

# **Thymi herba (++)**

## **Anwendung**

Innere Anwendung: bei Katarrhen der Atemwege, Reizhusten und Keuchhusten. Äußere Anwendung: als Mund- und Gurgelwasser bei Entzündungen des Mund- und Rachenraumes, Pruritus und Dermatosen (hier werden die hyperämisierenden, antibakteriellen und desodorierenden Eigenschaften der Droge ausgenutzt). Volksmedizin: innerlich bei dyspeptischen Beschwerden, Asthma, Laryngitis und chronischer Gastritis; äußerlich bei Tonsilitis und schlecht heilenden Wunden.

Sonstige Verwendung

Haushalt: als Gewürz und Ingredienz von Likören.

## **Dosierung**

Tagesdosis: 10 g Dose mit 0,03 % Phenolen, berechnet als Thymol.

1000-1250 mg Trockenextrakt (Auszugsmittel Ethanol 70-96 %)

Aufguss: 1-2 g Dose auf ca. 150 ml Wasser, mehrmals täglich nach Bedarf.

Fluidextrakt: 1-2 g, 1-3-mal/Tag.

Tee: mehrmals täglich 1 Tasse trinken.

Umschläge: 5 %iger Aufguss.

Bad1: mind. 0,004 g Thymianöl auf 1 Liter Wasser, 10-20 min bei 35-38° C baden.

Infus: ED: 1,5 g; 1-2 g auf 1 Tasse mehrmals täglich trinken.

Pulver: 1-4 g, 2-mal/Tag.

Bad2: 500 g Dose auf 4 Liter kochendes Wasser, abfiltrieren und dem Badewasser zusetzen.

## **Wirkmechanismen**

Präklinik: Thymiankraut besitzt vor allem expektorierende Eigenschaften, die über eine bronchospasmolytische Wirkung zustande kommen (van der Broucke 1983). Das in der Dose enthaltene Thymol wirkt darüber hinaus auch stark antimikrobiell gegen verschiedene Schimmelpilze (Benjilali et al. 1986), Bakterien (Reuter 1990, Dorman und Deans 2000, Essawi und Srour 2000), Protozoen (Mikus et al. 2000) und Herpes simplex Viren (May und Willuhn 1978). Im Tierversuch zeigte sich ein spasmolytischer Effekt durch die enthaltene Flavonfraktion sowie ein expektorierender Effekt durch Wirkung der Terpene auf die Ciliatätigkeit. Die Dose besitzt sehr gute antioxidative Eigenschaften (Haraguchi et al. 1996, Nakatani 2000, Zheng und Wang 2001).

Klinik: Die meisten klinischen Studien zu Thymian-Extrakten sind älter und entsprechen nicht den heutigen wissenschaftlichen Standards. In einer Studie mit 60 Patienten zeigte ein Thymian-Präparat die gleiche positive Wirkung wie die Vergleichsmedikation Bromhexin (Knols et al. 1994)

## **Anwendungsbeschränkung**

Risiken der bestimmungsgemäßen Anwendung therapeutischer Dosen der Dose sind nicht bekannt. Die Dose besitzt geringe Sensibilisierungspotenz (Spiewak et al. 2001). Bei ausgedehnten Hautverletzungen und akuten Hautkrankheiten, schweren fiebigen und infektiösen Erkrankungen, Herzinsuffizienz und Hypertonie sollen Vollbäder, unabhängig vom Wirkstoff, nur nach Rücksprache mit dem Arzt angewendet werden.

## Charakteristik

Thymiankraut besteht aus den abgestreiften und getrockneten Laubblättern und Blüten von *Thymus vulgaris* L., *Thymus zygis* L. oder von beiden Arten sowie deren Zubereitungen.

Herkunft

Mittel- und Südeuropa.

Gewinnung

Das Kraut wird geschnitten, getrocknet und anschließend gerebelt, gesichtet und gesiebt.

Formen

Ganz-, Schnitt- und Pulverdroge.

Verfälschungen und Verwechslungen

Auch wenn sie selten vorkommen, ist auf Verwechslungen mit *Thymus satureioides* (COSS. et BALL.) und *T. mastichina* (L.) zu achten.

Zubereitung

Tee: 1,5-2g Droge mit kochendem Wasser übergießen, 10min ziehen lassen, anschließend durch ein Teesieb geben. (1 Teelöffel entspricht etwa 1,4g Droge).

Identität

Nachweis mit der DC-Methode (DAB10).

Reinheit

Fremde Bestandteile: max. 2% und max. 10% Stengelanteil (DAB10).

Trocknungsverlust: max. 10% (DAB10).

Asche: max. 15% (DAB10).

Sulfatasche: max. 16% (Helv VII).

Gehalt und Gehaltsbestimmung

Ätherisches Öl: mind. 1,2% bestimmt mit der Wasserdampfdestillation und Phenole (ber. als Thymol): mind. 0,5% bestimbar mittels Photometrie nach Emerson Reaktion (DAB10).

Lagerung

Dicht verschlossen, vor Licht und Feuchtigkeit geschützt.

Art der Fertigarzneimittel

Tropfen, Sirup, Saft und Kombinationspräparate.

## Substanzen

- ätherisches Öl (1,0 bis 2,5%): Hauptkomponenten Thymol (Anteil 20 bis 55%) , p-Cymen (Anteil ca. 14 bis 45%), Carvacrol (Anteil 1 bis 10%, bei bestimmten Rassen auch Hauptkomponente), gamma-Terpinen (Anteil 5 bis 10%), Borneol (Anteil bis 8%), Linalool (Anteil bis 8%)
- Kaffeesäurederivate: Rosmarinsäure (0,15 bis 1,35%)
- Flavonoide: u.a. Luteolin, Apigenin, Cirsilineol, Cirsimarinin, Eriodictyol, Naringenin, Salvigenin, Thymonin, Thymusin, teilweise als Glykoside vorliegend
- Triterpene: u.a. Ursolsäure (ca. 1,9%), Oleanolsäure (ca. 0,6%)

## **Anwendung in Lebensmitteln**

Thymian ist ein beliebtes Küchenkraut und wird in der Nahrungsmittelindustrie auf breiter Basis eingesetzt. Die hervorragenden expektorierenden Eigenschaften kombiniert mit antimikrobiellen Aktivitäten (siehe Wirkweisen) machen *T. vulgaris* zu einem potennten Inhaltsstoff sog. Functional food Produkte.

## **Synonyme**

Herba Thymi

## **Volkstümliche Namen**

Rubbed thyme (eng.)  
Thym (frz.)  
thyme (eng.)  
Thymian (dt.)  
Thymusvulgaris-Blätter (dt.)  
Timo (it.)  
Tomilho (port.)  
Tomillo (span.)

## **Indikationen**

akute Bronchitis (ICD-10, J 20)  
Bronchitis, einfach und schleimig eitrig chronisch (ICD-10, J 41)  
Bronchitis, nicht akut oder chronisch (ICD-10, J 40)  
dyspeptische Beschwerden (Andere)  
Husten (ICD-10, R 05)  
Husten/Bronchitis (Komm. E, +)  
nicht näher bez. chronische Bronchitis (ICD-10, J 42)  
Tonsillitis (Andere)  
Wunden und Verbrennungen (Andere)

## **Sicherheit**

Keine Risiken bei bestimmungsgemäßer Anwendung therapeutischer Dosen.

## **Komm. E Monographien**

Thymi herba  
BAnz-Datum 05.12.84  
Kommission E  
BAnz-Nr. 228  
ATC-Code: R07AX

Monographie: Thymi herba (Thymiankraut)

Bezeichnung des Arzneimittels  
Thymi herba, Thymiankraut

Bestandteile des Arzneimittels

Thymiankraut, bestehend aus den abgestreiften und getrockneten Laubblättern und Blüten von *Thymus vulgaris* LINNÉ, *Thymus zygis* LINNÉ oder von beiden Arten sowie deren Zubereitungen in wirksamer Dosierung. Das Kraut enthält mindestens 1,2 Prozent (V/G) ätherisches Öl und mindestens 0,5 Prozent Phenole, berechnet als Thymol (C<sub>10</sub>H<sub>14</sub>O; MG 150,2) und bezogen auf die wasserfreie Droge.

Anwendungsgebiete

Symptome der Bronchitis und des Keuchhustens. Katarrhe der oberen Luftwege.

Gegenanzeigen

Keine bekannt.

Nebenwirkungen

Keine bekannt.

Wechselwirkungen

Keine bekannt.

Dosierung

Soweit nicht anders verordnet: 1-2 g Droge auf eine Tasse als Aufguß mehrmals täglich nach Bedarf; 1-3 mal täglich 1-2 g Fluidextrakt. Für Umschläge 5prozentiger Aufguß.

Art der Anwendung

Geschnittene Droge, Drogenpulver, Flüssig-Extrakt oder Trocken-Extrakt für Aufgüsse und andere galenische Zubereitungen. Flüssige und feste Darreichungsformen zur innerlichen und äußerlichen Anwendung.

Hinweis

Kombinationen mit anderen expektorierend wirkenden Drogen können sinnvoll sein.

Wirkungen

Bronchospasmolytisch, expektorierend, antibakteriell.

Berichtigung vom 13. 3.90, 02.12.92

## Wirksamkeit

Die Kommission E bewertet in ihrer Monographie von 1984 mit Ergänzungen von 1990 und 1992 die Droge positiv und befürwortet die therapeutische Anwendung bei Symptomen der Bronchitis und des Keuchhustens sowie bei Katarrhen der oberen Luftwege. Von ESCOP (März 1996) wurden folgende Indikationen positiv bewertet: Katarrh der oberen Atemwege, Bronchialkatarrh und Keuchhusten, sowie Stomatitis (Mundschleimhautentzündung) und Halitose (Mundgeruch).