



Michele Helfenstein melkt ihre Stute Rosella, die es sich ruhig gefallen lässt.



Die Fohlen kommen nicht zu kurz.

Milch von Stuten ist gut für die

Seit mehreren Jahren produziert Michele Helfenstein mit ihren Highlandponys Stutenmilch. Diese dient nicht nur dem Nachwuchs als Nahrungsmittel, sondern hilft vor allem auch bei verschiedenen Hautkrankheiten des Menschen.

Gelassen steht Rosella im Stall, während Michele Helfenstein sie melkt. Nach dem Melken gibt es eine Portion Kraftfutter, danach können Stute und Fohlen wieder auf die Weide. Die Ponys freuen sich sichtlich. Helfenstein hält vier Highlandponystuten und einen Hengst in Schüpfen BE. Sie produziert auf drei Hektaren Pachtland Stutenmilch. Der weisse «Saft» wird heute vor allem als Zusatztherapie bei chronischen Hautkrankheiten verwendet. «Unsere Kunden verwenden Stutenmilch bei Schuppenflechten oder Neurodermitis. Ich kuriere meine Psoriasis damit», sagt Helfenstein. Wer Stutenmilch konsumiert, macht das oft in Form einer Kur über eine Zeitspanne von 14 bis 60 Tagen. Hierbei werden täglich 250 Milliliter Stutenmilch getrunken. In Russ-

land war und ist Stutenmilch ein Volksheilmittel gegen diverse Erkrankungen. Ernährungswissenschaftler fanden heraus, dass die Milch bei Darmkrankheiten antibakteriell wirkt und die Verdauungsdrüsen anregt. Stutenmilch unterscheidet sich stark von Kuhmilch, vor allem was die Zusammensetzung der Eiweisse betrifft. In Stutenmilch ist der Kaseingehalt tief und der Albumingehalt hoch, in Kuhmilch ist es umgekehrt. Kuhmilch ist kochbeständig, Stutenmilch jedoch scheidet sich beim Kochen, sie kann somit nicht durch Sterilisation oder Pasteurisation haltbar gemacht werden. Daher wird Stutenmilch vorwiegend in 250-Milliliter-Packungen eingefroren oder zu Pulver verarbeitet. **Die erste Milch gehört dem Fohlen** Des Weiteren hat Stutenmilch einen generell tieferen Eiweiss- und Fettgehalt, jedoch einen höheren Zuckergehalt als Kuhmilch. Stutenmilch ist der Menschenmilch ähnlich und kann somit auch zur Ernährung von Säuglingen gebraucht werden. Zudem ist Stutenmilch leichter verdaulich als Kuhmilch und auch für Kuhmilchallergiker geeignet. Damit eine Stu-

te Milch gibt, muss sie ein Fohlen bekommen. Sobald dieses auf der Welt ist, schießt bei der Stute die Milch ein. Die erste Zeit kommt das sogenannte Kolostrum, das sehr fetthaltig ist und wichtige Stoffe enthält, die die Immunabwehr des Fohlens stärken. Diese Milch wird genau wie bei den Kühen im Normalfall dem Jungtier gegeben und nicht für die menschliche Ernährung verwendet. «Ich melke meine Stuten im ersten Monat nicht», berichtet Helfenstein. So kann das Fohlen das Kolostrum trinken. Nach einem Monat kann die Milch gewonnen werden. Wichtig zu wissen ist, dass eine Stute schnell keine Milch mehr gibt, wenn ihr das Fohlen weggenommen wird. Deswegen muss die Stute immer mit dem Fohlen zusammen gehalten werden, sofern sie gemolken werden soll. Das Euter von Stuten hat jedoch nur eine geringe Kapazität, daher kann pro Melkgang nur eine geringe Menge gemolken werden. «Ich trenne die Stuten vor dem Melkgang etwa drei Stunden von den Fohlen ab», erklärt Helfenstein. So kann sich das Euter füllen, damit danach die maximale Menge beim Melken gewonnen werden kann. «Meine Stuten

Haut von Menschen

einmal am Tag gemolken. So erhalte ich 1,5 bis 2 Liter Milch pro Tier und Tag.» Nach dem Melken werden die Stuten wieder zu ihren Fohlen gelassen, sodass auch die Fohlen noch zu ihrer Milch kommen. **Melkmaschinen sind besser für die Euter** Stuten haben zwei Zitzen, ähnlich einer Ziege. Sie können von Hand gemolken werden oder aber auch mit einer Melkmaschine. Michele Helfenstein melkt ihre Ponys mit einer Melkmaschine für Milchschafe. Probleme, dass die Stuten beim Melken ausschlagen würden, hatte sie nie. Natürlich habe es Geduld und Übung gebraucht am Anfang. «Mein Traum wäre schon ein Melkstand», sagt Helfenstein mit leuchtenden Augen. Dazu fehlt ihr aber noch der passende Landwirtschaftsbetrieb. Studien zeigten, dass sich durch den Einsatz von Melkmaschinen das Verhalten der Stuten nicht veränderte. Zudem war die Eutergesundheit der Tiere bei maschinellem Melken besser und der Fettgehalt der Milch höher. Das wird vor allem dadurch erklärt, weil die Maschine immer genau gleich arbei-

tet, der Melker aber je nach Tagesform vielleicht nicht immer ganz genau gleich melkt oder vielleicht nicht jeden Tag die gleiche Person melkt. Ein Nebenprodukt der Milchstutenhaltung sind die Fohlen. Doch was geschieht mit ihnen? Einige können nachgezogen werden, sie stehen dem Betrieb später als Milchstuten zur Verfügung. Je nach Rasse, die der Betrieb hält können Fohlen auch verkauft werden. Vielfach ist es jedoch schwierig, die Fohlen zu verkaufen, gerade bei Grossbetrieben, wo jedes Jahr sehr viele Fohlen auf die Welt kommen. Hier spielt die Mentalität der Betriebsleiter und der Kunden eine grosse Rolle. Während es in Frankreich und der Westschweiz normal ist, Fohlen zu schlachten, ist das in Deutschland und der Deutschschweiz eher verpönt. Vermutlich ist das auch ein Grund, wieso die Grossbetriebe vor allem in Frankreich angesiedelt sind. «Ich verkaufe meine Fohlen natürlich lieber lebendig, als dass ich sie schlachte. Bisher hatte ich auch keine Probleme, gute Plätze für meine Fohlen zu finden», berichtet Helfenstein. *Text und Bilder: Tamara Wülser*

Die Preise und der Absatz von Stutenmilch
Ein Liter Stutenmilch kostet in der Schweiz zwischen 30 und 40 Franken. Die Schweizer Stutenmilchproduzenten vermarkten ihre Produkte meist direkt ab Hof, vielfach auch via Internet. «Wir lassen die komplette Milch zu Pulver verarbeiten», sagt Michele Helfenstein. Die Hälfte des Pulvers werde zu Kosmetik verarbeitet, die andere Hälfte als Nahrungsergänzung in Kapselform verkauft. «Wir haben festgestellt, dass der Handel mit gefrorener Milch schwierig ist.» Viele Leute hätten keine grossen Tiefkühler mehr, zudem werde der Versand teuer, sagt Helfenstein.

Heilmethoden kombinieren

Auch Pferde leiden unter sogenannten Zivilisations- oder Wohlstandskrankheiten. Oft sind Haltungsfehler und falsche Ernährung schuld daran. Das Buch «Die Stoffwechselstrategie» hilft, Pferde besser zu verstehen und ihre Gesundheit zu fördern.

Übergewicht, Diabetes und Nierenprobleme. Nicht nur Menschen sind davon betroffen. Immer häufiger treten solche oder ähnliche Beschwerden bei Pferden auf. «Obwohl fast alle Pferde schulmedizinisch therapiert worden waren, konnten zum einen weder Krankheitsursachen ausgemacht werden, zum anderen bestand keinerlei Aussicht auf Besserung», sagt Marion Schwaller-Barina. Für die ausgebildete Tierheilpraktikerin stand schnell fest, dass sie etwas dagegen unternehmen möchte. Deshalb griff Schwaller-Barina zur Feder und schrieb einen Ratgeber, um kranken Pferden und deren Haltern zu helfen. Unterstützung erhielt sie dabei von der langjährigen Tierärztin Eva Koepl. Die Autorinnen zeigen in ihrem Buch «Die Stoffwechselstrategie» alternative Behandlungsmöglichkeiten wie orthomolekulare Therapie (im Mittelpunkt steht die hochdosierte Verwendung von Vitaminen und Mineralstoffen) und Kräuter- beziehungsweise Pilzheilkunde auf. Dabei legen sie grossen Wert auf die biochemischen Vorgänge im Pferde-Organismus. «Das ist äusserst kompliziert», gesteht Schwaller-Barina. «Doch mit der Zeit gelang es mir ein Bild davon zu entwerfen, das immer klarer wurde.»

Nützliche Symbiose
Neben Erklärungen zur Notwendigkeit und Wirkung der Fütterung von Mikronährstoffen liefern Schwaller-Barina und Koepl auch nützliche Bedarfswerte. Abgerundet wird der Ratgeber durch eine kleine Kräuterkunde von A wie Anis bis Z wie Zinnkraut. «Die Stoffwechselstrategie» erhebt keinen Anspruch darauf, die klassische Schulmedizin zu ersetzen, sondern eine Symbiose mit ihr und der Naturheilkunde zu bilden. Das Ziel ist es, über den Tellerrand hinauszublicken – zum Wohl des Pferdes. *Oliver Loga*



Marion Schwaller-Barina, Eva Koepl: «Die Stoffwechselstrategie. Das Konzept für gesunde Pferde», gebunden, 160 Seiten, Verlag: Maro, ISBN: 978-3-87512-511-5, ca. Fr. 27.–