

Rückblick auf das Zollmann Stutenmilch-Symposium vom 9. Mai 2013

Stutenmilch und Kumys – Einsatzgebiete und Wirksamkeit in der ganzheitlichen Ernährungstherapie

Dr. med. Petra Kittner

Im Rahmen der Waldbrunner Stutenmilchwochen veranstaltete das Kurgestüt Hoher Odenwald am 9. Mai 2013 in Waldbrunn das erste Zollmann Stutenmilch-Symposium. Das Symposium beschäftigte sich mit der Frage, welches die besonderen ernährungsphysiologischen Eigenschaften der Stutenmilch sind und wie man Stutenmilch und Kumys, das traditionelle Getränk zentralasiatischer Völker aus fermentierter Stutenmilch, therapeutisch nutzen kann. Die Anwendungsmöglichkeiten sind vielfältig.



Zu Beginn des ersten Zollmann Stutenmilch-Symposiums stellt Hans Zollmann, Gastgeber der Veranstaltung und Betriebsleiter des Kurgestüts, den anwesenden Gästen den Familienbetrieb vor: Das Kurgestüt Hoher Odenwald ist die erste und größte Stutenmilchfarm

Deutschlands, ein Pionierbetrieb in Sachen Stutenmilch mit über 50 Jahren Erfahrung in Produktion, Vermarktung und Forschung. Seinen Anfang nahm die Geschichte der Stutenmilchgewinnung auf dem Kurgestüt vor einem halben Jahrhundert mit der Idee Dr.

Storchs, dem Gründer des heutigen Kurgestüts Hoher Odenwald, hier hochwertige Bio-Stutenmilch zu produzieren und noch vor Ort zu Trinkmilch zu verarbeiten. Das Projekt gelang: aktuell leben etwa 400 Hengste, Stuten und Fohlen auf dem weitläufigem Gestüt.

Kumys in der komplementären Krebstherapie



Claus Witteczek, beratender Arzt der Gesellschaft für biologische Krebsabwehr in Heidelberg

Nach der Begrüßung übergibt Herr Zollmann das Wort an Claus Witteczek, beratender Arzt der *Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr e.V.* (GfBK). Als unabhängiger, gemeinnütziger Verein vertritt die GfBK ein ganzheitlich ausgerichtetes Therapiekonzept, das Ernährungs- und Bewegungstherapien ebenso beinhaltet wie Entsäuerungskuren, Verfahren der Ausleitung sowie antientzündliche, orthomolekulare und immunmodulierende Therapiebausteine.

Vorzüge von Stutenmilch

Stutenmilch ähnelt in der chemischen Zusammensetzung der Frauenmilch und erweist sich so für die Frühgeborenen- und Säuglingsernährung besonders geeignet. Sie ist bei geringem Kaseingehalt reich an Albuminen und Globulinen. Das macht sie leichter verdaulich als Kaseinmilch wie Kuh-, Ziegen- oder Schafsmilch. Mit etwa 1 % Fettgehalt ist Stutenmilch zudem relativ fettarm, jedoch reich an ungesättigten Fettsäuren (u. a. Omega-3-Fettsäuren). Stutenmilch enthält viel Laktose und fördert damit die Bildung von Bifidobakterien im Darm. Das enthaltene sIgA (sekretorisches Immunglobulin A) kann das Darm-assoziierte Immunsystem zusätzlich stärken. Stutenmilch enthält außerdem die Vitamine A, C, D, E, B₁, B₂, B₆, B₁₂, Mineralstoffe wie Calcium und Phosphor sowie Spurenelemente wie Eisen.

Kumys als Therapeutikum

Kumys ist durch Zusatz von Milchsäurebakterien und Milchzucker-vergärenden Hefen doppelt vergorene Stutenmilch und als solche besonders leicht verdaulich. Er enthält alle

Vital- und Nährstoffe der Stutenmilch plus zusätzliche bioaktive Stoffe und deren Abbauprodukte, entgiftet und entsäuert und wirkt regenerativ auf die Darmflora. Therapeutisch kann Kumys vielfältig eingesetzt werden, etwa bei Lebererkrankungen wie Fettleber oder Hepatitis sowie bei Darmerkrankungen wie Colon irritabile, M. Crohn oder chronischer Obstipation. Ebenfalls Anwendung findet Kumys bei Hauterkrankungen wie Neurodermitis und bei Bluthochdruck. Gute Erfahrungen hat man auch in der kombinierten Anwendung mit Phytotherapie und Homöopathie sammeln können. In der komplementären Krebstherapie, so der Referent, sollte Kumys möglichst ab Diagnosestellung eingesetzt werden. Kumys kann regenerative Prozesse der Organfunktionen fördern und die „Neuordnung“ der Darmflora unterstützen, er wirkt immunmodulierend und kann helfen, Lebensqualität und Gesamtprognose zu bessern. Man nutzt Kumys u. a. zur psycho-vegetativen Stabilisierung, Vor- und Nachbereitung operativer Verfahren, Vermeidung der Nebenwirkungen aggressiver Therapieverfahren sowie zur Entsäuerung und Ausleitung.

Stutenmilch und Kumys vom Kurgestüt Hoher Odenwald



Hans Zollmann bei der Hofführung

Nach dem Eröffnungsvortrag von Herrn Witteczek führt Hans Zollmann die Teilnehmer über den Hof und erklärt den Melkablauf. Insgesamt gehören etwa 400 Pferde zum Betrieb, davon ist nur ein Teil im Melkbetrieb, der andere Teil sind Verkaufspferde. Eine Melkstute wird 2–4 Mal pro Tag gemolken, immer mit Rücksicht auf das Fohlen, das stets zuerst trinken darf. Von der Milch der Stute

gehen 1/3 in die Milchproduktion und 2/3 an das Fohlen. Das Fohlen ist mindestens zwölf Stunden pro Tag bei seiner Mutter und auch während des Melkvorgangs in deren Nähe.

Im Melkstall konnten die Teilnehmer beobachten, wie die Stuten darauf warten, gemolken zu werden. Einige waren schon ganz unruhig und drängelten, denn beim Melken erwartet sie eine große Portion Hafer. Der Melkprozess dauert zwei Minuten, die eigentliche Milchabgabe eine Minute. Pro Melkgang gibt eine Stute 1–2 Liter Milch, die dann größtenteils vor Ort zu den unterschiedlichen Produkten weiterverarbeitet wird, z. B. zu gefriergetrockneter Stutenmilch. Insgesamt kann eine Stute rund zehn Jahre Melkstute sein. Während dieser Zeit bekommt sie ein Mal pro Jahr Nachwuchs. Die Pferde werden in Gruppen gehalten, der Hengst läuft immer mit.

Zum Kurgestüt Hoher Odenwald, der ersten und größten Stutenmilchfarm Deutschlands, gehören insgesamt vier Höfe mit 450 ha Weiden und Ackerland. Die Betriebsbereiche sind Landwirtschaft, Pferdehaltung, Stutenmilchproduktion, Stutenmilchverkauf und Pferdeverkauf. Der Hof betreibt biologisch-dynamische Landwirtschaft und ist demeter-zertifiziert. Von der Fütterung der Pferde, ihrer wesensgerechten Haltung bis hin zur Verarbeitung der gewonnenen Stutenmilch kann das Familienunternehmen alle Details überwachen und die gleichbleibend hohe Qualität der Produkte gewährleisten.

„Unserer biologischen Landwirtschaft und Tierhaltung ist es zu verdanken, dass unsere Pferde nur ganz selten krank werden. Meist können wir dann abwarten“, erklärt Hans Zollmann bei der Hofführung. „Medikamente müssen wir nur ganz selten einsetzen.“



Im Melkstall: die Fohlen dürfen stets zuerst trinken und sind immer in der Nähe der Mutter. Zum Melken gehen die Stuten freiwillig und kehren anschließend zur Gruppe zurück.

Stutenmilch in der ganzheitlichen Ernährungstherapie



Markus Rust, Facharzt für Allgemeinmedizin mit Praxis in Rosenheim

Im dritten Teil der Veranstaltung beleuchtete Markus Rust, Allgemeinmediziner aus Rosenheim, die ernährungsphysiologischen Aspekte der Stutenmilch. Betrachtet man die menschliche Ernährung generell, so bestehen Pflanzen im Wesentlichen aus Kohlenstoff (Zellulose), Fleisch (Eiweiß) ist charakterisiert durch Stickstoff. Der Mensch muss Energie aufwenden, um pflanzliche Nahrung umzuwandeln und daraus Energie oder Struktursubstanz zu bilden. Industrielle/raffinierte Nahrung hingegen muss kaum noch vom menschlichen Körper verarbeitet werden.

Milch nimmt hierbei eine Zwischenposition ein: sie wird vom Tier abgegeben, ist aber weder Pflanze noch Fleisch. Sie wird eigentlich für den Nachwuchs produziert und ist je nach Art anders zusammengesetzt: Wiederkäuermilch hat eine andere Zusammensetzung als etwa Stutenmilch. Gebildet wird die Milch in den Milchdrüsen, die aus dem Ektoderm entstanden sind und zu den apokrinen Drüsen gehören. Auch hinsichtlich der Milchabgabe gibt es artspezifische Unterschiede: die Kuh hat ein Reservoireuter, das Pferd ein Stimulatioenseuter, der Mensch eine Mischform davon.

Bestandteile und Zusammensetzung verschiedener Milcharten

Kohlenhydrate: Sie sind in der Milch vorwiegend als Laktose vorhanden, einem Disaccharid aus Glukose und Galaktose. Glukose kann vom menschlichen Organismus sehr schnell verstoffwechselt werden und steht dem Verbrennungsprozess am nächsten. Galaktose ist wichtig für den Stoffwechsel der Gehirnzellen

und Baustein verschiedener Membranlipide, Cerebroside und Ganglioside. Kuhmilch hat als Hauptzucker Laktose, Muttermilch dagegen Galaktooligosaccharide, die präbiotisch wirken und einen höheren bakteriostatischen und virustatischen Schutz bieten. Stutenmilch liegt dazwischen.

Eiweiße: Kasein bildet den größten Milchproteinanteil in Kuhmilch und ist in Muttermilch am geringsten vorhanden, Stutenmilch nimmt eine Mittelposition ein. Der Anteil restlicher Eiweiße wie z. B. Molkeproteine ist gering in Kuhmilch und hoch in Stuten- und Muttermilch. Aufgrund der unterschiedlichen Eiweißzusammensetzung gerinnt Kuhmilch grobflockig, Stuten- und Muttermilch dagegen feinflockig. Diese Tatsache macht Kuh-, aber auch Ziegen- und Schafsmilch wesentlich schwerer verdaulich als Stuten- oder Muttermilch, besonders für den Magen des Säuglings. In Muttermilch sind zudem vor allem IgA-Immunglobuline vorhanden, die stark auf Oberflächen wie jene der Darmschleimhaut wirken, bei Kuh und Pferd werden dagegen mehr IgG-Globuline gebildet.

Fette: Der Fettgehalt ist unterschiedlich hinsichtlich der verschiedenen Milcharten. Muttermilch enthält durchschnittlich etwa 4,2 – 4,5 % Fett, Kuhmilch kommt auf einen Fettanteil von rund 3,8 % und Stutenmilch liegt bei etwa 1 %, wovon 2/3 aus ungesättigten Fettsäuren bestehen. Die Hauptfette der Milch sind Triglyceride (Neutralfette). Muttermilch hat sehr viele langkettige Triglyceride, Stutenmilch mittel- und langkettige und Kuhmilch vor allem kurzkettige Triglyceride. Diese werden leicht in der Leber verstoffwechselt und gehen schnell in die Energieversorgung ein. Langkettige Fette sind generell etwas schwerer zu verstoffwechseln und gehen eher in den strukturbildenden Kreislauf. Stutenmilch hat außerdem einen hohen Anteil an Phospholipiden.

Mineralien, Vitamine und Enzyme: Der Mensch nimmt kaum reine mineralische Nahrung auf; in erster Linie ist es Natriumchlorid als Gewürz. Kalzium wird durch Milch am sichersten aufgenommen, weil es dort organisch gebunden ist. Kuhmilch hat mit Abstand das meiste Kalzium, Muttermilch ist eher kalzium-

arm. Stutenmilch ist reich an Eisen, weswegen sie auch zur begleitenden Behandlung einer Anämie angewendet werden kann. Günstig ist zudem, dass Stutenmilch sehr Vitamin C-haltig ist, weil dadurch die Eisenaufnahme erleichtert wird. Das enthaltene Lysozym wirkt antibakteriell und unterstützt so die Funktion des Immunsystems. Außerdem fällt der hohe Gehalt von Vitamin D auf – dieser ist in Stutenmilch über 10 Mal höher als in Kuhmilch.

Pufferkapazität: Milch hat eine gewisse Pufferkapazität und kann Säure ausgleichen. Mutter- und Stutenmilch haben eine geringere Pufferkapazität als Kuhmilch, was für die Magenverdauung des Säuglings günstiger ist.

Einsatz von Stutenmilch im Säuglingsbereich

Stutenmilch kann hervorragend als Ersatz- und Heilmilch bei Säuglingen eingesetzt werden. Weil Stutenmilch relativ wenig Fett enthält, sollte man ihr bei der Verwendung als Säuglingsnahrung 2–3 g Fett, z. B. hochwertiges Sonnenblumenöl, pro 100 ml zusetzen. Pure Stutenmilch ist für junge Frühgeborene dagegen gut geeignet. Bei hohen Temperaturen sollte man Stutenmilch ggf. etwas verdünnen, um eine ausreichende Flüssigkeitsaufnahme sicherzustellen.

Therapeutisch findet Stutenmilch breiten Einsatz. Beispielsweise kann man bei Säuglingscolitis Verbesserungen erzielen, indem man Kuhmilch und Kuhmilchprodukte komplett weglässt und dem Säugling stattdessen Stutenmilch gibt. Auch bei Kindern mit Gallengangsatresie, schweren Durchfallerkrankungen oder Allergien wird Stutenmilch mit Erfolg eingesetzt.

„Zusammenfassend betrachtet besitzt Stutenmilch aufgrund ihrer wertvollen Inhaltsstoffe eine hohe Regenerationskraft und wird in der ganzheitlichen Ernährungstherapie schon seit vielen Jahren eingesetzt“, so Herr Markus Rust. „Aus naturheilkundlicher Sicht bedeutet Heilung immer ein Aufrufen der kindlichen Regenerationskräfte. Vielleicht hat Stutenmilch auch wegen ihrer Nähe zur Muttermilch deshalb eine heilende Wirkung.“

Resümee

Das Symposium konnte viele Aspekte rund um die Ernährungstherapie mit Stutenmilch beleuchten. Insbesondere die ernährungsphysiologischen Details zeigten, warum Stutenmilch, besonders biologisch-dynamische Stutenmilch, ein so wertvolles Naturprodukt ist. Leider sind

Stutenmilch und Kumys in Deutschland noch wenig bekannt. Dementsprechend sollten solche Symposien künftig öfter durchgeführt werden, auch damit Therapeuten praxisnah berichten können und Behandlungsoptionen mit Stutenmilch eine solide Grundlage erhalten.

Autorin:
Dr. med. Petra Kittner
Im Sand 5
69115 Heidelberg
Tel.: 0171-8960171
E-Mail: info@pk-pharmakommunikation.de
www.pk-pharmakommunikation.de

Produkte der Zollmann Stutenmilch GmbH: Kraft und Dynamik aus der Natur

Stutenmilch-Produkte

Bio-Stutenmilch Equilac® (gefrorene, pasteurisierte Bio-Stutenmilch)

Equilac® ist eine leicht verdauliche gehaltvolle Bio-Stutenmilch, die der menschlichen Muttermilch sehr ähnlich ist. Ihr Geschmack ist angenehm neutral und leicht süßlich. Equilac® ist ein Getränk für Erwachsene, Kinder und Säuglinge.

Bio-Stutenmilch-Pulver (gefriergetrocknete Bio-Stutenmilch Equilac®)

Bio-Stutenmilch-Pulver Equilac® ist 100 % Stutenmilch. Das Pulver wird durch das schonende Gefrier Trocknungsverfahren gewonnen, das die sensiblen Inhaltstoffe der Stutenmilch schützt. Unser Bio-Stutenmilch-Pulver löst sich gut auf und schmeckt angenehm süßlich. Bio-Stutenmilch-Pulver Equilac® ist für alle Altersgruppen geeignet.

Bio-Stutenmilch mit Reisflocken (gefriergetrocknete Bio-Stutenmilch mit Reisflocken)

Bio-Stutenmilch mit Reisflocken verbindet die Vorteile von Stutenmilch und Reisflocken. Es ist gluten- und kuhmilchfrei. Der Geschmack ist angenehm neutral und leicht süßlich. Die Kombination kann als Brei oder Getränk einfach ohne aufzukochen zubereitet werden. Bio-Stutenmilch mit Reisflocken dient als Aufbaunahrung oder zur kuhmilchfreien, ziegenmilchfreien und sojafreien Ernährung in allen Lebensphasen.

Bio-Stutenmilch mit Dinkel (gefriergetrocknete Bio-Stutenmilch mit Dinkel)

Bio-Stutenmilch mit Dinkel verbindet die Vorteile von Stutenmilch und Vollkorngetreide. Es ist leicht verdaulich und wohlschmeckend. Die Kombination kann als Brei oder Getränk einfach ohne aufzukochen zubereitet werden. Bio-Stutenmilch mit Dinkel dient als Aufbaunahrung oder zur kuhmilchfreien, ziegenmilchfreien und sojafreien Ernährung in allen Lebensphasen.



Produkte aus fermentierter Stutenmilch

Bio-Kumys (Kumylac®, original fermentierte Bio-Stutenmilch)

Kumylac® ist ein prickelndes, leicht alkoholhaltiges Sauer Milch-Hefegerränk (bis zu 2,5 % Alk.) aus Bio-Stutenmilch. Es gehört zu den ältesten und berühmtesten Sauer Milchgetränken der Welt (Kumys). Kumylac® ist ein einzigartiges, bioaktives Wellnessgetränk und kann pur oder mit Saft kombiniert getrunken werden.

Aktiv-Impuls (Bio-Stutenmilch Fermentkapseln)

Stutenmilchkapseln aus 100 % fermentierter Stutenmilch. Unsere Aktiv-Impuls Bio-Stutenmilch Fermentkapseln sind mit hochwertigen Milchsäuren und Hefebakterien versetzt. Die wertvollen Proteine der Stutenmilch sind zu hochverwertbaren Peptiden verstoffwechselt. Die Kapselhülle ist rein pflanzlich.

Aktiv-Regeneration (Bio-Stutenmilch Fermentgetränk mit Hafer)

Aktiv-Regeneration, die schnelle Energie aus der Natur: die Kraft und Dynamik der doppelt fermentierten Bio-Stutenmilch für Vitalität und Wohlbefinden. Der Hafer ist ernährungsphysiologisch die hochwertigste Getreideart, die in Mitteleuropa angebaut wird. Hafer beinhaltet eine starke Beziehung zu den aufbauenden Kräften. Fermentierte Stutenmilch und Hafer – zwei Naturprodukte, die sich hervorragend ergänzen.

Aktiv-Harmonie (Bio-Stutenmilch Fermentgetränk mit Dinkel)

Aktiv-Harmonie für Ausgeglichenheit in der Ernährung. Die Kraft und Dynamik der doppelt fermentierten Bio-Stutenmilch für Vitalität und Wohlbefinden. Das Vollkorngetreide Dinkel mit wertvollen Mineralstoffen, Vitaminen und Kieselsäure. Schon Hildegard von Bingen schätzte dieses wertvolle Getreide. Fermentierte Stutenmilch und Dinkel – zwei Naturprodukte, die sich hervorragend ergänzen.



Kosmetik-Produkte

Stutenmilch-Creme (mit Kumylac® fermentierte Bio-Stutenmilch, 50 ml)

Stutenmilch-Lotion (mit Kumylac® fermentierte Bio-Stutenmilch, mit Vitamin E und Jojobaöl, 150 ml)

Stutenmilch-Duschbad (mit Kumylac® fermentierte Bio-Stutenmilch, 200 ml)



Kurgestüt Hoher Odenwald
Hans Zollmann
Simmesstraße 17
69429 Waldbrunn-Mülben

Tel.: +49 (6274) 242
Fax: +49 (6274) 62 83
E-Mail: info@kurgestuet.de
www.stutenmilch.de

Weitere Produkte rund um Stutenmilch und Kumys finden Sie in unserem Onlineshop. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

www.Stutenmilchprodukte.de