

V-Partei<sup>3</sup> – Hochfeldstr. 4 – 86159 Augsburg

Betriebskrankenkasse Stadt Augsburg  
Herrn Stefan Pulver  
Willy-Brandt-Platz 1  
86153 Augsburg

Telefon.: 0179-2894693  
Telefax.: 0821-43061046  
Email: [augsburg@v-partei.de](mailto:augsburg@v-partei.de)  
Datum: 06.09.2020

Per Email

**Zeitschrift „Gesundheit“ der BKK Stadt Augsburg, Sommerausgabe 2020  
„Alles über Milch“**

Sehr geehrter Herr Pulver,

zunächst Gratulation und viel Erfolg in der Nachfolge im Vorstandsposten der BKK Stadt Augsburg!

Im aktuellen Gesundheitsheft der BKK Stadt Augsburg findet sich unter den acht Sonderthemen auch der Beitrag „**Alles** über Milch“ (Seiten 6 bis 9), auf den ich leider näher eingehen muss.

Leider entspricht der Beitrag nicht den wissenschaftlichen Erkenntnissen und wird neben unkorrekten Aussagen auch der Ankündigung „Alles“ nicht gerecht, was ich Ihnen wie folgt aufzeigen möchte:

Zitate aus Ihrem aktuellen Heft:

- „*Frische, Geschmack und **Gesundheit**. Dafür steht Milch*“
- „*Nur wenige Menschen müssen aufgrund einer Milcheiweißallergie oder einer Laktoseintoleranz auf den Genuss von Milch verzichten*“
- „*Milch ist ein hochwertiges Nahrungsmittel und kein Erfrischungsgetränk*“.
- „*Genießen Sie täglich ein Glas Milch*“
- „*Milchfans dürfen auch zwei Gläser pro Tag trinken, solange andere **gesunde** Nahrungsmittel wie Gemüse, Obst, **Fleisch**, Fisch und Vollkornprodukte nicht zu kurz kommen*“
- *Viele Menschen verzichten auf Milch, aus Verunsicherung etwa, denn Milch wird immer wieder verteufelt und für die Entstehung von allerlei körperlichen Beschwerden, Übergewicht, Unverträglichkeiten, Allergien und diversen Krankheiten verantwortlich gemacht. Doch nur für die wenigsten bringt Milch echte gesundheitliche Probleme mit sich, für alle anderen sind Milch und Milchprodukte **gesunde** Nahrungsmittel.*“

Ehrlich gesagt bin ich nicht nur verwundert, sondern zutiefst enttäuscht, eine derartige Bewerbung für eines der **ungesündesten** Nahrungsmittel überhaupt in einem Gesundheitsheft lesen zu müssen, die auch aus der Feder der Kuhmilchlobby hätte sein können!

Neben den indirekten gesundheitlichen Auswirkungen des Klimawandels, bei dem die Kuhmilchproduktion bekanntlich einen wesentlichen Anteil hat, gibt es viele

wissenschaftliche Studien, die den menschlichen Konsum von Kuhmilch in einem ganz anderen Lichte erscheinen lassen.

### **Kuhmilch und Brustkrebs:**

Die Wahrscheinlichkeit an Brustkrebs zu erkranken, steigt beim Konsum von einer täglichen Tasse Kuhmilch um 50 %. Zu diesem Ergebnis kommt eine aktuelle Studie der Loma Linda Universität in Kalifornien (veröffentlicht am 25. Februar 2020), die im Zeitraum von acht Jahren mit 52.795 Personen durchgeführt wurde. Insgesamt sind in diesem Untersuchungszeitraum 1.027 Frauen an Brustkrebs erkrankt, die vor der Studie alle gesund waren.

Der Zusammenhang ist nicht neu, was Ihnen folgender Beitrag verdeutlicht:

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/101322/Mediziner-warnt-vor-Erregern-in-Rindfleisch-und-Milchprodukten>

Da Brustkrebs zu den häufigsten Krebsarten bei Frauen (jede 8. Frau erkrankt daran, wenngleich es natürlich verschiedene Ursachen gibt) zählt, ist die Verharmlosung in Ihrem Beitrag sehr bedenklich!

### **Kuhmilch und Prostatakrebs:**

Auch erhöht Kuhmilchkonsum das Risiko für das Wiederauftreten von Prostatakrebs bei Männern, wie eine Studie vor zwei Jahren belegte. Die Wissenschaftler verfolgten den Krankheitsverlauf von 1.334 Teilnehmern des „Cancer of the Prostate Strategic Urologic Research Endeavour“ und überprüften Milchkonsum, krebsbedingte Todesfälle, Rezidive und Behandlungen. Diejenigen, die mehr als 4 Portionen Vollmilch pro Woche zu sich nahmen, erhöhten ihr Rezidivrisiko um 73 % im Vergleich zu denen, die weniger oder gar keine Milch zu sich nahmen. Dieses erhöhte Risiko stieg bei Männern mit hohem BMI um das Dreifache! Mögliche Mechanismen hinter dem erhöhten Risiko seien eine höhere Aufnahme des Wachstumsfaktors IGF-1 und gesättigten Fettes wegen der damit einhergehenden Entzündungen. Insulinresistenz und vermehrte Entzündungen, die bei Männern mit hohem BMI beobachtet werden, könnten ebenfalls zu diesem Risiko beitragen.

*Referenz: Tat D, Kenfield SA, Cowan JE, et al. Milk and other dairy foods in relation to prostate cancer recurrence: Data from the cancer of the prostate strategic urologic research endeavor (CaPSURE™). Prostate. 2018*

### **Kuhmilch und Osteoporose:**

Die Universität Harvard testete 75.000 Frauen über einen Zeitraum von zwölf Jahren hinsichtlich der Wirkung von Kuhmilch auf ihre Knochen. Wie sich zeigte, verbesserte die Milch die Widerstandsfähigkeit der Knochen keinesfalls, sondern wurde sogar mit einer Erhöhung des Risikos für Knochenbrüche in Verbindung gebracht. Erklärt wurde diese Tatsache damit, dass der menschliche Organismus aufgrund des Milchkonsums übersäuert. Der Körper muss die Säure mit Kalzium aus den Knochen neutralisieren - das Resultat ist bekanntlich Osteoporose.

<https://www.provegan.info/de/studien/studien-milch/analyse-ueber-die-verbinding-von-milchprodukten-mit-krebs-und-knochenbruechen/>

### **Weitere Inhalte der Kuhmilch:**

In Kuhmilch sind auch Hormone, Rückstände von Antibiotika, Pestiziden, Fäulnisbakterien, Erreger und Eiter nachweisbar. Antibiotikaresistenzen fordern laut Deutscher Gesellschaft für Krankenhaushygiene (DGKH) jährlich mindestens 30.000 Tote in Deutschland.

In Ihrem „Alles-über-Milch-Beitrag“ fehlt auch der Hinweis, dass die in der Kuhmilch vorkommenden schwefelhaltigen Aminosäuren und damit das Eiweiß zu einer vermehrten Kalziumausscheidung über den Urin beitragen, weshalb von Menschen unbedingt pflanzliche Kalziumquellen für das Ziel „starker Knochen / Zähne“ zu bevorzugen sind.

Auch die im Milchzucker enthaltene Galaktose hat auf Menschen unerwünschte Nebenwirkungen. Das Monosaccharid fördere laut der schwedischen Universität Uppsala im Körper Entzündungsreaktionen.

Fazit:

Die durchwegs vorbehaltlos positive Bewertung des Konsums von Kuhmilch ist als Gesundheitskasse grob fahrlässig!

Ich bitte Sie daher, in ihrem nächsten Gesundheitsheft der BKK Stadt Augsburg über die gesundheitlichen Risiken beim Konsum von Kuhmilch umfassend aufzuklären!

Außerdem bitte ich Sie um Mitteilung, wie Sie zu dem Beitrag gelangt sind. Wurde hier eine eigene, wirtschaftlich unabhängige Recherche durchgeführt oder sind im besagten Text zugeliesserte Passagen enthalten?

Wie wird das Gesundheitsmagazin der BKK Stadt Augsburg grundsätzlich finanziert? Werden auch nicht kenntlich gemachte Werbezahllungen in Anspruch genommen oder erfolgt die Finanzierung allein über die Mitgliedsbeiträge Ihrer Mitglieder?

Vielen Dank vorab!

Mit freundlichen Grüßen



Roland Wegner  
Stadtrat