

## Tag des Thymians

### Thymian on Tour: auf der BUGA 2023 in luftiger Höhe

**Pullach i. Isartal/Mannheim 28. September 2023 – Pünktlich zum Start der Erkältungssaison ruft der bekannte Arzt, Wissenschaftler und Bestseller-Autor Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer den heutigen 28. September zum Tag des Thymians aus. Das Kraut, welches dem ein oder anderen eher aus der Küche als aus dem Medizinschrank bekannt sein dürfte, hat als Arzneipflanze vielfältige Einsatzmöglichkeiten – und zeigt somit, dass Mutter Natur als medizinische Quelle noch längst nicht voll ausgeschöpft ist. Um möglichst viele Menschen über seine Lieblingspflanze Thymian zu informieren, teilt Grönemeyer seine Begeisterung für Thymian heute mit Besucherinnen und Besuchern des diesjährigen Mekkas aller Kräuter- und Gartenfans: der Bundesgartenschau 2023 in Mannheim.**

Als bekennender Fan der Pflanzenheilkunde im Allgemeinen und von Thymian im Speziellen möchte Grönemeyer zusammen mit dem Team von HERMES ARZNEIMITTEL dafür sorgen, dass die wertvolle Arzneipflanze die Aufmerksamkeit bekommt, die ihr gebührt. Um das Wissen um das medizinische Potenzial der Pflanze zu verbreiten, hat er sich deshalb etwas ganz Besonderes ausgedacht: Der 28. September ist nun der Tag des Thymians – daher sollten heute so viele Menschen wie möglich spannende Informationen zu seiner Lieblingspflanze erhalten.

#### Vortrag in luftiger Höhe über traumhafter Kulisse

Auf der Bundesgartenschau (BUGA) in Mannheim ging es für Prof. Grönemeyer wie für den Thymian hoch hinaus: Auf der spektakulären 8-minütigen Seilbahnfahrt zwischen Luisen- und Spinelli-Park informierte er interessierte BUGA-Gäste über seine Lieblingspflanze und deren positive Wirkung auf die Gesundheit. „Schon als Kind habe ich Thymian geliebt und von meiner Mutter bei beginnenden Erkältungen als Tinktur oder als Konzentrat verabreicht bekommen“, berichtet der bekennende Thymian-Liebhaber. Als Arzt, dessen Herz neben der Schulmedizin auch stark für die Naturheilkunde schlägt, setzt er sich dafür ein, dass das große Potenzial von pflanzlichen Wirkstoffen in der Allgemeinbevölkerung bekannter wird. Denn auch aus wissenschaftlicher Perspektive können bestimmte Wirkstoffe aus Pflanzen Menschen medizinisch nutzen. „Zum Beispiel hat Thymian, bzw. die in ihm enthaltenen ätherischen Öle eine stark desinfizierende Wirkung – selbst in starker Verdünnung wirken die Öle noch keimhemmend und sind als Bestandteil von Desinfektionsmitteln scheinbar sogar wirksamer als etwa Wasserstoffperoxid“, erklärt er. „Darüber hinaus wirkt dieses ätherische Öl aus den Blättern der Thymianpflanze schleimlösend, antibiotisch und entkrampfend, vor allem auf die Bronchien.“

#### Wertvolle Wirkstoffe aus Thymian können in der Erkältungssaison unterstützen

Atemwegsinfektionen zählen zu den häufigsten Erkrankungen des Menschen, wie der Mediziner berichtet. „Antibiotika wirken hier häufig nicht, da meist ein viraler Infekt zugrunde liegt, und sie verursachen Nebenwirkungen und leisten der Entwicklung von Resistenzen Vorschub. Ein pflanzliches Mittel mit breitem Wirkspektrum zur symptomatischen Behandlung von Erkältungskrankheiten ist da eine sinnvolle Alternative.“ Thymianextrakt sei zum Beispiel ein leicht verfügbarer, effektiver und

gleichzeitig verträglicher Wirkstoff. Anerkannte Hauptanwendungsgebiete der Arzneipflanze sind Symptome der Bronchitis, Schleimhautentzündungen der oberen Atemwege, die unterstützende Behandlung von Keuchhusten sowie die Therapie von Entzündungen der Mundschleimhaut.<sup>1</sup>

### Zusammen für den Thymian

Die Zusammenarbeit von HERMES ARZNEIMITTEL mit Prof. Dr. Grönemeyer für die Umsetzung dieses Aktionstages kommt nicht von ungefähr: „Auch uns von HERMES ARZNEIMITTEL liegt die Verbindung von Schulmedizin und Naturheilkunde sehr am Herzen. Nicht zuletzt, da unser Produktportfolio sowohl konventionelle als auch pflanzliche Präparate umfasst, darunter solche auf Thymian-Basis“, so Thomas Stadler, Geschäftsführer von HERMES ARZNEIMITTEL. Mit dem Tag des Thymians zu Beginn der Erkältungssaison ist jedenfalls der Grundstein für die Weiterverbreitung des Wissens rund um das immense Potenzial der Naturheilkunde sowie der Arzneipflanze Thymian gelegt.

### Literatur:

1. Grönemeyer, D., Grönemeyer F. (2019) Selbst heilen mit Kräutern (4. Aufl.), Verlag Becker-Joest-Volk

### Über Aspecton® Hustentropfen und Aspecton® Hustensaft

Bei Husten und akuter Bronchitis ist Thymiankraut ein beliebtes und bewährtes pflanzliches Mittel. Durch den hohen Gehalt an Thymol eignen sich Aspecton® Hustentropfen und Aspecton® Hustensaft deshalb für die natürliche Behandlung von Husten. Der hochkonzentrierte Extrakt aus Thymiankraut löst zähflüssigen Schleim und erleichtert das Abhusten. Außerdem lindert er schmerzhaftes Verkrampfungen in den Bronchien, wodurch der Hustenreiz gelindert werden kann. Aspecton® Hustentropfen und Aspecton® Hustensaft sind gut verträglich und enthalten weder Alkohol noch Zuckerzusatz. Aspecton® Hustentropfen können ab 2 Jahren eingenommen werden, Aspecton® Hustensaft kann bereits ab 1 Jahr eingenommen werden.

Mehr unter [www.aspecton.de](http://www.aspecton.de)

### **Pflichttext**

**Aspecton® Hustensaft/-Hustentropfen. Wirkstoff:** Dickextrakt aus Thymiankraut. **Anwendungsgebiete:** Zur Besserung der Beschwerden bei Erkältungskrankheiten der Atemwege mit zähflüssigem Schleim, zur Besserung der Beschwerden bei akuter Bronchitis. **Hinweise:** *Hustensaft:* Enthält Propylenglycol, Maltitol-Lösung und Macrogolglycerolhydroxystearat. *Hustentropfen:* Enthält Propylenglycol, Eukalyptusöl und Levomenthol. **Stand: 03/2022**

### Pressekontakt

Tanja Baierl / Mara de Andrade  
ISGRO Themenraum GmbH  
Tel.: +49 (0) 621 40 17 12-19  
[Hermes-Press@isgro.de](mailto:Hermes-Press@isgro.de)

## Bildmaterial



Bereit für die große Fahrt: Prof. Dr. Grönemeyer freute sich sehr darauf, seine Liebe zur Arzneipflanze Thymian in der Seilbahn der Bundesgartenschau 2023 in Mannheim mit interessierten Fahrgästen zu teilen. © HERMES Arzneimittel



Prof. Dr. Grönemeyer rief den 28.09. zum Tag des Thymians aus und erklärte auf der Gondelfahrt zwischen Luisen- und Spinelli-Park den Mitfahrenden die positive Wirkung seiner Lieblingspflanze auf die Gesundheit. © HERMES Arzneimittel