

Hạn Chế Sinh Sản Là Gì?

Hạn chế sinh sản liên hệ đến hàng trăm phương pháp được sử dụng để tách rời hành động giao hợp ra khỏi sự sinh sản. Từ buổi sơ khai của nền văn minh, loài người đã tìm cách đưa tinh trùng vào âm đạo, và không xa hơn. Tiếc thay những sinh vật nhỏ bé này lại bị thời thúc phải lội ngược dòng và hợp nhất với một quả trứng đang chờ đợi, và chúng đã ngoan cố chống lại mọi nỗ lực nhằm ngăn trở chúng phát triển.

Sợ hãi về có thai ngoài ý muốn vẫn luôn là bóng đen làm u ám thú vui tình dục. Viễn ảnh mỗi lần giao hợp là mỗi lần làm một phép tính cộng vào gia đình, đã làm cùn nhụt khao khát dục tính của vô số cặp vợ chồng. Ý nghĩ cho rằng giao hợp có thể hình thành một gia đình đã hủy hoại thú vui của nhiều người không phải là chồng vợ.

Sao Lại Thêm?

Nhiều bộ lạc bán khai không nhận thức được mối liên quan giữa tình dục và thai nghén. Trong khi vẫn nhiệt nồng với tình dục, như những kẻ đồng loại xa xôi tại Beverly Hills (gần Los Angeles), họ cứ tưởng rằng thai nghén là một sự kiện thần bí, có được là nhờ cầu nguyện và giết trâu heo để cúng tế. Tình dục là để thỏa mãn, còn con cái thì tự ý chúng sinh ra. Thực vậy, họ may mắn vì họ không còn biết gì hơn. Thiếu vệ sinh và bệnh tật lan tràn đã cướp đi nhiều con cháu mà sự sinh sản liên tục không giữ vững được nhân tố trong bộ lạc. Những bộ lạc khác thì tiến bộ hơn một tí.

Nó Như Thế Nào?

Họ biết rằng tình dục sinh ra con cái. Họ còn tìm

cách hạn chế sinh đẻ bằng một phương pháp thô sơ: Một tích tắc trước khi xuất tinh người đàn ông giật mạnh dương vật ra khỏi âm đạo. Hẳn xuất tinh ra ngoài, trên mặt đất, trên người cô bạn gái hoặc ngay cả trên mình hắn, tùy theo mục tiêu và mức độ tự chủ. Nếu sự tự chủ của hắn chưa đạt, hẳn bắn cả vào âm đạo, hy vọng rằng một lần sẽ chẳng sao.

Bộ Lạc Nào Làm Như Thế?

Cách ấy chủ yếu được hai nhóm sử dụng: người thổ dân Châu Phi và người Mỹ hiện đại. Người thổ dân làm như thế vì họ không biết cách nào hơn. Người Mỹ phải biết nhiều hơn nữa.

Nó Có Kết Quả Không?

Không, thực tế không kết quả. Phương pháp "rút ra" đi ngược lại bản chất con người và những qui luật vật lý. Vào lúc tình dục bị kích thích cao độ, cần có một cái đầu bình tĩnh và một mục tiêu tốt. Về phương diện vật lý, con người buộc phải đi lui khi hắn muốn lao tới trước, phải ngừng khi hắn muốn thật tình khởi động và phải trừ khi hắn muốn cộng. Nó cũng làm cho người đàn bà cảm thấy bị bỏ rơi. Lúc ngăn trở cực khoái, nàng bị đẩy lùi về thực tế khi năm, sáu tia tinh dịch nóng hổi phun ra trên bụng nàng. Như vậy hoàn toàn không phải là ngậy ngất đẻ đẻ.

Một điểm khác chống lại sự rút ra là nguy cơ mang thai rất lớn đấy. Ngay cả trước khi xuất tinh luôn luôn vẫn có mấy giọt tinh dịch ở đầu dương vật, mỗi giọt chứa khoảng 50,000 tinh trùng. Nếu chúng chui vào âm đạo thì một giọt cũng quá đủ để biến cái trứng thành một bébê.

Đôi khi còn nhiều hơn là mấy giọt. Ta hãy tưởng

tượng xem người đàn ông cảm thấy thế nào nếu anh mặc kệ cái quyết định long trọng là rút dương vật ra vào lúc chót, sự phản xạ đã thắng và anh ta phóng một trăm phần trăm tinh dịch sâu vào trong âm đạo. Rồi ta hãy tưởng tượng cô bạn gái của anh cảm thấy thế nào.

Nếu Phương Pháp Rút Lui Dở Đến Thế, Tại Sao Ai Cũng Sử Dụng?

Nó là một trong số ít ỏi những kỹ thuật hạn chế sinh đẻ không cần đến dụng cụ. Một đôi nam nữ mười tám đôi mươi đậu xe trên xa lộ tình yêu lúc một giờ sáng, họ không còn chọn lựa nào hơn. Các hiệu thuốc đã đóng cửa và coi như họ phải về nhà trước đây một giờ, còn bộ phận sinh dục của họ lại không thể đợi đến tối thứ bảy tuần sau. Họ cố làm cái tốt nhất có thể được.

Nhiều người khác rõ ràng là không biết đến sự chênh lệch. Họ không nhận thức rằng mỗi lần xuất tinh có thể có 4,000.000.000 (bốn tỉ) tinh trùng, nghĩa là 3.999.999.999 con nhiều hơn số cần thiết để thụ thai. Đa số những người dựa vào việc rút ra để ngừa thai đều coi nó tốt hơn là không có gì. Nó tốt hơn không có gì thật, nhưng không tốt hơn nhiều đâu.

Phương Pháp Kiêng Cữ Định Kỳ Có Đáng Tin Cậy Hơn Không?

Đáng tin cậy hơn một tí thôi. Nó tùy thuộc vào sự kiện sinh lý học cho rằng giao hợp một hay hai ngày trước (hoặc sau) trứng rụng rất dễ thụ thai. Đôi trai gái cho rằng trứng rụng vào giữa chu kỳ kinh nguyệt, nên tránh giao hợp trong thời gian này. Theo lý thuyết thì như thế

là có hiệu quả. Thực tế đó chỉ là trò quay số rủi may với sự sinh đẻ: Nhà cái được tất cả mọi lợi thế.

Vấn đề quan trọng là kỳ trứng rụng thường xảy ra mười bốn ngày trước ngày hành kinh sắp đến. Nếu có thể đoán trước chắc chắn khi nào bắt đầu kỳ kinh nguyệt thì người đàn bà thắng cuộc. Tuy nhiên nếu nàng có thể vững vàng tiên đoán tương lai như thế, nàng sẽ có thể chọn kẻ thắng cuộc trong lối đánh cá "quét cả làng" (1)

Còn một chi tiết nhỏ khác nữa. Rụng trứng có thể xảy ra bất cứ ngày nào trong chu kỳ kinh nguyệt, ngay cả trong lúc có kinh. Định kỳ chăng? Cái trứng bé tí và lấu lỉnh kia không có định kỳ gì cả. Có vài phương pháp thô thiển có thể tin cậy được hơn ít nhiều.

Đó Là Gì?

Cái thất lưng trinh tiết kia là một. Khởi thủy nó được các hiệp sĩ thời trung cổ dùng để bảo vệ danh dự của vợ ở nhà trong khi họ bôn ba bảo vệ danh dự của Tổ quốc ngoài biên cương. Nó là một loại bikini (loại quần tắm) bọc sắt, có màn che đằng trước để đi tiểu và vài centimet sắt giữa âm hộ và sự cảm dỗ. Cả bộ được khóa chặt bằng một ổ khóa to tướng. Ngay từ thời xưa ấy, ái tình đã chế nhạo mấy bác thợ rèn (làm ổ khóa), nhiều tay hiệp sĩ đã trở về tìm lại vợ mình, người vợ có cái nhìn đức hạnh trên mặt và cái thai hai tháng dưới chiếc xilip sắt. Việc duy nhất cần nói về cái thất lưng trinh tiết là nếu sử dụng cẩn thận nó sẽ ngăn ngừa thụ thai (và mọi thứ khác).

Một phương pháp tương đối trực tiếp hơn (và quyết liệt hơn) vốn được dùng tại nhiều vùng tại Châu Phi ngày xưa. Nó vẫn được mấy đức ông chồng đi xa nhà ưa thích.

(1) Lối đánh cá, hễ ai thắng thì vợ hết tiền cả sông bạc.

Người đàn ông nhờ một người đàn bà lớn tuổi trong họ hàng khâu âm hộ của vợ bằng một cây kim thật to và một sợi chỉ thật lớn. Biện pháp này quá đau đớn cho người vợ đến nỗi ít khi nàng còn ham phạm tội. Khi về nhà, người chồng tháo đường khâu và bắt đầu lại sự việc từ lúc anh ra đi. Phương pháp này không có gì đáng khuyến khích để làm theo, tên gọi nó là "infundibulation".

Có Cái Gì Giống Như Thế Cho Đàn Ông Chẳng?

Có, theo một cách nào đó. Nó gọi là "ép sau niệu đạo" và rốt cuộc là infundibulation tạm thời. Vào giai đoạn cuối của giao hợp, lúc sắp cực khoái, thì người đàn ông báo cho bạn mình biết. Nàng thò tay xuống và lạnh lẽo ép gốc dương vật thật chặt. Cái nắm chặt như sắt của nàng hoàn toàn khép kín niệu đạo và không cho một chút tinh dịch nào thoát khỏi dương vật khi xuất tinh.

Vậy Nó Đi Đâu?

Quay về nơi nó xuất phát. Dưới áp lực mạnh ghê gớm của cực khoái bơm ra, tinh dịch bị đẩy lui về tuyến tiền liệt và túi tinh. Như thế là trải qua một sự đau đớn và cuối cùng làm hỏng những cấu trúc mảnh khảnh này. Nhiều người, nhất là ở Châu Âu, đã quen làm cách ấy mà không để ý tới. Ở Mỹ, gái điếm hay dùng, chủ yếu là để trả thù những ông khách quên trả tiền. Lần sau họ sẽ nhớ.

Có Kỹ Thuật Nào Khác Để Đàn Bà Tự Sử Dụng Không?

Vì nữ giới phải mang nặng cái bào thai ngoài ý muốn, cho nên hàng nghìn năm nay họ vẫn phải tìm những phương pháp tự họ có thể điều khiển lấy. Các kỹ thuật có

đủ loại, từ thô sơ ngoài sức tưởng tượng tới phức tạp đến ngẩn ngơ. Đôi khi người đàn bà thuộc các nền văn hóa có tiến bộ kỹ thuật nhất lại dùng những phương pháp thô sơ nhất, còn người đàn bà bán khai lại thỉnh thoảng dùng những cách ngừa thai rất tinh vi.

Đàn bà nông dân ở Đông Âu và nhiều nơi ở Châu Á có một phương pháp như lấy từ phòng thí nghiệm khoa học ra. Sau khi giao hợp, họ lập tức ngồi xổm trên nền nhà và đút ngón trỏ vào âm đạo. Lúc bấy giờ tinh dịch đã bắt đầu đông lại, giống như nước mũi đặc. Họ dùng ngón tay ấy xoáy nhanh rồi đột nhiên rút mạnh ra. Tinh dịch xoáy ra theo thành một cục, gần giống như ta dùng máy ly tâm phòng thí nghiệm để hút ra.

Cách bắt chước máy ly tâm như thế không tốn kém, có thể dùng bất cứ nơi đâu và không cần dụng cụ. Tuy nhiên nó bản thủ hơi kém tin cậy và cần phải tức khắc rời nhau ra sau khi xuất tinh, nếu muốn có hy vọng được việc. Nó có hầu hết những trở ngại của thụt rửa.

Thụt Rửa Vận Hành Như Thế Nào?

Có lẽ thụt rửa là cách ngừa thai thông thường nhất mà người đàn bà hiện đại hay dùng. Kể về tính hiệu quả, nó chỉ cao hơn ly tâm nhân tạo một nấc thôi. Và cũng giống như kỹ thuật kia, thời gian là yếu tố quan trọng. Ngay vừa khi xuất tinh, người đàn bà phải nhảy vọt vào phòng tắm và rửa âm đạo với một dung dịch chế sẵn, để vô hiệu hóa tinh trùng. Thường thường cô dùng một túi nhỏ bằng cao su có một cái vòi dài bằng chất dẻo. Cái vòi ráp vào âm đạo và khi ép cái túi, cô nàng có thể bơm dung dịch thuốc vào khắp âm đạo.

Loại Dung Dịch Nào Tốt Nhất?

Thật khó nói. Trên hàng trăm năm áp dụng phương pháp này, hàng nghìn chất đã được chế tạo ra để tiêu diệt tinh trùng. Mỗi nhà thuốc có ít nhất một tá các loại để trong tủ kính và có lẽ hai tá khác đang nằm phủ bụi ở phía sau. "Thời Trang" cũng thay đổi trong ngành này. Có một thời, dung dịch trong suốt với một ít chất axit cac-bolic đã được nhiều người ưa dùng. Rồi hỗn hợp có chất thủy ngân xanh đậm lại thắng thế. Những năm 1950 chất chlorophyll nhanh chóng chiếm lĩnh thị trường. Không ai có thể tiên đoán sắp đến sẽ là cái gì.

Thật ra tất cả đều gần giống nhau, hiệu quả chủ yếu của dung dịch tùy vào sự trục xuất tinh trùng ra khỏi âm đạo. Chất nước được ưa chuộng, với một sự ngoại lệ, đúng là nước lã. Rẻ tiền, hợp vệ sinh, vô hại, nó cũng công hiệu như bất cứ loại nào khác.

Các Ngoại Lệ Ấy Là Gì

Là Coca-Cola. Từ lâu nó vốn là một loại nước ngọt ưa thích của nhiều người. Nó là thứ nước có sẵn (Ở Mỹ) và tốt nhất. Chai Coca chứa: axit cacbonic là thứ giết tinh trùng, và đường là thứ làm vỡ tế bào tinh trùng. Chất hơi cacbon dưới áp suất đẩy Coca-Cola vào âm đạo và giúp nó vào tận các góc ngách của thành âm đạo. Nó rẻ tiền (mười xu) và có sẵn ở khắp mọi nơi.

Dùng Nó Như Thế Nào?

Sau khi giao hợp người đàn bà không cần ra khỏi giường, chỉ đơn giản rướn người đến chiếc bàn, lấy một chai Coca ấm áp, mở nắp, dùng ngón tay cái đập lên miệng chai, lắc thật mạnh, và đút đầu chai vào âm đạo.

Đặt một cái "bô" dưới hông để hứng nước chảy ra, nàng có ngay một màn thụt rửa sủi bọt. Chai một xi (phần tư lít) đúng là cỡ vừa cho một lần sử dụng.

Như Vậy Có Hiệu Quả Không?

Không hẳn. Tất cả, kể cả Coca-Cola đều vấp phải khuyết điểm là quá nhiều và quá trễ. Quá nhiều thì gây phiền phức, còn quá trễ thì không ích lợi gì. Vùng dậy chạy đi rửa âm đạo liền sau khi cực khoái là một việc quá sức vất vả vì ai cũng muốn giữ lấy đầy đủ khoái lạc sinh lý.

Phương pháp nào áp dụng sau khi giao hợp cũng đều quá trễ. Lúc người đàn bà bắt đầu rửa, thì khoảng 100.000 con vật vi-ti có lẽ đã bơi lội khắp nơi trong tử cung, nơi không có cách nào vào tới. Có lẽ chúng cũng không nghe thấy tiếng nước ào ạt dội vào.

Còn Viên Thuốc Nhét Âm Hộ Thì Sao?

Đây là những viên tròn, dẻo như sáp, được chế tạo để đặt vào âm đạo liền trước khi giao hợp. Nó là một loại thụt rửa cứng mà theo lý thuyết, phải có hiệu quả. Với thân nhiệt sáp tan, giải phóng một số hóa chất để làm tê liệt tinh trùng. Vì viên thuốc đặt vào lúc bắt đầu trận đấu, không cần giòng nước để bơm một dung dịch nào vào. Viên thuốc đặt cũng khá sạch sẽ.

Điều bất tiện duy nhất là nó không có hiệu quả. Đôi khi nó cũng không thêm tan ra nữa. Cho dù nó có tan ra, tinh dịch đã đi "vào" một cái rất nhanh vào âm đạo để đến tử cung (và trứng), cho nên tinh trùng không có nhiều thời gian để tiếp xúc với viên thuốc đặt giữa lối đi. Đối

với thụt rửa, viên thuốc đặt có một ưu điểm thật sự: chất sáp giữ cho các mô của âm đạo trơn và mềm dẻo. (1)

Có Thuốc Khử Trùng Nào Thích Hợp Để Diệt Tinh Trùng Không?

Đôi người đàn bà vẫn dùng một dung dịch dành để khử trùng trong nhà. Đây không phải là một ý kiến hay. Vì những nhà sản xuất các loại hóa chất này khoe khoang tính năng giết vi trùng của nó nên các bà thường dùng sức mạnh ấy đối với tinh trùng. Sự việc này có thể gây biến chứng. Bất cứ dung dịch nào đủ mạnh để giết vi trùng đều sẽ ăn mòn lớp lót âm đạo. Việc này thỉnh thoảng đã xảy ra. Các thứ thuốc khử trùng chỉ dùng bên trong bồn rửa mặt, không phải bên trong con người.

Có Một Chất Nào Có Thể Dùng Bên Trong Âm Đạo Mà Vẫn An Toàn Và Hiệu Nghiệm Chẳng?

Có. Vài loại bọt mới, dùng cho âm đạo khá tốt. Một bình xịt đựng bọt, kiểu như bình xịt kem cạo râu, dùng để nạp thuốc vào một cái bơm bằng chất dẻo. Người dùng đẩy bơm vào âm đạo và bóp bọt ra. Không giống như các loại kem, kiểu này không để tràn, còn các hóa chất thì đến chín mươi phần trăm có hiệu lực. Tuy thế vẫn còn vài điều bất tiện. Cái cần nhỏ phải dò dẫm âm đạo trước mỗi lần giao hợp, khiến cho đôi kẻ thấy buồn buồn thú vị. Nếu người dùng tìm cách đưa trực tiếp bọt từ bình xịt vào thì kết quả sẽ thê thảm — bọt ra hàng hà sa số, tỏa lan ra khắp vùng lân cận. Một vấn đề khác được đặt ra là liệu người sử dụng có đủ khả năng hiểu rõ lời chỉ dẫn không. Đã có lúc bọt được sử dụng, trong các bệnh viện

(1) Các viên đặt hiện nay đều rất hiệu nghiệm với tỷ lệ trên 90%.

hạn chế sinh đẻ, nhưng kết quả không hoàn toàn khả quan. Đôi khi sự việc diễn tiến như sau:

Bác sĩ: Kia bà Brown, bà vẫn dùng bọt đấy chứ?

Bà Brown: Vâng. Tối nào tôi vẫn dùng cả, bác sĩ ạ.

Bác sĩ: Giờ bà đã cảm thấy dễ chịu hơn vì không còn lo có thêm con nữa chứ?

Bà Brown: Này, xin nói thật với ông, tôi đang nghĩ nên dùng thứ khác. Thà có bầu còn hơn mỗi đêm phải nuốt cái tuyp bọt nho nhỏ ấy — nó đáng ơ là đáng.

Bà Brown khỏi phải bận tâm kiếm thứ khác, vì lúc ông bác sĩ làm sáng tỏ sự hiểu lầm bà đã lại mang thai rồi (1).

Còn Màng Chấn Thì Sao? Đấy Không Phải Là Một Phương Pháp Hay ư?

Cho đến gần đây, màng chấn âm đạo có lẽ là phương pháp ngừa thai được nhiều người ưa chuộng nhất ở Hoa Kỳ. Tuy chưa được hoàn chỉnh, còn tốn kém và chưa thể đoán trước hậu quả, nó lại là loại tốt nhất sẵn có.

Sản phẩm này gồm có một chiếc vòng kim loại bọc cao su làm vành cho một cái màng cao su hình vòm. Nói chung, nó trông giống như cái mũ bằng cao su. Một chất thuốc ngừa thai sền sệt đặt bên trong, phủ hết vòm và vòng, còn cái màng thì được ép lại, có hình thù và kích cỡ một lát dưa. Người sử dụng đẩy nó vào âm đạo và lừa vào đúng chỗ, mép trên của dụng cụ sẽ tựa vào xương chậu, mép dưới vào dưới cổ tử cung, còn vòm cao su thì ở giữa

(1) Tại TP/HCM cũng có một trường hợp khá hi hữu, có một bà thấy cái núm nhỏ ở đầu bao cao su (capot) có vẻ (thừa) nên dùng kéo cắt bỏ và hậu quả không khác gì trường hợp trên.

cổ tử cung và nơi tấn công dữ dội của tinh trùng. Vì cao su là loại không thấm nước (và tinh trùng) cho nên cái màn như thế phải có hiệu quả trăm phần trăm. Đàng này nó lại không thế.

Trừ khi đặt nó vào đúng chỗ và để ở đấy suốt thời gian chấn động bên trong do giao hợp, nó chỉ đơn giản dùng để dẫn đường cho hàng tỉ tay bơi nhỏ xíu vào cổ tử cung. Màn chắn dù có đặt đúng chỗ, nhưng chỉ cần một lỗ kim là cũng thành cái đường hầm cho tinh trùng.

Màn chắn dứt khoát là một lợi điểm, vì nó có thể được luồn vào trước khi giao hợp một lúc lâu và như thế, các chiến sĩ sẽ tránh cho những phút giây tế nhị khỏi bị dứt quãng. Trong việc ngừa thai nó hữu hiệu gần chín mươi phần trăm, tốt về mặt thống kê đấy, nhưng xấu về mặt thực tiễn nếu bạn thuộc vào cái tỉ lệ mười phần trăm kia. Đã có lần người ta tìm cách vượt qua vài yếu điểm của màn chắn bằng cách sửa đổi nó thành một loại mũ cổ tử cung.

Mũ Cổ Tử Cung Là Gì?

Như tên gọi đã mô tả, nó là một loại mũ cao su đi mưa, ráp khít vào cổ tử cung để giữ không cho tinh trùng vào. Tiếc thay, mũ cổ tử cung không bao giờ ráp vào đủ khít và sáng hôm sau người ta thường thấy nó lấp ló ở cửa âm đạo. Loại "áo mưa" bên trong này đúng là không có tác dụng.

Còn Áo Mưa (CaPót) Thì Sao?

"Áo Mưa" là mũ tiên công lớn đầu tiên của kỹ thuật vào trận tuyến hạn chế sinh đẻ, nó có nhiều biệt danh: áo mưa, bao cao su, capot, condom...và là phương pháp

thông dụng nhất được sử dụng ở thế giới văn minh. Xuất phát từ thế kỷ 15 để ngừa bệnh giang mai, mẫu hàng đầu tiên làm bằng chỉ lanh bảo hòa với dung dịch thủy ngân (mercury). Với hình thức một chiếc bít tất nhỏ bằng chỉ lanh, nó đeo lỏng lẻo vào dương vật. Những áo mưa thuở ấy thường vỡ luôn, rồi người ta dùng hồ vá lại để sử dụng nhiều lần. Hồ thì tan nhanh dưới sức căng và ép của dương vật lao vào, làm cho dụng cụ tan rã đúng vào lúc nó được cần đến nhất.

Những mẫu mới đã xuất hiện nhanh, kể cả áo mưa làm bằng bong bóng cá và gân cừ non. Những cải tiến này bền bỉ hơn xưa, nhưng không có kẻ nào thực sự ưa thích chúng. Một lời chỉ trích nhằm vào những thứ đó như sau: "Một giáp sắt để chống khoái lạc và một mạng nhện để chống bệnh tật". Vẫn những lời than phiền ấy đối với áo mưa hiện đại, mặc dù kiểu cách đã cải tiến rất nhiều. Những mẫu mới nhất làm bằng cao su thiên nhiên rất mỏng và bám sát vào dương vật. Hàng tá các kiểu khác cũng đi chào hàng. Có những áo mưa trong suốt để nhìn thấy cái tự nhiên, áo mưa đục dùng cho người khiêm tốn, áo mưa đỏ cho những dịp tiệc tùng linh đình, áo mưa có mắt mũi và miệng vẽ ở đầu chót dành cho người có tính hiếu kỳ, và áo mưa có tua phất phới cho những người ưa sự lòe loẹt. Đối với những người quá "cường" có loại áo mưa chứa để đựng giòng tinh trùng cuộn cuộn tuôn ra. Cơ bản, tất cả đều như nhau. Những áo mưa cao su này giữ cho tử cung khỏi bị giòng tinh trùng bất thần tưới vào. Trừ phi có cái gì đó không ổn.

Cái Gì Có Thể Không Ổn?

Quá nhiều thứ. Cơ bản là loại áo mưa bong bóng, nó có thể vỡ. Chắc không có cảnh nào lạnh xương sống hơn