

Fakten zur Milch

Milch ist heute für die meisten Menschen ein Synonym für Kuhmilch und steht im Handel in der EU ausschließlich für Kuhmilch.

Im Allgemeinen jedoch ist Milch eine Nährflüssigkeit, eine Nährflüssigkeit, die aus den Drüsen weiblicher Säugetiere stammt und der Ernährung von Jungtieren dient. Die Milch selbst ist bei jedem Säugetier anders zusammengesetzt und auf die Bedürfnisse des artigen Nachwuchses ausgelegt.

D.h., dass diese einerseits nicht für artfremde Tiere gedacht ist, wie z.B. Kuhmilch nicht für den menschlichen Nachwuchs, und andererseits nicht für erwachsene Tiere.

Dies lässt sich exemplarisch am Nachwuchs der Tierart Mensch feststellen, denn dieser verträgt in der Regel Milch nur in den ersten Lebensjahren. D.h., dass der Körper nur im Kleinkindalter das Enzym Laktase, beim Menschen im Verdauungstrakt, produziert, welches zur Spaltung des Milchzuckers Laktose verantwortlich ist. Die Verdauung von Laktose ohne eine ausreichende Menge des Enzyms Laktase im Dünndarm kann u.a. zu Blähungen, Durchfall, Müdigkeit, Übelkeit, Unterleibskrämpfen, Sodbrennen und Kreislaufproblemen führen. Indirekte Symptome können u.a. Kopfschmerzen, Depressionen, Darmblutungen, Hautprobleme (Neurodermitis) und Übergewicht sein.

Bei Laktoseintoleranz wird häufig von einer Allergie gesprochen, was jedoch so nicht stimmt, denn es ist eher der Normalzustand, wenn wir uns in der Welt umschaun. Diejenigen, die auf den ersten Blick, Milch und „Milchprodukte“ vertragen, stellen eher die Ausnahme dar und verdanken dies einer Mutation, denn fast alle Afrikaner und Asiaten vertragen keine Milch, da ihnen das Enzym Laktase fehlt um Laktose zu spalten – insgesamt vertragen ca. 75% der Weltbevölkerung keine Milch und aus ihr hergestellte „Produkte“. Ebenso 15 Prozent aller Nord- und Mitteleuropäer leiden an einer Milchzucker-Unverträglichkeit. In Europa herrscht ein Nord-Süd-Gefälle. In Skandinavien

ist Laktoseintoleranz fast unbekannt, während im Mittelmeerraum der Anteil bei ca. 30% liegt. In Deutschland wissen z.B. viele Personen nicht, dass sie zumindest von einer schwachen Laktoseintoleranz betroffen sind, denn die Auswirkungen sind nicht immer die gleichen und müssen auch nicht immer offensichtlich sein.

Aus einem Bericht der „Zeit“¹ geht hervor, dass die ersten erwachsenen Menschen, die Milch vertrugen, vor etwa 7000 Jahren im Südrural lebten. Dort heißt es weiter:

Eine zufällige Genmutation sorgte dafür, dass die Träger des veränderten Gens Milch und ihre Produkte problemlos verdauen konnten. Unsere Vorfahren wurden sesshaft und begannen, Rinder und Ziegen zu melken. Ein Selektionsvorteil vor allem im nördlichen Europa, wo der frostige Winter keine ausreichende pflanzliche Ernährung zuließ. Auch heute noch vertragen die Menschen vor allem in den Regionen Milch, in denen damals die Viehzucht begann, in Skandinavien etwa sind es rund 80 Prozent. In Teilen Asiens und in Afrika hingegen ist es nur ein Prozent der Bevölkerung.

Ein Zitat des Buches „Milch besser nicht“ besagt:

Cohen zitiert den Gesundheitsbrief des Arztes Dr. Kradjian, der sich sein Leben lang mit den Auswirkungen des Milchkonsums auf die menschliche Gesundheit befasst hat. Seine Überprüfung der wissenschaftlichen Literatur hat ihn folgende Schlussfolgerungen ziehen lassen (auszugsweise):

Befragt man die medizinischen Archive, dann gab es in der Zeit von 1988 bis 1993 2.700 Artikel in wissenschaftlichen Zeitschriften, die sich mit Milch befassten. Davon hatten 1.500 Artikel Milch zum Hauptthema gemacht. Nachdem er alle Artikel, die ausschließlich veterinären und nicht-wissenschaftlichen Bezug hatten und solche, bei der die Forschung noch nicht abgeschlossen war, aussortiert hatte, verblieben über 500 Artikel.

Die Quintessenz dieser Artikel war der reinste Horror. Kein einziger Autor hat von der Kuhmilch als einem guten Nahrungsmittel gesprochen.

Folgende Krankheiten wurden bei Kindern auf die Milch zurückgeführt: Allergien, Ohr- und Bronchialinfektionen, Bettnässen, Asthma, Darmblutungen, Koliken und jugendlicher Diabetes.

Bei Erwachsenen waren die Probleme fokussiert auf: Herzerkrankungen und Arthritis, Allergien, Stirnhöhlenentzündungen, ernsthafte Probleme bei Leukämie, Lymphdrüsenenerkrankungen und Krebs.

Eine mittlerweile recht bekannte Tatsache ist auch der Zusammenhang zwischen dem Milchkonsum und Osteoporose. Das Milch relativ viel Kalzium enthält ist fast allen bekannt, jedoch meist nicht, dass Kalzium alleine nicht reicht, um es aufnehmen zu können, denn dazu wird zusätzlich Magnesium benötigt. Ohne Magnesium kann der Körper nur ca. 25% des Kalziums in der Milch absorbieren, der Rest lagert sich an den Arterienwänden ab. Dies wiederum führt zu arteriosklerotischen Placken.

In dem Artikel der „Zeit“ heißt es dazu:

Die Knochen brauchen Kalzium, das nur in Milch reichlich enthalten ist. Wer sich also beispielsweise vor Osteoporose schützen wolle, solle damit nicht geizen. Wenn das stimmte, dann müssten wir eigentlich die besten Knochen der Welt haben. Aber das Gegenteil ist der Fall:

In Japan und China, wo traditionell wenig bis gar keine Milch getrunken wird, sind die Osteoporoseraten viel niedriger als hierzulande. Überhaupt leiden die Menschen in Asien, Afrika und Lateinamerika weniger an Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht, Diabetes oder auch Krebs. In diesen Gegenden der Welt hat es die Menschheit auch ohne das Milchverträglichkeitsgen weit gebracht.

Im Weiteren führt überschüssiges Kalzium zur Bildung von Nierensteinen. Eine Studie der Harvard-Universität ergab, dass entgegen früherer Anschauungen, dass Risiko an Nierensteinen zu erkranken, dadurch gemindert werden kann, wenn man den Milchkonsum einschränkt.

Eine Alternative zu Milch ist diesbezüglich z.B. grünes Blattgemüse (u.a. Brokkoli und Spinat), welches einen ähnlich hohen Kalziumanteil aufweist, aber zusätzlich auch einen recht hohen Anteil an Magnesium – was wiederum zu einer viel höheren Aufnahmefähigkeit bezüglich Kalzium führt.

Wie wir sehen, handelt es sich bei Milch in keinem Fall um ein gesundes „Lebensmittel“, wie uns Lobbyisten der „Milchindustrie“, namentlich u.a. die CMA, Centrale Marketing-Gesellschaft der deutschen Agrarwirtschaft mbH, weiß machen wollen.

Werbespots, die suggerieren sollen, „dass jeder Milch benötigt“, sind in den USA bereits verboten. Hier zu Lande darf weiter mit Werbeslogans, wie z.B. „Milch ist meine Stärke“ oder „Die Milch machts“, auf Kundenfang gegangen werden.

Ein Blick auf die Werbeseiten der CMA:

Informationen über gesundheitsgefährdende Aspekte werden bewusst nicht bereitgestellt. Auf einer ihrer Webseiten ist jedoch zu sehen, wer die Vermarktung unethischer und unverantwortlicher „Produkte“ mitfinanziert und unterstützt.



Bildzitat von www.milch-ist-meine-staerke.de

Ja, wir haben richtig gesehen – neben Prominenten und der CMA, welche sich durch Zwangsabgaben von Landwirten finanziert, wird die Beeinträchtigung menschlicher und nicht-menschlicher Gesundheit und die Ausbeutung leidensfähiger nicht-menschlicher Säugetiere mit Fördermitteln der EU unterstützt.

D.h., dass wir selbst durch die Zahlung von Steuern die Ausbeutung von menschlichen und nicht-menschlichen Tieren indirekt

mitfinanzieren.

Eine nicht kleine Lobby dürfte auch dafür verantwortlich sein, dass Milch nicht mit 19% versteuert wird, wie jedes andere Getränk, sondern wie ein Nahrungsmittel mit 7% Mehrwertsteuer. Dies dürfte auch ein Ausdruck für den nicht direkt demokratisch legitimierten Einfluss der Wirtschaft auf die Politik sein.

Aber menschliche Tiere sind nicht die einzigen, die leiden, denn vielmehr leiden diejenigen darunter, die für die Gewinnung der Milch ausgebeutet werden und letztendlich mit ihrem Leben dafür bezahlen müssen.

Nicht nur Kühe geben Milch, sondern jedes weibliche Säugetier inklusive dem Menschen. Vom Menschen konsumiert wird z.B. auch Ziegen- und Stutenmilch. Die mit weitem Abstand am meisten konsumierte Milch ist jedoch die von Kühen.

Doch was steckt wirklich hinter der Kuhmilch?

In der Regel werden Kühe in unserer Gesellschaft in dunklen Ställen gehalten, nicht selten auf Spaltenböden.

Einige sogar in Anbindehaltung, was bedeutet, dass Köpfe und/oder Hinterfüße fixiert werden. Manchmal verwendet man zusätzlich sog. Schwanzhalter, welche verhindern sollen, dass die Schwänze durch die eigenen Exkrememente verunreinigt werden, wie auch den Melkvorgang für den Bauern angenehmer gestalten sollen.

Die Kühe sind bewegungsunfähig und durch Metallstangen von einander separiert. Ihre Umgebung ist eine mit Kot und Urin verunreinigte, von Fliegen und anderen Insekten umgebene, stinkende und mit stickiger Luft angereicherte. Auslauf gibt es, wenn überhaupt, nur sehr selten.

Auch „Almkühe“ sind weder lila noch grasen sie glücklich ihr Leben lang auf saftig grünem Boden in herrlicher, idyllischer Landschaft. Denn auf der Alm sind sie nur im Sommer, d.h.

4 Monate im Jahr. Die restliche Zeit verbringen auch sie in dunklen Ställen.

Bilder von verschiedenen Haltungsformen:



Konventionelle Haltung



Laufstallhaltung



Naturlandhofhaltung



Biohaltung



Weidehaltung

Zu beachten ist auch, dass viele „Produkte“, die mit Milch von „Almkühen“ werben, fast immer (auch) Milch aus konventioneller Haltung enthalten (z.B. „Milka-Produkte“ von Nestlé).

Kühe geben nicht immer Milch, wie es oftmals falsch behauptet und mit Absicht propagiert wird, denn sie geben wie jedes andere Säugetier, wie z.B. Menschen, nur dann Milch, wenn sie Junge bekommen. D.h., dass Kühe vergewaltigt werden müssen, damit sie Junge und somit Milch bekommen.

Die Jungen werden quasi direkt nach der Geburt von den Müttern gerissen und mit einer alternativen Nährlösung großgezogen, denn an der Milch sind ja die Menschen interessiert. Die

Mütter kann man oft tagelang nach ihrem Nachwuchs schreien hören.

Aber es werden ja nicht nur weibliche Kinder geboren, d.h. die männlichen Kälber werden quasi als unerwünschte „Nebenprodukte“ in die Kälbermast gesteckt, wo sie dann ca. 14-17 Wochen qualvoll gemästet werden. Anschließend wartet der gewaltsame Tod auf sie.

Der weibliche Nachwuchs ersetzt teilweise die Mütter, die meist nach einer Zeit von ca. 4 Jahren, nach dem ihre „Milchleistungen“ nachgelassen haben, geschlachtet werden.

Die anderen weiblichen Kälber werden direkt nach der Geburt umgebracht, um an das Lab aus ihren Mägen zu gelangen, welches z.B. bei der Käseherstellung zur Gerinnung der Milch benötigt wird.

Bezüglich der oben erwähnten „Milchleistung“ geht aus der Milchstatistik von 2006 des Bundesamtes für Statistik folgendes hervor:

Die Anzahl der Milchkühe in Deutschland ging von 5,274 Millionen 1995 zwar auf 4,088 Millionen 2006 zurück, jedoch stieg die durchschnittliche „Milchleistung“ je Kuh von 1995 5424 kg Milch / Jahr auf 6849 kg Milch / Jahr 2006. Dies entspricht einer durchschnittlichen Steigerung von ca. 118,75 kg Milch / Jahr. D.h., dass eine durchschnittliche Kuh 1995 noch 14,9 kg Milch / Tag und 2006 18,8 kg Milch / Tag gab. Diese enorme Steigerung wird durch leistungssteigerndes Futter und die Zucht ermöglicht.

Die durch die Zucht übergroßen Euter würden fast am Boden schleifen, wenn sie nicht regelmäßig gemolken würden. Das Laufen wird beeinträchtigt, da die Euter an den Hinterbeinen scheuern, welches mit großen Schmerzen verbunden ist.

Dies ist auf dem folgenden Foto gut erkennbar – auch hat heute nur noch ein sehr geringer Prozentsatz an Kühen die Gelegenheit auf einer Weide zu grasen:



Der heute übliche automatisierte „Melkvorgang“ führt nicht selten zu entzündeten Eutern und macht medizinische Behandlung notwendig – wie auch die allgemeinen Haltungsbedingungen.

Veterinäre Kontrollen führen nicht einmal zur Einhaltung gesetzlicher Vorschriften, da die Veterinäre nicht selten mit den Haltern unter einer Decke stecken. Es mag sein, dass das Mitleid eher den Haltern, als den Opfern gilt.

Abgesehen davon ist zu beachten, dass die gesetzlichen Vorschriften nicht das Leid und den Mord verhindern, sondern dieses nur regulieren.

Kühe werden nicht als leidensfähige Individuen betrachtet, die genauso wie wir ein Recht auf ein selbstbestimmtes Leben ohne Leid in Freiheit haben, sondern wie aufgereimte Produktionsmaschinen in einer Fabrikhalle, die nur einen Zweck erfüllen sollen, nämlich Profit zu erwirtschaften.

Wir sind hier zwar intensiver auf die „Milchwirtschaft“ mit Kühen eingegangen, doch meint dies nicht, dass es bei der „Milchgewinnung“ durch die Ausbeutung andere Spezies besser ausschaut. Wird Profit mit Tieren erwirtschaftet, so bedeutet es für die ausgebeuteten Tiere in der Regel immer ein qualvolles Leben und einen unnatürlichen Tod in einem relativ jungen Alter.

Die natürliche Lebenserwartung einer Kuh

beträgt ca. zwanzig Jahre.

Wir sollten niemals vergessen, dass es sich bei diesen Tieren um ebenso empfindsame und leidensfähige Wesen handelt, wie wir sie selbst darstellen. Auch sollte uns klar sein, dass wir uns an diesen Prozessen nicht beteiligen müssen:

Alternativen

1. Alternativen zur Milch gibt es viele und zumindest die Sojamilch ist heute in fast jedem Supermarkt erhältlich. Ohne Mehraufwand kann somit anstelle der Kuhmilch die Sojamilch ergriffen werden. Weitere Alternativen wären z.B. die (Soja-)Reismilch, Dinkelmilch, Hafermilch, Mandelmilch und Kokosmilch.
2. Butter kann durch rein pflanzliche Margarine ersetzt werden, wie z.B. ALSAN, welche mittlerweile fast in jedem Lebensmittelladen zu finden ist. Ihre Konsistenz und Eigenschaften sind ähnlich der Butter, wird so verpackt und ist in grüner Verpackung meist bei der Butter anzutreffen (am besten Fragen).
3. Anstelle von Sahne kann man Sojasahne verwenden, welche mittlerweile auch als Sprühsahne erworben werden kann.
4. Käse aus Milch weicht rein pflanzlichem Käse (als Fest- und Streichvarianten erhältlich). Je nach Anwendungsbereich gibt es weitere Alternativen, wie z.B. Hefeschmelz für Käsesoßen oder für Pizza.
5. Für Joghurt gibt es ebenfalls Alternativen, wie z.B. Soja-Joghurt.
6. Was Eis angeht, so gibt es Sojais, Wassereis, Sorbet und andere Alternativen, die keine tierlichen Stoffe enthalten. Bei vielen Eisdieleen gibt es rein pflanzliche Fruchtessorten.

Weitere Informationen über Alternativen, rein pflanzliche Rezepte, Bezugsquellen und Einkaufstipps finden Sie auf unserer Webseite.

Das Ende eines qualvollen Lebens ...

Wie in der „Fleischwirtschaft“ wird das Leben der Tiere aus der „Milchwirtschaft“ durch den Schlachter beendet. Ob konventionelle Haltung oder Biohaltung, es endet immer mit Gewalt und dem Tod.

Was würden sie uns entgegen schreien, wenn sie sprechen könnten?



Bildfolge 1/3



Bildfolge 2/3



Bildfolge 3/3

Ein großer Teil des sich auf dem Markt befindlichen Fleisches und Leders stammt aus der „Milchwirtschaft“.

Es wird die Zeit kommen, da das Verbrechen
am Tier ebenso geahndet wird wie das
Verbrechen am Menschen.
(Leonardo da Vinci)

Weitere Informationen?

Bundesamt für Statistik – Milchstatistik:

<http://www.destatis.de>

oder als pdf in unserem Textarchiv

Buch „Milch besser nicht“ online:

<http://www.milchlos.de>

<http://www.soylent-network.de>

<http://www.die-tierfreunde.de>

<http://www.zeit.de/zeit-wissen/2006/01/Milch.xml>

(Stand: 23.08.2007)

1 <http://www.zeit.de/zeit-wissen/2006/01/Milch.xml>