

Die Milch macht's...

Für wen produziert die Kuh eigentlich ihre Milch?

Richtig, für ihr Kind bzw. das Kälbchen!

Deine Mutter ist keine Kuh und du bist kein Kälbchen, oder?

Warum trinkst du dann die Kuhmilch wenn du kein Kälbchen bist?

Milch pasteurisiert, homogenisiert, erhitzt und aus industrieller Produktion ist schädlich. Die Verarbeitung, angefangen mit der Erhitzung durch das Pasteurisieren, machen die Milch zu einem ungesunden und entwerteten Nahrungsmittel. Wenn Kälbchen pasteurisierte Milch zu trinken bekommen, dann sind sie spätestens nach 6 Monaten tot.



Milch enthält **Fett** (oxidiertes Cholesterin), **Protein/Eiweiß** (unverdaubares Kasein), **Zucker** (Laktose → Intoleranz).



Ein paar Blitzlichter:

Kuhmilch hat **zu wenig Magnesium und im Verhältnis zu viel Kalzium, Wachstumsfaktoren IGF-1** (begünstigen Krebs), **Pestizide** (Futter), **Transfette (oxidiertes Cholesterin)**, belastet die Leber, führt zu Entzündungen (Milch übersäuert den Körper stark) und verschleimt.

Milch verkalkt! Sie enthält zu viel Kalzium und zu wenig Magnesium – hat ein ungünstiges Verhältnis. Vitamin D3 und Vitamin K2 sind nötig, um das Kalzium an die richtigen Stellen zu lenken (in die Knochen), wo es gebraucht wird. Milch hat weder Vitamin D3 noch K2. Dadurch gelangt die Milch nicht in die Knochen, sondern in die Arterien, was dann eine Verkalkung der Arterien hervor ruft = Arteriosklerose/Verkalkung → somit Beeinträchtigung Herz-Kreislaufsystem.

Viele vertragen den Milchzucker Laktose nicht = **Laktoseintoleranz**. Da unser Körper intelligent ist endet die Sache meist mit Durchfall, d.h. er entledigt sich von den Giftstoffen, ist ein Selbstschutz-mechanismus unseres Körpers.

Laktosefreie Milch enthält weiterhin alle Bestandteile der Laktose, aber gespalten in Glukose und die schädliche **Galaktose**. Also auch nicht die Lösung.

Laktose/Milchzucker ist für viele Menschen nicht bekömmlich. Weichkäse hat zu viel Laktose. Bei Hartkäse ist die Laktose nicht mehr da (die Bakterien haben alles zersetzt) – dafür ist Hartkäse für den Magen überhaupt nicht mehr verdaubar. Daher auch das Sprichwort: „Käse schließt den Magen“ - man fühlt sich nach dem Verzehr von Hartkäse gesättigt.

Rechtliche Hinweise: Die hier dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens!



www.iholistic.de info@iholistic.de
www.facebook.com/iholistic.de

Mach einen **Selbsttest**: Iss einfach mal am Abend ordentlich viel schön gereiften Hartkäse und teste was am nächsten Tag passiert. Massiver Kopfschmerz setzt i.d.R. ein, eine normale Vergiftungsreaktion des Körpers. Dann viel Wasser ohne Kohlensäure trinken, damit die Giftstoffe wieder raus gespült werden.

Milch ist durch die **Galaktose sehr stark schleimbildend** (der Körper umschließt Schadstoffe generell mit Schleim – ebenfalls ein intelligenter Eigenschutzmechanismus) = Belastung Atemwege. Die Verschleimung im Darm behindert die Nahrungsaufnahme und ist der Nährboden für Bakterien!

Milch ist nur für den „eigenen Nachwuchs“ gut und wichtig - **nie aber für eine andere Art**. Kuhmilch ist also nur für das Kälbchen und dann nur in frischer, roher Form, nicht abgekocht.

Das in der Kuhmilch enthaltene **Protein/Milcheiweiß -„Kasein“**- kann der Mensch **nicht verdauen!** Der Körper versucht das Kasein zu verdauen und produziert daher „Antikörper“. Das Problem an der Sache: Alle Säugetiere haben Kasein in der Milch. Jedoch ist jedes Kasein je nach Tierart anders aufgebaut. **Das Kasein von der Kuh gleicht den menschlichen Proteinen!** Wenn ein fremdes Milchprotein von der Struktur unseren eigenen menschlichen Proteinen gleicht bzw. ähnelt, dann kann der Körper nicht mehr unterscheiden, gegen welches Protein er Antikörper bilden muß. Der Körper ist irritiert und weiß nicht, ob es sich um ein „fremdes“ oder sein „eigenes“ Eiweiß handelt und reagiert wie auf ein „Fremdeiweiß“ und produziert Antikörper, um es zu zerstören. Durch die Antikörper **bekämpft sich unser Immunsystem** somit selbst = Fehlsteuerung unseres Immunsystems!

Die Folge sind die weit verbreiteten „**Autoimmunerkrankungen**“ wie z.B. Morbus Crohn, Multiple Sklerose, Zöliakie, Diabetes Typ I, Hashimoto, Hepatitis, Colitis ulcerosa, rheumatoider Arthritis, Morbus Bechterew uvm.! Die Milch zeigt ein hohes Allergiepotezial hauptsächlich wegen dem Kasein.

Pasteurisierte Milch verursacht Prostatakrebs, Brustkrebs, Darmkrebs, Herzerkrankungen, Autoimmunerkrankungen und Allergien.

Kuhmilch enthält nur **sehr geringe Anteile an verwertbaren Vitaminen** im Gegensatz zur menschlichen Muttermilch. In der menschlichen Muttermilch ist ein hoher Anteil an Vitamin C enthalten – in der Kuhmilch fehlt Vitamin C vollständig!



Unter dem Einfluss der menschlichen Magensäure kommt es zu chemischen Reaktionen, die 50-70% des in der Milch enthaltenen Kalziums binden und unresorbierbar machen! Da bleibt vom „**Kalziumreichtum**“ der Milch **nicht mehr viel übrig**. Der hohe Eiweißgehalt in der Milch führt auch noch dazu, dass der Körper viel Kalzium über den Urin ausscheidet, mehr sogar, als die Milch dem Körper zuführt. Die Folge - Knochenkrankheiten wie z.B. Osteoporose.

Rechtliche Hinweise: Die hier dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens!



www.iholistic.de info@iholistic.de
www.facebook.com/iholistic.de

Es wird bei Milchverzehr die **Nebenschilddrüse** angeregt vermehrt Hormone (**Parathormon**) zu produzieren = Überfunktion. Die Hormone bewirken, dass das Kalzium aus den Knochen gelöst wird = Abbau der Knochensubstanz.

Milch macht den Körper sauer, wird sauer verstoffwechselt – Körper muß die Säure abpuffern = Knochenprobleme, da Mineralstoffe aus den Knochen gezogen werden. Viele trinken bei Sodbrennen Milch. Erst einmal wird es besser und i.d.R. ist es danach schlechter denn je.

Tipp: Bei Sodbrennen hat der Magen nicht zu viel sondern zu wenig Magensäure! Daher lieber ein Glas Wasser + 1 EL Apfelessig trinken – einfach mal testen!

Durch die Pasteurisierung werden vorhandene Enzyme/Vitamine in der Rohmilch zerstört. Und durch die Massentierhaltung sind erhebliche Hormone, Antibiotika, Pestizidrückstände enthalten.

Das Fett was in der Milch ist, ist „**oxidiertes Cholesterin**“. Dieses ist wesentlich gefährlicher als nicht oxidiertes Cholesterin. Milch kommt bei dem Melkvorgang, Abfüllung in die Flasche etc. mit Luft in Berührung, somit oxidiert die Milch. Das kann einem Baby nicht passieren, da es direkt die Milch von der Brust der Mutter bekommt – keine Oxidierung.

Milch fördert das starke Wachstum des Kalbs und hat für Menschen bzw. den Säugling eine eher ungünstige Zusammensetzung – **viele Wachstumshormone (IGF-1)** – diese fördern Krebs wie z.B. Prostata- und Brustkrebs.

Die Kuh verdoppelt durch das Protein 3,3 mal schneller sein Gewicht ab der Geburt, als der Mensch. Das kann nicht für das Menschenkind gut sein, da wir nicht so schnell wachsen müssen.

Protein in der Milch	Gehalt je mg/Liter Protein	Tage ab Geburt zur Gewichtsverdopplung
Mensch	1,2	120
Pferd	2,4	60
Kuh	3,3	47 (=schnelles Wachstum)
Ziege	4,1	19
Katze	9,5	7
Ratte	11,8	4,5

Soja-Milch ist wegen der generellen Gen-Behandlung der Soja-Produkte (genau wie Mais und Raps) leider auch keine Alternative und hat zu viele Östrogene = Überfeminisierung, Soja-Produkte verursachen Brustkrebs bzw. Prostatakrebs.

Milch-Alternativen je nach Geschmackslage: Mandelmilch, Hafermilch, Reismilch, Cashewmilch, Hanfmilch, Haselnussmilch.

Jetzt liegt es bei dir – bist du ein Mensch oder ein Kälbchen? 🙄

Rechtliche Hinweise: Die hier dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information und allgemeinen Weiterbildung. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung der beschriebenen oder erwähnten diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimittel dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens!