

# Kaneel

## *Cinnamomum zeylanicum*, blad

**Familie** Lauraceae - lauriergewassen

### **Botanie en Groeiwijze**

Het is een groenblijvende boom van ± 18 mtr met witte of gele bloemen die veranderen in blauw tot paarse bessen. De bladeren verspreiden een sterke, kruidige geur als ze beschadigd worden. De inwendige schors van jonge twijgen wordt om de twee jaar geoogst en levert de bekende "kaneelstokjes". Na het oogsten worden de takken in lange dunne reepjes gesneden, waarna de bast wordt verwijderd. De bast rolt vanzelf op tijdens het drogen en aan deze eigenschap heeft de Kaneel zijn naam te danken, die stamt van het Latijnse woord "canella", wat rolletje betekent.



### **Klimaat en herkomst**

De Kaneelboom komt oorspronkelijk uit Sri-Lanka maar wordt nu verbouwd in Zuid-India, Sri-Lanka, Indochina, China, Afrika en het Caribische gebied.

### **Extractie**

Kaneel olie wordt gewonnen door waterdampdestillatie van de twijgen met bladeren en van de schors. Er is 80 kg plantenmateriaal nodig voor 1 ltr. olie.

### **Geurervaring**

De bladolie is geel tot bruin van kleur met een warm, scherpe, kruidige geur met een enigszins zoete ondertoon.

### **Geschiedenis**

Kaneel is in China al ruim 4000 jaar bekend en is mogelijk een der oudste geneesmiddelen. Ook in de bijbel wordt Kaneel genoemd, Mozes gebruikt het voor de bereiding van een zalfolie. Door de Arabieren raakte Kaneel in Europa bekend en werd het mede een doel van de ontdekkingsreizen van de 15e en 16e eeuw.



### **Therapeutische werking**

*troostend – verwarmend - bescherming*

*Psyche:* Kaneel heeft een versterkende werking op het hart en de geest. Vooral mensen die herstellend zijn van een zware ziekte of een zwakke constitutie hebben, depressief of melancholisch zijn. Ontspannend bij spierverhardingen en geestelijke verharding in het algemeen. Heeft niet alleen een versterkende en verwarmende werking bij kou (lage temperaturen), maar ook bij innerlijke kille. Helpt tegen bacteriën, virussen en schimmels. Remt ontstekingen en bevordert de doorbloeding.

### **Gebruiksmogelijkheden**

*Gebruik Kaneel o.a. bij;* blauwe plekken, insectenbeten, wratten, infecties, maag- en darmkrampen, slechte eetlust, griep, koorts, witte vloed, pijnlijke menstruatie, pijnlijke spieren door

kouvatten, slechte spijsvertering, slechte bloedsomloop, reuma, griep, koude rillingen, verkoudheid, geestelijke uitputting, stress, winderigheid. Kaneel geeft steun aan oudere mensen, die herstellende zijn van een ziekte. Effectief bij de behandeling van luizen.

*Goed te combineren met;* Sinaasappel, Mandarijn, Benzoë en Cypres.

*Hier enige toepassingen van Kaneel:*

- *Bij blauwe plekken en insectenbeten;* doe 2 dr Kaneel op een vochtig watje en dep hiermee de pijnlijke plek.
- *Verdampen:* in de kinderkamer voor een aangename sfeer, of voor het slapen gaan 2 dr Kaneel en 7 dr Mandarijn.
- *Verdampen:* 8 dr Kaneel in de aromalamp geven een gevoel van welbehagen en activeren de fantasie en creativiteit. Geeft steun aan ouderen en aan mensen die herstellende zijn van een ziekte.
- *Bij spierverspellingen;* 5 dr Kaneel in een eetlepel basis olie mengen en hiermee de pijnlijke plaatsen inwrijven.
- *Bij koude voeten en onderbenen;* 2 dr Kaneelschors en 2 dr Helicyse mengen in 10 ml. basis olie. Met dit mengsel dagelijks masseren. Werkt verwarmend en zorgt voor een betere doorbloeding.

### **Type mens**

Het kaneel-type heeft sedert zijn jeugd onder een grote emotionele druk gestaan die temaken had met de ouders.

Hij heeft het gevoel niet tegen het leven op te kunnen. Dit type snakt naar vrijheid en moet leren zichzelf te durven zijn onder alle omstandigheden.

### **Parfum**

Basis noot

### **Symbolische betekenis van de plant**

Ik geef je warmte om te leven en lief te hebben.

### **Waarschuwingen**

Kaneel nooit onverdund op de huid gebruiken, het kan allergische reacties en dermatitis veroorzaken.

### **Praktijkervaring**

Laatst heb ik een trouwe klant een uur lang een ontspanningsmassage gegeven met kaneel met sinaasappel, het rook helemaal naar kaneelstok heerlijk.

Als ik helemaal koud ben, ga ik met Kaneel, Benzoë en Sinaasappel in bad.



## Chemische samenstelling

**Kaneel-blad** - Cinnamomum zeylanicum

### **B=Sesquiterpenen (6%)**

1,9-5,75%  $\beta$ -Caryophylleen

0,25-1%  $\gamma$ -Ylangeen

### **M=Aromatische Alcoholen (7%)**

0,5-7% Zimtalkohol

### **L= Fenolen (70-90%)**

70-87% Eugenol

0,15% Isoeugenol

### **H=Aromatische Aldehyde (3%)**

0,2-3% kaneelaldehyde

Hydrozimaldehyde

### **A=Esters (5,5%)**

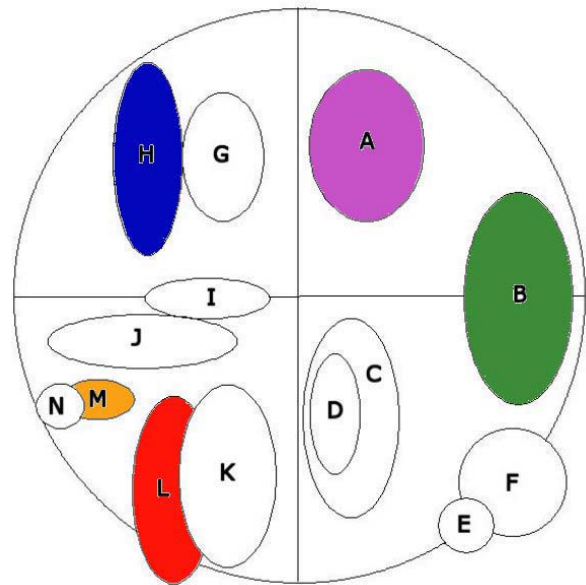
2,7-3,5% Beilzylbenzoaat

1% Phenylpropylacetaat

0,8-1,6% Cinnamylaeet

Methylcinnamaat

2-Phenylethylbenzoaat



## Kaneelschors

De schors wordt 24 uur gefermenteerd, daarna wordt de buitenste schors weggeschrapt zodat het kernschors kan drogen. Het resultaat is het bekende kaneelstokje, dat als grondstof dient voor kaneelschorsolie.

Kaneelschors is duurder in aanschaf als kaneelblad. Kaneel geeft je een soort jas, het geeft je bescherming.



### Therapeutische werking

Kaneelschors is sterk antibacterieel, mogelijk antiviraal, schimmeldodend, antiseptisch, parasietbestrijdend, licht krampstillend, sterk doorbloedingsbevorderend, samentrekkend, stimulerend op baarmoeder en luchtwegen.

*Goed te mengen met:* Lemongrass, Sandelhout, Ylang Ylang en Citrusoliën.

*Een paar toepassingen van kaneelschors;*

- *Bij diarree;* 1 dr Kaneelschors opnippen van duimmuis werkt verstoppend.
- *Ontspannen bad;* Kaneelschors, Grapefruit, Jasmijn.
- *Bij blauwe plekken;* Kaneelschors met Helicryse voor een goede doorbloeding.
- *Bij winterse depressie;* Kaneelschors samen met een citrusolie.
- *Voetmassage;* met Kaneelschors is heerlijk verwarmend, de voeten na de massage goed droog maken.
- *Verdampen:* Kaneelschors in het lampje zorgt voor een stimulerende en opwekkende sfeer.

### Waarschuwing

Niet gebruiken tijdens de eerste maanden van de zwangerschap en bij baby's en kinderen.

Vermijdt Kaneelschors op gevoelige of beschadigde huid.

### Praktijkervaring

Als ik diaree heb, neem ik een druppel Kaneelschors in, met goede resultaten.

## Chemische samenstelling

### Kaneelschors

#### **F = Monoterpenen (8%)**

3%  $\beta$ -Phellandreen  
3% p-Cymeen  
1%  $\alpha$ -Pineen  
1%  $\alpha$ -Phellandreen  
Campheen  $\beta$ -Pineen  
Limonen  
TerpinoIeen  
 $\alpha$ -Thujeen  
 $\gamma$ -Terpineen  
Sabineen  
 $\beta$ -Myrceen

#### **B = Sesquiterpenen (4%)**

4%  $\beta$ -Caryophyllen  
 $\alpha$ -Copaeen  
 $\alpha$ -Humuleen

#### **K = Monoterpenolen (5%)**

5% Litalool  
Borneol  
Terpineol-4  
 $\alpha$ -Terpineol

#### **M = Aromatische Alkoholen (0,30%)**

0,4% 2-Phenylethylalkohol  
0,25% Kaneelalkohol  
Benzylalkohol

#### **L = Fenolen (10%)**

6-10% Eugenol  
0,03% 2-Vinylphenol  
0,02% Isoeugenol

#### **H = Aromatische Aldehyde (70%)**

64 tot 76% Kaneelaldehyde  
0,4% Hydrokaneelaldehyde  
0,25% Benzaldehyde  
0,04-0,25% Cuminaldehyde

#### **A = Aromatische Esters (3,65%)**

3% Cinilamylacetaat  
0,65% Benzybenzoaat  
2-Phenyletlylbenzoaat Methylcinnamaat

**Andere** 0,65% Coumarine

