

Thymian (*Thymus vulgaris*) – Heilpflanze des Jahres 2006



Thymian ist seit vielen Jahrhunderten als Heilkraut bekannt und enthält wichtige Inhaltsstoffe, welche entzündungshemmend und antibakteriell wirken.

In der Naturmedizin wird es als hervorragendes Heilkraut gegen Erkältungskrankheiten, Husten und Magen & Darmbeschwerden eingesetzt.

Bei der äußerlichen Anwendung zeigt es seine heilende Wirkung bei Hautunreinheiten und Akne oder zur Wundbehandlung.

Thymian - gesunde Haut, gesunde Haare

Es gibt unterschiedliche Thymiansorten und die Konzentration an bestimmten ätherischen Ölen (Chemotypen) ist abhängig der Region und dem Standort.

Es wurde nachgewiesen, dass in höheren Regionen der Anteil an „Thymol“ höher ist als in der Ebene. Im Flachland enthält Thymian aber meist einen höheren Anteil an „Geraniol“. Thymian wirkt auf Grund seiner wirksamen Pflanzenanteile:

- antibakteriell
- pilzhemmend
- entzündungshemmend
- immunstimulierend
- schmerzlindernd und fiebersenkend

Neben Thymol enthält Thymian einen hohen Anteil an Carvacrol, Linalool, Geraniol und Flavonoide. Seine Antioxidantien beugen der Hautalterung vor.

Thymian als NUAD® Gesichtswasser zubereitet, oder in unseren NUAD® Rezepten verarbeitet, hilft bei unreiner, fettiger oder zu Entzündungen neigender Haut.

NUAD® Thymian Badesalz

Zutaten:

3 EL Meersalz

5 Tropfen NUAD Öl®

1 TL Honig

1 Tasse destilliertes Wasser

1 Beutel Bio Thymiantee oder

½ Handvoll frische Bio Thymiankräuter oder 4 frische Thymianzweige

Thymian mit kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten ziehen lassen. Honig und NUAD Öl® unterrühren und in einer kleinen Schüssel mit dem Meersalz vermengen.

Ins fließende Badewasser geben.

Ideal auch als Erkältungsbad.

NUAD® Gesichtswasser für Mischhaut und fettiger Haut:

Zutaten:

75ml Mineralwasser oder destilliertes Wasser

1 TL Thymian – reizt nicht, wirksam gegen Pickel und trotzdem sensibel zu Ihrer Haut

3 Tropfen Nuad Öl®

Wasser kochen, Thymian 20 Minuten ziehen lassen, abseihen und abkühlen lassen. Nuad Öl® dazu geben. Vor Gebrauch immer aufschütteln.

Wenn Sie Fragen haben, zögern Sie nicht uns persönlich zu kontaktieren oder fragen Sie Ihren Arzt/Apotheker.



NUAD® Ein Tropfen bewegt Ihre Welt

Nuad - OneForLove GmbH

Kapellenweg 19 - D-84347 Pfarrkirchen - Tel.: +49-8561-3033711/12 - Fax: +49-8561-3033713

info@oneforlove.de www.oneforlove.de