

PROSPECT

CIMBRU, iarba

Ingrediente: partea aeriana a plantei *Thymus vulgaris* L. fam. Labiatae, care contine ulei volatil (borneol, cineol, timol, carvacrol), tanin, acid cafeic, principiu amar, saponozide, flavone

Cimbrul era o planta cunoscuta înca din Antichitate, fiind folosit atât pentru proprietatile sale curative cât si la prepararea mâncarurilor. Theophrastus si Dioscoride ne-au lasat descrieri amanuntite ale acestei plante.

Efect: Antiinfectios, stomahic (stimuleaza secretiile gastrice), coleretic (stimuleaza secretia biliara), carminativ (favorizeaza eliminarea gazelor intestinale), antispastic, vermifug, expectorant, diuretic.

Întrebuintari principale: Gripa, bronsita, tuse, astm.

Alte întrebuintari: Dispepsii, balonari, anorexie, paraziti intestinali, infectii urinare.

Contraindicatii: Sarcina.

Mod de preparare: Se prepara infuzie din 1 lingurita de planta la o cana cu apa.

Mod de întrebuintare: Se beau 2-3 cani cu ceai pe zi.