



## Bijlage 1: plantenprofiel Korenbloem – Centaurea cyanus L.

Dit korenbloem hydrolaat planten profiel is een van de 12 plant profiel bijlagen van de online cursus Hydrolaten. Recepten zijn opgenomen in de lesstof en niet in het plantprofiel.



## **Korenbloem – Centaurea cyanus L.**

De korenbloem is nauw verbonden met de graanteelt. Voorheen zag je de korenbloem vaak samen met klaproos en kamille aan de randen van korenvelden staan. Door onkruidbestrijding komt de korenbloem steeds minder voor in de natuur.

Een Griekse legende vertelt dat een heel mooie nimf stevig verliefd was op een jongeman met azuurblauwe ogen. De nimf liet zich beminnen in een tarweveld door deze jonge en knappe sterveling. Dat was



verboden door de goden. Om aan de woede van de goden te ontsnappen en deze verboden idylle te verbergen, veranderde zij in een elegante azuurblauwe bloem, die de naam korenbloem kreeg. Sinds die dag wordt gemeld dat korenbloemhydrolaat de ogen herstelt die geïrriteerd zijn door tranen.

### **Familie**

Asteraceae - samengesteldbloemigen

### **Botanische namen**

*Centaurea cyanus* is een afgeleide van *Centaurus*, een fabeldier uit de Griekse mythologie, half mens en half paard. En het Griekse woord cyanen verwijst naar de diepblauwe kleur van de bloem.

### **Buitenlandse namen**

Engels: Cornflower, Bluebottle, Batchelor's button

Duits: Kornblumen

Frans: Bleuet

### **Gebruikte delen**

Het bloeiende, verse kruid.

### **Oogst en verwerking**

Het hydrolaat wordt verkregen door stoomdestillatie van het verse plantenmateriaal.

### **Opbrengst**

Goede hydrolaten zijn altijd één op één gedestilleerd; 1 kilo plantenmateriaal levert 1 liter hydrolaat.

## **Karakteristiek van het hydrolaat**

**Deel van de plant:** Het bloeiende, verse kruid

**Geur:** Zacht zoete hoogeur, met een vleugje citroen.

**PH-waarde:** 4,6 tot 6,0

**Belangrijkste inhoudsstoffen:** Eucalyptol, alcoholen, aldehyden, maar nog onvoldoende specifiek bepaald.

**Houdbaarheid:** Zeker tot één jaar houdbaar, mits gekoeld bewaard.

## **Wetenschappelijk onderzoek:**

Het gebeurt niet vaak dat er wetenschappelijk onderzoek beschikbaar is over een hydrolaat, heel vaak zijn we aangewezen op traditioneel gebruik.

De werking van korenbloemhydrolaat is daarop een uitzondering. Er is een groot onderzoek gedaan door de afdeling Onderzoek en Innovatie van L'Oréal naar de werking van Korenbloemhydrolaat, in samenwerking met dermatologen. L'Oréal is een groot merk op het gebied van cosmetica en uiterlijke verzorging.

Zoals gebruikelijk is, is men gestart met in-vitro studies (in een reageerbuisje of Petrischaaltje in een laboratorium). De onderzoeksresultaten waren veelbelovend, waarna is overgestapt op in-vivo onderzoek (een test op een levend wezen, bijvoorbeeld een mens of dier). In dit geval proefpersonen, waarbij de waarnemingen door dermatologen zijn vastgelegd.

## **Effecten op het lichaam van het hydrolaat**

volgens bovenstaand onderzoek

- Antioxidant
- Anti-inflammatoir
- Tonicum voor de huid, contourverzorging rond de ogen (kringen, wallen, rimpels).
- Verbetert de barrièrefunctie van de opperhuid.
- Bleken van de huid

## **Werkingsgebieden en indicaties cosmetisch**

### **Huidveroudering**

Als we jong zijn, zit onze huid van nature vol met antioxidanten. Deze antioxidanten beschermen onze huid tegen negatieve invloeden van buitenaf. Door schade door de zon, luchtvervuiling, ouder worden, ziekte of het gebruik van irriterende huidverzorgingsproducten verliest de huid het vermogen om antioxidanten te produceren.

Als we niet genoeg beschermd worden door antioxidanten die we tot ons nemen via onze voeding of door ze op de huid aan te brengen, veroorzaken vrije radicalen heel wat schade, zoals: afbraak van collageen, mutaties in het DNA in onze cellen, het belemmeren van het zelfherstellend vermogen van onze huid.

Indicaties

- celfunctie te verbeteren,
- collageenproductie te stimuleren,
- elasticiteit te verbeteren,
- gezondere huidcellen creëren,
- schade door de zon te verminderen.

## **Huidirritatie**

Huidirritatie of jeukende huid is erg vervelend. Het ontstaat plotseling en kan lijken op een allergische reactie. Bij een huidirritatie is de huid rood en gevoelig en op sommige plaatsen licht schilferig. Huidirritatie is meestal tijdelijk.

In de winter ontstaat huidirritatie sneller, omdat onze zweet- en talgklieren dan minder actief zijn, waardoor je huid sneller uitdroogt. Het kan ook veroorzaakt worden door een verzorgings- of reinigingsproduct dat je gebruikt.

### Indicaties

- ontstekingsremmend
- rustgevend en herstellend bij een geïrriteerde (rode) huid.
- jeuk

## **Contourverzorging rond de ogen**

De oogcontouren (de huid rondom onze ogen) zijn gevoeliger, kwetsbaarder en meer vatbaar voor externe invloeden.

Dit kleine deel van ons gezicht is één van de actiefste delen; zo maken wij bijvoorbeeld meer dan 10.000 knipperbewegingen per dag. De oogcontouren zijn één van de eerste plekken waar huidveroudering optreedt en omdat de huid hier vijf keer zo dun is als de rest van ons gezicht.

### Indicaties

- wallen
- gezwollen oogleden
- vermoeide opslag van de ogen, veroorzaakt door bijvoorbeeld televisie of computer
- fijne rimpels

## **Verbeterd de barrièrefunctie van de opperhuid.**

Bij een gezonde huidbarrière voelt je huid zacht en soepel aan en is het sterk genoeg om je te beschermen tegen invloeden van buitenaf.

Bij een verstoorde huidbarrière voelt de huid ruw aan, is rood, geïrriteerd en kan het jeuken. Als de huidbarrière minder goed werkt, staat de huid bij wijze van spreken open; je huid verliest meer vocht en droogt uit. Doordat de barrièrefunctie is beschadigd, heb je een grotere kans dat allerlei stoffen je huid binnendringen. Een goede verzorging van de huid is in dit geval essentieel.

### Indicaties

- ruwe huid
- rode huid
- geïrriteerde huid
- jeuk
- doffe, droge, vermoeide huid
- zonnebrand
- couperose

## **Bleken van de huid**

Er zijn verschillende oorzaken voor donkere kringen onder je ogen. Het komt zowel bij mannen als bij vrouwen voor. Bij de ene persoon zie je het meer dan bij de ander. Er zijn vele verschillende oorzaken. Korenbloemhydrolaat heeft in de onderzoeksresultaten significante resultaten laten zien.

### Indicaties

- Donkere kringen
- Hyperpigmentatie (ouderdomsvlekken)

## **Werkingsgebieden en indicaties therapeutisch**

### **Ogen**

Korenbloem is weldaad voor de ogen. Na een lange autorit, een hele dag achter de computer of lezen, korenbloem helpt. Ook na een te korte nacht. Eigenlijk altijd wanneer onze ogen verzorging vragen is korenbloem het hydrolaat dat je inzet. Belangrijk hierbij is dat je er 100% zeker van bent dat het hydrolaat geen oog irriterende conserveringsmiddelen bevat en bacteriologisch van onberispelijke kwaliteit is.

### Indicaties

- Geïrriteerde ogen door bijvoorbeeld hooikoorts
- Een kleine ooglidontsteking of irritatie
- Conjunctivitis

### **Psyche**

Van oudsher wordt korenbloemhydrolaat inwendig ingezet voor zijn kalmerende werking en bij prikkelbaarheid. Hiervoor hebben wij verder geen onderzoek gevonden.

**Advies:** 5 ml. hydrolaat, op gelost in een glas water. Maximaal 3 x per dag.

### **Gebruik hydrolaat culinair**

Er zijn, mede gezien de smaak van het korenbloem hydrolaat, geen culinaire toepassingen van het hydrolaat beschikbaar.

- De bloem is wel eetbaar en is een eyecatcher als decoratie op een salade.
- De bloem wordt in Frankrijk ook wel versuikerd en dan ter decoratie toegevoegd aan een dessert.

## **Toepassing en dosering**

*Huid:* Verwerkt in een crème, bodylotion, butter, etc., kan korenbloemhydrolaat volledig dienen als de waterfase in je product.

Op kleine lokale plekken, zoals bij het bleken van ouderdomsvlekken, kan het hydrolaat puur worden gebruikt, hoewel met 50% verdunning ook al erg mooie resultaten zijn geboekt.

Wetenschappelijk is bewezen dat voor maskers, verneveling, oogkassen en oogbaden een oplossing van 25% effectiever is dan onverdund.

*Inwendig:* 5 ml. hydrolaat op gelost in een glas water, sloksgewijs innemen. Maximaal 3 x per dag en niet langer dan een week. Nooit tijdens de zwangerschap of gedurende borstvoeding.

## **Bijwerkingen, contra-indicaties en interacties**

### ***Bijwerkingen***

Geen bijwerkingen, contra-indicaties of interacties bekend.

Iemand kan een inhalatie-allergie hebben voor korenbloem; in dat geval nooit inzetten.

**Nooit** inwendig inzetten bij zwangerschap of borstvoeding.

**Bronvermelding:** opgenomen in de lesstof cursus online hydrolaten