

В последние годы вновь оживился интерес к более широкому применению в медицинской практике естественных методов лечения. Следует отметить, что при целом ряде заболеваний внутренних органов их лечебный эффект не только не уступает эффекту широко применяемой традиционной медикаментозной терапии, но и часто превосходит его. Это в полной мере относится к лечебному голоданию.

Под голоданием понимают состояние организма при полном отсутствии или при недостаточном поступлении пищевых веществ, а также при выраженном нарушении их состава или усвоения. Выделяют абсолютное, полное, неполное и частичное (качественное) голодание. Под абсолютным понимается голодание при полном прекращении поступления в организм пищи и воды. Полное — это голодание при полном отсутствии пищи без ограничения поступления воды. Неполное — это голодание, когда энергоемкость принимаемой пищи не покрывает всех энергетических затрат организма, и, наконец, частичное (качественное) голодание — это голодание при недостатке в пище тех или иных макро или микронутриентов при адекватной энергоемкости суточного рациона.

Применение в клинической практике нашло дозированное полное_голодание, оказывающее отчетливый лечебный эффект при целом ряде заболеваний «внутренних органов. Неполное и частичное голодание вызывает задержку жидкости, а при длительном применении и дистрофию внутренних органов, в связи с чем переносится организмом тяжелее, чем полное голодание, часто именуемое в литературе как лечебное голодание.

В связи с неполной адекватностью названия метода «лечебное голодание» его содержанию (лечебное питание лишь составная часть этого метода) в клинической практике получил распространение термин Ю С. Николаева «разгрузочно-диетическая терапия» (РДТ).

К причинам, вызвавшим повышенный интерес к РДТ как среди врачей, так и пациентов, можно отнести:

высокую распространенность хронических заболеваний и полиморбидность современных пациентов, что зачастую ведет к полипрагазии и, как следствие этого, к

различным лекарственным осложнениям. Возможности медикаментозного лечения несоизмеримо возросли, а лечить стало труднее;

широкое распространение и продолжающийся количественный рост различных аллергических заболеваний, обусловленных загрязненностью окружающей среды и пищевых продуктов;

недостаточную эффективность медикаментозного лечения целого ряда хронических заболеваний, что приводит к частым их рецидивам, повторным госпитализациям, трудо-потерям и нередко к ранней деградации военнослужащих;

Перечисленные причины говорят о необходимости более широкого применения этого метода лечения. Тем не менее до настоящего времени большинство врачей имеют явно недостаточные представления о методике проведения РДТ, показаниях и противопоказаниях к применению. В связи с этим существуют весьма противоречивые взгляды на целесообразность использования данного метода в лечебных целях и безопасность его применения.

Историческая справка

Методы лечебного голодания:

- Полное лечебное голодание

- Абсолютное («сухое») лечебное голодание

- Фракционное лечебное голодание

- Ступенчатое лечебное голодание