

«Nur der Mensch nimmt nach dem Abstillen noch Milch zu sich»

Milch kann Knochen schaden.

Kuhmilch enthält viel Kalzium. Dies ist wichtig für das schnelle Wachstum des Kalbes. Weil erhitzte, sprich pasteurisierte Kuhmilch im menschlichen Körper säurebildend wirkt, muss der Körper noch zusätzliches Kalzium aus den Knochen lösen, um das Blut wieder in den gesunden Säuren-Basen-Bereich zu bringen. Somit ist es logisch, dass Osteoporose in den Ländern am häufigsten vorkommt, in denen am meisten Milch und Milchprodukte konsumiert werden. Wer starke Knochen will, sollte die Finger von Milch lassen. Nur der Mensch nimmt nach dem Abstillen noch Milch zu sich. Und dies auch noch von einer anderen Spezies.

Sandro Hedinger, Zürich

Kühe als Milchmaschine.

Mit keinem Wort erwähnten Sie in ihrem Artikel, was für Leid hinter der Milchproduktion steht: Die Kälber werden gleich nach der Geburt von ihren Müttern getrennt. Sie erhalten einen minderwertigen Milchersatz, weil die Milch der Mutter ja für die Milchindustrie verwendet wird. Kühe, die normalerweise 30 bis 35 Jahre leben würden, sind nach 4 bis 5 Jahren, in denen sie als Milchmaschine gedient haben, so ausgelaugt, dass sie aus wirtschaftlichen Gründen geschlachtet werden müssen.

Samuel Trösch, Zürich

Kuhmilch für viele unverträglich.

Vom Positiven der Kuhmilch können einzig und allein die von der Natur dafür vorgesehenen «Verbraucher» profitieren, nämlich die Kälbchen. Diese profitieren, wie übrigens jedes Jungtier seiner Art, wenn man sie ihre arteigene Muttermilch trinken lässt. Die Kälbchen sind so optimal vor Krankheiten geschützt und erhalten in jeder Lebenswoche genau die Nahrung, die sie für ihr Wachstum brauchen. Dank der stark eiweisshaltigen Kuhmilch wächst also ein Kalb sehr rasch, und das ist überlebenswichtig, weil es in der freien Natur möglichst schnell mit der Herde mitziehen müsste. Für das Menschenkind ist dies nicht notwendig. Es wächst viel langsamer und wird häufig von den Eltern getragen. Mit der Entwicklung der ersten Zähne stellt sich auch der Verdauungstrakt des Menschen langsam von der Muttermilch auf feste Nahrung um. In dieser



Am gesündesten ist die Kuhmilch für das Kalb. Foto: Beat Marti

Zeit verfügen die Heranwachsenden immer weniger über das Enzym Laktase, das notwendig ist, um den Milchzucker (Laktose) verdauen zu können. Werden trotzdem weiterhin Milchpro-

«Vom Positiven der Kuhmilch können einzig und allein die von der Natur dafür vorgesehenen «Verbraucher» profitieren, nämlich die Kälbchen.»

dukte konsumiert, können die bekannten Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall, Übelkeit, Erbrechen etc. entstehen. Die Mehrheit

der Weltbevölkerung verträgt keine Milchprodukte. In Europa herrscht eine solche Überproduktion an Milch, dass selbst den Menschen mit einer Laktoseintoleranz Milchprodukte untergejubelt werden, und zwar indem man der Kuhmilch das Verdauungsenzym Laktase beimischt. Die moderne Ernährungsforschung weist längst darauf hin, dass die wichtigste Ursache von Osteoporose nicht ein zu geringer Anteil an Kalzium in der Nahrung ist, sondern ein zu hoher Anteil an tierischem Eiweiss. Die Häufigkeit von Osteoporose in Ländern mit hohem Verbrauch an Milchprodukten beweist das seit Jahrzehnten. Wieso also dieser seitenlange Bericht über die Vorzüge der Milch? Weil die Milchlobby gekoppelt ist mit der Fleischlobby und diese mit dem Verkauf ihrer Produkte Milliarden Gewinne erzielen. Dies ist aber nur möglich, weil jährlich Millionen von Steuergeldern investiert werden.

Manuela Pinza, Schaffhausen