

# Forschungsergebnisse über Kuhmilch und -produkte

(Dieser Artikel gehört zum Schulungsmaterial der Dr. Heil Ursachen-Therapie und ist geistiges Eigentum des Deutschen Vereins für Gesundheits- und Familienhilfe n.e.V. Wir freuen uns, dass Du dich für unser Heilungskonzept interessierst. Wenn Dir ein/e Freund/in dieses Schulungsmaterial geschenkt hat, sei bitte so fair und melde dich unter [www.Ursachen-Therapie.de](http://www.Ursachen-Therapie.de) im Untermenü „Ursachen-Therapie“ zu dieser Schulung an. Danke.)

## 1.) Kuhmilch-Proteine führen zu einem Kalziumverlust und begünstigen Osteoporose

Zemel.M.B. **Calcium utilization: effect of varying level and source of dietary proteins.** (Calcium Verwertung: Wirkung unterschiedlicher Höhe und Quelle der Nahrungsproteine ) Am J Clin Nutr. 1988 Sep;48(3 Suppl):880-3.

Ergebnisse: *Tierisches Nahrungsprotein (aus Kuhmilch) übt eine **signifikante calciuretische (über die Nieren Kalzium-ausscheidende) Wirkung aus.** Eine Verdoppelung der Protein-Menge bei einem konstanten Niveau von Kalzium und Phosphor **bewirkt eine 50%-ige Erhöhung des Urin-Calciums.** Hingegen würde eine Ernährung aus Soja-Produkten (z.B. Tofu) eine Calciumaufnahme von 457 mg / Tag bei einer Proteinzufuhr von 90g ermöglichen.*

Kitano, T., Esashi, T. Azami. **Effect of protein intake of mineral (calcium, magnesium, and phosphorus) balance in Japanese males.** (Wirkung der Proteinaufnahme von Mineral (Calcium, Magnesium und Phosphor) balance bei japanischen Männern.) J.Nutr. Sci. Vitaminol. 34:987-389

Ergebnisse: *Eine 26-Tage-Bilanz Studie wurde durchgeführt, um die Wirkung einer hohen Protein-Diät auf Kalzium, Magnesium, Phosphor und Auslastung in sechs gesunden Männern (Alter 20-22 Jahre, Körpergewicht von 54,0 bis 64,4 kg, Körpergröße 165-173 cm) zu untersuchen . Darüber hinaus wurde die Wirkung der Bewegung auf die Calcium, Magnesium und Phosphor Gleichgewicht untersucht.... **Die hohe Protein-Zufuhr erhöht die Ausscheidung von Kalzium und hat eine signifikant negative Kalziumbilanz verursacht.***

Kok. D.J. Iestra. J.A., Dooronbos, C.j., Papapoules, S.E. **The effect of dietary excesses in animal protein and in sodium on the composition and the crystallization kinetics of the calcium oxalate monohydrate in the urines of healthy men.** (Die Wirkung von Nahrungsüberschüsse in tierischem Protein und Natrium auf die Zusammensetzung und die crystallization Kinetik der Calcium-Monohydrat in den Urinproben von gesunden Männern.) J.Clin.Endocrinol.Betam. 71:861-867

Ergebnisse: *Bei einer hohen Proteinzufuhr (2 g / kg und Tag ) wurden **wesentliche Veränderungen in Urin-Calcium-, Harnsäure, und Citrat-Ausscheidungsraten** gefunden. ....*

Howe, J.C. **Postprandial response of calcium metabolism in postmenopausal women to meals varying in protein level/source.** (Postprandialen Reaktion des Calciumstoffwechsels bei postmenopausalen Frauen, Mahlzeiten unterschiedlicher Proteinmenge / -Quelle), Metabolism. 39:1246-1252

Ergebnis: *Die Insulin-Reaktion und **Kalzium-Ausscheidung** waren bei der Proteinaufnahme (je 45 g/Tag) durch **Quark höher als** bei Rindfleisch und bei Soja-Protein.*

Goldfarb S., 1988. **Dietary factor in the pathogenesis and prophylaxis of calcium nephrolithiasis.** Kidney Internation. (Nahrungs-Faktor in der Pathogenese und Prophylaxe von Calcium Nephrolithiasis.)

34:544-555// Zemel.M.B. **Calcium utilization, effects of varying level and source of dietary proteins.** (Calcium Nutzung, Auswirkungen unterschiedlicher Höhe und Quelle der Nahrungsproteine) Am.J.Clin.Nutr. 48-880-3

Ergebnisse: „**Tierisches Protein** enthält höhere Natriumkonzentrationen und sehr schwefelhaltige Aminosäuren, die **beide jeweils zu Kalziumverlust führen**. Der Katabolismus der mit der Nahrung zugeführten schwefelhaltigen Aminosäuren erhöht die Säureexkretionsrate durch die Nieren, und diese Säurebelastung verhindert direkt die renale Reabsorption von Kalzium und hat einen **Kalziumverlust zur Folge**.“

Feskanich D., Willett WC, Stampfer MJ, Colditz GA. **Milk, dietary calcium, and bone fractures in women: a 12-year prospective study.** (Milch, Kalzium und Knochenbrüchen bei Frauen: eine 12-jährige prospektive Studie.) Am J Public Health. 1997 Jun;87(6):992-7.

*ZIELE: Diese Studie untersucht, ob eine höhere Zufuhr von Milch und anderer kalziumreicher Nahrungsmittel im Erwachsenenalter das Risiko für osteoporotische Knochenbrüche reduzieren kann.*

*METHODEN: Dies war eine zwölfjährige Prospektivstudie unter 77.761 Frauen, im Alter von 34 bis 59 Jahre, die Kalziumpräparate nie benutzt hatten. Die Nahrungsaufnahme wurde 1980, 1984 und 1986 mit einem Lebensmittel-Frequenz-Fragebogen bewertet. Frakturen des proximalen Femur (n = 133) und distalen Radius (n = 1046) von geringer oder mäßiger Trauma wurden selbst auf Biennale Fragebögen gemeldet.*

*ERGEBNISSE: Wir fanden keinen Beweis, dass höhere Zufuhr von Milch oder Kalzium aus Nahrungsquellen den Knochenbruch verringern. Frauen, die **zwei oder mehr Gläser Milch pro Tag getrunken hatten, hatten ein durchschnittliches Risiko von 1,45 für Hüftfraktur** (95 % Konfidenzintervall [CI] = 0.87, 2,43) und **1.05 für einen Unterarm Bruch** (95 % CI = 0.88, 1,25) im Vergleich zu Frauen die ein Glas Milch oder weniger pro Woche tranken. Ebenso waren die höhere Aufnahme von insgesamt diätetischem Kalzium oder Kalzium aus Milchprodukten nicht mit einem verringerten Risiko für Hüft- oder Unterarmfrakturen verbunden.*

*SCHLUSSFOLGERUNGEN: Diese Daten **unterstützen nicht** die Hypothese, dass der höhere Verbrauch von Milch oder anderen Nahrungsquellen von Kalzium von Erwachsenen Frauen vor Hüft- oder Unterarm-Frakturen schützt .*

#### Weitere Studien über eine erhöhte Kalziumausscheidung aufgrund tierischer Proteine:

ROBERTSON WG, HEYBURN PJ, PEACOCK M, HANES PA, SWAMINATHAN R: The effect of high animal protein intake on the risk of calcium stone-formation in the urinary tract. Clin Sci 57:285—288, 1979

LINKSWILER HM, JOYCE JL, ANAND CR: Calcium retention of young adult males as affected by level of protein and of calcium intake, Trans NYAcad Sci 36:333—340, 1974

MARGEN S., CHU JY, KAUFMANN NA, CALLOWAY DII: Studies in calcium metabolism; the effect of dietary protein. Am J Clin Nutr 27:584—589, 1974

LICATA AA, BOU E, BARTTER FC, Cox J: Effects of dietary protein on urinary calcium in normal subjects and in patients with nephrolithiasis. Metabolism 28:895—900, 1979

ROBERTSON WG, PEACOCK M, HEYBURN PJ, MARSHALL DH, CLARK PB: Risk factors in calcium stone disease of the urinary tract. BrJ Urol 50:449—454, 1981

## 2.) Pathogene Abbauprodukte von Casein (Kuhmilcheiweiß) können schizophrene und autistische Störungen auslösen

**Titel: Das Asperger-Syndrom: Stoffwechselstörungen als Auslöser**

Veröffentlicht: Dtsch Arztebl 2000; 97(42): A-2795 / B-2396 / C-2227

Autor: Mehl, Vera zu dem Beitrag von Prof. Dr. med. Dr. phil. Helmut Remschmidt in Heft 19/2000

***Pathogene Abbauprodukte von Casein (Kuhmilcheiweiß) und Gluten** (bovine beta-Casomorphin 7 beziehungsweise trans-Indolyl-Acryloyl-Glycin), die in Urinproben von Autisten und Legasthenikern nachgewiesen wurden und vermutlich infolge eines Mangels an eiweißspaltenden Enzymen entstanden sind, lassen annehmen, dass diese Stoffe insbesondere bei erhöhter Permeabilität der Darmwand über den Blutweg als so genannte Opioid-Peptide bei Disponierten die Blut-Hirn-Schranke passieren, Angriffspunkte der Endorphine und Enkephaline besetzen und **zerebrale Störungen auslösen** (2). Gemäß Tierversuchen kann zumindest beta-Casomorphin 7 die Blut-Hirn-Schranke passieren und **schizophrene und autistische Störungen auslösen** (3). Dem entsprechen eigene Beobachtungen, dass gluten- und caseinfreie Ernährung (also ohne Eiweiß aus Getreiden und ohne Kuhmilcheiweiß) zu erstaunlichem Aufholen von Entwicklungsrückständen und akzeptablem Gedeihen autistischer, oft hoch- oder spezialbegabter Kinder führen kann.*

Dr. med. Vera Mehl  
Birkenweg 3, 91054 Buckenhof

Link zum Artikel: <http://www.aerzteblatt.de/archiv/24728>

Der oben zitierte Artikel bezieht sich auf diese beiden Studien:

1.) Shattock P, Savery D: **Autism as a metabolic disorder**. (Autismus als Stoffwechselstörung), Autism Research Unit, University of Sunderland, 1997 (deutsche Übersetzung erhältlich bei Vera Mehl).

2.) Sun Z, Cade JR, Fregly MJ, Privette RM: **b-casomorphin induces Fos-like immunoreactivity in discrete brain regions relevant to schizophrenia and autism**. (b-Casomorphin induziert Fos-like Immunreaktivität in diskreten Hirnregionen relevant zu Schizophrenie und Autismus.) Autism. SAGE Publications and The National Autistic Society 1999; 3: 67–83.

**Die nachstehende Studie kommt zu dem Ergebnis, dass durch eine Casein- und Glutenfreie Ernährung Verbesserungen im Gesundheitszustand von Autisten und Asperger-Patienten erreicht wurden.**

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3540005/>

Published online Jan 4, 2013. Prepublished online Nov 27, 2012. doi: 10.3389/fnhum.2012.00344

**Titel: Gluten- and casein-free dietary intervention for autism spectrum conditions.** (Gluten- und Kasein-freie diätetische Intervention für Autismus-Spektrum-Bedingungen)

Autoren: Paul Whiteley,1,\* Paul Shattock,1 Ann-Mari Knivsberg,2 Anders Seim,3 Karl L. Reichelt,4 Lynda Todd,1 Kevin Carr,1 and Malcolm Hooper1

Auszug aus der Zusammenfassung: *Wir untersuchten Beweise suggestiv zu finden, dass eine Glutenfreie (GF), Kasein-freie (CF) oder Gluten und Kasein-freie Diät (GFCF) in der Lage ist Kern- und Peripherie-Symptome zu lindern und in einigen Fällen von Autismus-Spektrum-Störungen die Entwicklungsergebnisse zu verbessern. Obwohl nicht alle Befunde die These unterstützen, **die Mehrheit der veröffentlichten Studien zeigen statistisch signifikante positive Veränderungen** der Symptome bei einer entsprechenden Änderung der Ernährung. Insbesondere sind **Veränderungen in Bereichen der Kommunikation, Aufmerksamkeit und Hyperaktivität** aufgeführt, trotz der Anwesenheit von verschiedenen methodischen Unzulänglichkeiten.*

### 3.) Krebserkrankungen

#### Milchzucker (Laktose) und Eierstockkrebs

**1. Studie:** Veröffentlicht: *Int J Cancer*. 2004 Jun 10;110(2):271-7.

**Titel:** **A prospective study of dietary lactose and ovarian cancer.** (Eine prospektive Studie von Nahrungs Lactose und Eierstockkrebs)

Autoren: **Fairfield KM, Hunter DJ, Colditz GA, Fuchs CS, Cramer DW, Speizer FE, Willett WC, Hankinson SE.**

**Ergebnisse:** Untersucht wurden 80.326 Frauen im Zeitraum von 1976 bis 1996 in den USA. Für jeden 11 Gramm-Verbrauchsanstieg an Laktose (die ungefähre Menge in einem Glas Milch), beobachten wir eine **20 %-ige Zunahme der Gefahr für serösen Eierstock-Krebs** (RR 1.20, 95 % CI 1,04-1,39). **Frauen, die eine oder mehrere Portionen fettarme Milch täglich konsumierten, hatten ein 32 % höheres Risiko für jede Eierstockkrebsart** (RR 1.32, 95 % CI, 0.97-1.82) und ein **erhöhtes Risiko von 69 % für das seröse Ovarialkarzinom** (RR 1,69, 95 % CI, 1.12-2,56) im Vergleich zu Frauen, die drei oder weniger Portionen monatlich verbrauchten. Unsere Erkenntnisse unterstützen die Annahme, dass Laktose-Aufnahme das Risiko für epithelialen Eierstockkrebs erhöht.

#### **2. Studie:**

**Veröffentlicht:** *Am J Clin Nutr*. 2004 Nov;80(5):1353-7.

**Titel:** **Milk and lactose intakes and ovarian cancer risk in the Swedish Mammography Cohort.** (Milch- und Laktose-Aufnahme und Eierstockkrebsrisiko in der schwedischen Mammographie-Kohorte.)

Autoren: **Larsson SC, Bergkvist L, Wolk A.**

**Ergebnisse:** *Dies war eine prospektive populationsbasierten Kohortenstudie von 61.084 Frauen im Alter von 38-76 Jahren, die in der schwedischen Mammographie-Kohorte eingeschrieben waren. 266 Frauen wurden diagnostiziert mit invasiven epitheliale Ovarialkarzinom; 125 dieser Frauen hatte serösen Ovarialkarzinom. Frauen welche 4 und mehr Kuhmilch-Produkte pro Tag zu sich nahmen, **hatten ein doppelt so hohes Risiko für das seröse Ovarialkarzinom** (Rate Ratio: 2.0; 95 % CI: 1.1, 3.7; P für Trend = 0,06) als die Frauen, die weniger als 2 Milch-Produkte pro Tag zu sich nahmen. **Milch war das Milchprodukt mit der stärksten positiven Assoziation mit serösen Ovarialkarzinom.** Wir beobachteten einen positiven Zusammenhang zwischen der Aufnahme von Laktose und serösen Ovarialkarzinom-Risiko.*

#### Kuhmilch-Eiweis (Kasein) und Leber-Krebs

Autoren: **Youngman LD, Campbell TC.**

**Titel: Inhibition of aflatoxin B1-induced gamma-glutamyltranspeptidase positive (GGT+) hepatic preneoplastic foci and tumors by low protein diets: evidence that altered GGT+ foci indicate neoplastic potential.** (Die Hemmung der Aflatoxin B1-induzierte Gamma Glutamyltranspeptidase positive (GGT +) Leber präneoplastischen Foci und Tumoren durch niedrige Protein-Diät: Beweise, die GGT + Brennpunkte verändert zeigen neoplastische Potenzial.)

Veröffentlicht: **Carcinogenesis. 1992 Sep;13(9):1607-13.**

Prof. Dr. T. Colin Campbell hat mit Forschern der Cornell University (USA) in umfangreichen Tierversuchen an Ratten nachgewiesen, dass das **Kuhmilcheiweiß Kasein** bei einem Anteil von mehr als 5% an der Gesamtenergiemenge der Nahrung für die **Entstehung von Leberkrebs** verantwortlich ist. Die Versuchstiere wurden mit einer ansteigenden Dosis Aflatoxin (starkes Karzinogen von Schimmelpilzen) gefüttert.

**Ergebnisse: Je mehr Kuhmilch-Eiweiß (Kasein) die Versuchstiere zu fressen bekamen, umso schneller entwickelten sich Foci (Krebsvorstufe) und später Tumore. Bei einem Eiweiß-Anteil von 20% (und mehr) in der Nahrung erkrankten alle Tiere an Leberkrebs.** Die meisten starben an dieser Krankheit.

Besonders bemerkenswert ist die Erkenntnis, dass das **Wachstum des Krebses gestoppt und rückgängig gemacht werden konnte, sobald die Kasein-Zufuhr auf 5% und weniger reduziert wurde!** Pflanzliche Proteine (Eiweiße) hatten keinen negativen Einfluss auf die Krebsentstehung und Krebsentwicklung.

### **Milchprodukte und Brust-, Lungen- und Eierstock-Krebs**

Autoren: Ji J; Sundquist J; Sundquist K

**Titel: Lactose intolerance and risk of lung, breast and ovarian cancers: aetiological clues from a population-based study in Sweden.** (Laktose-Intoleranz und Risiko von Lungen-, Brust- und Eierstockkrebs: ätiologische Hinweise aus einer bevölkerungsbezogenen Studie in Schweden.)

Quelle: British journal of cancer /2014.10.14

Herausgeber: Center for Primary Health Care Research, Lund University, Malmö, Sweden. Stanford Prevention Research Center, Stanford University School of Medicine, Stanford, CA, USA.

Ergebnisse: Insgesamt wurde bei 22.788 Personen bei denen Laktoseintoleranz festgestellt wurden, **ein deutlich verringertes Risiko für Lungenkrebs (SIR = 0,55), Brustkrebs (SIR = 0,79), und Eierstock-Krebs (SIR = 0,61) beobachtet.** Die Krebserkrankungen bei den Geschwistern und Eltern von Personen mit Laktose-Intoleranz waren ähnlich denen in der allgemeinen Bevölkerung. Schlussfolgerungen: In dieser großen Kohortenstudie wurde festgestellt, dass bei Menschen mit Laktoseintoleranz, die durch **einen niedrigen Verbrauch von Milch und andere Milchprodukten gekennzeichnet sind, ein deutlich verringertes Risiko für Lungen-, Brust- und Eierstockkrebs beobachtet wurde.** Aber die verringerten Risiken wurden nicht bei ihren Familienmitgliedern gefunden, was darauf hindeutet, dass die schützende Wirkung gegen diese Krebsarten auf ihre spezifischen Ernährungsmuster (wenig Milchprodukte) zurückgeführt werden können.

## Milchprodukte und Prostata-Krebs

Veröffentlicht: World J Mens Health. Aug 2014; 32(2): 76–82. Titel: **A Milk Protein, Casein, as a Proliferation Promoting Factor in Prostate Cancer Cells.** (Ein Milchprotein, Casein, als Verbreitungsförderungsfaktor in Prostatakrebszellen)

Autoren: Sung-Woo Park, Joo-Young Kim, You-Sun Kim, Sang Jin Lee, Sang Don Lee, corresponding author and Moon Kee Chung

**ZIEL (ZIEL):** Die meisten epidemiologischen Studien haben ergeben, dass eine Erhöhung der Milchaufnahme das Wachstum von Prostata-Krebs fördert. Die Ergebnisse der experimentellen Untersuchungen sind aber nicht konsistent. In dieser Studie untersuchten wir die Proliferation (Zellvermehrung) von Prostatakrebszellen, die mit Casein, das Hauptprotein in der Kuhmilch, behandelt wurden.

**ERGEBNISSE:** .... Wurden PC3-Zellen (*Prostata-Krebszellen*) mit 1 mg / ml alpha-Kasein und Casein behandelt, zeigte sich eine **erhöhte Proliferation (228% und 166%, jeweils)**, auch die **Proliferation von LNCaP-Zellen (auch Prostata-Krebszellen) wurde auch auf 134% bzw. 142% jeweils verstärkt...**

**SCHLUSSFOLGERUNGEN:** **Das Milchprotein Casein fördert die Proliferation (Zellvermehrung) von Prostatakrebszellen, wie PC3 und LNCaP.**

### **2. Studie:**

Veröffentlicht: Prostate. 2010 Jul 1;70(10):1054-65. doi: 10.1002/pros.21139.

**Titel: Diet and prostate cancer risk with specific focus on dairy products and dietary calcium: a case-control study.** (Ernährung und Prostatakrebs-Risiko mit besonderem Schwerpunkt auf Milchprodukte und Kalzium: eine Fall-Kontroll-Studie.)

Autoren: Raimondi S1, Mabrouk JB, Shatenstein B, Maisonneuve P, Ghadirian P.

**METHODEN:** Diese Studie untersuchte den Zusammenhang von Nahrungskomponenten, insbesondere Milchprodukte und Kalzium, auf Prostata-Krebs-Risiko in einer Fall-Kontroll-Studie von 197 Fällen und einer gleichen Anzahl von individuell passenden Kontrollen in Montreal, Kanada. Ein semi-quantitativer Lebensmittel-Frequenz-Fragebogen wurde ausgegeben, in dem die üblichen Verbräuche, Häufigkeiten und Mengen von mehr als 200 verzehrten Lebensmitteln aufgezeichnet wurden.

**ERGEBNISSE:** Wir fanden ein **zweifach erhöhtes Risiko für Prostatakrebs bei einer erhöhten Aufnahme von Milchprodukten** {Odds Ratio (OR) = 2,19 zugeordnet; 95% Konfidenzintervall (CI) 1,22 bis 3,94}. Ein signifikanter Trend zur **Verringerung der Prostatakrebs-Risiko** mit einer höheren Aufnahme wurde für **Hülsenfrüchte, Nüsse, Fische, Schalentieren und für alpha-Tocopherol** nach Adjustierung für die Kalziumaufnahme gefunden. **Milch war als einziges Milchprodukt deutlich mit Prostata-Krebsrisiko verbunden, mit OR = 2,27; 95% CI (1,25-4,09)** für die höchste im Vergleich zur niedrigsten Quartile des Verbrauchs. Calcium, dem wichtigsten Mikronährstoff der in Milchprodukten enthalten ist, zeigte nur eine Borderline-Assoziation mit Prostatakrebsrisiko (P = 0,09), mit einem etwas höheren Risiko für höhere Kalziumaufnahme.

SCHLUSSFOLGERUNG: Diese Studie unterstützt die Hypothese, dass **Milchprodukte, insbesondere Milch**, bei der **Entstehung von Prostatakrebs beteiligt** ist.

### Milchprodukte und Gebärmutter-Krebs

Ganmaa D; Cui X; Feskanich D; Hankinson SE; Willett WC, **Milk, dairy intake and risk of endometrial cancer: a 26-year follow-up. (Milch, Milchaufnahme und Risiko von Gebärmutterkrebs: eine 26-Jahres-Verfolgungs-Studie)**. International journal of cancer. Journal international du cancer; VOL: 130 (11); p. 2664-71 /20120601/

Zusammenfassung: Östrogene spielen eine zentrale Rolle bei der Entstehung von Gebärmutterkrebs. **Milch und Milchprodukte sind eine Quelle für Steroidhormone und Wachstumsfaktoren**, die eine physiologischen Wirkungen beim Menschen haben könnten. Wir vermuten, dass eine hohe Aufnahme von Milch und Milchprodukte mit einem erhöhten Risiko von Gebärmutterkrebs verbunden sind . Das betrifft vor allem postmenopausalen Frauen, die keine Hormonbehandlung gemacht hatten (Was das Ergebnis verfälscht hätte). Dies war eine prospektive Kohortenstudie mit 68.019 Teilnehmerinnen in der Nurses 'Health Study 1980. Der Milch- und Milchproduktekonsum der Frauen im Alter von 34 bis 59 wurden 1980, 1984, 1986, 1990, 1994, 1998 und 2002 erfasst. Die Aufnahme pro Tag und multivariate relative Risiko (RR) des Adenokarzinoms der Gebärmutter Schleimhaut wurde folgendermaßen bewertet: < 1 svg/Tag war: **0,94** (95% CI = 0,71-1,25), für 1-1,4 svg, für 1,5 bis 1,9 svg / Tag, **1,10** (0,84-1,44) für 2-2,9 svg / Tag, **1,26** (0,94-1,70) für  $\geq 3$  svg / Tag (p für Trend = 0,06 ). Der Zusammenhang zwischen **Gesamtmilchaufnahme und Gebärmutterkrebs war signifikant bei den Frauen nach der Menopause** (für  $\geq 3$  svg / Tag RR = **1,41**, 95% CI = 1,01-1,98, p für Trend = 0,02) und zeigte sich nur bei denen, die waren derzeit nicht mit Hormontherapie (RR = 1,58, 95% CI = 1,05-2,36, p für Trend = 0,003). behandelt wurden.

### Milchprodukte und Diabetes Typ 1

Vaarala O, Knip M, Paronen J, Hämäläinen AM, Muona P, Väättäin M, Ilonen J, Simell O, Akerblom HK., **Cow's milk formula feeding induces primary immunization to insulin in infants at genetic risk for type 1 diabetes.**, (Kuhmilch-Nahrung induziert Grundimmunisierung gegen Insulin bei Säuglingen bei genetischen Risiko für Typ-1-Diabetes.) Diabetes. 1999 Jul;48(7):1389-94.

**Zusammenfassung (Auszug)** Insulin-Autoantikörper (IAA) erscheinen oft als die ersten Anzeichen von Inselzellautoimmunität in prediabetischen Kindern. Da **Kuhmilch Rinderinsulin enthält**, folgten wir der Entwicklung von Insulin-bindenden Antikörpern bei Kindern die mit Kuhmilch-Nahrung gefüttert wurden. **Ergebnis:** Wir haben festgestellt, dass die Menge der an Rinderinsulin **gebundenen IgG-Antikörper, im Alter von 3 Monate bei Säuglingen, die mit Kuhmilch-Nahrung ernährt wurden, höher war, als bei Kindern die bis zu diesem Alter ausschließlich gestillt wurden** (0,521 vs. 0,190; p < 0,0001 ). Bei keinem dieser Kinder (die gestillt wurden) wurden Insulin-Autoantikörper (IAA) gefunden. Die Niveaus von Rinderinsulinbindungs-Antikörper sank in beiden Gruppen im Alter von 12 und 18 Monaten, während bei den 11 Kindern mit **mindestens zwei mit Diabetes assoziierten Autoantikörper** die Niveaus während des Folgezeitraums (P < 0,0001) **anstieg**. IgG-Antikörper mit IgG2-Antikörper-Bindung an Rinderinsulin (r = 0,43, P = 0,004) und IAA (Insulin-Autoantikörper )(r = 0,27, P = 0,02) sind bei diabetischen Kinder, aber nicht bei gesunden Kindern zu finden. **Kuh-Milch-Babynahrung ist ein Umwelt-Auslöser einer Immunität gegenüber Insulin in der Kindheit**, die den epidemiologischen Zusammenhang zwischen dem **Risiko für Typ-1-Diabetes und der frühen Exposition gegenüber Kuh-Milchnahrung erklären kann**. Diese Immunantwort auf Insulin führt später zu einer autoaggressiven Immunität gegen beta-Zellen, bei einigen Individuen, wie durch unsere Befunde bei Kindern mit Diabetes-assoziierten Autoantikörper abgeleitet werden kann.

## 2. Studie:

Lempainen J1, Tauriainen S, Vaarala O, Mäkelä M, Honkanen H, Marttila J, Veijola R, Simell O, Hyöty H, Knip M, Ilonen J. **Interaction of enterovirus infection and cow's milk-based formula nutrition in type 1 diabetes-associated autoimmunity.** (Wechselwirkung von Enterovirus-Infektion und Kuhmilch-Baby-Ernährung beim Typ 1 Diabetes-assoziierten Autoimmunerkrankungen.), Diabetes Metab Res Rev. 2012 Feb;28(2):177-85. doi: 10.1002/dmrr.1294.

### ERGEBNISSE:

**Anzeichen einer Infektion mit Enteroviren im Alter von 12 Monaten wurden mit dem Auftreten von Autoimmunerkrankungen bei Kindern, die vor dem Alter von 3 Monaten Kuhmilch-Baby-Ernährung ausgesetzt waren, verbunden.** Die Cox-Regressionsanalyse ergab eine kombinierte Wirkung von Enterovirus-Infektion und früherer Kuhmilch-Babynahrung für die Entwicklung der ICA und einer der biochemisch definierten **Autoantikörper** ( $p = 0,001$ ), der IAA (Insulin-Antikörper) ( $p = 0,002$ ), GADA ( $p = 0,001$ ) und IA-2A ( $p = 0,013$ ).

**FAZIT:** Die Wirkung des **Enterovirus-Infektion** auf das Auftreten von **T1D-assoziierten Autoimmunerkrankungen** scheint durch **Einwirkung von Kuhmilch(Babynahrung) in der frühen Kindheit** eine Wechselwirkung zwischen diesen Faktoren auszulösen. Darüber hinaus bieten diese Ergebnisse eine Erklärung für die umstrittenen Erkenntnisse, bei der Analyse der Wirkung jedes einzelnen dieser Faktoren auf das Erscheinungsbild T1D-assoziierten Autoimmunerkrankungen.

**Redaktion:** Diese Studie legt nahe, dass der **Verzehr von Kuhmilch-Babynahrung** nicht nur **Autoimmunkrankheiten wie z.B. Diabetes Typ I**, sondern auch **Infektionen mit Enteroviren verursacht!** Beide Erkrankungen scheinen sich gegenseitig ungünstig zu beeinflussen.

## Milch und Akne

### 1. Studie

Melnik BC. **Evidence for acne-promoting effects of milk and other insulinotropic dairy products.** (Beweise für die Akne-fördernden Wirkungen von Milch und anderen insulinotropen Milchprodukten.), Nestle Nutr Workshop Ser Pediatr Program. 2011;67:131-45. doi: 10.1159/000325580. Epub 2011 Feb 16.

**Zusammenfassung:** Acne vulgaris ist die häufigste Hauterkrankung der westlichen Zivilisation, hat sich zu einer Epidemie, von mehr als 85% der Jugendlichen entwickelt. **Akne kann als Indikator-Erkrankung einer insulinotropen (Insulin ausschüttenden) westlichen Ernährung angesehen werden. Insbesondere Milch und Molkeprodukten** auf Proteinbasis tragen zu Erhöhungen des postprandialen Insulin und basalen Insulin-like growth factor-I (IGF-I) des Plasmaspiegels bei. Es ist das evolutionäre Prinzip der Säugermilch das Wachstum zu fördern und anabole Bedingungen für das Neugeborene während der Stillzeit zu unterstützen. .... Die Beseitigung der Molke-Protein-basierte insulinotropen Mechanismen der Milch wird die wichtigste Herausforderung der Zukunft für Ernährungsforschung sein. Beide Einflüsse, die **Einschränkung des Milchkonsums** oder die Erzeugung von weniger insulinotroper Milch **haben einen enormen Einfluss auf die Verhinderung der Epidemie westlichen Krankheiten wie Fettleibigkeit, Diabetes mellitus, Krebs, neurodegenerative Erkrankungen und Akne.**

### 2. Studie:

Danby FW. "Nutrition and acne." (Ernährung und Akne), Clin Dermatol. 2010 Nov-Dec;28(6):598-604.



**Zusammenfassung: Es gibt bedeutende Daten, die die Rolle der Ernährung bei Akne belegen.** Unsere westliche Ernährung besteht aus viele Milchprodukten die Hormone enthalten. Die natürliche Funktion der Milch besteht darin, durch Anabolika, genauso wie Wachstumshormone und andere Wachstumsfaktoren, das Wachstum zu stimulieren. **Die Anwesenheit von 5 $\alpha$ -pregnandione, 5 $\alpha$ -Androstendion und anderen Vorläufern von 5 $\alpha$ -Dihydrotestosteron in der Milch wirken als Stimulans der Akne.** Zusätzliche Lebensmitteln mit erheblichen Zuckergehalt und andere Kohlenhydrate, welche hohen glykämischen Lasten bedeuten, beeinflussen das Seruminsulin und die Insulin-like growth factor-1-Mengen, die beide eine vermehrte Produktion von verfügbaren Androgenen und die nachfolgenden Entwicklung von Akne hervorrufen.