

Zitronen-Thymian

Thymus pulegioides

Lamiaceae · Thymus



ÜBER DIE PFLANZE

immergrüner Halbstrauch, Wuchshöhen 10–30 cm, vierkantige Zweige, ganzrandige Blätter lanzettlich bis verkehrt rhombisch-eiförmig geformt

WIRKUNG

antimikrobiell, antiinflammatorisch, hepatoprotaktiv, cardio-metablik (vor allem in Rodentenmodellen)

ÜBERLIEFERTE HEILWIRKUNGEN

- Geschwüre, Atemwegsbeschwerden, Verdauungsprobleme

ÜBERLIEFERTES WISSEN

traditionell als Zierpflanze, Gewürz- und Heilpflanze verwendet

WUCHS

Halbstrauch

HERKUNFT

ursprünglich in Spanien und Frankreich, eingeführt in Großbritannien und Deutschland

ERNTEZEIT

- Teil: Blüte|Blatt · Monate: [6, 7, 8] · Bedingungen: Getrocknet

INHALTSSTOFFE

- ätherisches Öl mit bis zu 60% Geraniol, phenolische Säuren (Rosmarinin, Salvianin, Kafain), Flavone (Luteolin, Apigenin und ihre Ableitungen)

ÄTHERISCHE ÖLE

- bis zu 60% Geraniol

SICHERHEIT UND WECHSELWIRKUNGEN

GIFTIGKEIT

schwach

WECHSELWIRKUNGEN

Zu Wechselwirkungen liegen uns hier keine Angaben vor. Das heißt nicht, dass es keine gibt. Wenn du

Medikamente nimmst, frag bitte deine Ärztin oder in der Apotheke nach.