

Die Milchlüge

von Marko Ziesemer

Trink Milch, damit du groß und stark wirst, sagt die Mama und das brave Kind nickt und schlürft das giftige, lebensgefährliche, knochenzerstörende Zeug herunter. Der Verbraucher sagt sich: "Wenn sogar DIETER BOHLEN für Milch wirbt, dann kann doch daran nichts falsches sein!" Außerdem, so argumentiert man, ist doch Milch gut für die Knochen, weil sie den Körper mit Kalzium versorgt. Beruhigt geht man dann mit milchgefülltem Bauch schlafen. Die Wirklichkeit sieht aber ganz anders aus. Milch, so behaupte ich, VERURSACHT Kalziummangel (in den Knochen etc.), also OSTEOPOROSE, anstatt dieser Erkrankung vorzubeugen. Dazu muss man wissen: Osteoporose ist eine Erkrankung, bei der den Knochen immer mehr Mineralstoffe, vor allem Kalzium, entzogen wird. Zunehmend tritt diese Erkrankung bei Frauen nach der Menopause (Aussetzten der Regelblutung) auf und führt zu Knochenbrüchen und unnatürlichen Körperhaltungen. Osteoporose tritt vor allem in Ländern mit einem großen Verzehr von tierischem Eiweiß auf, also in den USA, Finnland, Schweden, Schweiz, Großbritannien und Deutschland. Jeder verantwortungsvolle Arzt und Ernährungswissenschaftler weiß, dass ein direkter Zusammenhang besteht zwischen dem Eiweißverzehr und dem Auftreten von Osteoporose. Beispiel: Tierisches Eiweiß verzehrende Frauen haben mit 65 Jahren einen Knochensubstanzverlust von 35%, vegetarisch lebende Frauen dagegen nur etwa 18% Substanzverlust.

Aber Milch enthält doch soviel Kalzium?

Wie kommt es dann, dass gerade MILCH dem Körper Kalzium entzieht anstatt ihn damit zu versorgen? Dies ist so, weil Milch neben Kalzium auch jede Menge Phosphate enthält und eine bestimmte Sorte EIWEISS, nämlich KASEIN-EIWEISS. Dieses Eiweiß ist für den Menschen ARTFREMD.

Trinkt man Milch, dann bindet die Magensäure 50-70% des Kalziums der Milch, welches somit im Darm nicht aufgenommen wird. Es wird wegen des HOHEN EIWEISSGEHALTES in der Milch noch zusätzlich mehr Kalzium über den Urin ausgeschieden, als durch die Milch aufgenommen wurde. Es findet eine ÜBERSÄUERUNG DES BLUTES statt, denn Milcheiweiß enthält DREIMAL MEHR schwefelhaltige Aminosäuren als pflanzliches Eiweiß. Um eine Übersäuerung des Blutes zu verhindern, muss der Körper reagieren und einen BASISCHEN AUSGLEICH schaffen. Dies tut der Körper, indem er AUS DEN KNOCHEN das basische Kalziumphosphat löst (es also den Knochen ENTZIEHT) und damit die Säurebildung durch das Milcheiweiß zu neutralisieren versucht. Das Endprodukt dieses Stoffwechselforgangs wird über den Urin ausgeschieden. WIE säurehaltig dieser Urin ist, kann man in den öffentlichen Toiletten riechen.

Diese meine Behauptung ist wissenschaftlich bewiesen in FÜNF

WISSENSCHAFTLICHEN AMERIKANISCHEN STUDIEN, die ich nach langer Recherche entdeckte. Eine Gruppe Menschen bekam Nahrung mit nur wenig Eiweiß, eine andere Gruppe bekam Nahrung mit viel Eiweiß verabreicht.

Ergebnis:

Die erste Gruppe mit wenig Eiweiß in der Nahrung hatte nach dem Essen mehr Kalzium im Körper als die zweite Gruppe mit viel Eiweiß in der Nahrung. Nun haben ja viele Menschen Angst, bei einer rein pflanzlichen Ernährung Eiweißmangel zu bekommen. Vor allem Eltern wird es immer wieder vorgeworfen bzw. vorgelogen, wenn sie ihre Kinder OHNE TIERISCHE PRODUKTE (und auch ohne Milch) ernähren wollen. Diese besorgten Eltern können nun beruhigt sein und brauchen sich dem Milchdiktat der korrupten betrügerischen Wirtschaft nicht mehr zu beugen.

Also: Milch versorgt den Körper NICHT mit Kalzium, Milch ENTZIEHT dem Körper Kalzium und führt zu OSTEOPOROSE oder Knochenschwund.

Die hier gemachte Behauptung und Aussage wird unterstützt und bewiesen mit folgenden WISSENSCHAFTLICHEN amerikanischen Studien (die natürlich in Deutschland UND in Amerika so geheim wie möglich gehalten werden, weshalb es auch so lange dauerte, bis ich ihrer habhaft wurde):

Anad, C. (1974): Effect of Protein Intake on Calcium Balance of Young Men Given 500 mg Calcium Daily. Journal of Nutrition, (104); S. 695
Hegsted, M (1981). Urinary Calcium and Calcium Balance in Young Men as Affected by Level of PROTEIN and Phosphorus Intake. Journal of Nutrition, (111); S. 53
Walker, R. (1972). Calcium Retention in the Adult Human Male as Affected by Protein Intake. Journal of Nutrition.