



OREGANO

Origanum vulgare - Lipbloemigen (Labiatae)
Chili

Oregano of wilde marjolein is een essentiële olie, die verkregen is via stoomdestillatie van de gedroogde bloeiende plant. De plant wordt gekweekt. Het is een zuivere essentiële olie, onbewerkt en zonder toevoegingen.

Oregano is verkrijgbaar in een verpakking van 5 en 10 ml.

KARAKTERISTIEK

Het geslacht *Origanum* bestaat uit 36 struikachtige planten. Ze komen voor in het Euraziatisch gebied en Noord-Afrika. Zo'n 20 soorten worden als tuinplant gekweekt. De *O. vulgare* wordt in het wild gevonden in Europa tot in Centraal-Azië. De plant vermenigt zich gemakkelijk met andere soorten zodat er veel verwarring bestaat over naam en identiteit van de plant. In het wild bestaan er grote verschillen in uiterlijk en chemische samenstelling binnen de oreganosoort. Gemiddeld wordt de plant 45 cm. hoog met een rechte paarsbruine stengel, eivormige blaadjes en paarsroze bloemclusters.

De opbrengst aan essentiële olie is voor oregano 1 - 3% dwz. dat er tussen de 35 en 100 kg. plantenmateriaal nodig is voor 1 liter olie. Hoe verser het materiaal, des te lager is de opbrengst. De kleur van oregano olie is geel tot bruin. De olie wordt bruin als veroudering plaats vindt. De geur van oregano is intens: phenolisch, kruidig en bitter en doet denken aan tijm. Oregano-olie wordt verwerkt in sauzen en vleesgerechten terwijl de parfumindustrie de olie verwerkt in kruidige parfums. Oregano wordt ingezet als middennoot.

EIGENSCHAPPEN

Oregano is pijnverdovend, anti-infectie (breed spectrum), antiseptisch, anti-reumatisch, krampstillend, cytophylactisch (verhoogt de activiteit van witte bloedlichaampjes), zweetdrijvend, (lever en milt) stimulerend, slijmoplossend, schimmel- en parasietendodend (amoeben).

TOEPASSING

In het geurlampje verspreidt oregano een pittige en kruidige geur die goed te mengen is met lavendel, citrusoliën en ceder. In het lampje werkt oregano sterk antiseptisch en is te gebruiken bij luchtweginfecties, bronchitis en kinkhoest. Bij alle vormen van kou en griep stimuleert oregano onze afweer.

Bovendien is oregano een verwarmend, krampstillend en zweetdrijvend middel. De olie is sterk stimulerend op ons gehele lichaam, met name op de zintuigen.

Op de huid: zie algemene toepassingsregels in deze bijsluiters. Omdat oregano huidirriterend kan werken, is het aan te raden de aanbevolen dosering niet te overschrijden. In de huidverzorging ontsmet en heelt oregano geïnfecteerde wonden. Oregano werkt sterk hyperaemiserend op de huid. Bij reumatische pijnen en spierpijnen werkt

oregano verlichtend en verwarmend. *In het bad:* zie algemene toepassingsregels in deze bijsluiters. In baden is oregano in te zetten bij oedeemhuid, luchtweginfecties, spier- en gewrichtspijnen, kou en griep, en geeft energie in tijden van vermoeidheid.

DOSERING

In het geurlampje: enkele druppels naar eigen voorkeur.

Op de huid: maximaal 0,5% bij volwassenen - bij lokaal gebruik.

In het bad: maximaal 3 druppels in een vol bad.

OVERDOSERING/BIJWERKINGEN

Formeel is oregano-olie niet getest. Resultaten van onderzoek zijn onduidelijk door de verwarring over de naamgeving en sterke variatie in chemische bestanddelen. In de praktijk werkt oregano huidirriterend en sterk slijmvliesirriterend, afhankelijk van de percentages thymol en carvacrol in oregano-olie. De olie kan erytheem en blaren veroorzaken. Langdurig inwendig gebruik is levertoxisch.

WAARSCHUWING

Niet gebruiken tijdens zwangerschap. Niet gebruiken bij baby's en kinderen. Vermijd gebruik op gevoelige en/of beschadigde huid.

Datum laatste herziening: februari 2001