

Patienten Information

Milch und Milchprodukte in der Ernährung

Die Nahrungsmittelindustrie vermittelt über die Medien immer wieder, wie gesund Milch und Milchprodukte sind. Tatsache ist, dass man mit dem Verzehr von Milch einige gesundheitliche Risiken in Kauf nimmt. Fakten, die auch von vielen Medizinern und Heilpraktikern - vielleicht aus Unwissen - ignoriert werden.

1. Risiko: Wachstumshormone

Milch enthält Botenstoffe (im Eiweiß gebundene Wachstumshormone) zur Übertragung von Informationen zwischen den Zellen, die das Wachstum beeinflussen. Kuhmilch ist die artgerechte Ernährung des Kalbes, es muss in kurzer Zeit das Körpergewicht um ein Vielfaches erhöhen. Es benötigt deshalb wesentlich mehr Wachstumsstimulation durch Hormone und Proteine über die Milch als ein Säugling oder ein Kind. Der Organismus eines Säuglings braucht eine auf seine Bedürfnisse abgestimmte Zusammensetzung - Muttermilch, die sich sehr stark von der Kuhmilch unterscheidet. Die Konzentration von Nährstoffen, Hormonen und Eiweiß in Kuhmilch ist schlicht zu hoch und überlastet den menschlichen Stoffwechsel. Es entstehen Zerfallsprodukte, die nicht mehr über die üblichen Entgiftungswege (Niere, Darm) ausgeschieden werden können. Die Folge sind zum Beispiel Erkrankungen der Haut (Neurodermitis, endogenes Ekzem, allergische Reaktionen etc.) oder der Luftwege (ständig wiederkehrende Erkältungen, Nebenhöhlenentzündungen, allergische Erkrankungen, chronische Bronchitis bis hin zu Asthma). Diese Erkrankungen sind der Versuch des Organismus, die Stoffwechselgifte über „Notventile“ auszuschleiden.

Was den Milchkonsum Erwachsener betrifft, möchte ich nur Herrn Dr. med. Karl Windstosser, einen der Pioniere der biologischen Krebsabwehr, zitieren: Erwachsene dürfen keine Wachstumshormone mehr zu sich nehmen, da außer einem Krebsgeschwür nichts mehr wachsen kann.

2. Risiko: Überangebot an Eiweiß

Die Ursachen für viele Zivilisationskrankheiten der westlichen Welt sind in der massiven Überernährung mit Eiweiß zu suchen. Der Salzburger Kinderarzt Dr. Konrad Werthmann spricht in diesem Zusammenhang von der „Übereiweißung“, und Prof. Dr. Wendt von „Eiweißspeicherkrankheiten“. Er beschrieb schon vor 30 Jahren, dass die Bevölkerung der Industriestaaten unnatürlich viel tierisches Eiweiß (Fleisch, Fisch, Eier, Milch und deren Produkte) zu sich nimmt.

Der Magen-Darmtrakt ist nicht in der Lage, den Massenanstieg von Proteinen in einzelne Aminosäuren zu zerlegen. Daher dringen großmolekulare Polypeptide (komplexe artspezifische Eiweiße) ins Blut. Der menschliche Organismus kann diese artspezifischen Eiweißkörper, z.B. der Kuh, des Schweins oder anderer Tiere nicht in seinen eigenen Stoffwechsel einbeziehen. Er lagert sie ab, um das fließende System (Blut- und Lymphkreislauf) zu entlasten. Günter Carl Stahlkopf (Begründer der Regena-Therapie) beschreibt dieses Phänomen seit über 40 Jahren.

Die Ablagerungen findet man in den Wänden der Blutgefäße, in den Zellen der Organe (Fettleber), zwischen den Zellen, in den Gelenken und in den Organen des Immunsystems (Bindegewebe, Lymphdrüsen). Deshalb sind die Ursachen für Gefäßverschlüsse, Funktionsstörungen des Gehirns und der übrigen Organe häufig auf die „Eiweißmast“ zurückzuführen. In den letzten Jahren haben Wissenschaftler bei Erkrankungen wie Rheuma, Osteoporose, Allergien etc. immer wieder auf diesen Zusammenhang hingewiesen. Jeder Therapieversuch schlägt fehl, wenn man den Organismus nicht von der Eiweiß-Last befreit.

3. Risiko: Denaturierung

Milch wird durch Pasteurisieren (Erhitzen) haltbar gemacht. Dadurch wird die Eiweiß-Struktur der Milch verändert. Es entstehen veränderte Enzyme in der Milch oder in Produkten daraus (z.B. Xantinoxidase), die die Verstoffwechslung für den menschlichen Organismus noch schwieriger gestalten. Die Folge ist die Förderung oben genannter Krankheiten, da es zu Veränderungen von physikalischen Zuständen in allen Körperflüssigkeiten kommt. Die Reduktion von Fett auf 3,5 % oder gar 1,5 % lässt den relativen Eiweißanteil in der Milch noch mehr ansteigen. Die Werbung gaukelt dem „ernährungsbewussten“ Menschen vor, dass er nun mehr Milch trinken kann, da die Milch weniger Kalorien enthält. Die „Eiweißmast“ nimmt jedoch noch mehr zu. Durch den Fettentzug verliert die Milch zusätzlich wichtige Vitamine, was die Milchwirtschaft mit der künstlichen Zugabe von Vitamin D und Vitamin B auszugleichen versucht. Die Homogenisierung bringt noch ein weiteres Problem mit sich: sie führt zu einer gleichmäßigen Durchmischung der Fettanteile in der Milch, so dass sie sich nicht mehr als Rahm absetzen können. Damit hat sich die Milchstruktur wesentlich verändert. Nach allen Erkenntnissen der heutigen Wissenschaft über Strukturprozesse von Flüssigkeiten ist dies ein schwerwiegender Eingriff in den ursprünglichen Lebensmittelcharakter der Milch.

Die biologische Wirkung der Milch ist völlig verändert und kann nicht mehr als „Lebens“mittel verwendet werden.

4. Risiko: Allergisierung

Das Immunsystem wird einem Dauerreiz durch stark allergene körperfremde Eiweiße ausgesetzt. Ursache dafür sind die oben beschriebenen Vorgänge der Denaturierung, die dazu führen, dass der Organismus mit unverdaulichem Eiweiß belastet wird.

Die tägliche Zufuhr von Milch und milchhaltigen Nahrungsmitteln fördert die Ausbildung allergieauslösender Polypeptide. Die anatomischen Strukturen des Immunsystems (Mesenchym und Lymphe) werden ständig mit Schlacken angereichert. Daher ist der menschliche Organismus immer weniger leicht in der Lage, die schädlichen Umwelt-Einflüsse auf das Immunsystem zu kompensieren. Es können somit direkte Allergien auf Milch entstehen. Häufiger ist zu beobachten, dass es zu einer generellen Allergisierung kommt. Das überlastete Immunsystem reagiert nun nicht nur auf Milcheiweiß, sondern plötzlich auch auf andere Eiweißstrukturen wie Blütenpollen, Tierhaare etc. Ohne die Vorbelastung durch das Milcheiweiß wären diese Stoffe reaktionslos vertragen worden.

5. Risiko: Störung des Mineralstoffwechsels

Kuhmilch enthält dreimal soviel Eiweiß wie Muttermilch, halb soviel Laktose (Milchzucker), halb so viel Fett, fünfmal mehr Phosphat, dreimal mehr Calcium und dreimal mehr Natrium. Der hohe Phosphatanteil bindet Calcium im Darm. Dieser Effekt ist bei haltbar gemachter Milch noch ausgeprägter. Es entsteht ein Calciumphosphat, das alles Calcium, das in der Milch ist, an sich bindet. Es bleibt trotzdem noch ein Überschuss an Phosphat, das bekanntlich sehr ungesund ist. Der hohe Phosphatanteil im Darminhalt verändert das Dünndarmmilieu in ein alkalisches (basisch), was dazu führt, dass die Resorptionsquote (Aufnahmefähigkeit) für Spurenelemente und Vitamine drastisch sinkt. Ebenfalls wird die Aufnahme von Calcium anderer Calciumträger blockiert, so dass Milchtrinker (und Konsumenten aller Produkte aus der Kuhmilch) langsam in einen Calcium-Mangelzustand kommen. Der automatisch entstehende Natriumüberschuss führt langfristig zu Bluthochdruck. Der Mangel an Säure im Dünndarm führt zur Überlastung der Bauchspeicheldrüse, was zur Folge hat, dass vermehrt Bauchspeichel und Insulin produziert werden. Dies führt zu Verdauungsstörungen (Blähungen Durchfall etc.) und zur Schwächung des Immunsystems.

Kinder, die mit Kuhmilch ernährt werden, entwickeln aufgrund der schon beschriebenen Störung der Aufnahme von essentiellen lebensnotwendigen Stoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen etc. chronische Erkrankungen. Mittlerweile ist auch bewiesen, dass die juvenile Diabetes bei entsprechender Vorbelastung durch das Milcheiweiß entsteht. Das Eisen spielt dabei eine sehr wichtige Rolle, denn der Mangel führt zu Anämie, Schwäche und Veränderungen bei der Blutbildung.

6. Risiko: Giftbelastung

Die Bedingungen der Tierhaltung haben sich in den letzten 20 Jahren drastisch verändert. Die Fütterung der Tiere mit Silo- und Kraftfutter, das mit Tiermehl und mit antibiotischen Medikamenten versetzt wird, hat dazu geführt, dass sich das Darmmilieu der Kühe massiv verschlechtert hat. Die Milch ist ein Produkt des Verdauungsstoffwechsels: deshalb kann sie nicht mehr das Nahrungsmittel sein, von dem behauptet wird, es sei gesund! Seit BSE wissen wir ein wenig genauer, wie schädlich unsere Nahrungsmittel sind. Alle möglichen Institutionen warnen von Zeit zu Zeit vor schadstoffbelasteter Muttermilch. Zudem besteht ein Risiko für gestillte Babys, wenn die Mutter Kuhmilch-Produkte konsumiert, allergisch zu reagieren. Die Säuglingsnahrung aus Kuhmilch ist demnach genauso belastet. Es ist jedoch ein großer Unterschied für die Entwicklung des psycho- - neuro- - endokrino - immunologischen Systems, ob der Säugling - seiner Art entsprechend - die belastete Milch aus der Mutterbrust am „Herzen der Mutter“ oder die denaturierte, ebenfalls Toxin belastete Kuhmilch aus der Kunststoffflasche zu trinken bekommt.

Naturheilzentrum Fünfseenland

Klaus Keller Heilpraktiker & Kollegen

Von-Eichendorf-Str. 11

82211 Herrsching

Tel. 08152 92190

Fax 08152 92189

E-Mail: Klaus.Keller@switzerland.org

Internet: www.natural-medicine.de