

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com



לינק לקובץ: [לחץ כאן](#)

תוכנית: בוקר בריא
תאריך: 28/07/2016
שעה: 09:08:06
רשת: ערוץ 2

כותרת: ד"ר מריאנה רחמיאל מנהלת היחידה לאנדוקרינולוגיה ילדים בי"ח אסף הרופא

ליאון רוזנברג: אנחנו עכשיו עוברים לכותרת הראשונה שלנו הבוקר והיא נוגעת לגיל ההתבגרות המינית של ילדות. בשנים האחרונות, חלה ירידה בגיל שבו מתחילים להופיע סימני התבגרות מינית, כיום יש מקרים שכבר אצל בנות שמונה מופיעים סימני התבגרות ראשוניים ואנחנו רוצים גם להתמודד עם התופעה הזאת בהיבט הרפואי וגם בהיבט הרגשי מהצד השני, שהוא לא פחות חשוב.

פאולה רוזנברג: נכון ואנחנו נתחיל מהצד הרפואי. נמצאת איתנו דוקטור מריאנה רחמיאל, מנהלת היחידה לאנדוקרינולוגיה ילדים, במרכז הרפואי אסף הרופא. בוקר בריא. דוקטור מריאנה רחמיאל: בוקר טוב. פאולה רוזנברג: מה שלומך? ד"ר מריאנה רחמיאל: מצוין.

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

ליאון רוזנברג : אז מה נחשב בעצם להתבגרות מינית מוקדמת, מהי התבגרות מינית תקינה?

ד"ר מריאנה רחמיאל : תרשה לי דקה רק להסביר, מה זה התבגרות מינית וזה יהיה לנו יותר קל. התבגרות מינית זה תהליך שקורה בכל הגוף, הוא כולל קודם כל שינויים במוח, שינויים הורמונליים שמתרחשים במוח, בתפיסה של הילדה, שינויים שבהתנהגות שלה, שההורים שמים לב, השינוי השני הוא שינוי בגדילה, ביחד עם ההתבגרות המינית מתחילה האצה לאט לאט בגדילה, אלה הן השנים שהילדה גדלה הכי הרבה, השנה הראשונה לחיים, בשנים של ההתבגרות המינית, אלה השנים של האצה בגדילה והסימנים החיצוניים שהם חלק מההתבגרות המינית כמובן, שכוללים שיעור בבית השחי, ריח זיעה בבית השחי ושיעור באזור התחתון, בגניטליה. שיעור בגב תחתון, שיעור בידיים לא קשורים, רק כדי להוריד לחץ ודברים כאלה..

ליאון רוזנברג : או שיעור ברגליים, זה גם לא..

ד"ר מריאנה רחמיאל : לא, השיעור שקשור להתבגרות המינית, זה שיעור באזור התחתון בגניטליה, ריח זיעה ושיעור בבית השחי.

פאולה רוזנברג : ניצני שדיים?

ד"ר מריאנה רחמיאל : וזה ... מנסים להפריד בין השלבים, משום שזה נקרא סימנים שקשורים להורמוני מין זכריים שיש אצל הנקבה בהתבגרות המינית, וההורמונים הנקביים שיש אצל הנקבה,

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

זה בעצם רקמת השד שמתחילה להתפתח, מניצן רגיש וכואב והרשו לי להגיד, שזה יכול להיות בצד אחד ואחר כך רק בצד השני, אז לא להילחץ, זה בסדר, הכל יהיה טוב בסוף. ליאון רוזנברג : אוקיי.

ד"ר מריאנה רחמיאל : ושינויים של מה שנקרא בגניטליה, שאת זה אתם לא יכולים לראות. שיא ההתבגרות בעצם, השלב שנגמר ומסגר את הכל, זה בעצם הדימום של הווסת, כאשר צריך לזכור שבתהליך תקין, המרחק בין הנצת השד להופעת הווסת הוא שנתיים - שנתיים וחצי. עכשיו, הגיל שבו כל התהליך זה פורץ והגיל התקין שבו התהליך הזה פורץ הוא בין שמונה לשלוש עשרה.

ליאון רוזנברג : זאת אומרת, אם ילדה בת שמונה וחודשיים פתאום.. מתחילים להופיע סימנים כאלה, אז זה לא מלחיץ אותך? ד"ר מריאנה רחמיאל : זה בסדר גמור. בכלל לא.. פאולה רוזנברג : אבל בכל זאת, אני רוצה להגיד לך נתון שהוא כאילו נתון לא רפואי. אני זוכרת כשאני הייתי בכיתה ה', היו שתי בנות בכיתה שהיה להן מחזור. היום אני פוגשת ילדות בכיתה ה' והן אומרות שלעשר בנות אפילו מהכיתה כבר יש מחזור. ד"ר מריאנה רחמיאל : מעולה, את שואלת מה הגיל הזה? האם הגיל הזה שמונה עד שלוש עשרה, האם הוא פעם היה שונה? אז ב-1890, הווסת הייתה בגיל שש עשרה וחצי. -1940 גיל הווסת

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

היה ארבע עשרה, 1990- גיל הווסת הוא שתיים עשרה. משנת 1990 ועד היום, לא היה שינוי בכל הדיווחים באירופה וארצות הברית בגיל הווסת, זה רבע לשתיים עשרה, שתיים עשרה ורבע. ליאון רוזנברג : אוקיי, זה באירופה וארצות הברית, אצלנו? ד"ר מריאנה רחמיאל : אין דיווחים ספציפיים על מדינת ישראל, אנחנו יודעים שאנחנו דומים לאירופאים. לגבי השד, השד יש ירידה של עוד שנה, זאת אומרת, השד כן בשני העשורים האחרונים, התפתחות השד ירדה מגיל עשר לתשע, בלי שינוי בגיל הווסת.

פאולה רוזנברג : אוקיי.

ליאון רוזנברג : אוקיי, זהו, השאלה היא מה הסיבות. פאולה רוזנברג : בואי ניכנס אבל, את יודעת, האנשים, אני רוצה פשוט להפריך קצת מיתוסים. אנשים אומרים, אוקיי, הבנות מתבגרות יותר מהר, זה בגלל ההורמונים באוכל, זה בגלל ההורמונים במים, זה בגלל שהן חשופות לתכנים שהם יותר מיניים וזה גורם..

ליאון רוזנברג : כימיקלים, האם זה פסיכולוגי? האם זה פיזיולוגי?

האם זה כימיקלים?

ד"ר מריאנה רחמיאל : אז שאלה מצוינת, אני רק רוצה לציין עוד

דבר אחד, בארצות הברית, אחד המאמרים הכי גדולים שעשו מהפך 2002-2003, הראה שבנות בארצות הברית מתחילות התבגרות

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

מינית לא בגיל שמונה, בגיל שבע וזה תקין. אנחנו בישראל..
פאולה רוזנברג : אלוהים שישמור, יש לנו כבר שתי מתבגרות
מינית בבית.
ליאון רוזנברג : לא..
ד"ר מריאנה רחמיאל : אנחנו בישראל, אנחנו מתייחסים לשמונה,
שתדעו. עכשיו, לפני, עכשיו השאלה שלך, למה? גיל התחלת
ההתבגרות המינית הוא אחת האניגמות ברפואה, זה אחד התחומים
של המחקר הכי גדול, משום שאף אחד לא יודע למה, למה אחת
מתחילה בשבע, למה שמונה, למה תשע, למה שתיים עשרה? אז
קודם כל, הבסיס זה הגנום, אבל..
ליאון רוזנברג : הגנטיקה.
ד"ר מריאנה רחמיאל : הגנטיקה, בדיוק. זאת אומרת, למשל הראו
במפורש, ששינויים בגנום ספציפי אצל הזכר..
ליאון רוזנברג : כן, אנחנו רוצים רגע להתרחק, לא רק בהסברים
תאורטיים, הורים שרואים שיעור גניטלי אצל הבנות שלהם, בגיל
שבע, מה עושים? לבוא לאן?
ד"ר מריאנה רחמיאל : לבוא לאנדוקרינולוג.
פאולה רוזנברג : לגשת לאנדוקרינולוג, מתי זה מוקדם מיני?
ד"ר מריאנה רחמיאל : כאשר יש שיעור מיני, שיעור, רקמת שד
מתחת לגיל שמונה שנים, או שלא פרצה בכלל אחרי גיל שלוש
עשרה, או שיעור מיני שהופיע לפני גיל שש-שבע, לבוא

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

לאנדוקרינולוג להעריך, למה?

פאולה רוזנברג : וכמובן לא שיעור ברגליים או בגב. זה לא קשור.
ד"ר מריאנה רחמיאל : לא, לא. שאלת על סימנים סביבתיים,
דברים סביבתיים, רק שאציין, תקופת ההיריון, סוף ההיריון של
האימא, שנה ראשונה לחיים, תזונה בשנה הראשונה לחיים, קשר
מובהק הוכח ..

ליאון רוזנברג : זה קובע את ההתבגרות?

ד"ר מריאנה רחמיאל : כן. זה, את שאלת על הגורמים
הסביבתיים, אלה הם הגורמים הסביבתיים שאת יכולה איכשהו
להשפיע עליהם, שמשפיעים על הגנום ועל הגיל של הפריצה.
פאולה רוזנברג : שזה קשור לסטרס.

ד"ר מריאנה רחמיאל : השמנה, סטרס. סטרס סביב הלידה.

פאולה רוזנברג : ההיריון?

ד"ר מריאנה רחמיאל : סטרס סביב ההיריון, תזונה בשנה
הראשונה לחיים ותזונה בכלל, הראו קשר ישיר בין רקמת השומן,
או הורמון שהיא מפרישה ואיזון הורמונלי לבין התחלת ההתבגרות
המינית. עודף משקל, גיל יותר צעיר.

ליאון רוזנברג : גם עודף משקל של ילדות, גם תורם ל..

ד"ר מריאנה רחמיאל : ושינה.

ליאון רוזנברג : ושינה, אוקיי.

פאולה רוזנברג : אני חושבת שהדוקטור תסכים שבעצם שוב אנחנו

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

מגיעים למסקנה שגנטיקה היא לא הכל ואורחות חיים, התזונה, מה שאתם מאכילים את הילדים שלכם, איך שאתם מרדמים אותם וכמה שעות שאתם נותנים להם לישון, יכול לשנות את ההתבגרות המינית.

ד"ר מריאנה רחמיאל : תרשי לי עוד משפט אחד, זה משפיע גם ברמה הסביבתית, ברמה המוחית מבחינת ההפרשה של מה שנקרא נורו-סטרואידים וגם על שינויים שטוענים שהם שינויים בגנום, אפי-גנטיים.

ליאון רוזנברג : אני רוצה ברשותכם רגע, איתנו על קו הטלפון, תודה על ההסבר המעמיק. נמצאת ענבל, בת ארבע עשרה וחצי שבאה מה שנקרא מהשטח. בוקר בריא לך, ענבל. ענבל : שלום, בוקר טוב.

ליאון רוזנברג : שלום. תגידי, מה דעתך, באמת אבל תגידי, על הכותרת הזאת שאנחנו פה הפצנו שגיל ההתבגרות המינית יורד. את מרגישה את זה? ענבל : כן.

פאולה רוזנברג : איך מרגישה את זה? ענבל : בסביבה שלי, מהחברות.

פאולה רוזנברג : את מרגישה שהן התפתחו בגיל מוקדם יחסית? ענבל : כן.

פאולה רוזנברג : אם זה לא מביך אותך לדבר על זה, אז נגיד,

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

את עכשיו בת ארבע עשרה וחצי, את עולה לכיתה ט'?

ענבל : כן.

פאולה רוזנברג : וכמה בנות מהכיתה שלך, הן כבר לובשות חזייה?

ענבל : כולן.

פאולה רוזנברג : כולן לובשות חזייה.

ליאון רוזנברג : כולן?

ענבל : כן.

פאולה רוזנברג : אוקיי וכמה בנות מהכיתה קיבלו מחזור?

ענבל : כולן.

פאולה רוזנברג : כולן. אוקיי. נגיד עכשיו, מה שמספרת פה ענבל,

כשאני עליתי לכיתה ט', לא כל הבנות כבר סיימו את

ההתפתחות המינית שלהן.

ליאון רוזנברג : וזה לא היה מזמן, צריך להגיד.

פאולה רוזנברג : זה לא היה מזמן, לפני שנתיים-שלוש.

ד"ר מריאנה רחמיאל : תזונה.

פאולה רוזנברג : תזונה. זה ההבדל.

ד"ר מריאנה רחמיאל : אורח חיים, תזונה, גורמים סביבתיים

כימיקליים, ביספנול A, שינה.

פאולה רוזנברג : אז ענבל, אולי נשאל אותך, באיזו שעה את

הולכת לישון רוב הימים?

ענבל : בגלל שחופש אז מאוחר.

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

פאולה רוזנברג : ובלמודים?

ענבל : בלימודים, עשר.

פאולה רוזנברג : עשר? כל יום את הולכת לישון בעשר.

ענבל : אחת עשרה.

פאולה רוזנברג : אחת עשרה?

ענבל : כן.

פאולה רוזנברג : אחת עשרה זה אולי, באמת... תודה ענבל, תודה רבה לך ששיתפת ואני יודעת שבגיל הזה לשתף בדברים האלה זה אפילו מביך.

ליאון רוזנברג : באמץ גדול.

פאולה רוזנברג : תודה רבה.

ענבל : תודה.

פאולה רוזנברג : תודה לך, תישארי איתנו כי אנחנו רוצים להגיד עוד כמה דברים שאולי יעניינו אותך ואת החברות שלך. אולי רק משהו אחד, כמה שעות ביום צריך לישון ילד? צריכה לישון ילדה בת שתיים עשרה- ארבע עשרה? אולי דורית רוצה לענות על זה? בוקר טוב לך.

ליאון רוזנברג : בוקר טוב דורית.

דורית קייזר : בוקר טוב.

ליאון רוזנברג : את מדריכה בנות ואימהות בכל תהליך ההתבגרות, בין השאר.

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

דורית קייזר : וגם אני יועצת שינה, מאמנת שינה ומפתחת שיטת בלילה ישנים ואני רוצה לומר, שרגע שלפני שמדברים על כמה שעות שינה נוער צריך, צריך לדבר על השנה הראשונה, כי יש תחושה או הרגשה שתינוק לא צריך לישון, הוא צריך לבכות, מרימים אותו על הידיים וזה בסדר שתינוק לא ישן בלילה, אבל השנה הראשונה, בדיוק מה שאת אמרת, היא הקריטית ביותר, מדוע? כי בשנה הראשונה נוצרים תאי השומן, כמות תאי השומן. אחר כך בדיאטות, שזה ליד פאולה אסור להזכיר את המילה הזאת ובצדק, תאי השומן רק מתכווצים בדיאטה או מתרחבים והשנה הראשונה היא מאוד קריטית לשינה, לכן הרגלי השינה צריכים להיות, נחשו..

פאולה רוזנברג : כבר בשנה הראשונה.

דורית קייזר : מהיום הראשון, מיום הראשון תינוק צריך לדעת ללמוד להרדים את עצמו, לא לישון לילה שלם אבל מגיל שלושה חודשים הוא גם צריך לישון לילה שלם וזאת בגלל שבשנה הראשונה נקבעת גם ההתפתחות, התזמון של הציר ההורמונלי. פאולה רוזנברג : אז זה מסר להורים לילדים בני אפס עד שנה, אבל נגיד..

ליאון רוזנברג : אבל אנחנו רוצים לדבר על ההורים לילדות בנות שמונה.

פאולה רוזנברג : אנחנו רוצים לדבר על ילדות בנות שתיים עשרה

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

-ארבע עשרה. אני חושבת שיש ..

ליאון רוזנברג : למה? שמונה, אמרנו שמונה. אנחנו רוצים רגע להתייחס..

פאולה רוזנברג : אבל אני רוצה להגיד שיש בעצם מגמה בשנים האחרונות, שילדים הולכים לישון יותר מאוחר מפעם. רואים יותר טלוויזיה.

דורית קייזר : נכון.

פאולה רוזנברג : באיפוף. אני חושבת..

ליאון רוזנברג : אבל מכיוון שהדיון שלנו מתקצר, אני רק רוצה שנתייחס, לא, רגע, אנחנו רוצים להתייחס לעניין הרגשי.

פאולה רוזנברג : שנייה, אני רוצה להגיד משפט אחד.

ליאון רוזנברג : מה?

פאולה רוזנברג : שהורים היום, אני שואלת ילדים בגילאי שמונה עד שתיים עשרה, הם ישנים בין שבע לשמונה שעות.

ליאון רוזנברג : וזה לא מספיק.

פאולה רוזנברג : וזה לא מספיק.

ליאון רוזנברג : הבנו את הנקודה.

פאולה רוזנברג : אז כמה שעות ילדים כאלה צריכים לישון? כדי שההורים יידעו.

ד"ר מריאנה רחמיאל : זה לא דווקא חשוב כמה הילדים הולכים לישון, כי ילד בן אחת עשרה בא אליי ואומר לי, ילד שהוא נמוך

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

ולא גדל ולא מתפתח והוא אומר, טוב, אני הולך לישון בשתיים בבוקר, אז מה? אני אלך לישון בשתיים, אני אקום בשתיים. לא תקין, יש דבר שנקרא שעות ביולוגי, השעון הביולוגי מסונכרן עם בלוטות במוח, שמסונכרנות עם בלוטה שמפרישה את הורמוני המין והקשר הוא לא כמה שעות, אל תעירו אותו אם הוא בחופש, אבל שיילך לישון מוקדם, ואם תספרי את ימי החופש ואת ימי הלימודים במשך שלוש מאות שישים וחמישה ימים, את תראי שזה חצי חצי, בערך, אז אם הם יילכו לישון בשתיים בבוקר או בשתיים עשרה בלילה בימי חופש. פאולה רוזנברג : אז זה יכול לפגוע בהתפתחות.. ד"ר מריאנה רחמיאל : כל התהליכים. ליאון רוזנברג : גם אצל בנים וגם אצל בנות. ד"ר מריאנה רחמיאל : כן, אבל אני רוצה שדורית תגיד. דורית קייזר : אבל רק להוסיף משפט אחד בעניין הזה, שבעצם, תחשבו שאם נוער ישן שעה אחת בממוצע פחות מהנורמה, או שעתיים, אז יש לו יותר, זה גורם להשמנה, השמנה גורמת להפרשה של יותר ליפטין ואינסולין, שגורם גם להפרשה של אסטרוגן, להתפתחות מינית מוקדמת, זאת אומרת, אורחות החיים זה.. ליאון רוזנברג : הן קריטיות. דורית קייזר : הן קריטיות וגם לנושא שאתה כל כך רוצה לדבר

מידע רדיו וטלוויזיה

IFAT House

96-98 Derech Menachem Begin, Tel Aviv
(formerly Derech Petach Tikva)
Tel 972-3-5635050, Fax 972-3-5617166
www.ifat.com

בית יפעת

דרך מנחם בגין 96-98, תל אביב
(לשעבר דרך פ"ת)
טל 03-5635050, פקס 03-5617166
www.ifat.com

איתי, שזה המצב הנפשי.

ליאון רוזנברג : נכון.

דורית קייזר : כן, כי כשנוער ישן פחות טוב, הוא יותר עצבני, יש לו חוסר סובלנות וסבלנות ו... אז זה גם משפיע על ההתפתחות.

פאולה רוזנברג : אז אנחנו יכולים לסכם ולומר, שבעצם ההתפתחות המינית המוקדמת קשורה ב..

ליאון רוזנברג : באורח החיים.

פאולה רוזנברג : באורח החיים שקשור בתזונה, שינה וסטרוס.

ד"ר מריאנה רחמיאל : תני לי רק דבר אחד, אל תגדירי את המילה מוקדמת. מוקדמת זה מתחת לגיל שמונה, התבגרות מינית על הצד המוקדם.

פאולה רוזנברג : על הצד המוקדם.

ד"ר מריאנה רחמיאל : בדיוק.

פאולה רוזנברג : תודה על התיקון.

ליאון רוזנברג : קיבלנו את התיקון. טוב, אנחנו חייבים להמשיך הלאה, תודה רבה לשתיכן.

דורית קייזר : תודה.

ד"ר מריאנה רחמיאל : תודה.

פאולה רוזנברג : תודה.