

# ma<sup>me</sup>

## FIGAR

№ 199 • ΜΑΪΟΣ 2011 • 5,90 €

**Downsizing**  
ΜΠΟΡΟΥΜΕ  
ΝΑ ΖΗΣΟΥΜΕ  
ΚΑΙ ΜΕ  
ΛΙΓΟΤΕΡΑ  
ΠΡΑΓΜΑΤΑ

ΤΕΛΙΚΑ  
ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ  
ΑΛΛΑΞΕΙΣ  
ΕΝΑΝ ΑΝΤΡΑ;

ΚΩΣΤΗΣ  
ΜΑΡΑΒΕΓΙΑΣ  
ΜΕΓΚΑΝ ΦΟΞ

ΟΛΓΑ  
ΚΕΦΑΛΟΓΙΑΝΝΗ  
ΔΗΜΟΣ  
ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΗΣ

DOLCE &  
GABBANA

**Bold &  
Beautiful**

Ο ΠΙΟ  
ΕΝΗΜΕΡΩΜΕΝΟΣ  
ΟΔΗΓΟΣ  
ΟΜΟΡΦΙΑΣ  
ΣΕ 60 ΣΕΛΙΔΕΣ

ΑΦΙΕΡΩΜΑ  
**WELLNESS**  
Η ΕΠΑΝΑΣΤΑΤΙΚΗ  
ΔΙΑΙΤΑ DIET TUBE ΚΑΙ  
ΤΑ ΝΕΑ ΟΠΛΑ ΚΑΤΑ  
ΤΗΣ ΚΥΤΤΑΡΙΤΙΔΑΣ

ΣΙΝΤΟΡΕΛΛΑ  
ΤΟΛΗ

# Style BOOM



# Αδυνατισμα με σωληνάκι

Στο μέλλον λέγεται πως θα τρώμε μόνο κάψουλες. Λίγο πριν απ' αυτό, μια νέα ιατρική μέθοδος αδυνατίσματος μόλις έχει έρθει στη χώρα μας. Ονομάζεται Diet Tube, η τροφή λαμβάνεται με ειδικό ορό μέσω της μύτης και υπόσχεται μεγάλη απώλεια βάρους σε μικρό χρονικό διάστημα. Υπάρχει άραγε παγίδα; ΑΠΟ ΤΗ ΝΕΛΛΗ ΚΑΛΑΜΑΡΑ

♦ ΣΤΙΣ ΜΕΡΕΣ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ ΠΟΛΥ ΔΥΣΚΟΛΟ να εντοπίσεις ωματότυπους με μεγάλη συγκέντρωση λίπους στο Χόλιγουντ. Κι αυτό συμβαίνει όχι βέβαια γιατί οι celebrities έχουν καλά γονίδια, αλλά επειδή λιμοκτονούν και περνούν τη μισή μέρα με τους personal trainers τους ή δοκιμάζουν ακραίες μεθόδους αδυνατίσματος. Διατροφικά πλάνα που αφού πρώτα περάσουν το τεστ του κόκκινου χαλού γίνονται ανάρπαστα. Όπως η πολυσυζητημένη μέθοδος απώλειας βάρους Diet Tube, που –μόλις έφτασε στη χώρα μας– θυμίζει σενάριο επιστημονικής φαντασίας –αφού τρέφεται μέσα από ένα σωληνάκι– και υπόσχεται απώλεια 7-10 κιλών καθαρού λίπους μόλις σε δέκα ημέρες.

Πρόκειται για ένα σύστημα-θεραπευτική αγωγή που στοχεύει στη γρήγορη απώλεια βάρους, στη μείωση της κυτταρίδας και στην εξάλειψη του τοπικού πάχους. Το Diet Tube λειτουργεί χάρη σε ένα μικρό σωληνάκι που τοποθετείται μέσα στη μύτη και σε ένα «βαλβιστικό θρέψης», το οποίο έχουμε συνδέσει μαζί μας και προμηθεύει τον οργανισμό μας με έναν ειδικό θρεπτικό ορό που δεν περιέχει καθόλου σάκχαρα και λίπος. Το σώμα, λοιπόν, λαμβάνει τροφή μόνο μέσω από το σωληνάκι. Ο οργανισμός μετατρέπει το αποθηκευμένο στο σώμα λίπος σε ζάχαρη, η οποία είναι απαραίτητη για την εκτέλεση τόσο των φυσιολογικών σωματικών όσο και των διανοητικών δραστηριοτήτων, με αποτέλεσμα το σχημασμό κάποιων ενώσεων που ονομάζονται κετονοσώματα. Η παρουσία των κετονοσωμάτων έχει την ιδιότητα να μηδενίζει το αίσθημα της πείνας σε διάστημα δύο έως τριών ημερών από την έναρξη της θεραπείας. Αποτέλεσμα της όλης διαδικασίας είναι η πλήρης καύση του περιττού λίπους, χωρίς να συνοδεύεται ωστόσο από απώλεια μυϊκής μάζας.

## Η τοποθέτηση του σωληνάκι

Το σωληνάκι σίτισης έχει διάμετρο 2 χιλιοστά και τοποθετείται στο ιατρείο χωρίς αναισθησία. Κάθεσαι με ελαφρά λυγισμένο το κεφάλι μπροστά και πίνεις μικρές γουλιές κρύο νερό με καλαμάκι. Ο γιατρός, συντονισμένος με την κίνηση της κατάποσης, εισάγει το σωληνάκι μέσω της μύτης μέχρι τη στομαχική κοιλότητα. Η διαδικασία διαρκεί ελάχιστα και δεν είναι επώδυνη. Έτσι, το ένα άκρο του σωληνάκι βρίσκεται στο στομάχι και το άλλο βγαίνει από το ρουθούνι, περνά από το μάγουλο στο ύψος των ζυγωματικών και στερεώνεται πίσω από το αφτί. Εκεί γίνεται και η ένωση με τη διατροφική αντλία και το δοχείο θρέψης, το οποίο θα παρέχει τροφή απευθείας στο στομάχι μέσω από το σωληνάκι.

Το πρωτεϊνικό διάλυμα που διοχετεύεται στον οργανισμό αποτελείται από απαραίτητα αμινοξέα, βιταμίνες και μέταλλα, σε ποσότητες και συγκεντρώσεις μελετημένες για τις προσωπικές ανάγκες του κάθε ανθρώπου ξεχωριστά, αφού το πρόγραμμα είναι απόλυτα εξατομικευμένο. Αυτό το «κοκτέιλ» είναι η μόνη τροφή που θα λαμβάνεις κατά τη διάρκεια της θεραπείας, εκτός βέβαια από τα υγρά, όπως μεταλλικό νερό, τσάι και καφές, που επιτρέπεται να καταναλώνεις, χωρίς ζάχαρη φυσικά. Είναι απαραίτητο, δε, να πίνεις τουλάχιστον 2 λίτρα νερό την ημέρα. Η αντλία και το δοχείο θρέψης τοποθετούνται σε τσάντα ή σακιδιοώμου, το οποίο θα πρέπει να έχεις μαζί σου συνέχεια, ακόμη και στον ύπνο σου, για 7-10 ημέρες, ενώ μπορείς να το αποσυνδέσεις από την αντλία το μέγιστο για 2 ώρες την ημέρα – και αυτές όχι συνεχόμενες. Το σωληνάκι τοποθετείται και αφαιρείται αποκλειστικά από το γιατρό, ενώ στο μεσοδιάστημα πραγματοποιείται επανέλεγχος.