

Milch



Dr. Ernst Walter Henrich studierte Medizin in Köln und promovierte 1986 an der medizinischen Fakultät zum Dr. med. Er spezialisierte sich auf Gebiete der Gesundheitsvorsorge insbesondere auf gesunde Hautpflege und gesunde Ernährung. Diese Spezialgebiete lehrt er seit vielen Jahren auf Fortbildungsseminaren.

Wir kennen alle die Empfehlungen aus der Presse, mehr Obst und Gemüse und weniger Fleisch zu essen. Die gesundheitlichen Schäden durch Fleisch und tierliche Fette wurden durch viele wissenschaftliche Studien nachgewiesen. Ebenso sind die negativen gesundheitlichen Folgen von Milch, Käse (gesättigte tierische Fette) und Eiern (Cholesterin) bekannt. Wenn Naturkatastrophen oder Terroranschläge Hunderte oder Tausende von Toten fordern, ist das Entsetzen groß. Wenn aber eine gesellschaftsimmanente Fehlernährung Millionen von Toten durch Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und andere ernährungsbedingte Erkrankungen verursacht, wird dies mit einem erstaunlichen Gleichmut hingenommen. Die Märchen der Fleisch- und Tier Industrie, wonach Fleisch, Milch und Eier gesunde und wertvolle Nahrungsmittel sind, werden widerspruchslös von meist ahnungslosen Verbrauchern und von offenbar uninteressierten Politikern hingenommen. Dieses Verhalten der Politiker ist völlig inakzeptabel, weil sie offensichtlich die wirtschaftlichen Interessen der Fleisch- und Tierindustrie höher bewerten als das gesundheitliche Wohlergehen der Bürger, denen sie eigentlich in erster Linie verpflichtet wären.

Dr. Ernst Walter Henrich, Die gesündeste Ernährung. [on-line]. [Abfragedatum: 26. 04. 2013]. Zugänglich von: <http://www.peta.de/web/home.cfm?viewfile=1&fn=43913E4CDF&mod=view&execute=1>.

Zodpovězte otázky podle následujícího videa:

1. Was ist die Milch?
2. Wohin gehört Milch?
3. Was kommt aufs Brot?
4. Wo darf die Milch nicht fehlen?
5. Wie viel Kilo Frischmilcherzeugnisse verbraucht jeder Deutsche jährlich?
6. Wie viel Prozent der Ernährung macht das aus?
7. Mit wie viel Tonnen Milcherzeugnisse pro Jahr ist das Deutschland das größte Milchland Europas?
8. Was wissen die wenigsten?
9. In welche Richtung weisen die wissenschaftlichen Studien?
10. Welche Krankheiten soll das Getränk auslösen?
11. Wie lange verzichtet Dr. Ernst Walter Henrich auf Milchprodukte?

r Bestandteil – součást, lecker – chutný, r Aufstrich – pomazánka, r Sahnekuchen – šlehačkový dort, eindeutig – jednoznačný,