

Thymian (*Tymus vulgaris*)



Andere Bezeichnungen: Gartenthymian, Immenkraut

Verwendete Pflanzenteile: Blätter, Blütenspitzen, ätherisches Öl

Verwendete Pflanzenteile als Futterpflanze: Die ganze Pflanze kann verfüttert werden. Auch hier gilt, wie bei allen Heilpflanzen, nicht in grossen Mengen verfüttern, darf aber regelmässig gegeben werden.

Blütezeit: Juni bis Oktober

Erntezeit: Juni bis Oktober

Bereits im 17. Jahrhundert wurde Thymian als bemerkenswertes Stärkungsmittel der Lungen gelobt (Nicholas Culpeper, 1616 – 1654). «Es gibt kein besseres Mittel für die Kinderkrankheit, die gemeinhin Keuchhusten genannt wird.»

Allgemein wirkt er sich positiv bei Husten und Erkältungskrankheiten aus. Die ätherischen Öle lösen in den Atemwegen festsitzenden Schleim und beschleunigt dessen Abtransport. Er fördert den Auswurf bei Husten, hat eine krampflösende Wirkung und ist leicht schmerzlindernd. Aber auch bei schweren Verdauungsproblemen, Magen-Schleimhautproblemen wird Thymian (hochdosiert oder in synthetischer Form) in der Humanmedizin eingesetzt.

Bei Vögeln wird Thymian entweder als ganze Pflanze über das Futter gegeben oder als Thymiantee. Bei *Macrorhabdus ornithogaster* (eine Pilzähnliche Erkrankung) wird reiner Thymian als Presssaft empfohlen.

Bei Hautpilzen und schlecht heilenden Wunden kann der Presssaft, leicht erwärmt, auf die Wunde/Pilz gesprüht werden oder vorsichtig eingerieben werden. Auch Kropfentzündungen werden mit Thymian gelindert und er greift auf den vom Pilz erkrankten Magen-Darmtrakt ein. Bei einem Pilzbefall der Haut ist zu bedenken, dass der Pilz auch schon innerlich schwere Schäden hinterlassen hat. Deshalb sollte die Behandlung von innen herausarbeiten und mit richtigen Nahrungsmitteln verbessert sich der Befall oft sehr schnell. Da Thymian keine Nebenwirkungen hat, kann er bedenkenlos als Langzeittherapie eingesetzt werden. Thymian ist auch sehr reich an Zink, welcher in üblichen Samenmischungen häufig mangelhaft vorhanden ist.

Seine **Inhaltsstoffe**:

- Ätherisches Öl, u.a. Thymol, Kampfer, Carvacrol, Zineol, Geraniol, Limonen, Linalool, Menthon, Terpinen,
- Bitterstoff
- Gerbstoff
- Flavonoide
- Cumarine
- Harz
- Saponin
- Salicylate
- Pentosane
- Stigmasterol
- Beta-Sitosterol
- Zink