

### De tijmolielap bij hoesten en verkoudheid. Ook bij bronchitis of astma.

Jullie kennen waarschijnlijk wel de huid-oliën die Weleda produceert. De wilde rozen- en de Lavendelolie. De eveneens Duitse Dr. Heberer en Wala/ Hauschka zijn grote producenten van gelijksoortig 100% natuurlijke oliën. Neem nou de Tijmolie. Tijn die groeiend en bloeiend in de droge hitte op arme rotsachtige grond leeft. Haar olie opgeslagen in haar groene smalle geurige blaadjes die de etherische olie bevatten worden gedistilleerd. Als je het dopje van zo'n fles afdraait kun je je verbazen hoe sterk de geur is die er dan uit komt. Je waant je in de hoogzomerse zinderende hitte bij een kampvuurtje waar het droge kruid ligt te gloeien, aan een Frans rotsachtig omzoomd meertje en vrijwel meteen kun je ruimte in je luchtwegen vermoeden. En dat terwijl deze oliën voor slechts 5 tot 10% uit etherische olie van de plant bestaat. De overige 90- tot 95 % uit neutrale olie; de zo genoemde drager; bv olijf-, pinda- of amandelolie. Door de kracht, de milde werking en productiewijze van deze oliën die ik dagelijks gebruik, heb ik veel eerbied voor dit product gekregen.

Hieronder een toepassing voor ademhalingsproblemen als boven genoemd.

Nodig:

- 1 flesje tijmolie.
- Een ouderwetse katoenen **zakdoek**, of andere stuk katoen zoals van een oude theedoek.
- Een **handdoek** die de lengte heeft van de borstomvang van je patiënt.
- Schilderstape
- Plastic zakje
- Kruik ( warmwaterzak)

Werkwijze:

- Vul de kruik voor 1/4 met koud water en vul aan met heet water. Laat de lucht eruit en schroef dicht. **!** Altijd controleren op lekkage door op z'n kop flink te schudden.
- Vouw de **handdoek** over de lengte, tot een lange reep en leg deze op borsthoogte in bed.
- Leg de kruik op de **handdoek** en vouw deze dicht, dekens erover.
- Vouw de **zakdoek** dubbel, besprenkel deze met de olie doe deze, nogmaals dubbel gevouwen in het plastic zakje en leg het geheel tussen de kruik en de **handdoek** in bed.
- Terwijl zo het bed wordt voorverwarmt, maakt de patiënt zich klaar voor de nacht.
- Sla het bed en de handdoek open, leg de kruik met het plastic zakje aan het voeteneind.
- Laat je patiënt gaan liggen met het borstgebied op de voorverwarmde handdoek.
- Haalde geolieerde **zakdoek** uit het zakje, ontvouw deze één keer en leg het in dit midden van het borstgebied van je patiënt. Wikkel de **handdoek** eromheen, plak het vast met de tape.
- Patiënt goed inpakken, controleer of de kruik goed ligt en de dekens niet te zwaar op de voeten rusten. ook de schouders.

Herhaal deze toepassing enkele dagen tot weken. Daarna weer weer een tijdje stoppen om te zien of je lijf de boodschap van de tijn begrepen heeft.

**! Niet toepassen! bij allergie voor genoemde olie. Ook niet bij beginnende koorts.**



Weleda heeft een aantal olien in de vrije verkoop bij drogist of apotheek. Verder op recept. Wala heeft een assortiment van meer dan 20 soorten alleen in de Duitse apotheek te krijgen. Een zeer goede service geeft de schlossapotheek in Otweiler die gratis deze spullen verzend. De vele oliesoorten van Dr. Heberer via de site van firmaindruk. Een kleine maar niet mindere in kwaliteit is het Het Blauwe Huis, in het Drentse Ruinerwold met een bescheiden aantal soorten, tevens de goedkoopste en te vinden in de natuurvoedingswinkels.

De tijm olie is een product van Wala en is, vanwege de Nederlandse registratiewet, alleen verkrijgbaar via de schlossapotheek in Duitsland. [www.schlossapo.de](http://www.schlossapo.de) of tel.