



Info

Kuhmilcheiweißfreie Ernährung mit *SOJA FIT*.



Die am häufigsten gestellte Frage zum Thema „Milcheiweißunverträglichkeit“ ist: Woran erkennt man sie ?

Die Milcheiweißunverträglichkeit muß von einer Milchzuckerunverträglichkeit abgegrenzt werden. Beide können zwar ähnliche Symptome wie z.B.

- Hautausschlag/-veränderungen
- Erbrechen, Durchfall, Darmkrämpfe
- Atembeschwerden bis hin zur akuten Atemnot

aufweisen. Die Therapie – eine konsequente Vermeidung aller Milchprodukte – ist aber eine andere als bei der Laktoseintoleranz (Milchzuckerunverträglichkeit). Erst der hundertprozentige Verzicht garantiert eine eindeutige Besserung der Symptome und ein beschwerdefreies Leben, dass gerade bei Kindern in der Entwicklung sehr wichtig ist.

Was ist eine Milcheiweißunverträglichkeit ?

Eine Milcheiweißunverträglichkeit ist sehr häufig auf ein speziell in Kuhmilch enthaltenes Eiweiß zurückzuführen. Diese Eiweiße werden unter bestimmten (z.B. krankheitsbedingten) Umständen in den Blutkreislauf gespült und vom körpereigenen Immunsystem bekämpft. Der menschliche Organismus reagiert mit Antikörpern, die die oben genannten Symptome verursachen.

Der Verzicht auf Milchprodukte beinhaltet in diesem Zusammenhang die konsequente Vermeidung von Kuhmilch und aller damit verbundenen Produkte. Ziegen- und Schafmilchprodukte sind dagegen meist verträglich und geeignet den Calciumhaushalt aufzufüllen. Dies kann auch über Obst und Fruchtsäfte geschehen und über die leckeren Sojaprodukte von Berief *SOJA FIT*.

Welche Produkte enthalten überhaupt Kuhmilch?

Kuhmilch kann enthalten sein in: Milch, Käse und Käsezubereitungen, Trockenmilch, Pudding, in Mixgetränken, Kakao, in Süßspeisen, Kaffee-weißer, Kondensmilch, Sahne, Sauerrahm, Dickmilch, Kefir, Joghurt, Molke, Quark, Brot- und Kuchenbackmischungen, in Milchbrötchen, Waffeln, Kuchen, in Pizza, Tiefkühlfertiggerichten, Konserven, Tiefkühlzubereitungen, Süßigkeiten, Fleischprodukten, Soßen, Instantsuppen, Kartoffelpulver, Mayonaise, Butter und Margarine. Oft ist es schwierig Produkte ohne Milcheiweiß im Handel zu finden, so dass jedes Produkt vor dem Kauf genau studiert und sämtliche Inhaltsstoffe überprüft werden muß.

Beim Kochen können Sie z.B. Sahne durch *SOJA FIT* Crème Fit ersetzen, Kuhmilch kann durch unseren fettarmen Soja Drink Natur + Calcium ersetzt werden mit nur 1,2 % Fettanteil. Unsere leckeren Desserts in Vanille, Schoko und Karamell mit Calcium angereichert sind optimal für einen kleinen süßen Snack zwischendurch oder als Nachtisch.

Für alle diejenigen die sich mit Soja nicht so recht anfreunden können haben wir als Alternative noch unseren bekömmlichen Berief Reis Drink in den beiden Geschmacksrichtungen „Natur“ und „Vanille“ ohne Zuckerzusatz.



Weitere Fragen beantworten Ihnen gerne unsere Soja Experten unter der Kunden-Telefonnummer:

01803-11885040 (0,09 € pro Minute)

Weitere Informationen im Internet: www.sojafit.de

