

14 найабсурдніших дієт в історії

Автор: rationalfeed.net
18.06.2011 08:14



Здається, що сьогодні дієтами захоплені якщо не всі, то дуже багато жінок, та й значна частина чоловіків. А, як відомо, якщо є попит, то є і пропозиція - нинішній достаток дієт не може не вражати.

Проте, дієти існували задовго до настання XXI століття. Причому деякі з них були настільки безглуздими, що сьогодні навіть складно уявити, як хтось міг їх дотримуватися.

1727 рік - живіть подалі від боліт

Це навіть не дієта як така, а керівництво до дії. У 1727 році якийсь Томас Шорт звернув увагу, що найбільша кількість повних людей проживає в районі боліт. Висновок був цікавий: жителям регіонів, наближених до боліт, потрібно не менше їсти і більше рухатися, а пакувати чемодани і терміново змінювати місце проживання. Порада, звичайно, непогана, але до схуднення що не має ніякого відношення.

XIX століття - голодна дієта

Придворні пані двору королеви Вікторії задали моду на хворобливу крихкість і худину, що асоціювалися з духовною чистотою і ідеалом жіночності. Представниці дрібної аристократії вмиль підхопили цю моду і фактично морили себе голодом. Тоді ще не було складного слова «анорексія», його значення цілком точно передавалося словом «виснаження».

1820 рік – оцтова дієта

Сумнівна заслуга популяризації оцтової дієти належить самому лорду Байрону. Поет, що славився своєю худістю, щодня випивав фактично рівну кількість води і оцту, щоб, за його версією, очистити організм. Все це доповнювалося і щоденною чашкою чаю з сирим яйцем. Така дієта неминуче приводила до блювоти і сильного розладу шлунку, так що вагу її послідовники, звичайно, втрачали, тільки організму таке «очищення» користі не приносило.

1903 рік – «Флетчер, що жує»

Дієта почалася з того, що жителю Сан-Франциско Хорасу Флетчеру відмовили в медичній страховці, аргументуючи це його надмірною вагою. Боротьба за права людини ще не дозволяла містеру Флетчеру звернутися до суду і витягнути у страхової компанії чималу компенсацію, довелося худнути. Метод для цього був вибраний вельми оригінальний – Флетчер жував їжу, але не ковтав її. Кожен шматочок він пережовував 32 рази (поодиночі на кожен зуб), після чого випльовував. Таким чином він скинув 20 кг,

14 найабсурдніших дієт в історії

Автор: rationalfeed.net
18.06.2011 08:14

одержав від сучасників прізвисько «Великий жувака» і став засновником дієти, що мала немало послідовників.

1925 рік – сигаретна дієта

Ще до того, як сигарети оголосили мало не головним ворогом здоров'я, вони були вельми популярним і престижним явищем. Багато компаній навіть позиціонували сигарети як ідеальні «ліки» від апетиту. Ніби як і їсти не хочеться, і зусиль для цього докладати не треба. Дійсно, багато активних курців, що повірили рекламним кампаніям, схуднули, але зовсім з іншої причини.

1928 рік – арктична дієта

Ця дієта, по суті, є радикальною версією роздільного харчування і складається тільки з м'яса і жиру. Запропонував її дослідник Арктики, що довгий час жив пліч-о-пліч з плем'ям інуїтів. Він був уражений тим, що народ, який харчується тільки м'ясом, рибою і китовим жиром, не має серйозних проблем із здоров'ям. Відмовитися від овочів і фруктів він запропонував і європейцям, вважаючи, що так вони одержать і хорошу фігуру, і позбавлення від багатьох хвороб.

1930-ті – зовнішня дієта

На початку 1930-х років прилавки косметичних магазинів заповнили різні види мила для схуднення. Їх виробництвом займалися декілька компаній, але суть продукту зводилася до одного: мило повинно було якимсь чудовим чином прибирати підшкірний жир. Правда, дива так і не відбулося, схуднути за допомогою мила не вдалося нікому. Але зі своїми базовими функціями новомодний продукт справлявся відмінно.

1954 рік – паразити замість дієтологів

Ця [страшна дієта](#) з'явилася у середині ХХ століття, а потім ще кілька разів поверталася в моду, не дивлячись на всю свою абсурдність. Охочі схуднути просто ковтали паразитів, що вимотували їх організм зсередини. Хвороблива худість дійсно спостерігалася – в поєднанні з багатьма серйозними порушеннями, серед яких судоми, менінгіт і навіть недоумство.

1960-ті – дієта Сплячої красуні

Сон – сам по собі явище корисне, але ті, що хочуть радикально схуднути, навіть його вмурилися перетворити на руйнівний для організму процес. Прихильники сонної дієти, серед яких був помічений і Елвіс Преслі, напивалися снодійного, щоб спати протягом декількох днів.

1961 рік – калорії не вважаються

«Калорії не вважаються» – так називалася книга якогось доктора Тайлера, що швидко

14 найабсурдніших дієт в історії

Автор: rationalfeed.net
18.06.2011 08:14

стала бестселером. Добрий доктор стверджував, що калорії самі по собі не важливі, досить відмовитися від вуглеводів, їсти більше їжі, багатої жирами і протеїнами, але обов'язково приймати після цього пігулку з концентрованим рослинним маслом, яку він створив. У результаті виявилось, що натхненням для Тайлера послужили не інтереси тих, що худнуть, а фінансова допомога власників однієї великої компанії з виробництва рослинного масла.

1970-ті – диво-напій

Місце гуру багатьох тих, що хотіли схуднути, перехопив доктор Роберт Лінн. Він запропонував [відмовитися від їжі](#) – взагалі. Ну а щоб не померти голодною смертю, вони повинні були пити створений ним розчин – Пролінн. Складалася ця магічна рідина з перемелених рогів, кісток, хвостів, копит і інших відходів діяльності бойні. Туди додавалися спеціальні речовини для смаку і кольору, щоб «коктейль» можна було проковтнути. За вельми короткий термін вживання Пролінну довело 58 осіб до серцевого нападу (і це тільки доведені випадки), так що популярність дієти швидко зійшла нанівець.

1980-ті – повітрям єдиним?

Харчування повітрям з дієти перетворилося на ціле учення – тисячі осіб по всьому світу ставали його прихильниками. Суть цієї сумнівної філософії полягала в тому, що людина, яка досягла гармонії з навколишнім світом, може харчуватися одним тільки повітрям, більше їй нічого не треба. Одна із засновниць цієї дієти навіть вирішила довести свою правоту і погодилася на участь в експерименті, в ході якого збиралася продемонструвати, що їжа їй не потрібна. Експеримент згорнули через 4 дні, коли у «гармонійної з світом» лікарі зафіксували сильне обезводнення, різку втрату ваги і всі симптоми виснаження. Жінка, втім, від своїх ідей відмовлятися не збиралася. Вона заявила, що причиною її хворобливого стану стало «отруєне» повітря, яке їй «підсунули».

2000 рік – візуальна дієта

Ідею запропонували японці. Вони обчислили, що синій колір відбиває апетит, тому запропонували всім охочим схуднути носити окуляри з синіми лінзами.

2000 рік – вата замість їжі

Бажання схуднути як і раніше породжує абсурдні ідеї. Одна з них – заміна їжі ватяними кульками. Хтось їсть їх сухими, хтось вимочує в желатині. У будь-якому випадку, прихильники дієти заявляють, що таким чином їх організм одержує значну частку клітковини. Ось тільки вони не замислюються, що клітковина, яка міститься у ваті, м'яко кажучи, відрізняється від клітковини, що міститься в нормальних продуктах харчування.