

Une huile essentielle de thym, oui mais laquelle ?

Il existe 7 chémotypes ou chimiotypes de THYM vulgaire, les voici :

(on en utiliserait 5 voire 3)

Thymus vulgaris thymoliferum : thym à thymol

Thymus vulgaris carvacroliferum : thym à carvacrol

Thymus vulgaris geranioliferum : thym à géraniol

Thymus vulgaris terpineoliferum : thym à terpinéol

Thymus vulgaris paracymeniferum : thym à paracymène

Thymus vulgaris thujanoliferum : thym à thujanol

Thymus vulgaris linaloliferum : thym à linalol

Comme pour l'huile essentielle de romarin, l'huile essentielle de thym vulgaire, en fonction de son chémotype, peut être dangereuse si elle est mal employée. Par exemple, l'huile essentielle de thym à thymol et l'huile essentielle de thym à carvacrol sont dermocaustiques et hépatotoxiques.

Par conséquent, avant de procéder à l'achat d'une huile essentielle de thym vulgaire, vérifiez si le chémotype est mentionné sur l'emballage. Cela vous évitera de confondre les huiles essentielles.

* Chémotype = la ou les molécules actives présentes dans l'huile essentielle et qui se trouvent en majorité.



Laurie conseillère en produits naturels chez Herbafolia