

Михаил Гордеев, кандидат биологических наук

# Пусть девочка растет КРАСИВОЙ

С Михаилом Викторовичем Гордеевым постоянные читатели нашего журнала уже знакомы. Прошлая его публикация (№5, 6 за этот год), вызвавшая большой отклик, была посвящена остеопорозу — заболеванию, которое у женщин старшего возраста, как правило, связано с изменением гормонального фона. На этот раз Гордеев, тонкий знаток фитотерапии, рассказывает об истоках многих гормонозависимых заболеваний, отрицательно сказывающихся не только на состоянии здоровья, но и на внешности молодых девушек. У него свой подход к лечению этих нарушений.



фото Геннадия Михеева

## Если девочка не играет в куклы

В своей многолетней практике лечения лекарственными травами я убедился, что те или иные патологии женского организма развиваются с самого раннего возраста вследствие нарушений гормонального баланса. Их можно заметить даже по поведению девочки.

Большинство девочек с удовольствием наряжаются и играют в куклы. В этом проявляется заложенные в них природой женственность и материнский инстинкт. Но бывают девочки, которые чуть ли не с грудного возраста тянутся к машинкам и пистолетикам. Банты они срывают, куклы отбрасывают или ломают, задирают сверстников. «У нашей малышки характер, как у мальчика. Чистый сорванец!» — говорят родители о такой девочке. Я же убежден, что здесь дело в недостатке женских половых гормонов. Несмотря на то что яичники в таком возрасте еще не функционируют, именно физиологический

61

баланс этих гормонов, вырабатываемых, в частности, гипофизом и надпочечниками, определяет дальнейшее развитие организма девочки по женскому типу. Чтобы не проявились более серьезные нарушения, надо откорректировать гормональный дисбаланс на самом раннем его этапе. Это можно сделать с помощью лекарственных трав.

Таких «девочек-мальчиков» я советую поить чаем из цветков розового клевера, содержащего фитоэстрогены. Достаточно взять всего лишь 1 головку клевера и залить ее таким количеством остуженной до 80°C кипяченой воды, которое ребенок выпьет без нажима. У меня есть маленькие пациентки, которые без всяких возражений пьют этот настой месяцами. Для самых маленьких мамы готовят на его основе детское питание или, если кормят ребенка грудью, пьют настой сами, чтобы малышка получала ценные вещества через молоко. Употреблять настой головок клевера следует до тех пор, пока, по мнению родителей, поведение девочки не станет соответствовать ее полу. Это — профилактика возможных патологий, связанных с нарушением гормонального баланса.

Одно из довольно распространенных заболеваний, встречающихся у «девочек-мальчиков» 6-7-летнего возраста, — лейкоплакия вульвы и половых губ. Это некое образование, похожее на мозольку, образующееся вследствие атрофии слизистой оболочки и вызывающее у ребенка зуд и дискомфорт. Врачи в таких случаях назначают длительный курс инъекций в пораженные участки слизистой. Это очень болезненный и не всегда успешный метод лечения. Альтернативой ему служит употребление настоя голо-

62

вок клевера в сочетании с душицей. Берут по 1-2 щепотки этих трав (общее количество может достигать 1 ст. ложки) и заваривают таким объемом воды, которое девочка может выпить как чай в течение дня. Моя практика показывает, что лечение лейкоплакии столь мягким способом проходит весьма успешно.

## Менструальные нарушения

В период полового созревания девочка, у которой недостаточно женских гормонов, сталкивается с психологическими трудностями. Она переживает из-за того, что у нее плохо развивается грудь, не формируются женственные формы. Это приводит к развитию комплексов. Ради самоутверждения она может войти в дурную компанию. А если она не находит тех, кто ее понимает, то замыкается в себе, что иногда грозит психическими расстройствами. Месячные при гормональных нарушениях обычно появляются с запозданием и бывают нерегулярными — с перерывами на месяц-два, а то и полгода или, наоборот, приходят дважды в месяц. Возможны функциональные, или ювенильные, маточные кровотечения. Порой они бывают такими обильными, что девочку доставляют на «скорой» в больницу, где назначают сильнодействующие кровоостанавливающие лекарства, средства для сокращения матки и гормональные препараты. Причем курс гормонотерапии зачастую рекомендуют продолжать в течение длительного периода.

Такое небезопасное лечение можно заменить фитотерапией. В этих случаях применяется целый комплекс лекарственных растений, содержащих естественные фитоэс-

трогены, и в первую очередь фолликулостимулирующие гормоны. Этот сбор я называю «Шарм», потому что он, кроме лечебного воздействия, способен преобразить внешность девочки, превращающейся в девушку, — сделать ее привлекательной, женственной, а заодно и снять психологическую напряженность. Основные составляющие этого сбора — *трава чернобыльника и ясенника, сон-трава, цветки клевера*. Готовят его так: берут 6 ч. ложек чернобыльника и по 2 ч. ложки остальных растений, заливают 0,5 л остуженной до 80°C кипяченой воды. Если не удается найти все перечисленные компоненты, можно обойтись двумя-тремя из названных.

Но сбор «Шарм» — лишь половина лечения. Дополнение к нему — *дербенник иволистный, или плакун-трава*. Биологически активные вещества этого растения благотворно воздействуют на функции головного мозга, улучшают кровообращение, «перераспределяя» кровотоки в организме. Благодаря этому и снимаются проявления предменструального синдрома у женщин всех возрастов. При употреблении плакун-травы повышается настроение, исчезают раздражительность и депрессия, улучшаются память и мыслительные способности.

Эту чудо-траву найти не так уж трудно — она растет во влажных низинах практически повсеместно. Алый цвет дербенника в июле-августе бросается в глаза издали. Его высокая, достигающая 25 см метелка похожа на развевающийся флаг. Она густо усеяна мелкими красными цветочками размером 4-5 мм, которые при сушке синеют.

При ювенальных кровотечениях я рекомендую пять дней после окон-

чания менструации пить сбор «Шарм», а во все другие дни до наступления месячных и во время них — настой дербенника. Его заваривают из расчета 2 ст. ложки травы на 300 мл остуженной до 80°C кипяченой воды. Настаивают, процеживают и выпивают в течение дня вне зависимости от приема пищи. Каждый день готовится новый настой.

Входящие в «Шарм» травы активизируют связь между гипоталамусом, гипофизом и яичниками. Тем самым стимулируется образование гипофизом гонадотропных гормонов, которые способствуют выработке фолликулов в яичниках и созреванию их до полноценной яйцеклетки. То есть компоненты «Шарма» как бы подсказывают мозгу, что организму пришла пора полностью оформиться, созреть. А плакун-трава при этом «подстраховывает», чтобы не было «аварий», то есть маточных кровотечений.

Если же месячные оказались слишком обильными, следует воспользоваться растением, которое способствует сокращению матки. Это широко распространенный сорняк *пастушья сумка*. Надо взять 2-3 ст. ложки этой травы, залить 0,4-0,5 л сырой воды и варить 4 минуты. Настоять 1-2 часа, процедить и выпить в течение дня вне зависимости от приема пищи.

Кроме того, при любых маточных кровотечениях хорошо помогает крепкий отвар *коры калины*. Поскольку никакого вреда от нее не может быть, то доза берется произвольная. Надо наломать некоторое количество веточек и отваривать их минут 15-20. Настоять и пить, как чай, сколько захочется.

Если у девушки при месячных выделяется яркая кровь без больших сгустков, это свидетельствует об

63

анемии — явной или надвигающейся. Для ее лечения и предупреждения полезно принимать в произвольных количествах настой созревшей *жгучей крапивы* (молодая весенняя не подходит, так как не содержит необходимых целебных веществ, сгущающих кровь и препятствующих ее потерям). Аналогичный эффект оказывают *плоды шиповника и аронии (черноплодной рябины)*, а также *трава тысячелистника*. Настои из них принимают с начала менструации до ее прекращения: плоды — в произвольном количестве, траву тысячелистника — 1 ст. ложку на 300 мл остуженной воды.

Кстати, арония очень важна в терапии различных эндокринных нарушений. Она поддерживает работу щитовидной железы при снижении ее функции, что часто сопутствует нарушению гормонального баланса у девушек. Впрочем, такое нарушение деятельности щитовидки свойственно не только юным девушкам. Гипофункцией щитовидки страдают многие наши соотечественники — и женщины, и мужчины. (У меня даже возникла гипотеза, что слабостью щитовидной железы в немалой степени объясняется недостаток энергии и физической активности современных россиян, часто выдвигающих интересные идеи, но редко доводящих дело до конца.) Так что черноплодка очень полезна. Готовьте из нее различные блюда и напитки, запасайте ягоды на зиму — сушите, замораживайте, варите варенье. Только учитывайте, что арония снижает артериальное давление, поэтому гипертоники и люди с нормальным давлением могут смело употреблять ее в любое время дня и по несколько раз. А вот гипотоникам (среди девочек с гормональ-

64

ным дисбалансом таких большинство) прием следует перенести на вечернее время, лучше перед сном. От этого сон только улучшится.

При менструальных нарушениях полезна и *белая глина*. Именно эта разновидность глины содержит большое количество кремния, укрепляющего стенки кровеносных сосудов. Кроме того, кремний поддерживает иммунную систему, питает костную ткань, способствует росту волос, укреплению ногтей.

Появление крупных сгустков крови во время месячных свидетельствует о слабой сокращаемости матки. В таких случаях принимают отвар *пастушьей сумки* или *яснотки белой*. Яснотка белая тоже очень распространенная трава, похожая на крапиву, но она входит совсем в другое семейство (губоцветных) и лишена эффекта жжения. На ее стеблях у основания листьев расположены мелкие белые цветочки. Яснотка — сильнейшее средство для сокращения матки. Чтобы избежать большой кровопотери, в дни обильных месячных следует пить ее крепкий настой — 2-5 ст. ложек на 300 мл охлажденной кипяченой воды.

### Зачем контролировать овуляцию

По моему мнению, воспаление матки и придатков также связано с гормональной недостаточностью. Переохлаждение может лишь активизировать его. Из-за гормональной недостаточности у девушки не происходит овуляция (выход созревшей и готовой к оплодотворению яйцеклетки из фолликула яичника). И тогда на этом месте образуется киста, наполненная фолликулярной жидкостью. Если задержка созревания яйцеклеток происходит мно-

гократно, количество кист растет и яичник постепенно становится поликистозным. В застойной жидкости, словно в болоте, начинают размножаться микроорганизмы, инициирующие воспалительный процесс. Особенно часто это бывает при расширенных венах.

В таких случаях очень полезно пить отвар *травы водяного перца, гречихи, спорыша*. Готовят его так: берут 2-3 ст. ложки, заливают 0,4 л сырой воды, доводят до кипения, держат на небольшом огне 4-7 минут. После того, как остынет, процеживают. Пьют в течение дня равными порциями в три приема.

Для предупреждения воспалений матки и придатков нужно не столько утепляться, сколько стимулировать продвижение яйцеклеток из фолликулов. Этому способствует прием травяного сбора «Шарм».

Но для того чтобы знать, нормально ли у девушки происходит созревание яйцеклетки и нет ли опасности образования кист в яичнике, нужно следить за прохождением овуляции. Момент овуляции, важнейший в функционировании женского организма, должна научиться фиксировать каждая женщина путем измерения базальной температуры. Более того, ежемесячное определение овуляции как показателя состояния здоровья должно войти в повседневную привычку.

Как это делать? Перед сном положите рядом с кроватью обычный термометр и после пробуждения, не вставая, введите в анус его ртутный наконечник. Через 2-5 минут выньте градусник и запишите температуру в тетрадку. Такую процедуру следует повторять каждый день. Когда температура в прямой кишке поднимется на 0,5 градуса

(или выше), это будет означать, что фолликул созрел. В последующие дни нужно продолжать измерять температуру: если до начала менструации она будет оставаться повышенной на том же уровне — значит яйцеклетка не вышла из яичника в маточную трубу. Если же температура снизилась примерно до 36,8°C уже на следующий день, а после прохождения месячных окончательно восстановилась, то можно быть уверенной: нормальная овуляция

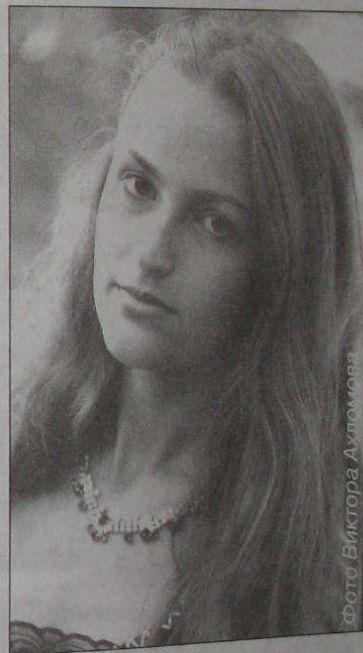


фото Виктора Ахлемова

произошла. А это означает, что женщина имеет полноценную половую конституцию и готова к зарождению новой жизни. Сопровождающий овуляцию каскад биохимических реакций делает женщину особенно притягательной. В этот день ее глаза блестят особенно ярко и вызывают ответную реакцию у мужчин. ■

Окончание следует

Михаил Гордеев, кандидат биологических наук

## Пусть девочка растет КРАСИВОЙ

**По мнению фитотерапевта из Башкирии Михаила Гордеева, обаяние женщины, ее здоровье, способность к деторождению больше всего зависят от слаженности действий желез внутренней секреции. Он считает, что контролировать выработку женских половых гормонов следует с раннего детства, о чем рассказывалось в прошлом номере. По мере взросления девушек у них появляются новые проблемы. Об этом и пойдет речь.**

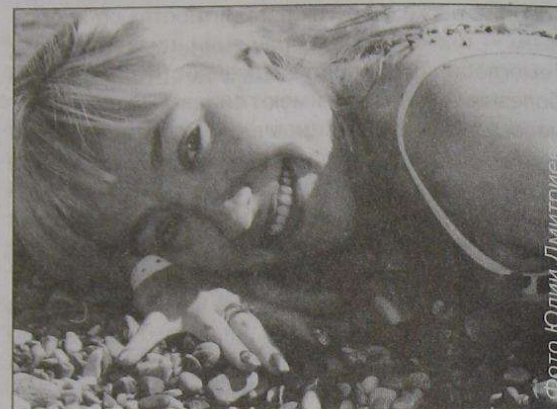


фото Юлии Дмитриевой

### От чего зависит женственность?

Гормон прогестерон вместе с другим гормоном, эстрогеном (фолликулином) определяет нервно-психический статус женщины. Их уровень влияет даже на свойства ее характера.

Количество прогестерона в организме женщины зависит от того, в какой день менструального цикла происходит овуляция (выход яйцеклетки из яичника). Началом цикла считается первый день менструации.

С первого дня менструации до овуляции яичники выделяют фолликулин, который вызывает рост слизистой матки. После овуляции на месте выхода яйцеклетки появляется так называемое желтое тело, которое и выделяет гормон прогестерон. Рост слизистой матки прекращается, она начинает готовиться к беременности.

За несколько дней до следующей менструации выделение обоих гормонов резко падает, слизистая матки отторгается. На 26-28-й день цикла начинается менструация.

Окончание. Начало в №10 за 2006 г.

В психике женщины прогестерон стимулирует формирование мужских свойств характера.

Если яйцеклетка выходит из фолликула сразу же после менструации, то прогестерона накапливается слишком много. В этом случае женственность уступает деловитости, как нередко бывает у бизнес-леди, женщин-руководителей.

Если овуляция приходится на 7-9-й день менструального цикла, то количество прогестерона оптимально. Благодаря этому женщина обладает исключительной привлекательностью, чувственностью, женственностью. Причем, несмотря на преобладание этих качеств, в женщине в меру развиты и мужские свойства — деловитость, напористость, азартность.

Если овуляция происходит позже, но укладывается в естественные сроки (в 9-11-й день менструального цикла), то прогестерона накапливается меньше, и у женщины строятся деловые качества.

А если овуляция проходит в последние дни цикла (26-28-й день), то прогестерон не успевают накапливаться вообще. В результате у женщины будет отсутствовать стремление к достижениям. Крайняя степень безразличия к карьере наблюдается у женщин, не имеющих овуляции (бесплодных).

Чтобы скорректировать нарушения гормонального баланса, советую в течение длительного времени принимать травяной сбор «Шарм». Напомню: в этот сбор входят трава черныбыльника и ясменника, сон-трава, цветки клевера. Надо взять 6 ч. ложек черныбыльника и по 2 ч. ложки остальных растений и залить смесь 0,5 л остуженной до 80°C кипяченой воды. Выпить в течение дня вне зависимости от приема пищи.

Целебные растения кому-то добавят деловитости, кому-то придут женственности. Употреблять настой следует до тех пор, пока женщина в своих психоэмоциональных проявлениях не станет такой, какой ей хочется себя видеть.

С помощью входящих в этот сбор лекарственных трав предупреждается развитие кист яичников, эндометриоза и других патологий. «Шарм» помогает избавиться и от такого распространенного заболевания, как молочница (кандидоз). Часто основой для развития кандидоза является повышенный уровень сахара во внутренней оболочке половых органов. В этих случаях противогрибные средства не дают устойчивого результата. Для лечения молочницы я предлагаю сочетать чай «Шарм» с растениями, понижающими сахар крови. Это *корень одуванчика, корень цикория, трава галеги лекарственной, манжетки, листья крапивы*, взятые в равных количествах (можно ограничиться двумя из названных растений). Берут 1-2 ст. ложки смеси этих трав и заливают 300 мл охлажденной до 80°C кипяченой воды. Настаивают, процеживают и выпивают в течение дня.

### Предменструальные проблемы

Сильное набухание молочных желез перед месячными нельзя считать нормальным явлением. Вызвано оно выработкой гормона пролактина, «запускающего» функцию молочных желез. А вырабатывается пролактин, по моим наблюдениям, когда женщина готова к беременности и ее подсознательный настрой на материнство воздействует на эндокринный центр головного мозга — гипоталамо-гипофизарную систему. То есть происходит нечто по-

хожее на ложную беременность.

Набухание груди вне беременности чревато ранним развитием мастопатии, поэтому его надо устранять. Предлагаю использовать дикорастущие виды *шалфея* — *мутовчатый* и *степной*, то есть те, которые широко представлены в природе. Биологически активные вещества шалфея подавляют действие пролактина, что, кстати, одновременно улучшает работу яичников. Кроме того, шалфеем попутно оказывает еще одно полезное действие: подавление синтеза пролактина приводит к уменьшению жирового слоя на животе. Берут 1-2 ст. ложки травы и заливают 300 мл остуженной до 80°C кипяченой воды. Настаивают, процеживают и пьют равными частями 3-4 раза в день.

Другое следствие нарушения гормонального баланса у девушек — сильная боль в молочных железах и в низу живота перед месячными и во время них. Замечу, что терпимая боль — естественное и даже положительное явление, так как она является результатом действия гормонов простагландинов. Они приводят в движение реснички маточных труб, что препятствует прикреплению в них яйцеклетки и развитию внематочной беременности.

А беспокойство должна вызывать сильная боль перед месячными. В этом случае рекомендую употреблять отвар травы *лапчатки гусиной* и *коры белой ивы*, которые подавляют синтез простагландинов.

На 400 мл сырой воды берут по 1 ст. ложке травы и коры, варят 4-7 минут, настаивают 1-2 часа при комнатной температуре, процеживают и выпивают в течение дня в произвольном объеме. Но повторю, что полного подавления болевого синдрома добиваться не надо.

### Бесплодие в браке

Причин бесплодия множество, я расскажу лишь о некоторых, которые встречались в моей практике.

Бывает так, что мужчина здоров, у женщины есть овуляция, но почему-то беременность не наступает. В таких случаях часто предлагают экстракорпоральное оплодотворение, но оно дает не более 10%-ной гарантии беременности. Я же советую мужу и жене обратить внимание на некоторые нюансы.

К примеру, что делает современный мужчина перед тем, как лечь в постель? Разумеется, принимает душ или ванну. Но какова при этом температура воды? Не всем известно, что под воздействием горячей воды сперматозоиды становятся неактивными. К тому же плачевному эффекту приводит постоянное ношение теплого белья. Надо учитывать, что мужские органы репродукции любят бодрящую прохладу.

Очень важен и психологический настрой. Среди моих пациентов была интересная пара: он — высокий блондин-альбинос, она — низкорослая смуглая башкирка. Долгое время у них не было детей. Родители с той и другой стороны были против их брака, считая, что они не пара. Это сформировало подспудную боязнь супругов, что родится ребенок, очень похожий либо на отца, либо на мать, и это вызовет окончательное отчуждение родственников. Беседуя с ними, я сказал, что у них наверняка родится девочка, которая возьмет все самое лучшее от отца и матери. Как это ни удивительно, вскоре жена забеременела и родила действительно красивую девочку, которая полностью примирила обе стороны.

Другой моей пациентке мешало забеременеть неосознанное опасение, что рождение малыша отвлеч-

чет ее от успешного бизнеса. Она лечилась от бесплодия, уверяла, что хочет ребенка, но на уровне подсознания действовал «тормоз». Осознав с моей помощью суть своей проблемы, она сделала сознательный выбор в пользу ребенка — и зачатие произошло.

### Как сохранить беременность?

Однако мало ребенка зачать, надо его еще выносить. К сожалению, сегодня у многих молодых женщин бывают выкидыши. Причин невынашивания много — это и гормональные нарушения, и дефицит физических нагрузок, и нервное напряжение, и курение девушек.

Но я хочу обратить внимание на одну мелочь, которую подметили еще великие врачи средневековья Авиценна и Амасиаци. В их трудах есть такое наблюдение: «Употребление мяты перечной способствует тому, что плод не прикрепляется к плаценте». Сегодняшними исследованиями доказано, что ментол подавляет гонадотропную активность гипоталамо-гипофизарной системы, в результате не стимулируется секреция необходимых гормонов, обеспечивающих полноценное течение беременности на ее первом этапе. А употребление ментола сегодня очень распространено — в виде мятных чаев, напитков, капель, леденцов, жвачек и т.д. Так что молодым женщинам, мечтающим о ребенке, стоит задолго до зачатия отказаться от всех этих продуктов. Можно употреблять в виде чаев только такие дикорастущие разновидности мяты, как *длиннолистная* и *полевая*, но не перечную.

Еще одна частая причина выкидышей — слабость функции щитовидной железы, или гипотиреоз. Врачи в таких случаях назначают беремен-

ным женщинам препараты йода, которые, по моим наблюдениям, не дают должного эффекта. Дело в том, что они содержат неорганический йод, а организм лучше усваивает органический. Поэтому я советую применять лекарственные травы, содержащие йод в органической форме. Их употребление окажет значительную поддержку в сохранении беременности.

В частности, можно воспользоваться очень распространенным садовым растением — *калиной*. Ее цветы собирают в пору их наиболее пышного цветения и, заваривая по 1 десертной ложке на 250 мл крутого кипятка, пьют как чай ежедневно в течение всей беременности. Но увеличивать дозу не следует, потому что более концентрированный настой не так хорошо укрепляет матку, как слабый.

Эффект можно усилить, употребляя на ночь еще настой из ягод *аронии*.

За неделю до предполагаемых родов питье калины следует прекратить и вместо этого пить слабый настой пастушьей сумки из расчета: 1 ч. ложка травы на стакан кипятка. А вот когда появились схватки, полезен крепкий настой — 3 ст. ложки на стакан. Пить его надо уже в роддоме. Это же средство продолжают принимать в течение 2-3 недель после родов для того, чтобы матка лучше сократилась и восстановилась в своих обычных размерах.

### Кормить — только грудью

К счастью, в акушерстве и перинатологии (науке о послеродовом наблюдении женщин) уже не вызывает протеста мнение о том, что необходимо прикладывать ребенка к материнской груди в первые же минуты после родов. Этим первым корм-

лением запускается мощный каскад положительных реакций в организме женщины и новорожденного. Ведь молозиво матери обеспечивает младенца целым комплексом необходимых ему иммуностимулирующих веществ, а в грудном молоке сосредоточено все, что требуется для питания и роста ребенка.

Природа позаботилась о том, чтобы важнейшая биологическая функция женщины была реализована. Поэтому опасения, что ребенку не хватит молока, обычно бывают напрасными — работу молочных желез всегда можно активизировать. Лактация может прекратиться лишь под воздействием переживаний, в том числе и страха, что молока не хватит. Если выделение молока прекращается, это вовсе не означает, будто организм его не может производить.

Об обеспечении нормальной лактации следует позаботиться уже на поздних этапах беременности. Если грудь набухла слабо, то женщине нужно пить чай из следующих трав: *галега лекарственная*, *корень одуванчика*, *семена аниса*, *тмина* и *фенхеля*. Смешивают эти компоненты в равных количествах (можно ограничиться одним-двумя из них) и заливают 3 ч. ложки 300 мл остуженной до 80°C кипяченой воды. Настаивают 1 час и выпивают равными порциями в течение дня до еды.

Женщинам, прекратившим кормление грудью, советую пить чай из дикорастущих видов шалфея — это поможет сохранить хорошую фигуру и красоту груди. ■

*От редакции.* Для оформления этой статьи была использована фотография, присланная на фотоконкурс Ю.А.Дмитриевой из г. Улан-Удэ. Она участвует в конкурсе под названием «Я на солнышке лежу».

Обычно женщина не хочет разрушать семью, исходя из интересов ребенка. Но на самом деле интересы ребенка чаще всего нарушаются именно в той семье, которая находится на грани развода. Ему приходится существовать в атмосфере постоянного раздражения родителей, их недоверия друг к другу, а то и открытой вражды, скандалов и конфликтов. Наблюдая за детьми, растущими в такой неблагоприятной обстановке, я не раз приходила к выводу: куда спокойнее им жилось бы с одним из родителей. Если отношения взрослых заходят в тупик, надо не удерживать их во что бы то ни стало, а создать самые комфортные условия для общения ребенка с теми, кого он любит, кто заботится о нем и воспитывает.

Однажды ко мне на работу забежала знакомая и попросила достать лекарство для жены своего бывшего мужа. Мои коллеги, слышавшие наш разговор, были потрясены: «Она общается с его новой женой и даже помогает ей? Она что, не в себе?» Да нет, моя знакомая как раз в полном порядке. Их союз с мужем, перестав быть брачным, превратился в дружеский, поэтому нет ничего удивительного в том, что она взялась помочь «бывшему родственнику» в решении его проблем.

Лично я такой оборот дела вполне понимаю. Сама развелась с мужем много лет назад и на собственном опыте убедилась: сделать развод не трагедией всей семьи, а неким исходом, приносящим не только потери, но и приобретения, вполне возможно. Ведь если нет другого выхода, надо попытаться развернуть ситуацию всем во благо.

И главный пункт в этой стратегии — дети. Когда мы решили развестись,