

CZU: 633.8

DOI: 10.46727/c.v1.16-17-05-2024.p310-315

CIMBRUL (*THYMUS VULGARIS*) ÎN TRATAREA AFECȚIUNILOR SISTEMULUI NERVOS ȘI RESPIRATOR

THYME (*THYMUS VULGARIS*) IN THE TREATMENT OF DISEASES OF THE NERVOUS AND RESPIRATORY SYSTEM

Țurcan Valeria, grupa 207, Specialitatea farmacie,
calificarea asistent farmacist, CEMF „Raisa Pacalo”, Chișinău
Ivancov Ludmila prof. botanica farmaceutică,
grad didactic superior, CEMF „Raisa Pacalo”, Chișinău
ORCID: 0009-0007-2567-7199

Rezumat: Cimbrul (*Thymus vulgaris*) este o plantă din familia Lamiaceae, cunoscută ca și cimbru-de-grădină, cimbru bun, cimbru adevărat, cimbru mirositor, iarba-cucului, iarba-de-lămâioară. În trecut, cimbrul se numea și lămâiță, respectiv lămâioară, și era deosebit de apreciat în Evul Mediu, mai ales în bucătăriile de pe lângă așezămintele monahale. Originar din zona mediteraneană, crește spontan în Spania, Franța, Portugalia, Maroc, Siberia, la altitudini mari. Se cultivă în România, Elvetia, America de Nord și în Republica Moldova, în scopuri medicinale și aromatice. Se utilizează din Antichitate ca plantă medicinală, mai târziu, și ca plantă condimentară. Cunoscută și cultivată de către geto-daci. Crește pe aproape orice tip de sol, rezistă la ploi abundente, dar și la secetă. Cele mai aromatice frunze se recoltează în perioada când plantele au început să înflorească. Produsul medicinal este *Thymi vulgaris herba* – părțile aeriene de cimbru. Ramurile tinere nelignificate se recoltează în perioada deschiderii primelor flori. Orice întârziere este legată nu doar de scăderea conținutului în ulei volatil, dar și de reducerea și deprecierea calității masei vegetative, prin pierderea a celei mai mari părți din frunze. Se usucă la umbră sau în uscătorii la 35°C. *Thymi herba* se întrebuițează sub formă de infuzie, extract fluid, în tuse, bronșite și tuse convulsivă, datorită proprietăților antiseptice și calmante, asigurate în primul rând de timol, carvacrol și alte fracțiuni volatile.

Cuvinte-cheie: *Thymus vulgaris*, plantă medicinală, produs medicinal, indicații terapeutice.

Summary: Thyme (*Thymus vulgaris*) is a plant of the Lamiaceae family, known as garden thyme, good thyme, true thyme, fragrant thyme, cuckoo grass, lemon grass. In the past, thyme was also called lemon or lemongrass and was particularly appreciated in the Middle Ages, especially in kitchens near monastic settlements. Originally from the Mediterranean area, it grows spontaneously in Spain, France, Portugal, Morocco, Siberia, at high altitudes. It is grown in Romania, Switzerland, North America and the Republic of Moldova for medicinal and aromatic purposes. It has been used since Antiquity as a medicinal plant, later also as a spice plant. Known and cultivated by the Geto-Dacians. It grows on almost any type of soil, withstands heavy rains, but also drought. The most aromatic leaves are harvested when the plants have started to bloom. The medicinal product is *Thymi vulgaris herba* - the aerial parts of thyme. Young non-lignified branches are harvested during the opening of the first flowers. Any delay is related not only to the decrease in volatile oil content, but also to the reduction and deterioration of the quality of the vegetative mass, through the loss of a large part of the leaves. Dry in the shade or in dryers at 35°C. *Thymia* is used in the form of infusion, fluid extract in bronchial coughs and whooping cough, thanks to the herbs antiseptic and calming properties, provided primarily by thymol, carvacrol and other volatile fractions.

Keywords: *Thymus vulgaris* medicinal plant, medicinal product, therapeutic indications.



Fig. 1. *Thymus vulgaris*

Actualitatea subiectului

Cimbrul (*Thymus vulgaris*) (Figura 1), este un subarbust peren, care formează o tufă mică, aproape semisferică, cu frunze mereu verzi. Rădăcina, în primul an, este pivotantă, lignificată, puternic ramificată și lungă de aproximativ 20 cm, iar în anii următori se dezvoltă într-un sistem radicular puternic fasciculat. Din colet pornesc anual o mulțime de ramificații, care dau plantei un aspect globulos. Tulpina și numeroasele ramificații sunt lignificate la bază și acoperite de un suber de culoare cenușie sau roșiatică, ramificațiile tinere sunt lungi de până la 30-40 cm și au o grosime de 2-3 mm. Planta are frunze mici, de formă alungită romboidală, ovată sau lanceolată. Florile sunt mici, pentamere, colorate în violaceu-roz și au corola bilabiata colorată în roz, grupate în pseudovercile așezate la subsuora frunzelor din vârful tulpinilor, creând impresia unei inflorescențe spiciforme. Caliciul este tubular. Înfloreste în perioada mai-iunie, iar în cazul rezoltării

de doua ori în același an, înfloreste din nou în perioada septembrie-octombrie. Fructele sunt nucule elipsoidale, mici, grupate câte 4 la baza caliciului persistent.

Produsul medicinal. Se valorifică partea aeriană nelignificată (*Herba Thymi*), care are miros aromat și un gust pregnant, asemănător camforului.

Compoziția chimică. În scopuri medicinale se întrebuițează părțile aeriene de cimbru (*Thymi vulgaris herba*). Produsul vegetal conține 0,8-1,2% ulei volatil (*Oleum Thymi*), format în proporție de 20-45% din timol, la care se adaugă: timol-metil-eter, carvacrol, terpinen, cineol, cimol, pinen, linalool, borneol, geraniol, sesquiterpenoida cariofilena, alături de tanin, acid cafeic, flavonozide, un principiu amar, precum și triterpenoide reprezentate prin acizii ursolic și oleanolic.

Fiind specie originară dintr-o zonă caldă, are cerințe deosebite față de regimul termic. În schimb, cerințele față de umiditate sunt reduse, fiind considerată o specie rezistentă la secetă. Cimbrul poate fi înmulțit atât pe cale vegetativă prin producerea răsadului și despărțirea tufelor, cât și pe cale generativă, prin seminte.

Maximum de ulei volatil se acumulează în frunze în faza deschiderii primelor flori. Recoltatul se execută cu cositoarea de fân, iar în cazul suprafețelor mai mici, manual, cu secera. Recolta se va transporta imediat pentru uscarea, atât pe cale naturală la umbră în șoproane, poduri, pe rame, cât și artificial, în uscătorii la temperatura maximă de 30-35°C. Începând cu al doilea an de vegetație, se pot obține cel puțin două recolte. În cazul folosirii masei vegetative pentru obținerea de ulei volatil, aceasta va fi transportată și prelucrată urgent.

Scopul cercetării. Studiarea proprietăților farmacologice la Cimbru (*Thymus vulgaris*) în tratarea afecțiunilor sistemului nervos.

Obiectivele cercetării:

1. descrierea organografică a plantei medicinale *Thymus vulgaris*;
2. studiarea compoziției chimice a plantei medicinale *Thymus vulgaris*;
3. utilizarea rațională a produsului vegetal de la planta medicinală *Thymus vulgaris*.

Materiale și metode

Pentru realizarea scopului și a obiectivelor propuse, au fost utilizate următoarele metode: studiul literaturii de specialitate privind descrierea organografică a plantei *Thymus vulgaris*, analiza atlaselor morfologice, ierbarelor, analiza microscopică conform monografiilor farmaceutice, analiza datelor în timp, obținute prin sondaj.

Rezultatele obținute

Activitatea de cercetare s-a desfășurat în intervalul de timp iunie-iulie 2023. În perioada menționată, doritori de a participa la chestionare au fost în număr de 47. În urma chestionării, putem urmări următorul grafic:

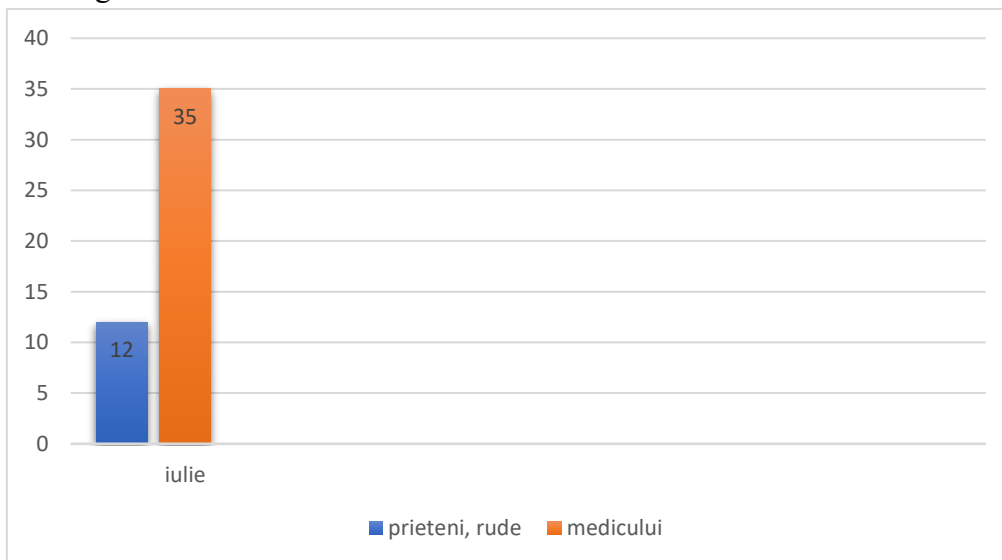


Fig. 2. Administrarea produsului vegetal (PV) de *Thymus vulgaris*: din 47 de respondenți, 35 administrează la indicația medicului, iar 12 respondenți la indicația rudelor și a prietenilor

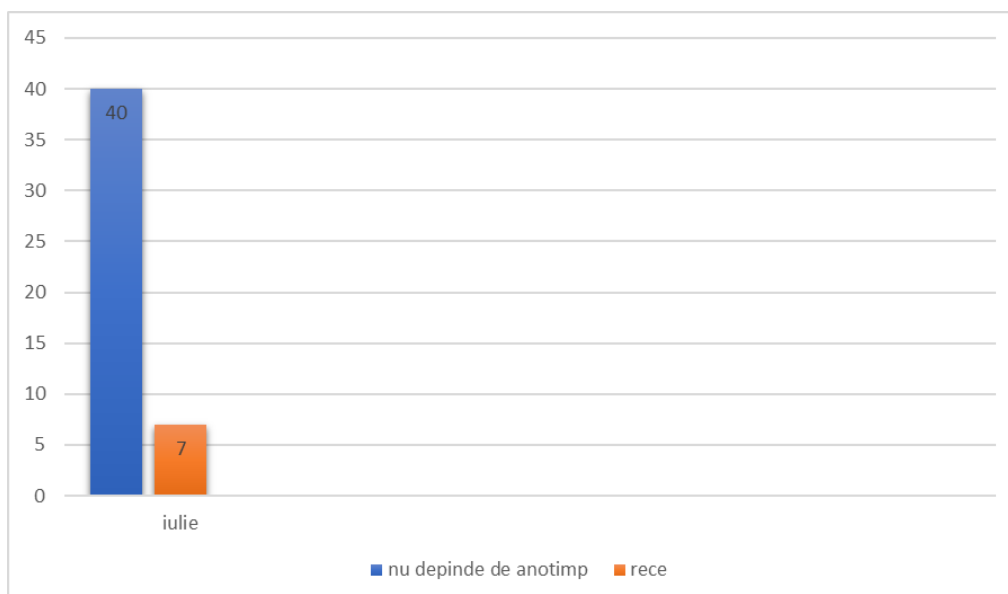


Fig. 3. Anotimpul în care este utilizat PV de *Thymus vulgaris* cel mai des: din 47 respondenți, 7 administrează în sezonul rece al anului, 37 respondenți - în orice anotimp al anului

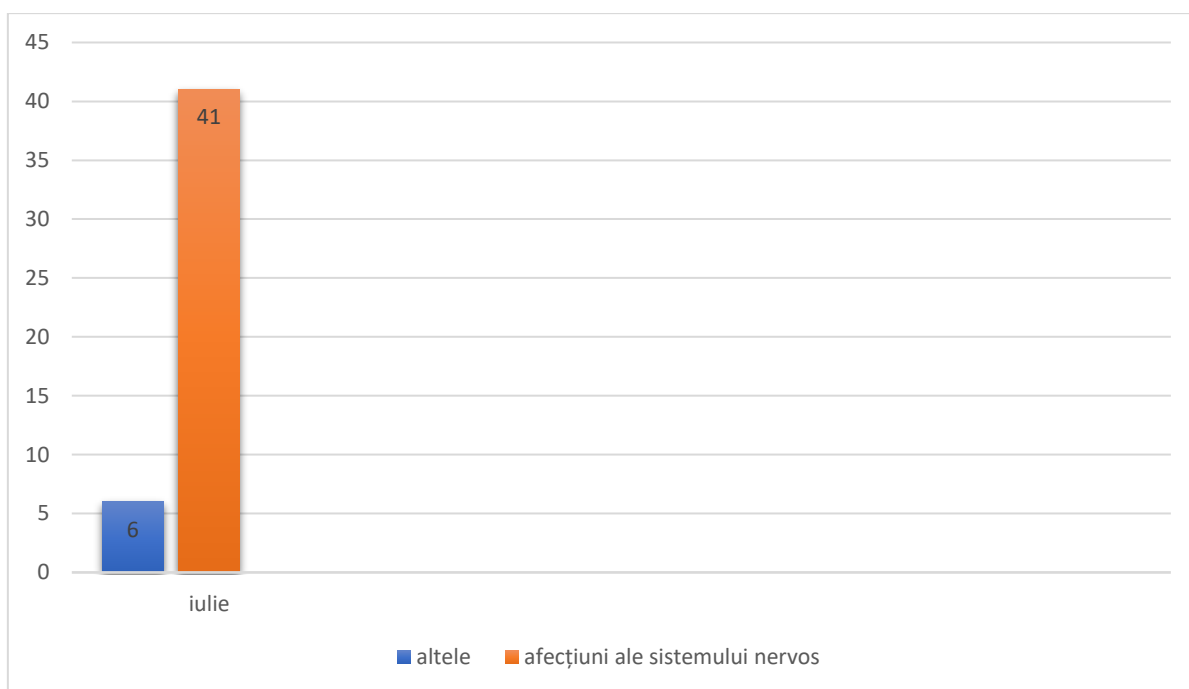


Fig. 4. Afecțiunile tratate cu ajutorul PV de *Thymus vulgaris*: din 47 respondenți, 41 tratează afecțiunile sistemului nervos, 6 respondenți - alte afecțiuni

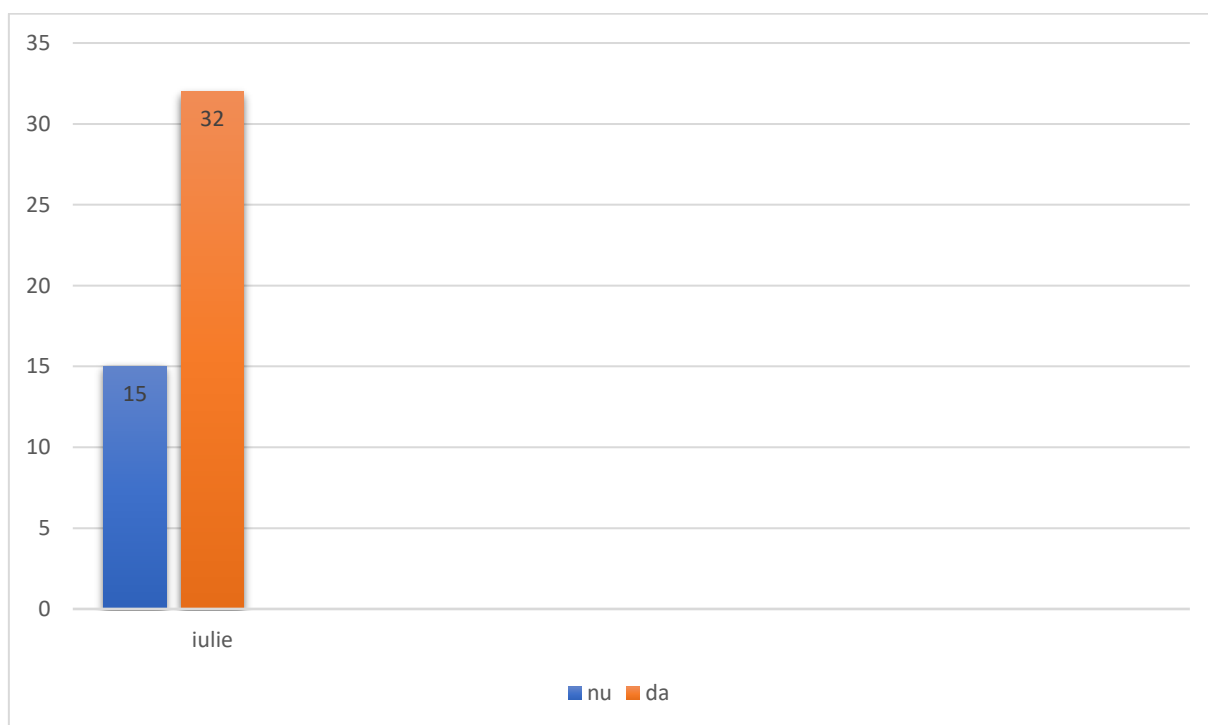


Fig. 5. Atenționări despre contraindicațiile existente la PV de *Thymus vulgaris*: din 47 respondenți, 32 au fost atenționați despre precauțiile și contraindicațiile produsului, 15 nu au fost atenționați

Utilizare în medicină. Compoziția chimică completă și specifică conferă proprietăți expectorante, calmând spasmele căilor respiratorii, cimbrul fiind indicat în tratamentul tusei convulsive, tusei astmatice, bronșitelor și răgușelii. Datorită prezenței timolului, are proprietăți

coleretice, antihelmintice și antiseptice. Se mai recomandă în afecțiunile reumatismale. Intră în compoziția unor forme medicamentoase utilizate în procesele infecțioase digestive, uretro-vezicale, în tratarea diareii acute și cronice și în cazul stărilor de iritabilitate nervoasă. Este un stimulent al metabolismului, un bun vermifug și, de asemenea, un absorbant al gazelor intestinale.

Extrakte din *Thymus vulgaris* intră în compoziția unor comprimate filmate și ca sirop **BRONCHIPRET** – utilizat pentru tratamentul afecțiunilor inflamatorii ale căilor respiratorii cu acțiune expectorantă și de calmare a tusei sau a altor preparate cu proprietăți calmante în asociere cu alte extracte vegetale: **THYMO SPRAY** – spray cu proprietăți antiseptice, anti- inflamatoare, expectorante, ameliorează răgușeala și durerile de gât, **IMUNOTUS** – capsule indicate pentru fluidizarea secrețiilor mucoase și favorizarea expectorației, **STEPER** – aerosol cu proprietăți antibacteriene, fungicide, aseptice, calmante și protectoare, **CERVIRON** – ovule cu proprietăți astringente, reepitelizante, protectoare pentru mucoasa vaginală lezată care poate fi utilizat ca adjuvant în tratamentul afecțiunilor ginecologice, **ASPECTON** – sirop pentru ameliorarea simptomelor legate de apariția unui mucus dens în tractul respirator asociat răcelii obișnuite, dar și pentru ameliorarea simptomelor în bronșita acută, **IARBĂ DE CIMBRIȘOR** – ceai, **LACTACYD** – loțiune intimă antibacteriană, contribuie la inhibarea dezvoltării bacteriilor și la prevenirea infecțiilor, **CARMOL FLU** – loțiune pentru corp cu efect împotriva manifestărilor neplăcute cauzate de gripă și răceală, **BALONIX** – comprimate, care se recomandă în cazul disconfortului abdominal cauzat de excesul gazelor intestinale, **CEDRU ALTAIC** – ulei cu efect antiseboreic, antiseptic, antispasmodic, tonic, astringent, diuretic, expectorant și sedativ.

Preparatele din părți aeriene de *Thymus vulgaris* au fost utilizate încă din antichitate în caz de contracții uterine, colici, dureri de cap, tuse, tuberculoză, retenții urinare, deranjament stomacal. Stimulează funcțiile hepatice și renale. Se aplică în amestecuri pentru băile copiilor. Tusea convulsivă se tratează cu un amestec de ceaiuri format din cimbru, patlagină și rădăcină de toporaș. Florile și frunzele, în stare proaspătă și uscată, sunt folosite la aromatizarea unor bucate în prepararea mâncărurilor, aromatizării oțetului de plante, prepararea sosurilor, fripturilor. Se utilizează în parfumerie datorită proprietăților antiseptice și deodorante pe care le posedă.

Administrare

Ceai – 3 lingurițe de plantă mărunțită la o ceașcă de apă clocotită, se lasă să se infuzeze acoperită 10-15 minute, apoi se bea de 2-3 ori pe zi. Se recomandă în afecțiunile reumatice.

Suc – cimbrul amestecat în proporție de 1:7 cu sirop de zahăr poate trata cu succes tusea convulsivă. Se administrează câte o lingură la fiecare oră.

Observații! Folosit în mod abuziv și supradozat, ceaiul provoacă tulburări gastrointestinale și are efect excitant al sistemului nervos, reacții alergice, grețuri, stări depresive. Uleiul volatil este contraindicat în hipertensiunea arterială.

Concluzii

Deși, în general, cimbrul de grădină se folosește ca și condiment pentru a da savoare preparatelor alimentare, putem folosi planta și în diferite afecțiuni.

Fitoterapia modernă a evoluat și s-a dezvoltat odată cu noile descoperiri științifice, ajungându-se la existența unor produse terapeutice valoroase, cu o putere de acțiune foarte bună. Procesul de tipizare a substanțelor active din plante oferă o mai bună siguranță și un mai bun control al efectului terapeutic al plantelor. În viziunea fitoterapeuților, boala survine ca rezultat al unui dezechilibru provocat de incapacitatea organismului de a se adapta la diferite condiții de mediu. Fitoterapia are un câmp mare de acțiune, în scop curativ sau preventiv, atât asupra minții, cât și a corpului, stimulând organismul să lupte împotriva factorilor nocivi.

Bibliografie:

1. <https://library.usmf.md/ro/library/farmacognozie-si-botanica-farmaceutica/calalb-t-bodrug-m-botanica-farmaceutica>
2. <https://www.doc.ro/sanatate/valeriana-beneficii-si-reactii-adverse>
3. VICTOR, GHICAVÎL. *Medicamentele – baza farmacoterapiei raționale*. Chișinău: Tipografia Centrală, 2013. 1399 p. ISBN 9789975531740.
4. STĂNESCU, Ursula ș.a. *Plante medicinale de la A la Z: monografii ale produselor de interes terapeutic*. Vol. II. Iași: Editura Gr. T. Popa, 2004. 663 p. ISBN 9737906713.