

**Zeitschrift:** Gesundheitsnachrichten / A. Vogel  
**Herausgeber:** A. Vogel  
**Band:** 38 (1981)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Säuglingsvergiftung durch die Muttermilch?  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-970140>

#### 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:** 28.01.2026

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

## Ein vergessener Vorzug der Hirse

Bezugnehmend auf unseren kürzlichen Hirsebericht erhielten wir Ende Juni dieses Jahres von einem deutschen Reformhausbesitzer einen weiteren Hinweis auf einen in Vergessenheit geratenen Vorzug der Hirse, der sich noch heute als nutzbringend erweisen kann. Der Inhalt des Schreibens lautet wie folgt:

«Durch Ihren Bericht über die Hirse in Ihren „Gesundheits-Nachrichten“ vom Juni 1981 angeregt, möchte ich Ihnen über noch einen Wert der Hirse berichten.

Es liegt vielleicht 45 Jahre zurück, da erzählte mir eine Kundin — es war die Frau eines deutschen Konsuls aus der ehemaligen Deutschen Kolonie Thingtau in China — Hirsebrei sei ein ganz vorzügliches Mittel zur Milchbildung für stillende Mütter. Diese Frau hatte diesen Hinweis noch in Erinnerung durch chinesische Frauen aus der Zeit, als sie noch dort in China wohnte. Es war aber auch ihre eigene Erfahrung.» Als Nachsatz fügte dann der Schreiber dieses Berichtes noch hinzu:

«Ich habe diesen Rat gelegentlich in meinem Geschäft weitergegeben.» Durch eine

solche Weitergabe blieb er auch im Gedächtnis haften und meldete sich gerade wieder zur rechten Zeit, um auch uns erneut daran zu erinnern, dass wir in früheren Jahren die Hirse auch bei uns als milchbildendes Mittel empfohlen haben. Es ist daher angebracht, es auch heute noch stillenden Müttern als natürliche Hilfe bekanntzugeben. In diesem Sinne entspricht es gewissermassen der Forderung, dass Nahrungsmittel Heilmittel sein sollten, umgekehrt ebenso Heilmittel auch Nahrungsmittel sein möchten. Das war in früheren Zeiten so etwas wie eine Richtlinie, um den Wert der Nahrung wie auch der Heilmittel zu kennzeichnen.

Manche stillende Mutter, die sich bemüht, ihrem Kind die beste Nahrung darzureichen, wird froh sein über den hilfreichen Hinweis. Wir danken daher auch im Namen solcher Leserinnen für die freundliche Aufmerksamkeit durch die Bekanntgabe solch einfacher Hilfeleistung. Besonders heute, in einer Zeit schwieriger Ernährungsprobleme, ist dies doppelt wertvoll.

## Säuglingsvergiftung durch die Muttermilch?

Kürzlich gab ich in der Nähe von Oslo während eines Fachvortrags über Ernährungstherapie meine diesbezüglichen Erfahrungen kund. Die norwegischen Fachleute batzen mich deshalb, in den «Gesundheits-Nachrichten» Vorschläge zu unterbreiten, um an Stelle der Muttermilch eine günstige Säuglingsernährung zu erhalten. Aus der Weltpresse geht nämlich hervor, die Muttermilch enthalte mehr Gift als beispielsweise die Kuhmilch. Aus diesem Grunde kann sie für den Säugling eine ernste Gefahr darstellen.

### Einwandfreie Vollwertnahrung

So weit sind wir also mit all unserem modernen Wissen und Forschen gekommen, dass wir nun trotz unserer ernstlichen Bemühungen, vom Guten das Beste zu erwählen, dennoch genötigt werden, die Muttermilch mit einer weniger wertvollen

Nahrung zu ersetzen! Dabei ist keineswegs in Abrede zu stellen, dass gerade die Muttermilch durch die Umsicht des Schöpfers die allerbeste Zusammensetzung für das Kleinkind enthält. Woher kommt demnach die gefährliche Giftkonzentration, die in der heutigen Muttermilch festgestellt werden kann? Das ist kein Rätsel mehr, wenn man beobachtet, wie sorglos die stillende Mutter unserer Tage betreffs ihrer eigenen Nahrung sein kann. Wenn diese zuviel Gifte enthält, kann sie solche natürlich auf die Muttermilch übertragen. Ist nun aber die Kuhmilch weniger vergiftet als die Muttermilch, dann muss man daraus logischerweise den Schluss ziehen, dass Gemüse und Früchte, die der Mutter als Nahrung dienen, mehr vergiftet sind als das Gras, das die Kühe ernährt. Die stillende Mutter sollte sich daher ihrer Verantwortung voll bewusst sein, indem sie dafür

sorgt, sich stets biologisch gezogene Nahrungsmittel zu beschaffen, was sowohl das Gemüse, die Früchte als auch die Getreideernährung anbetrifft. Es ist unbedingt notwendig, dass vor allem das Brot und das Müesli den Anforderungen einer einwandfreien Naturkost entsprechen. Allerdings mag es mit mehr Umständen verbunden sein, auf all das zu achten, aber es lohnt sich.

#### Schädliche Genussmittel meiden

Zudem gibt es für eine stillende Mutter jedoch noch andere dringliche Forderungen, die sie nicht als belanglos betrachten darf, wenn es ihr auch doppelt Mühe bereiten wird, sich diesen zu unterziehen. Heute raucht bald jedes junge Mädchen, wird es dann Frau und Mutter, glaubt es mit der grössten Selbstverständlichkeit, seiner Leidenschaft weiter frönen zu dürfen, ohne dadurch seinem Säugling wie auch dem Kleinkind empfindlichen Schaden beizufügen. Aber dem ist nun keineswegs so. Stillt eine solche Mutter ihr Kind, dann vergehen keine 24 Stunden, bis das Gift ihrer Zigarette in der Muttermilch auftritt. Ebenso verhält es sich mit allfälligen chemischen Tabletten. Gelangt nun eine solche Mutter zur Einsicht, dann kann ihr dies zur vernünftigen Einstellung verhelfen, denn es sollte doch logisch sein, dass eine Mutter ihren Säugling nicht durch die eige-

ne Milch vergiften möchte! Die Abhilfe für sie liegt darin, sich möglichst naturein zu ernähren, gleichzeitig muss sie aber auch auf schädliche Genussmittel verzichten. Ein anderer Ausweg liegt noch darin, dass man abwechselnd mit der Muttermilch auch Mandelmilch und Sojamilch geben kann. Letzteres hat sich in vielen Ländern Asiens bereits sehr gut bewährt.

#### Anderweitige Auswege

Eine weitere vitalstoffreiche Ernährungsmöglichkeit liegt für den Säugling auch darin, dass man biologisch gezogenes Getreide, vor allem Naturreis, für ihn abkocht und daraus ein vollwertiges Schleimsüppchen oder einen Brei zubereitet. Sehr empfehlenswert ist für ihn ebenso eine zeitweilige Beigabe frisch gepressten Karottensaftes, allerdings nur aus biologisch gezogenen Karotten. Dadurch erhält das Kind das Pro-Vitamin A, was ihm sehr zugute kommen wird.

Je nach den vorliegenden Umständen kann man auch zu einer einwandfreien Schafmilch greifen. Selbst Pferdemilch eignet sich dazu, wie auch die Kamelmilch, nur muss man diese Milcharten wesentlich verdünnen, da sie sonst viel zu konzentriert sind. Allerdings sollte man nur im Notfall zu solcher Ersatznahrung greifen, denn es gehört unbedingt zur mütterlichen Pflicht, dieses Problem folgerichtig zu lösen.

#### Inwiefern können sich Krebsforscher irren?

Wir wissen heute, dass gewisse Stoffe, wie Teer und Asbest, sehr schnell Krebs auslösen können. Es ist damit nun allerdings noch keineswegs bewiesen, dass einer dieser Stoffe allein Krebs zu erzeugen vermag. Diese Feststellung erweist sich als beweiskräftig, weil nicht alle Teearbeiter an Krebs erkranken. Ebenso wenig tritt auch bei allen Arbeitern, die längere Zeit mit Asbeststaub in Berührung kommen, Krebs in Erscheinung. Das führt unmittelbar zur Schlussfolgerung, dass zwischen erzeugenden Ursachen und jenen, die zur Auslösung der Krankheit führen, ein grosser Unterschied besteht. Wenn sich ein Ein-

fluss oder Stoff stark cancerogen auswirkt, dann kann dieser Umstand je nach den vorliegenden Verhältnissen das Mass der Belastung voll werden lassen. Aber es wirken immerhin verschiedene Einflüsse und Stoffe zusammen, um eine Körperzelle so weit zu bringen, dass sie dadurch dermassen degeneriert und deshalb zur Krebszelle auszuarten vermag. Es scheint sogar der Tat sache zu entsprechen, dass sich eine Körperzelle erst dann zur Krebszelle wandeln kann, wenn zuvor die Körpersäfte eines Menschen, demnach Lymphe und Blut, vergiftet worden sind. Dadurch erfolgt dann der Zusammenbruch der körpereige-