

Sinaasappel Zoet - Citrus Sinensis

Gebruikt delen:

De vruchtschillen.

Te gebruiken door middel van:

Als sauna opgietsmiddel

Massage

Inname

Verstuiven of verdampen



Beschrijving:

Een geeloranje of donkeroranje, dunne vloeistof met een zoete, frisse, fruitachtige geur, rijker dan de gedestilleerde olie een lichtgele of kleurloze, dunne vloeistof met een zoete, licht fruitige geur, maar weinig vasthoudend. Mengt goed met lavendel, neroli, citroen, scharlei, mirre en oliën van specerijen zoals nootmuskaat, kaneel en kruidnagel



De Sinaasappelboom komt oorspronkelijk uit China. Het is een groenblijvende boom waarvan vele variëteiten gecultiveerd zijn. De belangrijkste producenten zijn tegenwoordig de landen rond de Middellandse zee, de USA, het Caraïbische gebied en Brazilië. In de Chinese geneeskunde wordt de gedroogde schil gebruikt bij de behandeling van verkoudheid, hoest en anorexia. De etherische olie wordt gewonnen door koude persing, of door stoomdestillatie, van de schil van het nog net niet rijpe fruit. De olie heeft een frisse aromatische geur en varieert in kleur van lichtgeel tot oranjebruin. De olie heeft kalmerende eigenschappen, is verzachtend voor de huid en wordt aangeraden bij ademhalingsstoornissen. Ook kinderen houden erg veel van Sinaasappelolie. Wordt op grote schaal gebruikt als geur- en smaakstof in de levensmiddelen industrie. Ook voor het aromatiseren van spijzen en dranken bijv; 1 druppel in een sinaasappel frisdrank of jus d'orange heeft een verrassend effect op de smaak, evenals 1-2 druppels door het pannenkoeken beslag. 4 druppels door het beslag geven een heerlijke sinaasappel cake.

Toepassingen:

Sinaasappel essentiële olie wordt in de aromatherapie o.a. gebruikt bij; afters, vette huid, palpitations, oedeem, bronchitis, koude rillingen, constipatie, krampen, verkoudheid, griep, hoofdpijn, koorts, spanningen, angst, maagklachten, nervositeit, reisziekte, vertraagd hartritme, hartkloppingen, slecht en onrustig slapen.

Bij rimpels; 5 druppels Sinaasappel mengen in 1 eetlepel Tarwekiem olie en hiermee 's avonds de huid inwrijven. Bij tandvlees problemen, zweren ; 10 druppels Sinaasappel in een glas gekookt water, hiermee dagelijks spoelen. Bij slapeloosheid; een paar druppels Sinaasappel op het hoofdkussen sprenkelen of in de slaapkamer 8 druppels in de aromalamp verdampen. Bij spanningen; 10 druppels Sinaasappel in een eetlepel Amandel olie en hiermee het lichaam masseren. Bij angsten; 2-3 druppels Sinaasappel op een tissue of zakdoek doen en meermaals per dag inhaleren. Bij stress en vermoeidheid; 1 druppel Sinaasappel, 2 druppels Citroen, 1 druppel Nootmuskaat en 2 druppels Scharlei mengen met een beetje melk, room of een lepeltje honing. Dit toevoegen aan een warm bad en 15 - 20 minuten baden. Als sauna opgietsmiddel schep de pollepel vol met water, doe hier naar behoefte enkele druppels olie en giet het langzaam over de saunastenen.

Contra-indicatie:

Foto sensibiliserend! (Kan overgevoeligheid veroorzaken door licht)

Niet puur op de huid gebruiken!

Lost kunststof op!

Psychisch:

Pept je humeur op.