

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf  
**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf  
**Band:** 15 (1905)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Die Milch als Heilmittel  
**Autor:** Scholta, A.  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038377>

### **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:** 13.01.2026

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

erhalten oder zu vermehren, denn beide haben nur einen geringen Kalkgehalt. Erst dann, wenn man ihnen Gemüse und Obst zugesellt, zeigt sich ein richtiges Verhältnis; leider aber versäumt man dies, fügt vielmehr dem Genusse der beiden reichlichen Getränke hinzu, welche die noch vorhandenen geringen Nährsalze fortschwemmen, so daß die Alkaleszenz des Blutes immer tiefer sinken muß.

Unsere Nahrung darf fortan kein so einseitiges Gepräge mehr zeigen; sie muß Obst, Gemüse, Beeren, Nüsse, Mandeln und Fruchtsäfte in ihren Bereich ziehen, denn sonst wird die ganze Menschheit blutkrank. Bei keiner Mahlzeit sollte das Gemüse und Obst fehlen, ja es müßte den Hauptteil derselben bilden, die Mehlspeisen und Kartoffeln in zweiter Linie, das Fleisch aber erst in der dritten folgen. Wie wenig das geschieht, weiß ein jeder. Wir alle fühlen uns mehr oder minder krank. Wer aber will erkennen, daß die Ursache in der Entmischung unseres Blutes liegt, daß unserem Lebenssaft die mineralischen Bestandteile mangeln und der Säurezustand unseres Innern zunimmt?

Schafft euch Nährsalze und vor allem Kalk ins Blut! Das ist heute das richtige Lösungswort für Groß und Klein. Zahlreiche Pflanzen harren in dieser Hinsicht ihrer Verwertung. Früher bereitete man aus den kalkhaltigen Erdbeerblättern einen wohlchmeckenden Thee, heute kennt man dies nicht mehr. Aber auch die Früchte dieser Pflanze sollten mehr noch als es geschieht zur Verwertung kommen, denn sie übertreffen an Kalkreichtum alle Beeren- und Obstsorten. Eine Erdbeere ist selbst für den Säugling eine Wohltat, besonders wenn er sich mit verdünnter Milch behelfen muß, mehr noch, wenn er mit Mehlsüppchen behandelt wird. Es ist unsere Pflicht, für die Zukunft stetiger, als es bisher geschehen ist, die kalkhaltigen

Pflanzen zu beachten und das Wort zu beherzigen: „Schafft euch nicht nur Eisen, sondern auch Kalk in euer kalkarmes Blut!“

## Die Milch als Heilmittel.

Von A. Scholta, Freiburg i. S.

Wohl niemals ist ein Freund der Menschheit mehr mißhandelt worden als in unserer Bier- und weinseligen Zeit die Milch. Den Trinker ekelte sie in der Regel an, weil sein verdorrter Magen und seine verkehrte Geschmacksempfindung nach Reizmitteln lechzten. Deshalb hat man der Milch angedichtet: sie verschleimt; sie erzeugt Diarrhöe, sie sei nur für Kinder gut und dergleichen.

Daß die getrunkene Milch nicht die Lungen und Luftwege verschleimen kann, weil sie die Speiseröhre entlang in den Magen und nicht in den Kehlkopf oder gar in die Lungen läuft, und daß nur der an eine scharfe, kalte und Kochsalzreiche Fleisch- und Bouillonkost Gewöhnte Diarrhöe nach dem Milchgenuß bekommt, sei nur beiläufig bemerkt. Gute Milch, vernünftig genossen, bekommt jedem Gesunden, und für Kranke ist sie oft noch da ein unerseßliches Heilmittel, wo uns jede andere Nahrung und Behandlung im Stiche läßt. Ihre große Ähnlichkeit mit dem tierischen Blute und den tierischen Geweben macht sie zu einem flüssigen Gewebesnahrungsmittel.

In der Kinderernährung ist die Kuhmilch der einzige Ersatz der Muttermilch. Alle anderen künstlichen Kindernahrungsmittel, welche Stärkemehl in nennenswerter Menge enthalten, schädigen teils infolge ihres hohen Kalkgehaltes, teils durch das unzweckmäßige Vorrwiegen der Kohlehydrate den kindlichen Organismus, zunächst aber die Verdauung. Die ungekochte

Milch ist die beste,<sup>1)</sup> sofern sie aus gesunden Ställen stammt und reinlich ist.<sup>2)</sup> Gekochte Milch wird durch das Kochen nicht nur unverdaulich, sondern auch die in der Milch enthaltenen Kalksalze und Phosphate, welche bei der Ernährung eine so große Rolle spielen, werden ausgefällt und gehen schwer lösliche Verbindungen ein. Dadurch entsteht bei den Kindern Blutarmut und die englische Krankheit (Rachitis).

**Bei Nierenleiden** ist gute Kuhmilch oft das einzige Heilmittel. Kinder, welche beim Scharlach, besonders zu Ende der Krankheit, Milch bekommen, erkranken fast nie an Scharlach-Wassersucht, vorausgesetzt, daß die Hauttätigkeit durch eine milde Badebehandlung und Bettruhe gefördert wurde.

Bei chronischen Nervenleiden sind Kuhmilch Bettruhe, Anregung der Hauttätigkeit und eine reizlose Kost die Hauptheilfaktoren. Die Milch scheint den Reizzustand der Nieren zu mildern.

**Bei Herzleiden** ersetzt die Milchkur im Verein mit der Bettruhe alle Heilmittel vollständig sofern es sich um Heilung schwerer Herzstörungen überhaupt handelt.

**Magengeschwüre und Magenschleimhautwunden** erfordern oft nur eine ausschließliche Milch- und Gemüseschleimdiät zu ihrer Heilung. Die alkalische Milch schützt die entzündete, wunde oder geschwürige Magenschleimhaut vor der ägenden Wirkung des Magensaftes.

<sup>1)</sup> Es ist die sogenannte saure Milch mit dem Rahme ein vorzügliches Nahrungsmittel für Jung und Alt. In der Heilanstalt in Madegund bei Graz war sie zu Dr. Novys Zeit (vielleicht auch jetzt noch) das einzige Frühstück für alle Kurgäste. Und es gibt in der Tat nichts besseres als Frühstück, ganz besonders als Pause nachmittags und selbst auch als Abendessen eine größere Schale saure Milch samt Rahm und dahinein gewöhnliches Schwarzbrot. Ganz besonders wohlthuend wirkt dieses Nahrungsmittel zur heißen Sommerszeit.

<sup>2)</sup> Viele Leute, und namentlich kleine Kinder, verdauen die gekochte Milch doch besser als die ungekochte; die rohe Milch sollte kuhwarm getrunken werden können. (Die Redakt.)

**Bei chronischer Ruhr** hilft oft auch nur Bettruhe und Milchdiät.

Anders liegt nach meiner Erfahrung die Sache bei der englischen Krankheit der Kinder: Hier scheint der ausschließliche Milchgenuß geradezu die Kalksalze aus dem Blute auszuwaschen, weshalb man Kindern, sobald ihr Gebiß sich entwickelt hat, auch festere (Suppen-, Gemüse-) Speisen reichen muß. Blutarmut und Rachitis sind häufiger die Folge einer ausschließlichen Milchernährung über das Säuglingsalter der Kinder hinaus.

**Die Bleichsucht** wird ebenfalls durch den Milchgenuß günstig beeinflusst, wenn man nebenher andere Flüssigkeitszufuhr verbietet (Suppen, Kaffee) und die Kranken zur Durchwärmung des Körpers im Bett hält, oder leichte Dampfbäder gibt.

In allen den Fällen, wo die Milch Magensäure, Diarrhöe, Verschleimung des Magens hervorruft oder wo ein bestimmter Widerwille gegen süße Milch besteht, ist die Kephyrmilch unersetzlich, weil sie vorgegährt, und deshalb leichter verdaulich ist und dem aller schwächsten Magen bekommt.

Verfasser dieses kann an dieser Stelle nicht näher auf die Selbstbereitung und Benutzung derselben eingehen, deshalb sei nur kurz erwähnt: die Kephyrmilch ist bei gewissen Zuständen ein direktes Nahrungsheilmittel und zwar in viel ausgesprochenere Weise als die Süß- und Sauermilch selbst, bei nervösen Magenbeschwerden (sogenannte alkalische Dyspepsie), Magenkatarrhen mit und ohne erheblichen Magensäureüberschuß, Magengeschwür, bei welchem sie unersetzlich, ja oft die einzig bekömmliche Nahrung ist. Appetitlosigkeit verschwindet beim Gebrauch einer Kephyrmilchkur in Bälde, wofür sich ein reger Appetit einstellt; Blutarmut und Bleichsucht



erfordern Kephyrmilch und Lungenfranke bessern sich danach schnell auf.

Diesen Ausführungen des Herrn Scholta im „Naturarzt“ Nr. 8 fügen wir noch folgendes an:

**Einfluß der Milchdiät auf die Zuckerausscheidung bei Diabetes (Zuckerharnruhr).** Dr. Gniellemonat hat die Wirkung der Milchdiät bei Behandlung der Zuckerharnruhr als sehr gut erprobt. Einer seiner Kranken hatte in 14 Tagen 56 Liter Milch getrunken, somit wenigstens 2.5 Kilogramm Milchzucker zu sich genommen. Während dieser Zeit hatte er nur 289 Gramm Zucker mit dem Harn ausgeschieden. Die Ernährung ging sehr gut vonstatten, da Patient an Körpergewicht zugenommen hatte. Bei einer diabetischen Frau stellte sich nach Einnahme von 110 Gramm Milchzucker täglich eine Abnahme der Zuckerausscheidung ein, wobei sie im Laufe von neun Tagen eine Körpergewichtszunahme von 2.5 Kilogramm aufwies. Es beweist dies, daß die Assimilation von Milchzucker sehr gut vonstatten ging. Klinische Erfahrungen haben jedoch gelehrt, daß man Diabetikern nicht mehr als drei Liter täglich geben darf. (Ref. Bl. f. kl. Hydroth. Oktober 1896.)

### Klinische Beobachtungen.

(Von Dr. Riquoir, Paris)

(Aus dem Französischen übersetzt von Dr. Imfeld).

#### Dysmenorrhoe (schwierige Regel).

#### Amenorrhoe (Aussetzen der Regel).

Die Dysmenorrhoe besteht in der Schwierigkeit und Unregelmäßigkeit der Monatsregel.

Folgende Kurverordnung hat uns immer ein gutes Resultat gegeben:

In einem Glase Wasser

1 Korn Angioitique 1 und

1 „ Cancéreux 1 lösen und stündlich 1 Eßlöffel dieser Lösung nehmen.

#### Hämorrhagien (Blutungen).

Welcher immer der Sitz der Blutung sein mag, so wende man immer Bl. Fl. an in Form von Tampons. Es ist dasselbe ein ausgezeichnetes Blutstillungsmittel, indem am Orte der Applikation der Tampons sogleich ein Rückfluß des Blutes und eine Blutleere zu Stande kommt.

#### Appendicitis (Entzündung des Wurmfortsatzes des Blinddarms).

Es handelt sich hier um einen Prozeß von Entzündung und oft auch von Eiterung im Wurmfortsatz, ein sehr kleines Organ, welches sich in der rechten Hüftbeingrube, an der Verbindungsstelle des Dünn- und des Dickdarmes befindet. Die funktionelle Bedeutung des Wurmfortsatzes ist unerforschlich, man will aber glauben, daß er eine große Menge von Microben enthalte, deren Tätigkeit für die Darmverdauung nützlich sein soll. Seine Entfernung wäre demnach nur dann berechtigt, wenn Gangrän zu befürchten wäre. Die Manie der Operation würde aufhören, sobald sich das Bewußtsein Bahn brechen würde, daß man es mit einem notwendigen Organ zu tun hat, gerade so wie die Kastration der Frauen, die vor einigen Jahren so sehr in Mode war, immer mehr aus dem Gebrauche kommt.

Die Appendicitis erklärt sich zuweilen plötzlich durch einen heftigen Schmerz an einer streng umschriebenen Stelle auf der rechten Seite, welche einer Linie entspricht, die vom oberen und vorderen Darmfortsatz des Hüftbeines sich zum Nabel hinzieht. Es ist dies die Stelle von Mac Burney. Der Kranke reagiert sofort, wenn man die oben beschriebene Stelle