

# Als je graag mooi haar wilt en een gezonde huid, dan is hier je oplossing

Gepubliceerd: vrijdag, 05 juni 2026 03:10



Een olie die wordt gewonnen uit een boom die bekend staat als een wonderboom biedt de mensheid heel veel goeds.

Uit de zaden wordt de olie geperst, zonder hitte of chemicaliën, wat zorgt voor een puur product.

Moringa olie, een natuurlijke olie die wordt gewonnen uit de zaden van de Moringa oleifera-boom. Deze boom, ook wel de 'wonderboom' genoemd, komt oorspronkelijk uit Noord-India en groeit in tropische en subtropische gebieden, zoals delen van Afrika, Azië en Latijns-Amerika. De olie wordt koudgeperst om alle voedingsstoffen te behouden en is lichtgeel van kleur, met een milde nootachtige smaak en bijna geen geur. Het staat ook bekend als 'ben olie' vanwege het hoge gehalte aan beeenzuur, een gezond vetzuur.

De Moringa oleifera is een snelgroeiende, droogtebestendige boom die rijk is aan voedingsstoffen. Uit de zaden wordt de olie geperst, zonder hitte of chemicaliën, wat zorgt voor een puur product vol omega-3-, 6- en 9-vetzuren, vitamine A, C en E, mineralen zoals ijzer, magnesium en zink, en antioxidanten. Deze eigenschappen maken het een veelzijdig middel in de traditionele Ayurvedische geneeskunde, al sinds de oudheid gebruikt in India en Egypte voor huidverzorging.

Moringa olie is vooral populair in de natuurlijke cosmetica en verzorging vanwege haar hydraterende, ontstekingsremmende en antioxidante eigenschappen. Hier zijn de belangrijkste voordelen:

- **Voor de huid:** Het trekt snel in, hydrateert droge of geïrriteerde huid en helpt bij aandoeningen zoals eczeem, psoriasis of acne. Het reguleert talgproductie, beschermt tegen vervuiling en UV-schade, vermindert fijne lijntjes en littekens, en geeft een stralende teint. Meng het eventueel met andere oliën zoals tamanu voor extra effect op littekens.
- **Voor het haar:** Als haarolie reinigt en verzacht het de hoofdhuid, voedt de haarwortels en voorkomt roos of broos haar. Breng het aan na het wassen of op vochtig haar, laat intrekken en spoel uit.
- **Andere toepassingen:** Het dient als massageolie, basis voor aromatherapie of in

# Als je graag mooi haar wilt en een gezonde huid, dan is hier je oplossing

Gepubliceerd: vrijdag, 05 juni 2026 03:10

DIY-producten. Inwendig (niet puur drinken, maar in kleine hoeveelheden) ondersteunt het de algehele gezondheid, zoals bloedsuikerspiegel en immuunsysteem.

Hieronder staat hoe je deze olie kunt gebruiken.

- **Huid:** 1-2 keer per dag aanbrengen op gezicht of lichaam; laat intrekken. Bij problemen zoals eczeem: dagelijks gebruiken tot verbetering, daarna 3x per week.
- **Haar:** Een paar druppels masseren in haar en scalp, 1-5 minuten laten zitten, uitspoelen met lauw water.
- **Bewaring:** Koel en donker bewaren; het kan stollen onder 20°C, maar wordt vloeibaar bij verwarmen (bijv. in warm water zetten).
- **Waarschuwingen:** Veilig voor de meeste mensen, maar zwangere vrouwen moeten voorzichtig zijn (vermijd hoge doses). Test op allergie en koop biologische, koudgeperste varianten voor zuiverheid.

Moringa olie is verkrijgbaar als puur product of in crèmes en shampoos, en wordt geprezen als superfood-olie voor dagelijks gebruik.

Bij de oude Egyptenaren speelde deze olie al een belangrijke rol bij het balsemen van de doden. Er is Moringa olie aangetroffen in veel Egyptische graven.

Sinds kort is er een krachtige Moringa olie [beschikbaar in de Orjana webshop](#), waarbij nog het volgende valt op te merken:

Doordat de olie op een natuurlijke wijze koudgeperst is behoudt het zijn hoge dosis aan omega 3,6,9 vetzuren, vitamine A en E. De geur van Moringa olie is licht nootachtig. Bevat geen parfum of parabenen.

De zaden voor Moringa olie worden in Burundi door de lokale kleine samenwerkende boerenbedrijfjes verzameld en bij Belgische paters tot olie geperst. De boeren krijgen een eerlijke prijs voor hun zaden en een deel van de opbrengst wordt gebruikt voor sociale voorzieningen.