

Säuglingsernährung



[1]

Im Gegensatz zu früher wird heute auch von der Schulmedizin anerkannt, dass die Muttermilch der eigenen Mutter die beste Ernährung für einen Säugling ist. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfiehlt, während der ersten sechs Monate ein Kind ausschliesslich zu stillen. Dennoch verunsichern die zahlreichen Berichte über Giftstoffe in der Muttermilch viele Mütter. Kann man etwas gegen die Giftbelastung tun?



Vor allem Stoffe, welche sich im Körperfett ablagern und sich so über Jahre hinweg aufsummieren, können zu einer Gefahr für den Menschen und insbesondere für das neugeborene Kind werden. Nicht nur während der Schwangerschaft, sondern vor allem auch während des Stillens wird ein Grossteil der Giftstoffe aus dem Körperfett gelöst und über die Muttermilch dem eigenen Kind weitergegeben. Deshalb kann man die Belastung des Menschen durch bestimmte Stoffe sehr gut über die Muttermilch feststellen.

Über 300 Schadstoffe konnte man durch die modernen Analysemethoden bereits in der menschlichen Muttermilch nachweisen.¹

Da diese Kumulation (Ansammlung) der Giftstoffe im Körper nicht nur beim Menschen, sondern auch bei Kühen, Hühnern, Schweinen und allen anderen Tieren anzutreffen ist, ist es nahe liegend, dass die tierischen Nahrungsmittel (Fleisch, Milch, Eier) diese Umweltgifte in konzentrierterer Form enthalten als pflanzliche Produkte. Gemäss Bundesamt für Gesundheit nehmen wir [92% der Umweltgifte über tierische Nahrungsmittel](#) [2] und nur 8% über pflanzliche auf.

Belastung der Muttermilch:

Fleisshesserin: n:	2,47	100 %
Vegetarierinnen:	1,65	67 %
Veganerin:	0,31	13 %

Das Deutsche Bundesinstitut für Risikobewertung hat deshalb im Jahr 2002 eine Studie begonnen (finanziert vom

Umweltministerium), in der die Muttermilch verschiedener Frauen analysiert wurde. Diese Studie² konnte im Mai 2005 abgeschlossen werden. Es ging um die bromierten Flammschutzmittel in der Muttermilch. Dabei stellte sich heraus, dass die Milch von Fleischesserinnen um rund 50% stärker mit den Flammschutzmitteln belastet ist als jene von Vegetarierinnen (2,47 Nanogramm pro Gramm Milchfett gegenüber 1,65 ng/g Milchfett)³. Leider machte bei dieser Studie nur eine Frau mit, die sich vegan ernährte (seit zehn Jahren). Deshalb war eine statistische Auswertung zu Veganerinnen nicht möglich. Es ist aber bemerkenswert, dass ihre Milch mit grossem Abstand am wenigsten belastet war: 0,31 ng/g. Also achtmal geringer als die der Fleischesserinnen und fünfmal geringer als die der Vegetarierinnen.

Dieses Ergebnis ist nicht erstaunlich, denn weshalb sollten die Naturgesetze, welche für die menschliche Muttermilch gelten, andere sein als diejenigen für die Kuhmilch?

Dank dem Verbot von PCB, DDT und anderer hochgiftiger Substanzen hier in Europa sank die Belastung dieser Gifte in der Muttermilch in den letzten Jahren stark. Deshalb empfehlen heute alle Experten uneingeschränkt das Stillen. Jedoch gilt auch hier: Je weniger tierische Produkte eine Mutter zu sich nahm, desto weniger dieser Gifte hat sie in ihrem Körper bzw. in ihrer Milch.

Dies gilt auch für fast alle anderen Gifte: Eine im New England Journal of Medicine publizierte Studie stellte fest, dass selbst die schlechtesten Werte der Milch von vegetarisch lebenden Müttern noch besser sind als die besten Werte von nicht vegetarisch lebenden Müttern (im Schnitt war die Vergiftung der Muttermilch von vegan lebenden Müttern 35-mal tiefer als diejenige des Durchschnitts)⁴.

Wie die neusten Studien zeigen, hat sich das Niveau der Giftmenge in der Muttermilch zwar bei vielen Giftstoffen gesenkt, aber der Unterschied zwischen Veganerinnen, Vegetarierinnen und Fleischesserinnen ist geblieben.

Fleisch enthält im Schnitt 14-mal mehr Pestizide als pflanzliche Nahrungsmittel; Milchprodukte enthalten 5-mal so viel.⁵

Muttermilch für Erwachsene?

Interessant ist in diesem Zusammenhang auch, dass Kuhmilch, welche für ein junges Kalb bestimmt ist, als normale Ernährung für menschliche Erwachsene angesehen wird, jedoch bei der menschlichen Muttermilch für erwachsene Menschen die meisten Menschen zurückschrecken. Die Schadstoffbelastung der Kuhmilch ist kaum besser. Weshalb soll aber eine Kälberernährung für erwachsene Menschen besser sein als eine menschliche Muttermilch? Beides ist völlig unnatürlich. Aber für das eine wurde so viel geworben, dass man die unnatürliche Ernährung heute als normal ansieht. Stellt man z.B. einen Kuchen mit Kuhmilch her, gilt dies als völlig normal, würde man ihn mit menschlicher Muttermilch herstellen, stösst man auf [völliges Unverständnis](#) [3]. Dabei ist die Kuhmilch noch unnatürlicher.

Letzte Aktualisierung: 21.01.2019

Fussnoten:

1. Gemäss der Studie des [Bunds für Umwelt und Naturschutz Deutschland \(BUND\)](#) [4] vom Juni 2005
2. Rückstände von Flammschutzmitteln in Frauenmilch aus Deutschland unter besonderer Berücksichtigung von polybromierten Diphenylethern (PBDE).
3. Abschlussbericht: [Bundesinstitut für Risikobewertung](#) [5], 19.7.2005.
4. New England Journal of Medicine, 26. März 1981.
5. Lewis Regenstein: How to Survive in America the Poisoned, Acropolis Books, 1982, Seite 103.

Weitere Infos:

- Pflanzliche Säuglingsnahrung: [Humana SL](#) [6], [Bimbosan Bisoja](#) [7] und [Prémiriz](#) [8]
- [Veg. Ernährung für Kinder](#) [9]

Source URL (modified on 21.01.2019 - 16:32): <https://www.swissveg.ch/muttermilch?language=de>

Links

[1] <https://www.swissveg.ch/muttermilch?language=de>

[2] <https://www.swissveg.ch/giftstoffe>

[3] <https://www.facebook.com/sanctimommy/posts/1513530465333989:0>

[4] [http://www.bund.net/index.php?id=936&tx_ttnews\[tt_news\]=2577&tx_ttnews\[backPid\]=447](http://www.bund.net/index.php?id=936&tx_ttnews[tt_news]=2577&tx_ttnews[backPid]=447)

[5] http://www.bfr.bund.de/cm/343/rueckstaende_von_flammschutzmitteln_in_frauenmilch_aus_deutschland_abschlussbericht.pdf

[6] <https://www.humana.de/de/produkte/detailansicht/sl-sine-lacte-ohne-milch/>

[7] <http://bimbosan.ch/product/bisoja/>

[8] <https://laboutiquedubio.ch/produit/premiriz-1er-age-0-6-mois-900g/>

[9] <https://www.swissveg.ch/VeganeKinder>