

Unsere Foren / ...endlich schwanger?

Milch in der Schwangerschaft

ilaydaa / 08.10.2007 09:01

[Milch in der Schwangerschaft](#)

guten morgen ihr lieben, *wink*

ich habe gehört, dass ein glas milch in der schwangerschaft sehr gut sein soll.*ja*
spielt dass eine rolle ob man die milch morgens od. abends - kalt od. warm trinkt??

wünsche euch eine angenehme woche.

gruss

arzu

###format_signatures_pre###

[embed src="babystrology.com"]; type="application/x-shockwave-flash" wmode="transparent" width="120" height="180"][/embed]

Jan 2008 3. [ICSI](#)

23.01. angefangen zu spritzen mit [Gonal](#) 225 / 187,5
28.01. erster US rechts 6 Follis und links 5 follis
30.01. zweiter US rechts 7 Follis und links 5 follis
02.02. Punktion von 7 Eizellen
03.02. 6 Stk. befruchtet
07.02. TF 2 sche [Blastos](#) zurckbekommen
22.02. BT - POSITIV !!!! HCG liegt bei 1200 / Prog. 40 *dance*
06.03. erster US Suuuper - wir haben das herz bubbern sehen

Sep 2007 2. [ICSI](#) POSITIV HCG liegt bei 330 / Okt 2007 MA; leider keine Herzaktivit *heul*

Mai 2007 1. [ICSI](#) Negativ###format_signatures_post###

Rabies / 08.10.2007 09:44

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Soweit ich weiß das vllig egal und du kannst sie trinken, wie und wann du willst. Wenn du sie gut verträgst, ist alles in Ordnung.

###format_signatures_pre###Liebe Gr,

Rabies###format_signatures_post###

1 mal bearbeitet. Zuletzt am 08.10.07 09:45 von Rabies.

Lina+3 / 08.10.2007 09:44

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Es ist vollkommen egal, in welchem Aggregatzustand du die Milch zu dir nimmst und zu welcher tageszeit. Mach es so, wie du es am besten verträgst und sie es dir schmeckt. Auch gerne als buttermilch oder Jogurt. Es geht um das Kalzium.

LG

###format_signatures_pre###Carolyn mit eins plus zwei

Dieser Text drckt die persliche Meinung des Verfassers aus und beruht auf dessen Erfahrungen und Gedanken. Er gilt nicht fr die Allgemeinheit und sollte auch nicht als verbindlich oder bestimmend verstanden werden.

Kinder schlafen nicht. Sie laden sich nur neu auf.

Wer in einem gewissen Alter nicht merkt, daer hauptshlich von Idioten umgeben ist, merkt es aus einem gewissen Grunde nicht.

(Curt Goetz - deutsch-schweizerischer Schriftsteller und Schauspieler, 1888-1960)

Mein Blog: [Mein Leben mit dreien](#)###format_signatures_post###

Lina+3 / 08.10.2007 09:46

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Natrllich kann sie Frischmilch trinken. Nur keine Rohmilch!

Zitat

Lebensmittelkunde Milch
Welche Milchsorfen gibt es?

Milch ist nicht gleich Milch. Sie haben die Wahl zwischen Milch, die unbehandelt, pasteurisiert, ultrahoherhitzt, sterilisiert und homogenisiert ist. Aurdem variiert der Fettgehalt.

Natur pur: Rohmilch und Vorzugsmilch

Rohmilch ist vlig unbehandelt. Sie wird direkt vom Erzeuger als "Milch-ab-Hof" abgegeben und ist lediglich gefiltert und gekhlt. Ihr Fettgehalt ist unverdert und liegt bei rund 3,5 bis 4 Prozent. An der Ausgabestelle ist der Hinweis "Rohmilch, vor dem Verzehr abkochen" vorgeschrieben. Das ist wichtig, da eventuell Krankheitserreger in der Milch sein knen. Durch Erhitzen sterben sie ab.

Vorzugsmilch ist eine amtlich berwachte Rohmilch, die verpackt zu kaufen ist. Sie ist nicht hitzebehandelt und daher nur kurze Zeit haltbar. Sie muss innerhalb von 24 Stunden an den Verbraucher abgegeben sein und sollte rasch verbraucht werden.

Tipp !

Wenn Sie Roh- oder Vorzugsmilch kaufen, sind Sie fr die hygienische Sicherheit selbst verantwortlich. Fr Sglinge, Kleinkinder, Schwangere und Personen mit geschwhem Immunsystem sollten Sie Roh- und Vorzugsmilch unbedingt erhitzen beziehungsweise abkochen. Zum Schutz vor einer so genannten EHEC-Infektion sind 10 Minuten bei 68 Grad Celsius erforderlich. EHEC ist ein Darmbakterium, das schwere Durchfle und Unterleibskrpfe oder sogar blutige Darmgeschwre auslen kann.

Wmebehandelte Milch

Unter Frischmilch versteht man im Allgemeinen pasteurisierte Milch. Beim Pasteurisieren wird die Milch kurze Zeit auf eine bestimmte Temperatur erhitzt. Wie die Vorzugsmilch darf sie nur gekhlt angeboten werden. Ihr Plus: Einerseits ist sie durch die kurze Erhitzung vor raschem Verderb geschtzt, andererseits gehen nur wenige Nrstoffe verloren und der frische Geschmack der Milch bleibt weitgehend erhalten.

H-Milch (ultrahocherhitzte Milch) kann wochenlang ohne Khlung aufbewahrt werden und eignet sich gut fr die Vorratshaltung. Dafr schmecken empfindliche Gaumen einen "Kochgeschmack" heraus.

Wussten Sie schon... ?

...das "H" der H-Milch steht nicht fr "hocherhitzt", sondern fr "haltbare Milch".

Sterilisierte Milch ht sich sogar bis zu einem Jahr ohne Khlung. Der Preis: Geschmack und Nrwerte leiden. Sterilisierte Milch eignet sich deshalb nicht als Nahrung fr Sglinge und Kleinkinder.

Konsummilch als Sammelbegriff fr frische und haltbare Trinkmilch Ist sich in verschiedene Fettgehaltsstufen einteilen:

- * Vollmilch mit natrlichem Fettgehalt, mindestens 3,5 Prozent;
- * Vollmilch mit einem auf mindestens 3,5 Prozent eingestelltem Fettgehalt;
- * Teilentrahmte (fettarme) Milch mit einem Fettgehalt von mindestens 1,5 Prozent und hhstens 1,8 Prozent;
- * Entrahmte Milch (Magermilch) mit hhstens 0,5 Prozent Fett.

Quelle: www.was-wir-essen.de

###format_signatures_pre###Carolyn mit eins plus zwei

Dieser Text drckt die persliche Meinung des Verfassers aus und beruht auf dessen Erfahrungen und Gedanken. Er gilt nicht fr die Allgemeinheit und sollte auch nicht als verbindlich oder bestimmend verstanden werden.

Kinder schlafen nicht. Sie laden sich nur neu auf.

Wer in einem gewissen Alter nicht merkt, daer hauptshlich von Idioten umgeben ist, merkt es aus einem gewissen Grunde nicht.

(Curt Goetz - deutsch-schweizerischer Schriftsteller und Schauspieler, 1888-1960)

Mein Blog: [Mein Leben mit dreien](#)###format_signatures_post###

Rabies / 08.10.2007 09:48

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Unser Bauer verkauft Rohmilch unter dem Namen Frischmilch. ;-) Hatte das Posting aber schon editiert, bevor du geantwortet hast.

Unsere Foren / ...endlich schwanger?

Milch in der Schwangerschaft

###format_signatures_pre###Liebe Gr,
RaieS###format_signatures_post###

InGa24 / 08.10.2007 10:02

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Hallo,
Milch kann gut sein, muaber nicht. Ich darf keine Milchprprodukte essen in der *ss* da ich zu Wassereinlagerungen neige und bei meiner 1. *ss* eine Gestose hatte. Nach TCM fdert Milch die Wassereinlagerungen. Kalzium kannst Du auch durch Sesam zu Dir nehmen. Gertet auf Salat schmeckt das wunderbar.

Alles Gute.

###format_signatures_pre###Es gr -

###format_signatures_post###

Brianna / 08.10.2007 13:11

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

zum essen trinjk ich gerne ein glas kalte milch, abends vor dem schlafen eine tasse heisse milch mit honig...das wirkt wunder... ich kann nlich besser ein- und durchschlafen!

###format_signatures_pre###

###format_signatures_post###

faith47 / 08.10.2007 18:21

[Re: Milch in der Schwangerschaft](#)

Huhu,

also ich trinke tlich ca. 1,5 Liter Milch *lollolol* Ich bin schtig nach dem Zeug, ob als Kakao, zu Cornflakes....ganz egal, hauptsache Milch. Trink so viel und so wie du es mhtest. Milch und Quark macht Baby stark *lollololol*

###format_signatures_pre###

###format_signatures_post###
