



Mateřídouška vejčitá - účinky na zdraví, co léčí, použití, užívání, využití, pověsti

Zveřejněno: 09.05.2015 | Napsal MUDr. Zbyněk Mlčoch |   Zobrazeno: 2228



Mateřídouška vejčitá

Mateřídouška vejčitá (thymus pulegioides) patří do čeledi hluchavkovité, je vysoká 5-25 cm, kvete od června do října. Je to vytrvalý keřík. Hluboké kořeny, aromatická vůně, větvičky poléhavé až přímé. Malé vejčité listy, krátce řapíkaté, jen na bázi chlupaté. Stonky čtyřhranné, na hranách lehce chlupaté. Květenství podélné, na koncích stonků kulovité lichoklasy, květy růžovofialové, dlouhé 3—6 mm.

Účinky rostliny:

- psychický neklid, duševní nepokoj a nervozita, starosti, trápení žal
- porod - usnědnění porodu
- mlékotvorná bylina - podpora kojení
- zahlenění, usnadňuje odkašlání, odkašlávání
- křeče průdušek
- [záněť](#) průdušek, bronchitida - [prevence](#) a léčba
- nachlazení - prevence, léčba
- posílení imunity

Výskyt a rozšíření:

suché trávníky, kamenitá půda, slunné svahy, okraje cest.

Záměna:

mnoho menších druhů. Mateřídouška obecná (tymián = thymus vulgaris). Menší polokeřík, dole zdřevnatělý, listy menší, přisedlé, úzce kopinaté, na okraji většinou stočené. Rub plstnaté chlupatý. Květy se světle fialovou korunou, délka 4—6 mm, lichopřesleny.

Uklidňuje a dezinfikuje

Mateřídouška patřila k bylinám, které se používaly **do slavníků rodiček**. Tyto aromatické [byliny](#) svými éterickými [oleji](#) **usnadňovaly ženám porod**. Mateřídouškový čaj popíjely i **kojící ženy**. Rostlina **uklidňuje, dodává sílu a současně i dezinfikuje**.

Pryč s kašlem

Nasbírejte si větvičky mateřídoušky těsně před rozkvětem a šetrně je usušte ve světlém stínu. Eterický olej s karvakrolem a tymolem se postará o **zdravé dýchací cesty**. Podpůrně působí i flavonoidy a hlavně třísloviny, které se vyskytují pouze v čeledi hluchavkovitých. **Inhalujte mateřídouškový čaj**, když máte **zahleněné průdušky**. [Připravte](#) si velkou osušku a do umývadla nalijte 2 litry ohřáté vody, do níž přidáte 2 hrsti mateřídoušky. Nakloňte se nad umývadlo, přes hlavu si přehoďte osušku a vdechujte co nejteplejší aromatickou páru, dokud vám to bude příjemné. Tato inhalace vám usnadní **odkašlávání, uvolní křeče v průduškách a předejde zánětům**. Koupel s mateřídouškou **při nachlazení posílí imunitní systém** a probudí novou chuť do života.

Voňavá bylina

Thymos je odvozeno z řeckého slova thyo, což znamená obětovat bohům. Mateřídouška se spalovala nejen pro radost bohům, ale i ze zcela praktických důvodů — aby se místnosti vyčistily a naplnily jemnou vůní. Proto se jí u nás přezdívalo i vonný tým. **Pomáhá prý proti starostem, trápení a žalu**. Za slunovratu se mateřídouškou **krmily krávy, aby měly hodně mléka**. Někde **dívky věšely na okna věnce z kvetoucí mateřídoušky**, aby si byly jisté, že to není ďábel v podobě mládence, kdo vklouzl oknem do jejich komůrky...

Podporuje trávení

V kuchyni se dá mateřídouška vejčitá používat stejně jako mateřídouška tymián (= mateřídouška obecná). Její éterický olej je jemnější, ale přesto **dodá jídlům velice příjemnou chuť**. Poskytne jim teplo slunce a postará se o dobré trávení. Hildegarda z Bingen byla přesvědčená, že **mateřídouška zlepšuje funkci mozku**.