

Blauwe kamille - Echte kamille **Matricaria chamomilla (recutita)**

Botanie en Groeiwijze

Het is een eenjarig kruid met fijne, bijna vederachtige bladeren en margrietachtige bloemen.

Klimaat en herkomst

De Kamille wordt op grote schaal geteeld in Hongarije en Oost-Europa.

Extractie

De olie wordt verkregen door waterdamp destillatie van de bloemen. De olie van deze Kamille krijgt pas na destillatie een blauwe kleur, die veroorzaakt wordt door een chemische stof, genaamd chamazuleen.

Voor 1 ltr. olie is 200 kg verse bloemen nodig.



Geurervaring

De olie is inktblauw van kleur en heeft een warme kruidige geur.

Therapeutische werking

Psyche; Kamilleolie helpt ontevredenheid, pijn en ergernis van zich af te schudden. De olie geeft een gevoel van geborgenheid en moederlijke aandacht en maakt een grondig verwerken van ervaringen mogelijk.

Blauwe kamille bevat de heilzame blauwe olie, die zo waardevol is. De bloemen hebben een aangename geur en oefenen een reinigende en kalmerende invloed uit op het maag darmstelsel, in feite op alle organen die met slijmvliezen bekleed zijn.

De rijkdom aan alpha-bisabolol maakt de Blauwe kamille olie tot een bijzonder werkzaam antisepticum. De olie bevordert de genezing van de huid, is pijnstillend bij gewrichtsaandoeningen, verzachtend bij oogaandoeningen en helpt in het algemeen tegen ontstekingen.

Gebruiksmogelijkheden

In de cosmetica wordt de Kamille gebruikt om zijn ontstekingsremmende, kalmerende en verzachtende werking. Azuleen wordt daarom toegepast in crèmes voor een (over) gevoelige huid. De Kamillebloem is geneeskrachtig, helend, verwarmend, kalmerend en verzachtend, maar nooit opwekkend. Ook goed voor kinderen die pijn hebben, angstig of prikkelbaar zijn. Kamille kan gebruikt worden als thee tegen buikpijn, in gorgeldrank of als mondspoeling.

Onderzoekingen hebben uitgewezen, dat Kamille ook als tegengif bij vergiftigingen met verscheidene bacteriën zoals stafylococce en streptococce kan worden gebruikt. Hierbij wordt het gif onschadelijk gemaakt, dit in tegenstelling tot de antibiotica waarbij de vermeerdering van de bacteriën wordt verstoord. Zeer kleine hoeveelheden van de Kamille-olie zijn al in staat als tegengif te functioneren.



Gebruik Kamille o.a. in- of uitwendig bij;
brandwonden, vrieswonden, blaren,
eczeem, reuma, oorpijn,
acne/jeugdpuistjes, ontstekingen,
wondjes, insectensteken, zweertjes,
weinig eetlust, hoofdpijn, huidproblemen,
menstruatieklachten, artritis,
verstuikingen, spierpijn, jicht, zenuwpijn,

gordelroos, steenpuisten, allergieën, migraine, nervositeit, stress, overgangsklachten, prikkelbaarheid, slapeloosheid, angst, stress, tandpijn en spijsverteringsstoornissen.

Kamille is goed te combineren met; Lavendel, Geranium, Sandelhout, Duizendblad, Roos.

Hier enige toepassingen:

- *Als bad bij diverse huidziekten; 3 dr Kamille, 3 dr Geranium en 4 dr Sandelhout mengen met badolie neutraal. Dit toevoegen aan een warm bad en 15-20 minuten baden.*
- *Bij ontstekingen in de mond; meng 4 dr Kamille in een glas gekookt water en gorgel hiermee 1 à 2 maal per dag.*
- *Bij pijnlijke tandgroei bij kinderen; stip de pijnlijke plaatsen aan met 1 dr Kamille op een wattenstaafje.*
- *Bij lichte brandwonden, eczeem, jeugdpuistjes, wondjes en zweertjes; 2 tot 3 dr Kamille op een vochtig watje doen en hiermee 1 à 2 maal per dag deppen.*
- *Bij ontstoken, gevoelige huid, acne; 4 dr Duizendblad, 7 dr Kamille en 5 dr Roos mengen met 40 ml. Jojoba olie en 10 ml. Tarwekiem olie. Met dit mengsel de huid 2x per dag insmeren.*
- *Bij gordelroos; 10 dr Blauwe kamille, 2 dr Geranium, 4 dr Bergamot, 6 dr 100% Melisse, 5 dr Lavendel, in water voor kompressen, of in 50 ml amandelolie.*
- *Jeukende huid: voeg 3 dr Kamille toe aan 1 eetlepel basisolie. Masseer de olie zacht in de jeukende huid.*
- *Insectenbeten en steken: 1 of 2 dr Kamille onverdund op de beet of steek aanbrengen.*

Symbolische betekenis van de plant

"Waaronder je ook lijdt en wie je ook bent, ik troost je."

Praktijkervaring

Het dochtertje van mijn buurvrouw had last van tandjes krijgen, hier deed ik een druppeltje Blauwe kamille op met een wattenstaafje, ze werd meteen rustiger.

Chemische samenstelling

Matricaria chamomilla

F= Monoterpenen (5%)

4,2% trans-Ocimeen
0,7% p-Cymeen
0,06% Limoneen

B = Sesquiterpenen (50%)

22,9% cis-β-Farneseen
9,2% cis-α-Farneseen
8,9% Chamazuleen (tot 35%)
5,2% Germacreen D
5% γ-Cadineen
0,1% α-Cadineen

J = Sesquiterpenolen (1%)

0,7% Spathulenol
0,6% α-Bisabolol

G = Ketonen

1,1% Artemisiaketon

D = Oxide (16,7%)

12% Bisabololoxide
4,7% Bisabololoxide A

