

# Melkwei, de mythe voorbij

Janine te Marvelde

**Aan melkwei worden bijzondere eigenschappen toegekend. Het zou voor velen een wondermiddel zijn met zeer veel verschillende toepassingen. In diverse forums op het internet wordt door gebruikers wei aangeprezen, waarmee overigens meestal Molkosan van A. Vogel wordt bedoeld.**

**L**ast van uw darmen? Drink elke morgen een glas water met twee eetlepels wei en u bent van de klachten af. Last van eczeem? Ga in een warm bad liggen waar melkwei aan toe is gevoegd. Riekt uw navel? Dep met onverdunde wei en weg is de onaangename geur. Melkwei is in de ruimste zin van het woord een panacee: de gebruikswijzen zijn talloos, het dient als ontsmettingsmiddel, als middel tegen eczeem of huiduitslag, als drankje tegen koorts, als gorgelmiddel (verdund) bij bof, als spoelmiddel bij vaginale ontsteking of witte vloed, als preventief werkend middel tegen keelontsteking, als reinigingsmiddel bij mondhygiëne, als middel tegen psoriasis, als darmstimulerend en desinfecterend middel, het herstelt de darmflora, het dient als verzorgingsmiddel voor het haar (kale plekken, schimmelmziekte), als middel tegen roos, als middel tegen huidschimmel, als middel tegen blaasontsteking, als middel bij overbrenging van ziekten door dieren (onverdund uitwendig gebruiken), als depmiddel bij wratten, als azijnvervanger, als afwasmiddel, als middel ter gewichtbeheersing, als depmiddel bij kwalenbeten, als dorstlessen, en last but not least is het ook nog zuiverend voor gal en lever

Het doet dan wat vreemd aan dat dit wondermiddel nooit wordt voorgeschreven door de huisarts. Is het vanwege de onbekendheid van de arts met het middel of vanwege het feit dat het middel niet die werking heeft die door Vogel wordt gestipuleerd?

Ook op alle internetforums over dit onderwerp is vaagheid troef. Meestal heeft men het 'van horen zeggen' en heeft men het daarna uitgeprobeerd. Hoewel sommigen er bij zweren en overtuigd zijn van de goede werking, is nergens te lezen dat men is genezen of dat klachten zijn verminderd na het gebruik van wei.

**Wat is melkwei?** • Wei of melkwei is de geelgroene, lichtzure vloeistof die bij de kaasbereiding ontstaat door het stremmen van de melk na toevoeging van stremsel. De vaste bestanddelen, de wrongel, blijven over nadat de wei is afgetapt. De wrongel wordt tot kaas. Het rest-

product, de wei, bevat ongeveer 50% van de lactose, eiwitten, vitaminen en mineralen van melk. Wei bevat nauwelijks vet. Kwark of platte kaas is wrongel die nog veel wei bevat. Naast toepassing in de natuurgeneeskunde wordt wei ook gebruikt als goedkope grondstof voor frisdrank, bijvoorbeeld Rivella en voor diervoeding. De laatste jaren wordt wei door de zuivelindustrie vaak gebruikt als goedkope vervanger van een gedeelte van de melk in vla.

**Molkosan** • De in 1996 overleden notoire 'genezer' A. Vogel, heeft de wei omgetoverd tot het wonderbaarlijke middel Molkosan. Hij adviseert het voornamelijk voor een goede spijsvertering en goede stoelgang. Een liter is te koop voor ongeveer € 20,- bij de drogist, een aanzienlijk bedrag voor een goedkoop afvalproduct! Volgens Vogel zou het uitstekend zijn voor een goed werkende darmflora vanwege de natuurlijke ingrediënten en het rechtsdraaiende melkzuur, wat ook voor kwark geldt. Alleen is dat naar verhouding een stuk goedkoper. Sommige internetsites gaan zelfs een stapje verder door het aan te bevelen als een probiotica. Dit zijn over het algemeen de sites van aanhangers van alternatieve geneeswijzen.

**Darmflora** • Een recente schatting van het aantal bacteriën dat de darm huisvest komt op een vierhonderdtal soorten, die alle verantwoordelijk zijn voor specifieke processen die in de darm plaatsvinden. Al deze bacteriën samen noemt men ook wel 'darmflora'. De bacteriën in onze darmen hebben een aantal belangrijke functies: het verteren van voedsel, het bevorderen de opname van mineralen, voornamelijk calcium, het beschermen van de darmwand tegen 'slechte' micro-organismen en de bevordering van de immuunrespons. Daarnaast produceren zij vitaminen, verbeteren ze de stoelgang en breken ze lactose af, wat van belang is bij lactose-intolerantie.

Eetwaar die met behulp van bacteriën, gisting en schimmels is gemaakt, (melkzuur) ondersteunen een gezonde darmflora. Bijvoorbeeld (biologische) yoghurt, karnemelk, kwark, zuur-

desembrood en zuurkool. Melkzuur wordt aangeduid als linksdraaiend en rechtsdraaiend. De naam komt van het effect dat deze melkzuren geven als ze onder de microscoop worden bekeken door een lichtstraal. Bij linksdraaiend melkzuur buigt de straal naar links af, bij rechtsdraaiend naar rechts. Rechtsdraaiende melkzuren worden in het lichaam iets gemakkelijker afgebroken dan linksdraaiende. Daarom noemen sommigen deze bacteriën 'gezonder'. Voor een normaal gezond lichaam maakt het onderscheid niet veel uit. De lichtere verteerbaarheid van rechtsdraaiend melkzuur kan wel van belang zijn voor baby's en heel jonge kinderen. Melkzuren komen dus voor in zuivel. Het omzetten van melksuiker in melkzuur noemen we fermentatie. Yoghurt is bijvoorbeeld een gefermenteerd melkproduct. Het is melk die door de werking van bepaalde bacteriën tot stremming wordt gebracht. In feite wordt de melk verzuurd door er een 'yoghurtcultuur' aan toe te voegen. Deze yoghurtcultuur bestaat uit een mengsel van twee bacteriën: *Lactobacillus bulgaricus* en *Streptococcus thermophilus*. Deze yoghurtbacteriën moeten tot op het moment van verbruik in aanzienlijke hoeveelheden nog levend aanwezig zijn. Al met al is het duidelijk dat yoghurt ons heel wat meer te bieden heeft dan Molkosan. Yoghurt is licht verteerbaar en uitstekend voor de darmflora!

**A. Vogel dixit** • Vogels Molkosan ondersteunt de darmflora. Het is een honderd procent natuurlijk product, dat bestaat uit melkweiconcentraat van Zwitserse herkomst, voedingszuur, melkzuur, moutextract. Molkosan bevat van nature onder andere 4% lactose. Bij lactose-intolerantie wordt consumptie daarom afgeraden. Voedingswaarde per 100 ml Molkosan: energie: 264 kJ/62 kcal, eiwit: 0,1 g, koolhydraten: 14,5 g, vet 0,1 g, natrium 0,07 g, D-melkzuur: 1,2 g, L-melkzuur: 6,2 g, PH: 2,6 (zie homepage A. Vogel).

Gezien bovenvermelde ingrediënten lijkt het slechts een alternatief voor citroensap of azijn. Het smaakt onverdund erg zuur, dus voegt Vogel er de zoetmaker moutextract aan toe.

In de beschrijving van het product zelf wordt echter met geen woord gerept over de vermeende fantastische werking die Molkosan bij specifieke klachten zou hebben. Vogel claimt dat Molkosan de darmflora ondersteunt, de stofwisseling bevordert en meer energie en vitaliteit geeft, maar op geen enkele wijze wordt, zoals bij zijn andere producten, de specifieke toepassing en werking bij diverse kwalen vermeld. De reden is voor de hand liggend: Vogel

c.s. kunnen niet hard maken dat Molkosan welke klacht dan ook zal verminderen.

Onder 'het bijzondere van Molkosan' op Vogels site, staat een opmerkelijk citaat van het genie: 'Bovendien bevat Molkosan orootzuur, een stof die mede verantwoordelijk is voor de heilzame invloed van melkwei. Orootzuur vormt namelijk een belangrijke bouwstof van de celkernen van ons lichaam. De miljoenen cellen van ons lichaam vernieuwen zich voortdurend. Om goed te kunnen functioneren, heeft de celkern orootzuur nodig en dit is in geconcentreerde vorm in Molkosan aanwezig'. De Maastrichtse toxicoloog en voedselkundige prof. Aalt Bast zegt dat hij wat allergisch wordt van Vogels bewering. Bast noemt orootzuur een onzin-vitamine. 'Net als B4, B17 en B15, dat zijn geen echte vitamines. Vitamine C is een echte vitamine. Als je die niet binnenkrijgt, riskeer je scheurbuik. Een stof is pas een vitamine als je er niet zonder kunt. Orootzuur heb je niet echt nodig'. Toch kan het geen kwaad om orootzuur of B13 binnen te krijgen, vult Bast aan.

Het kan geen kwaad om orootzuur binnen te krijgen? En niemand heeft het echt nodig! Dat staat lijnrecht tegenover hetgeen Vogel beweert. Beveel een onbekende stof aan als onontbeerlijk voor de celkernen van het menselijk lichaam! Een mooi verkooppraatje maar wel nonsens!

**Azijn** • Azijn wordt al gebruikt sinds mensen wijn drinken. Wijn wordt gemaakt uit suikerhoudende vloeistoffen met gistcellen. De azijnzuurbacteriën zetten uiteindelijk de alcohol om in azijnzuur (oxidatieproces). Als men wijn lang in de openlucht laat staan, wordt de wijn langzamerhand zuurder. Het Franse woord voor azijn, *vinaigre*, betekent letterlijk 'zure wijn'. Deze azijn staat in Nederland trouwens bekend als *wijnazijn*. Later bleek dat, als men voedselproducten in deze zogenaamde zure wijn legde, ze langer houdbaar bleven. Dit bleef tot ver in de middeleeuwen een van de belangrijkste methoden om voedsel langer houdbaar te maken. Azijn werd niet alleen gebruikt voor het conserveren van voedsel, maar ook om wonden sneller te laten helen en werd zelfs voorgeschreven ter bestrijding van bronchitis en darmklachten.

Tevens werd azijn gebruikt voor de huidverzorging en als schoonmaakmiddel (dit laatste gebeurt nog steeds). Louis Pasteur ontdekte namelijk de azijnbacteriën, micro-organismen die de alcohol opnemen uit wijn en deze omzetten in azijnzuur. We kennen allemaal nog wel een aantal overgebleven ouderwetse huismiddeltjes van onze oma's en onze moeders. Het be-

kendste is waarschijnlijk bij een muggenbeet deppen met azijn. Pijn en jeuk verdwijnen.

**Conclusie** • Samenvattend kan men stellen dat alle goede eigenschappen van Molkosan terug te vinden zijn in een goedkope fles keukenazijn. Vogel zegt op zijn site dat Molkosan een goede vervanger is voor azijn, maar het omgekeerde is het geval: azijn is een zeer goedkope vervanger voor Molkosan. Dit is niet veel meer dan een goedkoop restproduct dat duur wordt verkocht. Molkosan kan bepaalde klachten verlichten, precies zoals het oude, bekende huis-

middeltje azijn. Vogel geeft het op zijn eigen website zelf heel fraai weer: Een kwallenbeet kan men het beste behandelen met azijn of verdunde Molkosan! Wat neemt u mee naar het strand? En mocht een onwelriekende navel na het gebruik van azijn of Molkosan nog steeds problemen geven, dan heb ik nog wel een oude grootmoederstip die altijd werkt: gebruik een washandje met water en zeep! ●

*Janine te Marvelde is publiciste*

## ● Kort ●

### Officieel

Ines von Rosenstiel is de drijvende kracht achter de introductie van 'integratieve geneeskunde' in het noodlijdende Slotervaartziekenhuis, waar zij onder andere visualisatie, yoga, baby-massage, aromatherapie en muziektherapie heeft geïntroduceerd. Zelfs de mogelijkheid dat Chinese acupunctuur op de arme cliëntèle uit Amsterdam-West wordt losgelaten, sluit zij niet uit. De Amsterdamse kinderarts deed haar wijsheden op in Nepal tijdens samenwerking met een Tibetaanse genezer en gedurende een verblijf in een kinderziekenhuis in Boston. Ze beweert weliswaar dat zij alleen geneeswijzen introduceert waarvan de werkzaamheid is aan-

getoond, maar hanteert daarbij geheel eigen criteria. In diverse interviews liet Von Rosenstiel zich voorstaan op haar lidmaatschap van de VtdK. Artikel 6, lid 4 van de statuten draagt het VtdK-bestuur op het lidmaatschap te weigeren aan hen wier handelingen in strijd zijn met de doelstelling van de Vereniging. Omdat Von Rosenstiel niet bereid was de eer aan zichzelf te houden, kreeg zij op 16 juli 2007 een brief waarin haar haar royement werd medegedeeld. Overigens werd het Slotervaartziekenhuis in 2006 wegens de 'integratieve geneeskunde' door de VtdK-leden genomineerd voor de Meester Kackadorisprijs. ●

*Het bestuur*