζήτησης)
9. Γιατί ήθελα να έρθω συναισθηματικά κοντά με τον / την σύντροφό μου
10. Γιατί ήθελα να εκφράσω τα συναισθήματά μου στον / στην σύντροφό μου
11. Για να ενισχύσω την αυτοπεποίθησή μου
12. Γιατί θεώρησα ότι ήταν υποχρέωσή μου/ καθήκον μου
13. Για να κρατήσω τον / την σύντροφό μου (για να μην τον / την χάσω)

Αποτελέσματα - Δημογραφικά

- Συνολικό δείγμα: 157 γυναίκες
- Κατανομή τμημάτων: Ιατρικό 19.6%, Νοσηλευτικό 44.4%, Διοικητικές υπηρεσίες 20.3%, Λοιπά 15.7%
- Μ.Ο. Ηλικίας 34 έτη (Min 21, Max 58)
- Έγγαμες 53.5%, με παιδιά 50%
- Ανώτερη – Ανώτατη εκπαίδευση 84.5%
- 79.6% είναι σε αναπαραγωγική ηλικία και 7.4% προσπαθούν να αποκτήσουν παιδί
- 28% θεωρούν το σεξ απαραίτητο, 36.9% πολύ σημαντικό και 31.8% σημαντικό

Αποτελέσματα – Επιλογή μοντέλου



- Μεταξύ των γυναικών που επιλέγουν και τα 2 μοντέλα, πιο συχνά επιλέγεται της Kaplan (Μ.Ο. 6.4/10) σε σχέση με της Basson (Μ.Ο. 3.5/10)
- *‘Και τα 2 περιγράφουν τη σεξουαλική μου ανταπόκριση’*
Στις 10 επαφές, ... ισχύει η πρώτη περιγραφή
Στις 10 επαφές....ισχύει η δευτερη περιγραφή

Αποτελέσματα – Σεξουαλική

Λειτουργία

- **BSSC-W** (Υποκειμενική αξιολόγηση σεξ. λειτουργίας):
76.9% ικανοποιημένες – 23.1% μη ικανοποιημένες

Μείωση σεξουαλική επιθυμίας 28.3%

Προβλήματα οργασμού 24.8%

Πόνος κατά την επαφή 16.8%




Μειωμένη ύγρυνση κόλπου 10.6%

Μειωμένη αίσθηση στην περιοχή των γεν.οργάνων
4.4%

Άλλα προβλήματα 7.1%

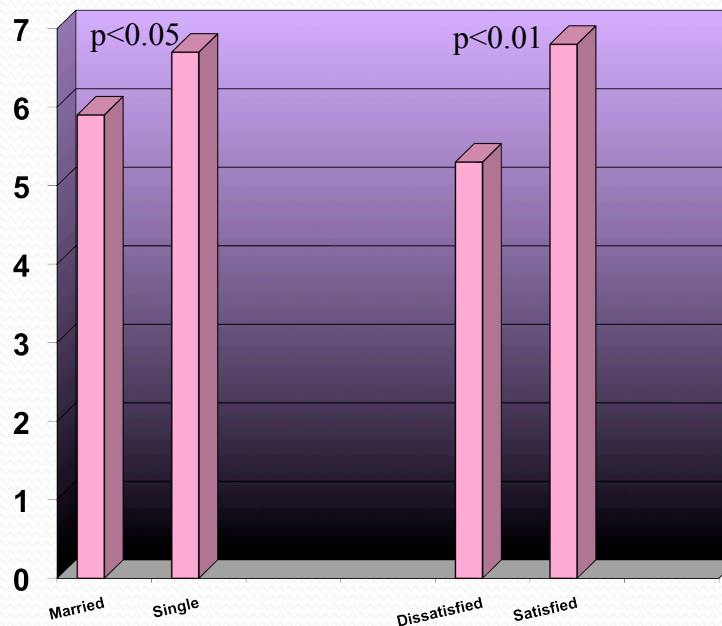
- **FSFI** (Αντικειμενική αξιολόγηση σεξ. λειτουργίας):
24.5% σκορ < 26.55 (cut off για σεξουαλική
δυσλειτουργία)

Αποτελέσματα – Λόγοι για σεξουαλική επαφή

- «Γιατί το σεξ είναι ευχάριστο» 36.5%
 - «Γιατί ήθελα να εκφράσω τα συναισθήματά μου στο/στη σύντροφό μου» 31.4%
 - «Γιατί ήθελα να έρθω συναισθηματικά κοντά με το/τη σύντροφό μου» 27.2%
 - Σωματικοί – Συναισθηματικοί – Ανασφάλειας – Επίτευξης σκοπού
 - Χωρίς συσχέτιση με δημογραφικούς παράγοντες (ηλικία, οικ. κατάσταση, χρόνια γάμου, εκπαίδευση κλπ)
-
- Γυναίκες χωρίς σεξουαλικές δυσλειτουργίες(FSFI), ικανοποιημένες από τη σεξουαλική τους ζωή(BSSW-W), συχνότερα  σωματικούς λόγους σπανιότερα  λόγοι ανασφάλειας
 - Γυναίκες που αντιπροσωπεύονται από το μοντέλο της Basson ή και τα δύο μοντέλα, συχνότερα  λόγοι ανασφάλειας

Η επιλογή του μοντέλου της Kaplan...

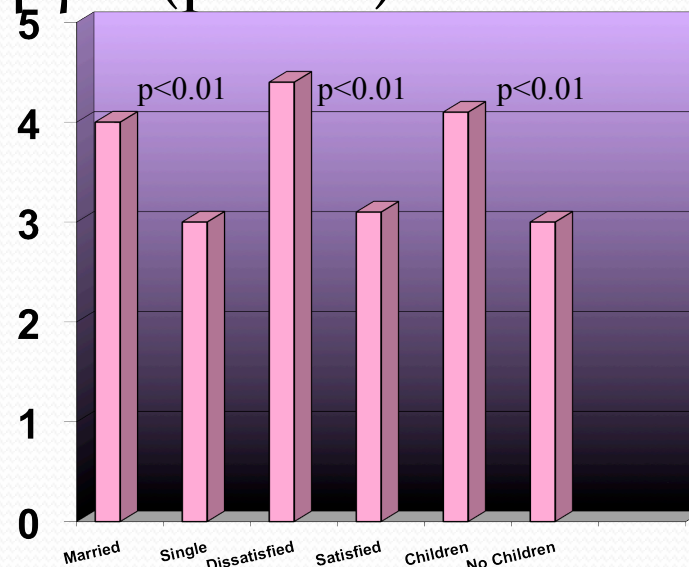
- Συσχετίζεται με καλή σεξουαλική λειτουργία (θετική συσχέτιση με FSFI $p < 0.01$, $r = 0.414$)
- Συχνότερα αυτές οι γυναίκες είναι ανύπαντρες ($p < 0.05$) και ικανοποιημένες από τη σεξ. λειτουργία ($p < 0.01$)



Η επιλογή του μοντέλου της

Basson...

- Συσχετίζεται με την παρουσία σεξ. δυσλειτουργιών (αρνητική συσχέτιση με FSFI $p < 0.01$, $r = -0.425$) και με μεγαλύτερη ηλικία ($p < 0.01$, $r = 0.333$)
- Συχνότερα αυτές οι γυναίκες είναι παντρεμένες ($p < 0.01$), με παιδιά ($p < 0.01$) και μη ικανοποιημένες από τη σεξ.λειτουργία ($p < 0.01$)



Συμπεράσματα

1. Περισσότερες από τις μισές γυναίκες επιλέγουν και τα 2 μοντέλα, αναδεικνύοντας την πλαστικότητα της γυναικείας σεξουαλικής ανταπόκρισης.
2. Πιθανοί παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή ενός μοντέλου είναι η ηλικία, ο γάμος και η απόκτηση παιδιών, η σεξουαλική λειτουργία και ικανοποίηση, αλλά και οι λόγοι που οδηγούν σε σεξουαλική επαφή.
3. Τα μοντέλα σεξουαλικής ανταπόκρισης παίζουν σημαντικό ρόλο στον ορισμό και στην αντιμετώπιση των σεξ. δυσλειτουργιών. Επομένως η διενέργεια εμπειρικών μελέτων είναι απαραίτητη για την διερεύνηση αυτού του τομέα της ανθρώπινης σεξουαλικότητας.

Η συνέχεια στην επόμενη φάση του DESIRE project

- Διερεύνηση του μεγάλου ποσοστού των γυναικών που επιλέγουν και τα 2 μοντέλα:
 - Ποιοι παράγοντες αλλάζουν την επιλογή τους;
 - Πως περιγράφουν οι ίδιες την σεξουαλική τους εμπειρία;
 - Από τις περιγραφές τους προκύπτει κάποιο 3^ο εναλλακτικό μοντέλο σεξουαλικής ανταπόκρισης;

Φάση II: Focus groups



- 5 γκρουπ εστίασης , 2 συντονιστές
- 22 γυναίκες αναπαραγωγικής ηλικίας (21-39 ετών, 3 γκρουπ) εργαζόμενες του νοσοκομείου «Παπαγεωργίου»
- 16 γυναίκες στην εμμηνόπαυση (51-69, 2 γκρουπ), προσερχόμενες στα γυναικολογικά εξ. ιατρεία για *check up*
- Συζητήσεις 2-2.5 ωρών, οδηγός συζήτησης

Ποιοι παράγοντες επηρεάζουν τη σεξουαλική ανταπόκριση της γυναίκας;

Ποιοι ευοδώνουν τη σεξουαλική επιθυμία;

Ποιες αλλαγές επισυμβαίνουν κατά τη διάρκεια της ζωής μιας γυναίκας;

Λειτουργούν διαφορετικά οι γυναίκες από τους άνδρες;

Πως περιγράφουν τα υπάρχοντα μοντέλα τη γυναικεία σεξουαλική ανταπόκριση και σε ποιες καταστάσεις;

Γυναίκες αναπαραγωγικής ηλικίας

- Το πλαίσιο (χρόνος-τόπος), η προσέγγιση
- Οικογενειακά και οικονομικά ζητήματα έχουν άμεσες και έμμεσες επιδράσεις στη σεξουαλική ανταπόκριση
- Η ικανοποίηση βιολογικών και συναισθηματικών αναγκών, η συνήθεια, η επιβεβαίωση, η επίτευξη στόχων (π.χ. οικονομικών, εγκυμοσύνη), η καινούργια εμπειρία

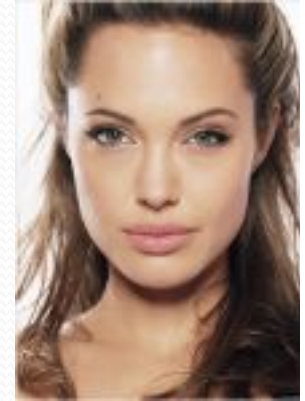


βιολογική ορμή



ενίσχυση αυτοπεποίθησης

- *Τα γραμμικά μοντέλα:* βιολογικά, εμπεριέχουν περισσότερο πάθος, περιγράφουν καλύτερα τους άνδρες, ακολουθούν μια οργανική διαδικασία
- *Το κυκλικό μοντέλο:* συναισθηματικό, ανταποκρίνεται περισσότερο στην πραγματικότητα, περιλαμβάνει πληθώρα κινήτρων για σεξουαλική δραστηριότητα
- Δυσκολία να διαχωριστεί η αυτόματη επιθυμία από τα συναισθήματα και τους άλλους λόγους για σεξουαλική επαφή, καθώς συχνά συνυπάρχουν



Γυναίκες στην εμμηνόπαυση



- Η ηλικία, οι κοινωνικοί κανόνες, η ανατροφή
- Η προσωπικότητα του συντρόφου και η προσέγγιση
- Η ικανοποίηση βιολογικών και συναισθηματικών αναγκών, η ικανοποίηση του συντρόφου (ή για να μην τον «απογοητεύσουν»), το ερωτικό-χαλαρωτικό πλαίσιο
- Βιολογικοί παράγοντες (που αλλάζουν μεγαλώνοντας), αλλά και η χαμηλότερη αυτοπειποίθηση επιδρούν στη σεξουαλική λειτουργία αλλά φεύγει ο φόβος ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης



Ξεχωριστή λειτουργία, σωματικοί λόγοι, επιρρεπείς στην απόρριψη, δεν μπορούν να «υποκριθούν» διέγερση

- *Τα γραμμικά μοντέλα:* βιολογικά, με περισσότερο «πάθος»
- *Το κυκλικό μοντέλο:* συναισθηματικό, καταστάσεις της «πραγματικής ζωής», περιλαμβάνοντας και άλλους λόγους πέραν της αυτόματης επιθυμίας
- Συχνά εμπλέκονται μεταξύ τους. Η εγγενής επιθυμία δεν μπορεί να διαχωριστεί εύκολα από τα συναισθήματα

Η γυναικεία σεξουαλική λειτουργία...

