

## Tea Tree beschrijving

Tea tree (*Melaleuca Alternifolia*) is lid van een boomfamilie die meer dan 150 verschillende soorten altijdgroene bomen en struiken omvat. Ze komen alleen voor op het Australische continent en worden veel gekweekt voor hun prachtige gekleurde bloemen.

De tea tree is een struik of kleine boom tot 7 meter hoog met een papierachtige schors en lancetvormige blaadjes. In het voorjaar bloeien de kleine witte bloemaren, gevolgd door houtige zaadpeulen. De boom komt voor in het noorden van New South Wales en het zuiden van Queensland. Tegenwoordig is de meeste olie afkomstig van plantages.

De plant werd voor het eerst genoemd in 1770 door kapitein James Cook. Cook ontdekte dat het afkooksel van de bladeren een verfrissende en pittige thee produceerde en hij noemde de plant daarom theeboom. Doch eeuwen daarvoor al kenden de Aboriginals reeds de geneeskrachtige werking van de bladeren en gebruikten het bij de behandeling van zeer uiteenlopende klachten (vooral huid- en luchtwegaandoeningen).

De opbrengst aan essentiële olie is voor tea tree tussen de 1,5 - 2 % dwz. dat er 50 tot 75 kg. bladeren en twijgen nodig zijn voor 1 liter olie. De kleur van tea tree olie is kleurloos tot licht groengeel. De geur is fris, helder, kruidig, kamferachtig en medicinaal. De kwaliteit van de tea tree olie staat onder toezicht van de Australische regering.

Belangrijkste ingrediënten

Monoterpeenalcoholen (o.a. terpine-1-ol-4 30-45%), monoterpenen (o.a. terpinenen)

## Algemene eigenschappen

Tea tree olie bezit een zeer breed werkingsgebied: o.a. antibacterieel (o.a. stafylokokken), schimmeldodend (o.a. candida, legionella), huidregenererend, ontstekingsremmend, jeukstillend, antiseptisch, antiviraal (o.a. herpesvirus), slijmoplossend, immuunstimulerend, insecticide, pijnverdovend. De antiseptische werking is zelfs zo'n 12 maal sterker dan die van Fenol, een chemische desinfectans dat algemeen gebruikt wordt.

Contra-indicaties: geen. Voor zover nu bekend is de olie niet toxisch en niet irriterend. De olie is daarom ook te gebruiken voor de gevoelige huid.

NB wel kan de olie bij veelvuldig gebruik de huid wat uitdrogen. Eventueel de huid nabehandelen met calendula zalf.

## Toepassingen

Tea tree is een van de weinige etherische oliën dat onverdund aangebracht kan worden op de huid bij infecties, puistjes, steenpuisten, insectenbeten en lichte brandwonden.

In het geurlampje geeft tea tree een frisse, kruidige en medicinale geur die goed te mengen is met lavendel, lavandin, grove den, rozemarijn, kruidnagel en de citrusoliën. Via verdamping is teatree een goede hulp bij bronchitis die gepaard gaat met ettervorming, sinusitis, neus- en keelinfecties. Gebruik van tea tree leidt tot versterking van de weerstand bij griep en kou. Verder is tea tree sterk vitaliserend bij vermoeidheid en nerveuze depressies. Inhalatie via stoombaden is nog doeltreffender.

Op de huid: In de huidverzorging is tea tree één van de beste oliën bij acne, abcessen, huidinfecties, voetschimmel en wratjes. Bij acne en abcessen bezit tea tree de eigenschap om de etter binnen te dringen en de etter vloeibaar te maken waardoor het gemakkelijker kan worden afgevoerd. De olie is pijnverdovend en sterk wondhelend en mag puur op een wondje. Ook in de mondverzorging is tea tree een doeltreffende olie: regelmatig spoelen met 1 à 2 druppels tea tree in wat water bij mondzweertjes,

tandvleesontsteking (gingivitis) en een zere keel. Tea tree bestrijdt de ontsteking. Ook de gevolgen van insectenbeten worden teniet gedaan door een druppel pure teatree op de aangedane plek. In de haarverzorging is tea tree een effectief en vriendelijk middel bij de bestrijding van hoofdluis, roos en vet haar. Een bijzondere eigenschap van tea tree is de preventieve bescherming tegen huidverbrandingen bij bestraling.

In het bad: Via baden is tea tree in te zetten bij kou, griep, vermoeidheid, jeuk, als circulatiebevorderende olie bij bv. spataderen, bij huidschimmels (candida).

### **Dosering**

Voordat het produkt op de huid gebruikt wordt dient eerst een allergie-test te worden gedaan: breng een beetje pure olie aan op de binnenkant van de elleboog. Is er na 24 uur geen irritatie, uitslag, branderigheid of iets dergelijks opgetreden dan kan de olie op de huid gebruikt worden. De olie niet inwendig gebruiken. Contact met ogen dient te worden vermeden.

Op de huid: op een klein oppervlak (insectenbeten, kalknagels) kan de olie puur worden aangebracht, 1 tot 2 druppel(s) (eventueel via een watje of wattenstaafje) 2x daags aanbrengen.

Bij een wat groter oppervlak dient de olie eerst te worden verdund met een vette plantenzie olie of bodylotion (maximale dosering bij volwassenen op 100 ml basisprodukt: 80 druppels. Op een eetlepel (ca 15 ml) basisprodukt is dit maximaal: 12 druppels). Als regel geldt: hoe groter het oppervlak dat behandeld dient te worden, hoe groter de verdunning dient te zijn. Hoe jonger de persoon die behandeld wordt, hoe groter de verdunning dient te zijn.

Bij kinderen tot 5 jaar nooit puur gebruiken maar altijd in een verdunning gebruiken. Bij kinderen vanaf 5 jaar mag de olie, net als bij volwassenen, puur worden gebruikt op een heel klein oppervlak, zoals bijvoorbeeld een insectenbeet of een kleine huidbeschadiging. Voor grotere oppervlakken is de volgende verdunning als maatstaaf te gebruiken:

### **Voorbeelden voor toepassingen (dosering geldt voor volwassenen)**

#### **Gezicht:**

- Gezichtsreiniging: voeg 6 druppels olie bij water en spoel het gezicht.
- Puistjes / jeugdpuistjes / acne: dep 3x daags of gebruik de balsem of voeg 3 tot 6 druppels in warm water en spoel de betrokken plaats.

#### **Neus:**

- Luchtzuivering door verdampen.
- Inhalatie door stoombaden; enkele druppels in een kom warm water.
- Verstopte neus: gebruik de olie in een stoombad of verstuiver. Wrijf enkele druppels rond de neusgaten.
- **Neuszwertjes: Gebruik Tea Tree Oil met een wattenstaafje. Indien gewenst verdunnen.**

#### **Mond en Keel:**

- Spoelingen: 10 druppels. in 1/2 glas water, roeren; spoelen en gorgelen.
- Pijnlijke keel: Voeg 3 tot 6 druppels toe aan een glas water en spoel 2x daags. Voeg 3 druppels toe aan 1/4 glas sap, neem kleine slokjes.
- Aften, bloedend tandvlees, slechte adem, tondaanslag: deppen, of voeg 3 druppels toe aan een glas water en spoel 2x daags.
- Koortslip: 3x daags aanstippen.

**Huid en Haar:**

- De olie in waswater, maskers, creme's, massage-olie enz.
- Hoofdluis / neten: pas neutrale shampoo toe, gemengd met 10 druppels olie. 10 min. laten intrekken. Uitspoelen. Na een week herhalen. Vermijd contact met de ogen!
- Jeuk op de hoofdhuid: gebruik neutrale shampoo met 5 druppels olie.
- Steenpuisten: 3x daags direct op de huid gebruiken.
- Snijwonden / schaafwonden: dep de wond met olie.

**Voeten en Handen:**

- Irritaties: voorkomen en verzorgen door de olie puur op de aangedane plaats te druppelen of insmeren met de balsem.
- Nagelinfectie (handen): Doop vingertoppen gedurende 5 minuten in de olie en masseer 2x daags tot infectie genezen is.
- Voetwratten: 3x daags op de wrat.
- Voetschimmel: Was en droog voeten grondig. Gebruik 2x daags de olie.
- Zweetvoeten: Doe 5 tot 10 druppels in warm water. Neem elke avond een voetbad van ca. 5 minuten.
- Nagelinfectie (voeten): 2x daags de olie in laten trekken.

**Vagina:**

- Vaginale douche: 20 druppels olie in 100 ml water; goed schudden voor gebruik; kan een zachte prikkeling geven. Nooit onverdund toepassen.

**Verbrandingen:**

- Brandwondjes: gebruik de olie direct op de verbrande plek.
- Zonnebrand: gebruik van de olie of balsem helpt blaren voorkomen.

**Insekten:**

- insektensteken / -beten: de steek of beet deppen.

**Winterproblemen:**

- Wintervoeten / -handen / -tenen: 2x daags insmeren.