

В истории применения дозированного полного голодания можно выделить три периода.

Эмпирический период. Своими корнями уходит в глубокое прошлое. Еще в ранних записях истории человечества упоминается дозированное голодание, применявшееся в народной медицине Древнего Египта, Индии, Греции, Китая. Голодание рассматривалось не только как способ лечения, но и как метод нравственного воспитания. Дозированным голоданием пользовались для подъема, умственной и физической продуктивности древнегреческие философы Пифагор, Сократ, Платон, Гераклит.

Известный врач Древнего Востока Авиценна многим больным рекомендовал голодание в течение 3—5 недель в сочетании с гимнастикой, массажем и ваннами. В России отечественные врачи начали использовать лечебное голодание в клинике, по-видимому, с XVIII века. Несмотря на то что голодание как лечебный фактор применялось еще в глубокой древности, прошло много столетий, прежде чем были сделаны первые попытки ознакомиться с воздействием на организм голодания путем опыта.

Экспериментальный период. Научное изучение процесса голодания было начато во Франции работами Шосса в начале XIX века. Но наиболее значительные за всю историю изучения голодания научные исследования были выполнены в 80—90-е годы XIX века на кафедре общей и экспериментальной патологии (патологической физиологии) Военно-медицинской академии профессором В. В. Пат утиным (1845—1901) и его учениками, где были созданы почти все основные контуры современного учения о голодании. Обобщая данные своих учеников и других ученых, он воссоздает полную картину патоморфологических изменений во всех органах и тканях организма при голодании. Тогда же В. В. Пашутиным была высказана мысль о том, что «при голодании скорее погибают старые элементы, как обладающие меньшим запасом энергии», что в определенной степени раскрывает механизм оздоровительного воздействия дозированного голодания на организм.

Клинико-лабораторный период. В 1877 году в Америке доктор Дьюи начал применять дозированное полное голодание в клинике в качестве основного метода лечения некоторых заболеваний. Более широкое распространение лечение голодом получило в XX веке в Швейцарии, Германии, Франции, Америке в связи с возрождением интереса врачей к естественным методам лечения.

В нашей стране впервые лечение голодом применил в 1946 году доктор Н. П. Норбеков, который наблюдал отчетливый терапевтический эффект его применения при лечении таких заболеваний, как бронхиальная астма, гипертоническая болезнь, ожирение и др. Многолетний (с 1948 г.) опыт применения РДТ в практике лечения нервно-психических больных (проф. Ю. С. Николаев) с сопутствующими соматическими заболеваниями показал, что наряду с улучшением в процессе лечения нервного и психического состояния больных происходит также значительное ослабление или полное исчезновение проявлений соматического заболевания. Использование РДТ в качестве основного метода лечения таких заболеваний, как гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, нейроциркуляторная дистония, бронхиальная астма, астматический бронхит, хронический гастрит, энтероколит, панкреатит, дискинезия желчевыводящих путей, ожирение, обменные артрозы, ревматоидный артрит и некоторых других, способствовало достижению хорошего терапевтического эффекта у 90—93% больных, что свидетельствует о высокой терапевтической эффективности дозированного полного голодания. Это позволяет рекомендовать РДТ к более широкому внедрению в клиническую практику

Методы лечебного голодания:

- Полное лечебное голодание

- Абсолютное («сухое») лечебное голодание

- Фракционное лечебное голодание

- Ступенчатое лечебное голодание