



Prof. Dr. Dietrich Grönemeyers Herz schlägt für die Arzneipflanze Thymian / Bild: HERMES ARZNEIMITTEL

20.07.2023 16:05 CEST

## **Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer und HERMES ARZNEIMITTEL gemeinsam für den Thymian: Viel mehr als nur ein Küchenkraut**

**Während viele Menschen Thymian als Gewürz zur Abrundung mediterraner Speisen kennen und schätzen, besteht hinsichtlich der Kenntnis seines medizinischen Potenzials oftmals noch Nachholbedarf. Um dies zu ändern, ist der bekannte Arzt, Wissenschaftler und Bestseller-Autor Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer angetreten. Seine Leidenschaft für diese Arzneipflanze war im**

## **Rahmen der Presseveranstaltung „Die Welt des Thymians by Aspecton“ von HERMES ARZNEIMITTEL am 13. Juli 2023 in Frankfurt a. M. deutlich zu spüren.**

Grönemeyer ist bekennder Fan der Pflanzenheilkunde im Allgemeinen und von Thymian im Speziellen. Gemeinsam mit HERMES ARZNEIMITTEL möchte er dafür sorgen, dass die Arzneipflanze mit jahrtausendelanger medizinischer Historie das hohe Maß an Aufmerksamkeit bekommt, das ihr gebührt. Schon als Kind hat Dietrich Grönemeyer Thymian geliebt und von seiner Mutter bei beginnenden Erkältungen als Tinktur oder als Konzentrat verabreicht bekommen. Als Arzt, dessen Herz neben der Schulmedizin auch stark für die Naturheilkunde schlägt, setzte er sich dann eingehend aus einer wissenschaftlichen Perspektive mit der Pflanze auseinander – und war begeistert von ihrem medizinischen Potenzial. „Thymian bzw. die in ihm enthaltenen ätherischen Öle haben eine stark desinfizierende Wirkung und werden in der Medizin als Desinfektionsmittel genutzt. Sie sind noch in einer Verdünnung von 1:3.000 keimhemmend und scheinen sogar wirksamer zu desinfizieren als etwa Wasserstoffperoxid“, fasst der Experte zusammen. „Das in den Blättern enthaltene ätherische Öl wirkt schleimlösend, antibiotisch und bronchienentkrampfend. Belegt ist auch seine allgemein entkrampfende Wirkung“, erklärt er weiter.

### **Wissen um die Wirkung des Thymians unter die Leute bringen**

Anerkannte Hauptanwendungsgebiete des Thymians sind Grönemeyer zufolge Symptome der Bronchitis, Schleimhautentzündungen der oberen Atemwege, die unterstützende Behandlung von Keuchhusten sowie die Therapie von Entzündungen der Mundschleimhaut und Mundgeruch.<sup>1</sup> Unter naturheilkundlich tätigen Ärztinnen und Ärzten sei das zum Teil jahrtausendealte Wissen um die Wirkung des Thymians natürlich bereits fest etabliert. „Aber außerhalb dieser Kreise führt diese Arzneipflanze zu Unrecht immer noch in gewisser Weise ein Schattendasein.“ Daher ist es Prof. Dr. Grönemeyer ein Anliegen, nicht nur seinen Kolleginnen und Kollegen, sondern auch der allgemeinen Bevölkerung das ungeheure Potenzial seiner Lieblingspflanze näher zu bringen. „Die Natur bietet uns hier die Basis für einen leicht verfügbaren, effektiven und gleichzeitig verträglichen Wirkstoff – diesen sollten wir noch viel stärker nutzen, als wir es bislang tun“, fordert der Experte. „Wir müssen uns vergegenwärtigen, dass Atemwegsinfektionen die häufigsten Erkrankungen des Menschen sind, für die nicht selten Antibiotika verschrieben werden. Diese wirken häufig nicht, da meist ein viraler Infekt zugrunde liegt, und sie verursachen Nebenwirkungen und

leisten der Entwicklung von Resistenzen Vorschub. Ein pflanzliches Mittel mit ähnlichem Wirkungsspektrum zur symptomatischen Behandlung von Erkältungskrankheiten ist da eine sinnvolle Alternative.“

## **Schulterschluss für die Gesundheit**

Nicht nur in Sachen Thymian, sondern für die gesamte Pflanzenheilkunde wünscht sich Prof. Dr. Grönemeyer einen stärkeren Schulterschluss zwischen den unterschiedlichen Lehrmeinungen. „Die Zeiten, in denen man als Verfechter der Kräutermedizin für einen wunderlichen ‚Ökoapostel‘ gehalten wurde, sind Gott sei Dank vorbei“, erklärt er. „Aber obwohl wir gerade eine Renaissance der Naturheilkunde auf einer wissenschaftlichen Grundlage erleben, sind wir noch lange nicht an dem Punkt angelangt, an dem wir die medizinischen Ressourcen von Mutter Natur voll ausschöpfen.“ Ihm liegt viel daran, dass Schul- und Kräutermedizin Hand in Hand gehen. „Es sollte hier kein ‚entweder / oder‘ -geben, sondern ein Handeln von leicht nach schwer. Es gilt, zusammenzuführen, was den Patientinnen und Patienten helfen kann.“

Die Presseveranstaltung ganz im Zeichen des Thymians bildet den Auftakt für eine gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit für die Arzneipflanze. „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. „In den nächsten Monaten wollen wir gemeinsam mit Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer mit gezielten Aktionen rund um den Thymian Aufklärungsarbeit über das Arzneikraut leisten.“

### 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 Heilmittel. Aspecton® Hustentropfen und Aspecton® Hustensaft haben einen hochkonzentrierten Thymolgehalt und eignen sich

deshalb für die natürliche Behandlung von Husten. Der hochkonzentrierte Extrakt aus dem Thymiankraut löst zähflüssigen Schleim und erleichtert das Abhusten. Außerdem lindert er schmerzhafte 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**

---

HERMES ARZNEIMITTEL ist einer der führenden Anbieter von hochwertigen Präparaten für die Selbstmedikation in Deutschland. Seit über 110 Jahren widmen wir uns als mittelständisches Traditionsunternehmen mit Sitz in Pullach i. Isartal der Gesundheit und dem Wohlbefinden der Menschen. Auf so viel Erfahrung aufbauend, können wir ein Sortiment von bekannten Markenprodukten wie Biolectra, doc, Aspecton, Betaisodona und ANTI BRUMM bieten, die höchsten Qualitätsansprüchen und neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen entsprechen. Unsere Expertise, unsere Sorgfalt und unsere Verlässlichkeit machen uns zu einem geschätzten Partner der Apotheken.

Mehr unter [www.hermes-arzneimittel.com](http://www.hermes-arzneimittel.com)

## Kontaktpersonen



**Tanja Baierl / Mara de Andrade**

Pressekontakt

ISGRO Themenraum GmbH

Hermes-Presse@isgro.de

+49 (0) 621 40 17 12-19