Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 42 (1985)
Heft: 6

Artikel: Nähr- und Heilwerte der Molke
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-969874

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 02.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

denen Grundnahrungsmittel enthalten auch verschiedene Mineralien, Vitamine und Spurenelemente. Roggen, Weizen, Gerste – jedes Getreide hat seine speziellen Vorzüge und Werte. Wenn man abwechselt, eine Möglichkeit, die wir glücklicherweise haben, dann haben wir das Optimum erreicht. Man gibt dem Körper eine vielseitige Vollnahrung, und er nimmt überall das heraus, was er zum Aufbau eines gesunden Organismus und zur Haltung des biologischen Gleichgewichtes benötigt.

Nähr- und Heilwerte der Molke

Es sind nun gerade sechzig Jahre her, seit drei Männer in Basel zusammenkamen, um zu beraten, was man mit der so wertvollen Käsemilch, Molke, zum Wohle der Konsumenten anfangen sollte. Damals mass man bei der Milch dem Eiweiss und dem Fett die hohen, und demnach hauptsächlichsten, Werte, bei. Sicherlich war das nicht falsch, aber man hatte die enormen Heilwerte der Milch nicht genügend in Betracht gezogen. Zu jener Zeit konnten die Kühe noch viel draussen weiden, sie wurden regelmässig auf die Alp getrieben. All die herrlichen Kräutlein, die sie frassen, haben nicht nur dazu beigetragen, Eiweiss und Fett zu bilden, sondern auch all die vielen Mineralstoffe wie Kalzium, Magnesium und andere Spurenelemente. Darin liegen eben die Heilwerte der Milch. Wir brauchen also nicht nur die Nährwerte Eiweiss und Fett, sondern vor allem auch die Heilwerte.

Verwertung der Molke

Über diese Punkte unterhielten wir uns damals in Basel und zwar Dr. Hofstetter, ein Biologe, der von seinen eigenen Forschungen über Mineralstoffe, Vitamine und Spurenelemente in der Milch begeistert war, dann Herr Münzenmeier, ein Chemiker, er war der Inhaber des Wolrowe-Werkes in Pfäffikon/SZ, und ich. Damals hatte ich schon einige Erfahrungen bezüglich der Vitalstoffe gehabt. Wir drei verstanden uns sehr gut und entwickelten ein Molkenkonzentrat in den Fabrikräumen von Herrn Münzenmeier. Wir bezogen die frische, warme Alpenmolke direkt von der Käserei und impften sie mit speziellen Milchsäurebakterien. Das Ganze liessen wir dann in Milchsäuregärung übergehen. Wir hatten noch die grosse Mühe, das Eiweiss, das Kasein, aus der Molke herauszufiltern. Es gab zu jener Zeit noch keine Mikrofilter. Trotzdem erhielten wir 2 bis 2,5 Prozent Milchsäure. Diese saure Molke wurde dann viermal eingedickt, so dass wir auf 8–10 Prozent Milchsäure kamen. Das waren die ersten Ergebnisse vor sechzig Jahren, als das erste Molkenkonzentrat hergestellt wurde.

Da es hie und da Trübungen gab, wurden von Jahr zu Jahr immer wieder kleine Verbesserungen durchgeführt, vor allem um das Kasein noch völlig auszuscheiden. In Basel wurde damals schon ein Milchsäuregetränk hergestellt, ausgezeichnet in der Wirkung und gut zum Trinken. Aber es wurde dann später durch die amerikanische Konkurrenz der Cola-Produkte aus dem Handel verdrängt.

Der Heilwert der Molke

Warum ist das Milchserum so wichtig? Mit dem Überhandnehmen der Chemotherapie, vor allem der Sulfonamide und der vielen Antibiotika, die nur allzu oft routinemässig ohne dringende Notwendigkeit angewendet werden, nahm bei einem grossen Teil der Patienten die Darmflora derart Schaden, dass immer mehr Störungen in den Verdauungsorganen aufgetreten sind. Gerade die Milchsäure, und vor allem, wie man später erkannte, die rechtsdrehende Milchsäure ist für die Darmflora wichtig, um sie wieder in Ordnung zu bringen. Bestimmt bemühte man sich mit anderen Milchsäureprodukten wie Kefir, Joghurt

und saurer Buttermilch, die Darmflora zu beeinflussen. Joghurt enthält nämlich den Bacillus bulgaricus, und einige moderne Joghurt-Hersteller haben den Acidophyllus in Betracht gezogen. All das bewirkte bestimmt viel Gutes und half mit, die Störungen der Darmflora zu beheben oder mindestens einigermassen auszugleichen. Wichtig ist jedoch ein Molkenprodukt, das praktisch jeden Tag als Getränk auf den Tisch kommt. Mit konzentrierter Molke kann man den Salat, anstelle von Zitronensaft oder Essig, zubereiten. Die Essigsäure hat nicht die Heilwirkung wie die Milchsäure. Dann, wie schon gesagt, können die Molkenkonzentrate, verdünnt mit Mineralwasser, als Getränk verwendet werden. Man kann sie sogar mit natürlichem Fruchtsirup anreichern und sie als heilwirkendes und schmackhaftes Genussmittel trinken.

Milchsaure Diät bei Krebs

Beachtenswert ist auch, was Dr. Kuhl über die Heilwirkung der Milchsäure-Diät bei Krebskranken schreibt. Obschon dieser Arzt von seinen Kollegen sehr massiv angegriffen wird, hat er doch in vielen Fällen nachgewiesen, dass aufgegebene Krebspatienten mit seiner milchsauren Diät geheilt wurden. Gerade in der Krebsdiät gibt es widersprüchliche Theorien und Anschauungen. Es gibt Schulmediziner, wie kürzlich in einem Artikel in der Fachpresse stand, die behaupten, dass die Ernährung bei Krebs gar keine Rolle spiele. Andere wieder, wie Dr. Bircher, Prof. Kollath und Prof. Zabel behaupten und beweisen, dass die Ernährung transformierte Sonnenenergie vermittelt und zum grössten Heilfaktor gehört, die uns die Natur zu Verfügung stellt. Und ich selbst habe, anlässlich meiner Reisen, bei Naturvölkern gesehen, dass diejenigen, die sich noch ganz natürlich ernähren, den Krebs kaum kennen. Wie soll man nun darüber denken? Keinesfalls darf man den Grundsatz in den Vordergrund stellen: «Wer heilt hat recht». Theorien sind Menschenmeinungen, die kommen und gehen wie die Mode. Wenn wir ehrlich sind, müssen wir sagen, dass wir die Natur in ihrem Heilbestreben nur unterstützen können. Wenn die Natur nicht heilt, dann heilt nichts und niemand.
Vergessen wir also nicht, dass die beiden Nährstoffe Eiweiss und Fett in der Milch zu finden sind. Daraus stellen wir Käse, Butter, Kaffeerahm und alles mögliche her. Aber die Heilwerte der Milch liegen in der Molke, in der Schotte.

Molken-Trinkkuren

Nicht umsonst hat man in früheren Zeiten Molken-Trinkkuren durchgeführt. Vor allem die französischen Aristokraten in der napoleonischen Zeit, aber auch vorher schon, kamen in die Schweiz, um sich einer Molken-Trinkkur zu unterziehen, in der Hoffnung, ihr Gewicht zu reduzieren und ihren übersäuerten, von Rheuma und Gicht geplagten Körper wieder etwas zu regenerieren. Molken-Trinkkuren waren nicht umsonst so beliebt und berühmt. Von den damaligen Ärzten wurden sie sehr empfohlen. Diese wussten noch, dass die Mineralstoffe – wie sie in der Molke enthalten sind – leicht assimilierbar sind und dem Körper helfen, Ernährungsfehler und die Folgen der Überfütterung wieder auszugleichen. Dass auch degenerierte Zellen, wie es zum Beispiel die Krebszellen sind, durch ein so natürliches Produkt wie die Molke regeneriert werden können, ist im Grunde genommen selbstverständlich. Wenn man zugleich noch durch Atmung und Bewegung an frischer Luft die Zellen mit Sauerstoff versorgt, kann man nach den Erfahrungen von Dr. Pichinger, dem bekannten Krebsforscher, kombiniert mit dem Erfahrungsgut von Dr. Kuhl, Heilungsvorgänge, auch bei Krebs, beobachten, die für den Patienten ein freudiges Ereignis sind und für viele Schulmediziner ein grosses Fragezeichen darstellen. Es ist deshalb gut, wenn wir dieses vorzügliche Produkt, das uns die Natur in Form von Molke mit den vielen Milchnährsalzen und Vitaminen zur Verfügung stellt, in unseren Ernährungsplan einbeziehen. Nicht nur in kranken Tagen, sondern auch im vorbeugenden Sinne. Denn Vorbeugen ist besser als Heilen!