

Eteriska oljor i Timjanfamiljen

Det finns många olika sorters timjan. Den vanligaste att destillera till eterisk olja är thymus vulgaris med de två kemotyperna linalol och thymol. Timjan linalols verkan beror på att den till stor del innehåller alkoholer (bl.a linalol). Det är den mildare av timjansorterna som används.

Timjan thymol är den starkaste av sorterna med ett innehåll på upp till 35% av fenolen thymol. Den behöver du alltid späda ut till högst 20% innan du använder eftersom den kan vara kraftigt irriterande. Du späder bäst ut den i vegetabilisk oja.

Vi har valt att ta in en till timjan i vårt sortiment - thymus satureioides - vi kallar den timjan saturei. Den innehåller till största del, 30%, alkoholen borneol. Det gör den mild samtidigt som den innehåller sammanlagt 17% thymol och carvacrol, de starkare fenolerna. 17% är en alldeles lagom mängd för att den ska vara kraftfull och säker att använda. Vi har i vårt behandlingsarbete sett att den ger bra effekt.



Användningsområden

Timjan saturei.

- stödande för immunförsvaret
- lindrande vid kraftiga infektioner och infektioner som blivit kroniska
- starkt antibakteriell
- starkt antiviral
- lindrande vid olika former av svamp
- stärkande vid utmattning
- afrodisiakum

En droppe i en sked honung gör underverk i förkylningstider eller när du känner dig trött och frusen.*



Timjan satureioides

Ovan råd är holistisk friskvård för friska individer och ersätter inte läkemedel eller medicinsk vård.

* OBS! Inget invärtes intag vid graviditet, amning och till barn under åtta år.

Timjan saturei. är ett mycket bra val i massageolja för lindring vid artros och muskelreumatism.

Tips på hur du kan blanda:

- timjan saturei 3ml
- eukalyptus citron 4ml
- lagerblad 3ml
- ylang-ylang 3ml
- immortell 2ml
- johannesörtsolja 15ml

Totalt blir det 30ml.

Timjan linalol

- används fram för allt till barn för lindring
- vid olika typer av infektioner
- vid hosta
- vid trötthet

Den är stärkande, värmande och stimulerar blodcirkulationen.