

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 34 (1977)  
**Heft:** 1

**Artikel:** Besitzt die Muttermilch zuwenig Eiweiss?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-553683>

### **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:** 02.10.2025

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



## Besitzt die Muttermilch zuwenig Eiweiss?

Kurz nach dem Ersten Weltkrieg, als ich in Basel noch meiner Ausbildung oblag, war ich von Prof. Gustav von Bunge und dessen Freund Borel so sehr beeindruckt, dass ich einige Jahrzehnte hindurch völlig auf Alkohol verzichtete. Damals warnte von Bunge bereits auch gegen den steigenden Zuckerkonsum. Auch dieses Problem beschäftigte mich daher so sehr, dass mich die Zuckerfrage nicht mehr losliess. Heute ist bekanntlich der Zuckerverbrauch um das Mehrfache angestiegen, was sich besonders bei der Jugend für Zähne und Knochen bereits katastrophal ausgewirkt hat. Dieser Umstand erinnert mich wiederholt an die ernstlichen Bestrebungen des erwähnten grossen Physiologen, der zwar die Nachteile eines vermehrten Zuckerverbrauchs voraus beurteilen konnte, allerdings ohne dass seine Warnung beachtet worden wäre.

Bekanntlich befasste sich Prof. von Bunge damals nicht nur mit den Gefahren des Alkoholgenusses sowie des übermässigen Zuckerkonsums, sondern auch mit der Säuglingsernährung, indem er sich für die Muttermilch einsetzte und deren Wert hervorhob. Manches, was weitsichtige Wissenschaftler wie von Bunge befürworteten, gewann durch solcherlei Einflüsse sicherlich bessere, gesundheitliche Voraussetzungen. Leider begegnete ich jedoch 40 Jahre später in den USA einer völlig entgegengesetzten Einstellung. Ich erfuhr dort nämlich, dass die Aerzte gegen die Muttermilch eingestellt waren und deshalb die Frauen zu beeinflussen suchten, ihren Säuglingen statt der Brust die Flasche zu reichen. Völlig unbegreiflich war für mich die Begründung, die Muttermilch enthalte zuwenig Eiweiss. Mit einer eiweissreicheren Flaschenkost erwartete die Aerzteschaft schnelleres Wachstum sowie das Erreichen einer rascheren Gewichtszunahme. Bei diesen Bestrebungen fehlte allerdings die Testprobe, ob das raschere Wachstum auch gleichzeitig eine bessere gesundheitliche Grundlage erwirken könne. Es ist eine bedenkliche Anmassung,

der viele Wissenschaftler verfallen sind, weil sie sich einbilden, bessere Lösungen finden zu können als jene, die der Schöpfer in seine Gesetzmässigkeit hineinlegte. Eine solche verwerfliche Eiweissmast, wie man sie vielfach bei Mastkälbern durchführt, sollte also auch schon beim Säugling beginnen. Dabei weiss jeder Kinderarzt wie auch jede vernünftige Mutter aus Erfahrung, dass dicke, hochgemästete Säuglinge auf gewisse Krankheiten viel anfälliger sind, und zwar besonders auf Infektionskrankheiten, als normal ernährte Kinder.

### Der Wert gesunder Muttermilch

Nicht nur vom Ernährungsstandpunkt aus, sondern besonders des Eiweissgehaltes wegen ist die Muttermilch sehr wichtig. Sie enthält auch Mineralstoffe und Heilwerte, die den Säugling in den ersten Monaten vor mancherlei Infektionen zu schützen vermag. Die immunisierende Wirkung der Muttermilch ist bekannt. Besonders jene, die die Augen für das Naturgeschehen offen haben, können all diese Vorteile feststellen. – Auch das engere Verhältnis zwischen Mutter und Kind gewinnt durch das körperliche Anschmiegen und Saugen, so dass seelisch und körperlich engere Beziehungen zwischen den beiden entstehen. Schon der Volksmund nahm hierauf Bezug durch die bekannte Aeusserung, man habe etwas schon mit der Muttermilch eingesogen. Als früher reiche Frauen, besonders in den Südstaaten Amerikas, zum Stillen ihrer Kinder noch Ammen hatten, konnte man oft eine engere seelische Bindung zwischen dem Kinde und seiner Amme, von der es die Brustmilch erhielt, feststellen als zur eigenen Mutter, die sich nicht zu dieser Aufgabe verpflichtet fühlte. Wir sollten uns von der Wissenschaft nicht täuschen lassen, denn diese kann sich nur als echt ausgeben, wenn sie die Geheimnisse der Natur erforscht, erklärt und Nutzenanwendungen veranlasst. Diese richtige Einstellung verhindert den Hochmut,



der sich wichtiger vorkommt als die schöpferische Weisheit, die sich in der Natur offenbart. Bedenklich ist es allerdings, wenn die Muttermilch Gifte darreicht. Dies kann durch Nikotin, durch DDT, durch Drogen und anderweitige Gifte ge-

schehen. Es handelt sich hierbei um ein schwieriges Problem unserer Neuzeit, und jede verantwortungsbewusste Mutter wird sich bemühen, die richtige Einstellung zu erlangen, was ein späterer Artikel behandeln wird.

## Gesunde Schwangerschaft — glückliche Geburt

Unter diesem Titel gab Frau Dr. med. Liechti ein Buch heraus, das jede werdende Mutter lesen sollte, damit sie dieses in allen Lagen der Schwangerschaft zu Rate ziehen kann. Besonders Frauen, die vor ihrer ersten Geburt stehen, finden in diesem Buch beruhigende Erklärungen, die auf Erfahrung und gute Beobachtung einer geschickten Ärztin beruhen. Sehr oft ängstigen sich junge, werdende Mütter, die das Erlebnis einer Geburt zum ersten Male vor sich haben, denn Ungewohntes, das zudem mit Schmerzen verbunden ist, kann leicht Befürchtungen wachrufen. Andererseits sollte sich eine solche werdende Mutter auch stets vor Augen führen, welch wunderbares Erlebnis es ist, wenn man

einem Kinde Leben und Gesundheit schenken kann. Sie sollte sich daher durch beängstigende Gefühle nicht ungünstig einstellen lassen, sondern die guten Ratschläge und Anweisungen benützen, da diese die Schwangerschaft und Geburt erleichtern helfen. Zugegeben, das Schwangerschaftserbrechen und auch andere Beschwerden sind unangenehm, doch bietet die Phytotherapie, die Homöopathie und andere natürliche Anwendungen grosse Erleichterung, wenn nicht sogar Behebung unangenehmer Einflüsse.

Das Buch besitzt 308 Seiten und zahlreiche Abbildungen. Es erschien im «Wendepunkt»-Verlag, 8703 Erlenbach ZH, und kann von dort bezogen werden.

## Aus dem Leserkreis

### Erfolg bei Warzenbehandlung

Am 1. Oktober 1976 schrieb uns Herr Q. aus L.: «Ich möchte Sie wissen lassen, dass ich die vielen guten Ratschläge in den ‚Gesundheits-Nachrichten‘ sehr schätze. Bei dieser Gelegenheit bedanke ich mich auch für den Rat, gegen Warzen mit Knoblauch vorzugehen. Mein Sohn hatte eine alte, grosse Warze am linken Zeigefinger. Gegen diese half kein Mittel. Mit der Zeit entstanden viele weitere, kleinere Warzen auch an der linken Innenhand, so dass er seinen Finger nicht mehr richtig krümmen konnte. Wir legten innert vier Wochen zweimal Knoblauch auf die Warze, wodurch wir sie wegbekamen. Teilweise haben wir auch bei einigen kleineren Warzen diese Methode angewandt. Das war vor ungefähr sechs Wochen. In dieser Zeit sind alle Warzen, auch die nicht behandelten, nach und nach zurückgegangen, so dass die Stellen, an denen sie auf-

traten, kaum noch als solche kenntlich sind.» – Erfolge durch natürliche Behandlung sind besonders in hartnäckigen Fällen sehr erwünscht.

### Die willkommenen «Gesundheits-Nachrichten»

Anfangs des letzten Jahres erhielten wir durch Herrn B., alt Nationalrat, aus Z., eine anspornende Beurteilung unserer «Gesundheits-Nachrichten». Sie begleitete unsere Mühewaltung denn auch bis heute, so dass sie fernerhin dem entsprechen sollte, was dieses Schreiben zu erwähnen hatte. Es lautete: «Ich benütze die Gelegenheit, um Ihnen – stellvertretend für viele Leser – für die Uebermittlung der ‚Gesundheits-Nachrichten‘ zu danken. Sie führen zum Nachdenken, regen an und mehren das wichtige Kapitel der Gesundheit. Ihre Artikel haben Tiefe und gehen den Dingen analysierend auf