

Tymiál Obecný

Tymián je rostlina z čeledi hluchavkovitých. Jedná se o druh rodu mateřídouška, pocházející ze Středomoří. Na rozdíl od našich domácích druhů mateřídoušky má dřevnatí lodyhy.

Jedná se o nízký polokeř vysoký 20–30 cm. Zesponu dřevnaté lodyhy jsou hustě obrostlé drobnými čárkovitými listy. Tymián začíná kvést v květnu a kvete až do září. Po odkvetu aby tymián nezvadl se ostříhají odumřelé květy. Plody jsou čtyři vejcovité tvrdky.

Účinné látky

Obsahuje poměrně velké množství účinných látek (silice, třísloviny, hořčiny, flavony (luteolin), aromatické kyseliny, triterpenické kyseliny, typické silice: thymol, karvakrol - kultivary, které jich obsahují vysoké množství (používají ve farmaceutickém a potravinářském průmyslu nejčastěji), jde o hlavní účinné látky ve vyrobené droze; dále cineol, cymen, linalool, bornylacetát.

Léčivé účinky

Působí proti průjmům, nadýmání, při zánětech zažívacího traktu. Mírní i kašel, obecně působí protizánětlivě. Tymián je účinný proti bakteriím, plísním, střevním prvokům a parazitům. Díky svým účinkům lze tymián využít při léčbě nachlazení, kašle, bolestí v krku, infekcích v ústech. Je vynikajícím dezinfekčním prostředkem pro plíce. Dá se použít v inhalacích, jako ústní voda či kloktadlo. Pomáhá při infekcích močových cest a močového měchýře, účinkuje také jako diuretikum. Stimuluje produkci bílých krvinek čímž zvyšuje odolnost organismu. Stimuluje krevní oběh. Čerstvou nať lze použít na poštípání hmyzem.

Pěstování

Tymián pěstujeme na slunečném teplém místě. Tymián dospívá pomalu, takže občas bývá lepší koupit dospělou rostlinu na trhu. Tymián je možno pěstovat ze semen nebo si můžeme koupit předpěstovanou sazenici. Tymián je malá rostlina, proto je taky vhodný na pěstování v truhlících. Po odkvetu bychom měli rostlinu seříznout, protože jinak zesílí a začne košatět. U tymiánu můžeme ostříhat všechny nové oddenky. Nikdy ale tymián nenecháme vyschnout.