Trần Hải Yến

TỰ CHỮA BỆNH

Bằng Cây Thuốc Nam

Nhà xuất bản thời đại

TỰ CHỮA BỆNH
BẰNG CÂY THUỐC NAM

TỰ CHỮA BỆNH BẰNG CÂY THUỐC NAM

TRẦN HẢI YẾN
(Biên soạn)

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

CÂY KINH GIỚI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Kinh giới vị cay, tính ấm, không độc có tác dụng làm tan phong nhiệt, chống co cứng, minh mẫn sáng mắt, chữa được các chứng thổ huyết, chảy máu cam, các chứng đi lỵ ra máu, trĩ ra máu đau sưng nhức.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng thổ huyết:

Lấy vài cây kinh giới (cả rễ) rửa sạch, giã nát, vắt lấy nửa chén nước cốt cho uống, rất công hiệu.

+ Trị chứng chảy máu ở mũi, mồm:

Lấy khoảng 200 gam cây kinh giới, đốt thành than, tán nhỏ, rồi uống mỗi lần khoảng 6-8 gam với nước sắc của vỏ quýt. Ngày uống 2 lần, uống sau 1-2 ngày thì khỏi.

+ Trị trứng cấm khẩu:

Lấy 1 nắm lá cây kinh giới, sao cháy đen rồi tán thành bột, rồi hòa vào khoảng nửa chén rượu cho bệnh nhân uống, rất công hiệu.

Nếu trúng gió bị méo miệng thì giã nát lá cây kinh giới rồi vắt lấy nước cốt cho uống rất tốt.

+ Trị chứng sưng rốn ở trẻ em:

Lấy 1 nắm lá kinh giới nấu nước rửa sạch rốn rồi lấy 1 củ hành nướng nóng, thái mỏng đắp lên rốn cho trẻ.

CÂY HÚNG CAY

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Húng cay có vị cay, tính mát, không độc có tác dụng thanh nhiệt, hóa đờm, tiêu thức ăn dùng chữa các chứng cảm nắng, đau bụng, đầy bụng, chứng ăn không tiêu.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng đi lỵ ra máu:

Lấy 1 nắm lá rau húng cay sắc với 2 bát nước (ăn cơm) lấy 1 bát, uống làm 2-3 lần trong ngày.

+ Trị chứng ho vướng đờm:

Lấy khoảng 2 lạng húng cay khô, tán thành bột rồi cho mật mía vào luyện thành những viên như hạt nhãn. Ngậm khoảng 15-20 viên thì khỏi.

+ Trị chứng cảm mạo, nhức đầu:

Lấy khoảng 15-20 gam húng cay tươi nấu làm nước xông. Trước khi xông uống một chén nhỏ nước. Mang nồi nước còn nguyên độ nóng rồi trùm kín chăn, mở vung dần dần ra cho hơi xông vào người. Xông xong lau khô người và nằm nghỉ.

+ Trị chứng viêm họng:

Lấy 1 nắm húng cay tươi rửa sạch, giã nát, cho thêm vài hạt muối hòa vào 1 ít nước sôi để nguội rồi vắt lấy nước ngậm khoảng 15 phút rồi nuốt dần dần.

+ Trị chứng tưa lưỡi ở trẻ sơ sinh:

Lấy 1 lá húng cay tươi, rửa sạch, lót vào ngón tay chà nhẹ vào lưỡi vài lần sẽ sạch.

+ Trị trùng độc cắn:

Lấy lá húng cay rửa sạch, nhai nát nhuyễn đắp vào chỗ bị cắn, một lúc sẽ hết sưng nhức.

CÂY HÚNG GIỔI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Húng giổi vị cay, tính ấm, vào phế âm có tác dụng giải cảm, tan huyết tụ và thoát mồ hôi.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng ăn không tiêu:

Lấy 15-20 gam lá húng giổi tươi rửa sạch sắc với 3 bát (ăn cơm) nước còn một bát chia làm 2 lần uống trong ngày. Phương thuốc này cũng chữa được chứng bí tiểu tiện.

+ Trị đau răng:

Lá húng giổi tươi, sắc nước đặc, súc miệng và ngậm thường xuyên.

+ Trị cảm cúm đầy bụng:

Lấy 15 gam rau húng giổi tươi rửa sạch, giã nhỏ, vắt lấy nước cốt hòa thêm một ít nước nóng uống trong ngày.

+ Trị chứng đau mắt:

Lấy 1 nắm lá húng giổi giã nát cùng với vài hạt muối có thể cho thêm vài giọt nước sạch rồi đắp lên mắt.

CÂY HÚNG CHANH

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Húng chanh vị chua the, thơm hăng, tính ấm vào phế có công hiệu giải cảm, trục hàn, sát khuẩn, tiêu đờm, khử độc và các chứng bệnh: cảm cúm, lạnh phổi, ho suyễn, trùng độc cắn...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng cảm cúm:

Lấy 1 nắm lá húng chanh và 1 nắm lá húng cay nấu một hồi nước sôi già lên rồi trùm chăn kín cho toát thật nhiều mồ hôi. Đồng thời lấy 15 gam lá húng chanh đã phơi khô tự nhiên sắc với 3 bát (ăn cơm) nước và vài lát gừng tươi, còn 1 bát nước thì chia làm 3 lần uống trong ngày.

+ Trị chứng lạnh phổi:

Lấy khoảng 20-30 gam lá húng chanh tươi rửa sạch sắc với khoảng 600ml nước còn 150ml thì chia làm 3 lần uống trong ngày. Khi dùng thì hâm nóng.

+ Trị chứng suyễn:

Lấy:

- Húng chanh tươi: 12 gam
- Lá tía tô: 10 gam

Hai loại rửa sạch sắc với nửa siêu nước và vài lát gừng tươi, sắc còn khoảng 1 bát (bát ăn cơm) nước thì chia làm 3 lần uống trong ngày. Trong thời gian dùng thuốc thì kiêng các thức ăn chiên xào, đồ uống lạnh và hải sản.

+ Trị vết cắn của trùng độc cắn:

Lấy lá húng chanh rửa sạch, nhai kỹ hoặc giã nát đắp vào chỗ đau.

CÂY RAU DỀN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau dền trắng có vị ngọt tính lạnh, không độc, theo dân gian thì rau dền trắng giúp dễ sinh lợi khiếu, trị lở môi, lở loét do sơn ăn và sát trùng, khử độc nọc ong, rắn. Còn rau dền đỏ có tác dụng chữa trị những chứng nhiệt lỵ và mụn nhọt lở loét do máu nóng phát ra.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng máu nóng sinh kiết ly, lở loét:

Dùng rau dền đỏ luộc chín tới ăn cả nước lẫn cái. Mỗi ngày ăn khoảng 15-20g.

+ Chữa rắn cắn:

Lấy rau dền đỏ giã nát, vắt lấy khoảng 1 bát (ăn cơm) nước cho uống, còn bã thì đắp lên vết thương.

Lưu ý:

Khi bị rắn cắn thì phải lập tức băng chặt (bằng dây chun hoặc dây vải) phía trên vết cắn gần với tim rồi mới dùng thuốc. Sau đó đưa ngay đến bác sĩ chuyên khoa hoặc bệnh viện gần nhất để kịp thời chữa trị.

+ Chữa vết ong đốt:

Lấy rau dền vò nát, xát luôn vào chỗ bị ong đốt.

Lưu ý:

Không nên ăn thịt ba ba cùng với rau dền, vì có thể bị trúng độc. Nếu gặp trường hợp này thì uống nước rau muống giã hoặc ăn rau muống sống có thể giải được độc.

CÂY XƯƠNG SÔNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Chữa một số bệnh cảm sốt, đầy bụng, chảy máu cam, vết thương chảy máu.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng cảm sốt:

Lấy khoảng 20 lá xương sông rửa sạch sắc với 400ml còn 150ml thì chia làm 2 lần (sáng, chiều) uống trong ngày.

Khi trẻ em bị sốt cao có hiện tượng co giật, thở gấp có thể lấy lá xương sông và lá me đất lượng bằng nhau rửa sạch, giã nát nhuyễn rồi cho thêm vào 1 ít (1 chén con) nước sôi để nguội, vắt lọc lấy nước uống, bã dùng để thoa lên đỉnh đầu và khắp người trẻ.

+ Trị thương hàn:

Lấy lá xương sông và lá hẹ mỗi thứ 1 nắm rửa sạch giã nát, vắt lấy nước cốt cho uống.

+ Trị chứng chảy máu cam:

Lấy 1 lá xương sông vo tròn lại đút nút vào lỗ mũi.

+ Trị chứng đau nhức, thấp khớp:

Lấy 1 nắm lá xương sông rửa sạch, giã nát, xào nóng đem chườm và đắp lên các chỗ đau nhức.

CÂY THÌA LÀ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hạt thìa là vị cay tính ẩm không độc có tác dụng điều hòa món ăn, mạnh tỳ, bổ thận, tiêu trướng, trị đau bụng và đau răng.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng thận suy tỳ yếu:

Lấy quả thìa là sắc uống hàng ngày. Mỗi ngày khoảng 50g sắc với 300ml nước tới khi còn 100ml thì chia làm 2- 3 lần uống. Uống liên tục trong khoảng 1 tuần.

+ Trị chứng tiêu hóa kém, đờm trệ:

Lấy khoảng 3-4 gam hạt thìa là nhai kỹ rồi nuốt cả bã lẫn nước.

+ Trị chứng đái rắt:

Lấy 1 nắm thìa là tẩm với nước muối, sao vàng, tán thành bột, rồi lấy bánh dầy chấm với bột này ăn rất hiệu quả.

+ Trị chứng sốt rét.

Lấy hạt thìa là tươi rửa sạch bằng nước sôi để nguội, rồi giã nát vắt lấy nước uống. Hoặc có thể sắc uống.

CÂY RAU ĐAY

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Lá và hạt rau đay vị cay, tính lạnh, không độc có tác dụng tiêu đờm, tiêu phù thũng, có thể trị được hen suyễn, thông kinh nguyệt, và lợi đại tiểu tiện.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị suyễn:

Để chặn cơn suyễn ta lấy hạt rau đay sắc đặc uống.

+ Trị chứng phù thũng:

Lấy 20 gam hạt rau đay sắc với 2 bát (ăn cơm) nước còn gần 1 bát (2/3) thì uống lúc còn nóng. Uống xong lên giường nằm đắp chăn kín cho ra thật nhiều mồ hôi.

+ Trị chứng táo bón:

Lấy 20 gam lá rau đay tươi (rửa sạch) nấu canh ăn 2-3 lần uống trong ngày.

+ Trị chứng bí tiểu:

Lấy 2 nắm rau đay (lá, ngọn, hoa) rửa sạch, nấu lên uống trong ngày mỗi lần uống độ nửa bát (ăn cơm).

CÂY MỒNG TƠI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Mồng tơi vị chua nhạt, tính hàn, không độc có công hiệu làm thông đại tiểu tiện, hoạt thai dễ đẻ, dùng ngoài chữa rôm sảy mụn nhọt rất hiệu nghiệm.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng táo bón, nóng ruột:

Lấy 1 nắm lá mồng tơi rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt pha thêm 1 ít nước sôi để nguội uống. Sau vài lần uống sẽ đại tiện dễ. Để có kết quả hơn thì sau khi uống thuốc 2 giờ ăn thêm vài củ khoai lang. Trong thời gian uống thuốc kiêng các thứ nóng: rượu, ớt, hạt tiêu...

+ Trị chứng đi tiểu nóng buốt:

Lấy lá mồng tơi từ sáng sớm (4 giờ sáng) những lá này phải lau sạch trước từ hôm trước (đánh dấu và vẫn để trên cây) mang về cho vào cối sạch giã nát, vắt lấy nước cốt pha thêm 1 ít nước sôi để nguội với vài hạt muối rồi uống lúc mặt trời mọc. Bã dùng để đắp vào bụng dưới (chỗ bàng quang). Làm như thế vài lần.

+ Trị sưng trĩ:

Lấy lá mồng tơi rửa sạch, giã nát nhuyễn cùng vài hạt muối đắp vào chỗ trĩ sưng, đồng thời nấu canh mồng tơi ăn với cá diếc (ăn cả nước và cái).

+ Trị hơi thở nóng khó chịu:

Rau mồng tơi thái nhỏ nấu canh với cua đồng giã nát ăn vào các buổi trưa.

CÂY RAU MUỐNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau muống tính mát, vị ngọt nhạt, có tác dụng giải độc sinh da thịt.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Sinh da thịt:

Khi bị mụn nhọt lở loét miệng lõm sâu, ăn rau muống có thể cho mụn chóng lành da thịt đầy lên.

+ Giải độc:

Ăn phải nấm độc, ngộ độc lá ngón, trúng độc thủy ngân, trong lúc chờ đi bệnh viện tạm thời lấy rau muống tươi (1 kg) giã nát vắt lấy 1 lượng lớn nước cho uống sẽ có tác dụng giải độc nhất định. Nếu bị say sắn (củ mì) thì cũng có thể uống nước rau muống giã nát sẽ khỏi say và giải độc.

+ Viêm lưỡi, viêm miệng, viêm môi (do thiếu vitamin B2):

Nấu canh rau muống (100g) với hành tươi ăn với cơm hàng ngày, nếu trường hợp bị viêm nhẹ uống trong 3-5 ngày.

+ Chữa ho ra máu:

Rau muống và củ cải tươi, lượng bằng nhau giã nát vắt lấy khoảng 150ml nước cho thêm một ít mật ong khuấy đều uống trong ngày.

+ Chữa chảy máu cam

Lấy cuộng rau muống giã nát, cho thêm 1 ít đường hoặc mật ong rồi hòa thêm 1 ít nước sôi rồi uống.

+ Chữa đại tiện hoặc tiểu tiện ra máu: Lấy lá hoặc cuộng non rau muống giã nát trộn thêm 1 ít mật ong uống dần.

+ Chữa táo bón:

Rau muống có tác dụng nhuận tràng, khi bị táo bón có thể uống nước rau muống luộc thay cho nước khi khát.

+ Chữa bệnh đái tháo đường:

Lấy 100g rau muống tía rửa sạch và thái nhỏ, thịt nạc lợn 100g băm nhỏ, củ năng gọt bỏ vỏ rửa sạch. Cho 100g gạo vào nồi nấu chín thành cháo, sau đó cho rau muống, thịt và củ năng vào nấu tiếp đến khi thịt chín là được. Khi ăn có thể cho thêm muối, hành, gừng. Thứ cháo này có tác dụng rất tốt với người bị tiểu đường, ngoài ra nếu cần thanh nhiệt giải độc và cầm máu người ta cũng dùng cách này.

CÂY RAU MÁ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau má có vị đắng ngọt, tính bình, không độc, có tác dụng giải độc, giải nhiệt, lợi sữa và chữa các chứng bệnh thổ huyết, tả lỵ, khí hư, bạch đới.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng nhiệt lỵ:

Lấy 1 nắm rau má tươi rửa sạch, giã nát, cho thêm 1 ít nước sôi để nguội vào vắt lọc kỹ lấy nước, pha thêm đường (cho bớt đắng) rồi uống ngày 2-3 lần.

+ Trị chứng kiết nặng:

Lấy 1 nắm rau má tươi rửa sạch, giã nát nhuyễn vắt lấy nước cốt rồi hòa thêm nửa chén nước dừa uống ngày vài lần.

+ Trị chứng thổ tả nặng:

Lấy 10-15 gam rau má tươi rửa sạch, giã nhuyễn vắt lấy nước cốt rồi uống với nước mài ở đồng tiền cổ.

+ Trị chứng tiêu chảy khát nước:

Lấy 1 nắm rau má tươi sao cùng với 1 nắm gạo cũ, cho vào 3 bát (ăn cơm). Nước sắc còn gần 1 bát thì gạn ra pha thêm vài hạt muối, uống vài lần.

+ Trị táo bón:

Lấy 1 nắm rau má tươi rửa sạch rồi trộn với dầu mè (vừng) và giấm, ăn sống.

+ Trị chứng tiểu tiện nước vàng:

Lấy rau má rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước uống kết hợp ăn canh rau má với thịt nạc lợn.

+ Trị hóc:

Lấy 1 nắm rau má già nấu nước thật đặc cho uống, hoặc nhai sống nuốt hết nước còn bã thì đắp vào cổ.

CÂY RAU NGÓT

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau ngót vị ngọt, tính mát hơi lạnh có công hiệu giải độc giải nhiệt tốt, bổ huyết mạch, sát trùng, tiêu viêm loét và ngăn chặn chứng táo bón.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng viêm phổi:

Lấy khoảng 1 nắm to rau ngót tươi sắc với 3 bát (ăn cơm) nước còn 1 bát cho người bệnh uống.

+ Trị chứng bí tiểu, tiểu đường:

Lấy 1 nắm rau ngót tươi sắc uống chia làm 3 lần trong ngày (sáng, trưa, tối) uống liên tục đến khi bệnh khỏi hẳn.

+ Trị chứng đau mắt đỏ:

- Rau ngót tươi: 50 gam
- Lá chanh: 10 gam.

Cho tất cả các vị trên vào siêu sắc thật đặc và uống làm nhiều lần trong ngày.

+ Trị hóc:

Lấy rau ngót tươi rửa sạch, để ráo nước, giã thật nát, vắt lấy nước cốt ngậm khoảng 15 phút rồi nuốt dần dần.

CÂY DƯA HẤU

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Dưa hấu vị ngọt tính lạnh. Có tác dụng giải khát. chống nóng, lợi tiểu, khoan trung hạ khí, chữa yết hầu sưng đau, bệnh lỵ, giải say rượu.

Vỏ dưa hấu có vị ngọt mát. Có thể chống nóng, giải cảm nắng, chữa vàng da, phù thũng và các bệnh lở loét ở miệng. Hạt dưa hấu có tác dụng nhuận tràng và hỗ trợ tiêu hóa.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa viêm khí quản mãn tính:

Lấy 1 quả dưa hấu khoét 1 lỗ nhỏ rồi cho vào trong đó 50 gam đường phèn và 30 gam gừng tươi, đậy kín lại. Đặt lên trên rổ (rá) hấp khoảng 2 giờ, sau đó lấy ra uống nước cốt và ăn dưa. Mỗi ngày ăn 1 quả, mỗi đợt điều trị là 10 ngày, điều trị khoảng 3 - 4 đợt, giữa mỗi đợt nghỉ 3 - 5 ngày.

+ Trị ho ra nhiều đờm:

Lấy khoảng 20 - 25g hạt dưa hấu sắc với 2 bát (ăn cơm) nước còn nửa bát uống chia làm 2 lần trong ngày.

+ Trị ho gà:

Hạt dưa hấu giã nát 15g, nhân hạt lạc 15g, hồng hoa (vị thuốc bắc), đường phèn 30g. Tất cả cho vào

sắc đặc, lấy nước uống và ăn hạt lạc.

+ Trị viêm họng:

Lấy vỏ dưa hấu 30g sắc với 500ml nước còn khoảng 300ml chia uống làm nhiều lần trong ngày.

+ Trị sốt, co giật:

Lấy nước ép dưa hấu trộn thêm đường vào và dùng trong nhiều lần trong ngày.

+ Trị chứng cao huyết áp:

Lấy 15g vỏ dưa hấu khô (phơi nắng); hạt muồng 9g. Đun sôi để nguội uống thay nước hàng ngày.

+ Trị tiêu chảy phiền khát:

Lấy 1 quả dưa hấu chín khoét 1 lỗ to khoảng bằng quả cam, lấy 1 củ tỏi, bóc vỏ, giã nát cho vào rồi khuấy nát nhừ, sau khoảng nửa giờ thì bỏ hạt và lấy dưa ăn dần trong ngày.

+ Trị chứng viêm thận mãn tính:

Lấy vỏ dưa hấu khô, vỏ bí đao khô mỗi thứ 15 - 20g, thiên hoa phấn 12g sắc với 500ml nước còn 200ml thì uống trong ngày. Hoặc

Vỏ dưa hấu khô 30g, kỷ tử 30g, đẳng sâm 10g. Tất cả cho vào sắc uống.

+ Giải say rượu:

Ăn dưa hấu hoặc ép lấy nước uống có tác dụng giải độc, giải rượu

Lưu ý:

Thịt dê ăn cùng dưa hấu, có thể sẽ bị trúng độc rất nặng. Khi ấy có thể lấy đất vách nấu cùng đậu ván trắng, mỗi thứ 1 lạng, uống sẽ khỏi.

CÂY RÁY NGỨA

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Củ ráy ngứa chế cao dán mụn nhọt và một số bệnh khác.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Sốt rét:

Củ ráy ngứa rửa sạch, gọt vỏ, thái mỏng nhỏ đem ngâm vào nước vo gạo 1 ngày 1 đêm. Sau đó vớt ra rửa sạch đồ chín phơi khô, tẩm nước gừng và muối để qua 1 ngày 1 đêm nữa rồi đem sấy khô. Sắc với nước uống khi gần lên cơn sốt.

+ Cảm mạo không ra mồ hôi:

Giã nát củ ráy, lấy vải bọc lại đánh gió khắp người khi nào thấy ngứa là đã khỏi.

+ Đờm tắc nghẹn ở cổ:

Lấy 4 - 8g củ ráy tùy theo độ tuổi, thái mỏng nhỏ, rửa sạch bằng nước vo gạo rồi sắc thật đặc cho uống.

+ Lở ngứa lâu ngày:

Củ ráy gọt sạch thái mỏng nấu với muối đem xông, nếu chỗ ngứa rộng thì pha thêm nước nóng để rửa, mỗi ngày 1 lần.

+ Bị rắn cắn:

Củ ráy 10 - 20g (tùy theo độ tuổi) giã nát, một nửa đắp lên vết rắn cắn, một nửa khuấy vào nước cho

uống (nếu uống thấy ngứa thì chứng tỏ nọc rắn đã hết). Tuy nhiên khi bị rắn cắn (độc) phải lập tức dùng dây cao su hoặc dây vải buộc chặt bên trên vết rắn cắn theo hướng về tim rồi phải nhanh chóng đến bác sĩ chuyên khoa hoặc bệnh viện gần nhất.

+ Bị ong đốt:

Lấy một miếng củ ráy xát vào chỗ đau.

Lưu ý:

Khi dùng thuốc thấy ngứa thì lấy gừng tươi giã nát vắt lấy nước súc miệng hoặc rửa vào chỗ ngứa.

CÂY CÀ ĐỘC DƯỢC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Lá cà độc được chữa trị bệnh viêm xoang, viêm mũi, viêm họng... rất hiệu nghiệm. Thu hái lá cà độc dược phơi khô, bảo quản kỹ để chống ẩm (vì lá rất dễ hút ẩm), lấy nguyên cả lá cuốn lại như điếu thuốc rê rồi đốt lên dùng phễu đưa lên mũi hít khói hoặc xông vào đường họng. Lúc đầu thì thấy cay, khét khó chịu sau quen dần. Hít và xông ở mức độ chịu được thì thôi, không nên cố hít. Làm như thế trong vài tuần, tùy theo mức độ bệnh ngày hít hoặc xông 1 - 2 lần, đối với viêm xoang mũi.

CÂY CÚC VẠN THỌ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây cúc vạn thọ có 2 loại: loại cao lớn và loại thấp lùn. Loại cao lớn chính là loại có hoa dùng làm thuốc. Lấy 20 gam hoa cúc vạn thọ trộn với một ít đường, hấp cơm dùng làm thuốc chữa kiết lỵ rất hiệu nghiệm.

Nếu bị hen suyễn thì dùng bài thuốc sau: Hoa cúc vạn thọ, rau cần ta, củ tầm sét, thài lài tía, rễ bạch đồng nữ và tinh tre mỡ, mỗi thứ 10 gam thái nhỏ, phơi khô rồi sắc với 400ml nước còn 100ml thì uống trong ngày chia làm 2 lần (sáng, chiều).

Hoa cúc vạn thọ nấu với gan gà là món ăn bổ dưỡng, tăng cường thị lực. Dùng rễ nấu lên thành cao lỏng có tác dụng nhuận tràng. Lấy cả cây sắc hoặc hãm nước dùng để chữa tê thấp, nhiễm lạnh, viêm phổi, giun sán. Chữa bên ngoài thì dùng lá cúc vạn thọ giã nát, đắp vào chỗ bị bỏng, hoặc giã nát vắt lấy nước nhỏ chữa tai đau.

RỄ CÂY XOAN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rễ xoan có thể làm thuốc trị giun đũa.

Chế biến rễ xoan thành bột bằng cách: Bóc lấy vỏ cây, vỏ rễ, cạo bỏ lớp vỏ nâu bên ngoài, chỉ lấy lớp vỏ lụa, sao hơi vàng cho đỡ hăng rồi tán nhỏ, chia thành từng gói 0,7 - 1g. Liều dùng tùy thuộc vào lứa tuổi:

- Trẻ nhỏ 2 tuổi ngày uống 0,2 đến 0,25g.
- Trẻ 3 tuổi trở xuống: 0,25 - 0,35g
- Trẻ 4 tuổi trở xuống: 0,35 - 0,5g
- Trẻ 10 tuổi trở xuống: 1,0 - 1,5g
- Trẻ 15 tuổi trở xuống: 1,5 - 2g
- Người lớn: 2 - 3g.

Uống lúc đói vào buổi sáng sớm 3 ngày liền, thường lấy chuối chín chấm với bột này cho dễ ăn.

Lưu ý:

Vỏ xoan có độc nên phải rất thận trọng, người tỳ vị hư yếu và phụ nữ có thai không được dùng.

CÂY TRE

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Bộ phận làm thuốc của cây tre là tinh tre, tinh tre thường được lấy tốt nhất vào mùa đông: Chặt cây tre xuống, cưa lấy từng đoạn ngắn (ống) bỏ mắt, dùng dao sắc cạo bỏ lớp vỏ xanh bên ngoài. Sau đó lại cạo mạnh để lấy lớp phơn phớt xanh, được các sợi mỏng hay bột đem phơi khô. Khi nào dùng thì tẩm nước gừng sao qua.

Tinh tre (trúc như) có vị ngọt, tính hơi lạnh, thanh nhiệt, mát huyết khỏi nôn. Thường dùng chữa trị chứng cảm sốt, muốn nôn mửa, chảy máu cam, băng huyết, đái ra máu.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị kinh nguyệt ra nhiều, ra mãi không ngừng:

Lấy 10 - 15g tinh tre sao qua tán nhỏ rồi uống với nước ấm.

+ Hóc xương:

- Tinh tre và lá đậu ván mỗi thứ 10g (hoặc lá mồng tơi).

Lá đậu ván (mồng tơi) rửa sạch vò nát vắt lấy khoảng 200ml nước (1/4l) tinh tre vò nhỏ cho vào để

khoảng 5 phút cho uống 1/4 rồi 5 phút lại uống tiếp 1/4, cứ thế sau 4 lần thì uống hết. Nếu chưa được thì làm thêm và uống tiếp 200ml nữa.

Khi lấy tinh tre thì phải xem xương hóc nằm ở trên hay dưới cổ họng. Nếu ở trên thì cạo trở xuống và ngược lại.

CÂY LONG NÃO

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Bột long não có màu trắng, mùi thơm đặc biệt, vị cay nóng. Có tác dụng chữa trị một số bệnh như: Tiêu chảy thể hàn; viêm họng; ho có đờm;...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa tiêu chảy thể hàn:

- Bột long não: 25g.
- Gừng tươi: 25g
- Đại hoàng: 20g
- Đại hồi: 10g
- Quế: 10g

+ Chữa viêm họng, ho đờm khò khè:

- Bột long não: 3g
- Phiến đại bì: 6g
- Phèn chua: 14g

Tất cả đem tán thành bột hòa tan trong 1 ít cồn rồi cho thêm nước ấm, tất cả đong được 50ml. Dùng tăm bông tẩm thuốc bôi vào họng ngày 2 - 3 lần.

Có thể chế dầu long não hoặc cồn long não làm thuốc xoa bóp phổ biến có tác dụng tiêu viêm diệt khuẩn, giảm đau trong các bệnh đau cơ, đau khớp, viêm da mẩn ngứa, chân tay lạnh.

CÂY BỒ KẾT

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Quả bồ kết là một vị thuốc có tính ấm, thông khiếu, tiêu đờm, trừ phong, tiêu chất cứng tích tụ trong người.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa cảm gió, cấm khẩu:

Quả bồ kết bỏ hạt lấy vỏ nướng cháy tán thành bột, ngày cho uống 0,5 - 1g. Hoặc có thể sắc uống (5 - 10g).

+ Thông đại tiện:

Lấy 3 - 6g hạt bồ kết sắc đặc rồi uống.

+ Kiết lỵ lâu ngày:

Lấy 50g hạt bồ kết sao vàng sém rồi tán thành bột, trộn với hồ nếp viên thành từng viên to bằng hạt ngô, ngày uống từ 10 - 12 viên chia làm 2 lần.

+ Phòng bệnh cho sản phụ:

Lấy 1 chậu than củi đỏ, rải 1 lượt quả bồ kết và rắc 1 ít muối lên trên, cho sản phụ xông hàng ngày.

+ Nhức răng, sâu răng:

Lấy quả bồ kết nướng cháy đen bẻ vụn rồi ngâm với rượu trắng (l phần bồ kết 4 phần rượu). Qua một ngày đêm thì mang ra ngậm, nhổ rồi lại ngậm.

+ Trẻ nhỏ đầy bụng:

Đốt quả bồ kết trên bếp than, hơ khói (qua bàn tay, hoặc lá trầu) rồi ép lên bụng trẻ.

+ Chữa quai bị:

Dùng 1 liều lượng quả bồ kết vừa đủ, đốt thành than rồi tán nhỏ trộn với giấm thanh. Lấy bông tẩm thuốc vào rồi đắp lên chỗ quai bị, cứ khoảng 20 - 30 phút lại thay 1 lần.

+ Mụn nhọt sưng nhức:

Lấy 4 - 8g gai bồ kết sắc uống mỗi ngày.

Lưu ý:

- Phụ nữ có thai không được uống bồ kết.
- Người hư yếu cũng không dùng được.

CÂY MÍA

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Nước mía có vị ngọt, mát, tính bình có tác dụng thanh nhiệt, giải khát, giải độc, tiêu đờm, chống nôn mửa, chữa sốt, tiểu tiện nước đỏ và rất bổ dưỡng.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa chín mé.

Lấy lõi trắng ở trong ngọn cây mía giã nát trộn với lòng trắng trứng gà đắp vào chỗ sưng đau rồi băng lại.

+ Chữa nứt nẻ chân:

Lấy ngọn mía và bèo cái, mỗi thứ khoảng 100g giã nát, thêm vào một bát nước tiểu (trẻ em càng tốt) nấu sôi. Chờ cho nước nguội bớt, chỉ còn âm ấm rồi ngâm chỗ nứt nẻ vào cho tới khi nước nguội hẳn.

+ Gãy xương.

Dùng ngọn mía tím giã nát cùng với lá cây dâu tằm, lá chàm mèo, lá địa liền sau đó hơ nóng, đắp và bó vào chỗ gãy xương.

+ Cầm máu:

Cạo lấy phần trắng ở thân cây mía rồi rắc vào vết thương.

+ Chữa ngộ độc:

- Thân mía 80g chẻ nhỏ, thục địa, ý dĩ, cam thảo bắc, mỗi thứ 30g, lá tre, kim ngân, rễ cỏ tranh, rễ ngưu tất mỗi thứ 20g. Cho vào 1 lít nước, nấu đến sôi. Giữ lửa âm ỉ chừng 15-20 phút rồi uống nóng hoặc để nguội theo sở thích mỗi người.

- Cũng có thể lấy thân cây mía giã nát cùng với rễ cỏ tranh, ép lấy nước sôi trộn với nước dừa mà uống.

+ Chữa khí hư:

- Lá cây mía tím: 30g
- Lá huyết dụ: 30g
- Hoa mò đỏ: 20g
- Rễ mò trắng: 80g

Tất cả các vị trên băm nhỏ, sao vàng hạ thổ rồi sắc lên uống hàng ngày.

+ Làm thuốc an thai:

- Mầm mía: 30g
- Củ cải trắng: 30g
- Ích mẫu: 20g
- Củ gấu: 80g
- Sa nhân: 2g

Tất cả các vị băm nhỏ phơi thật khô sắc với 400ml nước còn 100ml thì uống trong ngày, chia làm 2 lần.

Ngoài những bài thuốc trên thì mía còn có những công hiệu như: nước mía nấu với hạt kê ăn trong ngày rất tốt cho tim phổi, chữa ho do hư nhiệt, uống nhiều nước mía có khả năng ngăn chặn cơn sốt. Theo Đông

y thì tro từ bã mía trộn với dầu bôi chữa được chốc, ghẻ lở.

Trong các loại mía thì chỉ có mía đỏ, mía tím, mía bầu, mía đường chèo là để ăn và làm thuốc.

Lưu ý:

Trong bữa ăn có thức ăn chế biến từ cua thì không nên ăn cùng với mật mía, dễ bị ngộ độc.

CÂY DÂU TẰM

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây dâu tằm ngoài việc lấy lá cho tằm ăn, còn dùng để làm thuốc chữa bệnh rất hiệu quả. Trong dân gian và Đông y thì rễ cùng lá và cây tầm gửi trên thân dâu đều sử dụng làm thuốc chữa một số bệnh rất công hiệu.

1. Vỏ rễ cây dâu:

Còn gọi là tang bạch bì có công hiệu chữa ho ra máu, ho do phổi nóng; ho lâu ngày không khỏi.

2. Cành dâu:

Còn gọi là tang chi có công hiệu chữa chân tay co quắp, đau lưng nhức mỏi.

3. Lá dâu:

Lá dâu có công hiệu chữa các bệnh như cảm mạo phát sốt, ra mồ hôi trộm, mụn nhọt không liền miệng, mắt ứ máu, họng đau, chảy nước mắt.

4. Tầm gửi dâu:

Còn gọi là tang kí sinh có công hiệu chữa trị đau lưng nhức mỏi và động thai.

5. Tổ bọ ngựa trên cây dâu:

Còn gọi là tang phiêu tiêu có công hiệu chữa trị chứng di tinh, liệt dương, đái dầm, đái són.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Ho ra máu:

Lấy vỏ rễ cây dâu 600g cạo bỏ lớp da bên ngoài cho vào nước vo gạo ngâm 3 đêm; tước xé nhỏ đem sao vàng tán nhỏ rồi trộn lẫn cùng 200g gạo nếp sao vàng tán nhỏ. Ngày uống 2 lần mỗi lần 6-8g với nước cơm.

+ Ho lâu ngày không khỏi:

- Vỏ rễ dâu: 15g
- Vỏ rễ chanh: 15g

Hai thứ trên sắc lẫn, uống trong ngày

+ Chữa đau lưng nhức mỏi:

Lấy cành dâu và tầm gửi dâu mỗi thứ 1 nắm, băm nhỏ, sắc cùng vào 1/2 chén đậu đen rồi chắt lấy nước uống.

+ Chữa mắt ứ máu:

Đun nước lá dâu già cho sôi rồi gạn lấy nước, cho thêm một ít muối dùng để rửa mắt vào buổi sáng hàng ngày.

+ Chữa đái dầm ở trẻ em:

Tổ bọ ngựa trên cây dâu 3-4 chiếc đem sao đen, tán thành bột mịn, trộn với đường rồi cho trẻ uống với nước nóng vào buổi chiều hoặc tối. Uống liên tục trong 10 ngày liền.

Ngoài ra quả dâu là một loại thuốc rất bổ cho máu. Quả dâu ngâm đường là một thứ nước giải khát rất tốt vào mùa hè. Con sâu trong thân cây cũng chữa được cho trẻ em bị đau mắt nhiều ghèn dử, chảy nước mắt.

CÂY TẦM GỬI (CHÙM GỬI)

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Tầm gửi là các giống cây ký sinh trên các cây lớn có thân cứng. Trong các đơn thuốc xưa nay chỉ thấy ghi rõ một giống tầm gửi là tầm gửi trên cây dâu tằm, gọi là tang ký sinh. Tang ký sinh có tác dụng trừ phong thấp, nhức mỏi, tê bại, đau lưng mỏi gối, chữa động thai, đau bụng.

Trên thực tế, tầm gửi dâu rất hiếm nên người ta còn dùng cả tầm gửi trên cây khế, cây mía, cây sau sau... nói chung là trên các loại cây không gây độc.

Người ta còn dùng tầm gửi trên cây ngái (cũng rất hiếm) để chữa bệnh viêm cầu thận.

CÂY KÉ MẮC TÓC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Đông y gọi là cây ké mắc tóc là thương nhĩ, có thể dùng cả cây (trừ rễ) nhưng tốt nhất là dùng quả (thương nhĩ tử).

Thương nhĩ tử vị ngọt tính ấm, có tác dụng làm ra mồ hôi, trị phong hàn tê thấp, uống nhiều ích khí, (kiêng thịt lợn, thịt ngựa).

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa đau răng:

- Thương nhĩ tử 1 nắm - sắc kỹ, ngậm nhiều lần trong ngày.

- Thương nhĩ tử sao vàng tán bột, ngày uống 80g với nước gừng.

+ Mũi chảy nước trong:

- Thương nhĩ tử sao vàng tán bột, ngày uống 80g với nước gừng.

+Chữa bướu cổ:

Hàng ngày nấu nước quả ké hay cây ké để uống thay nước chè.

Ngoài ra, uống thương nhĩ tử còn hạn chế được các bệnh thấp khớp, mụn nhọt, lở ngứa.

CÂY ĐINH LĂNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây đinh lăng có 2 loại: Đinh lăng lá xẻ và đinh lăng lá tròn. Trong đinh lăng lá xẻ cũng có loại lá xẻ to và lá xẻ nhỏ. Chỉ có loại đinh lăng lá xẻ nhỏ mới được sử dụng làm thuốc.

Rễ củ và cành lá đinh lăng được sử dụng làm thuốc. Lá phải hái ở cây có độ tuổi từ 3 năm trở lên. Lá, cành phải sao riêng, cành nhỏ thì thái nhỏ và sao vàng thơm. Rễ cây đinh lăng rửa sạch thái thành từng đoạn ngắn sao vàng.

Đinh lăng có công hiệu sau:

- Tác dụng bổ dưỡng, làm cho người suy yếu chóng hồi phục, ăn ngon, ngủ tốt và tăng cân.

- Tăng lực, tăng khả năng lao động, chống mệt mỏi, chóng phục hồi sau lao động mệt mỏi.

- Làm tăng khả năng thích nghi của cơ thể đối với nhiệt độ nóng, rối loạn tiền đình, nhiễm ký sinh trùng sốt rét, trạng thái stress.

- Đinh lăng gây hoạt hóa nhẹ và đồng bộ ở các tế bào thần kinh, tăng biên độ điện thế vỏ não, tăng hoạt động của các tế bào thần kinh, tăng độ nhớ.

Một số nơi dùng đinh lăng làm thuốc chữa ho thông tiểu, thông sữa và chữa kiết lỵ:

Dùng 4-12g một ngày dưới dạng thuốc sắc với nước hay ngâm rượu hoặc tán bột viên thành từng viên uống.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Thuốc chống mệt mỏi, bồi bổ cơ thể:

Lấy rễ cây đinh lăng (từ 3 năm trở lên) rửa sạch thái mỏng sao vàng mỗi liều khoảng 50g đem tán thành bột viên thành từng viên uống.

+ Trị tê thấp đau lưng:

Cành nhỏ (giáp với lá) thái nhỏ, sao vàng, lấy khoảng 30g sắc với nước uống.

CÂY CẢI CÚC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau cải cúc là một loại rau mà nhân dân ưa dùng ăn sống hoặc nấu canh ăn rất ngon.

Ngoài ra rau cải cúc còn dùng làm thuốc chữa trị một số bệnh rất công hiệu như: Ho lâu ngày không dứt, thổ huyết, đau mắt,...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị ho lâu ngày không khỏi:

Lấy 100g rau cải cúc rửa sạch nấu với 150g phổi lợn rửa sạch thái nhỏ thêm gia vị cho dễ ăn. Mỗi ngày ăn 2 lần vào sáng. trưa và ăn liên tục khoảng 3-4 ngày.

+ Trị chứng thổ huyết:

Dùng rau cải cúc (bỏ rễ) rửa sạch, giã nát cho thêm vào ít rượu vắt lấy nước uống.

+ Trị chứng đau mắt:

Lấy một nắm rau cải cúc rửa sạch, thái nhỏ nấu canh với một con cá diếc to, ngày ăn 2 lần. Đồng thời dùng lá rau cải cúc rửa sạch, hơ nóng chườm lên mắt.

CÂY CẢI BẸ TRẮNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Lá và hạt cải bẹ trắng cũng là vị thuốc được sử dụng điều trị một số căn bệnh.

Lá cải bẹ trắng dùng để chữa bệnh cam răng và ngăn ngừa sự phát triển của bệnh đau dạ dày. Hạt cải bẹ trắng vị cay, tính ấm không độc có công hiệu tiêu đờm thông kinh mạch, tiêu thũng, trị đau răng và các chứng ho.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng cam răng:

Khi men răng bị mủn, lợi ở chân răng bị loét, miệng hôi thối thì lấy cải bẹ trắng đem đốt thành than, tán mịn rồi thường xuyên xát đắp vào chỗ đau.

+ Trị chứng nhức răng:

Lấy khoảng 15-20 hạt cải bẹ trắng nghiền nát thành bột rồi hòa với sữa phụ nữ nuôi con nhỏ (vắt ra dùng ngay) dùng nhỏ vào lỗ mũi. Nếu đau phía hàm trái thì nhỏ vào lỗ mũi bên phải và đau ở bên phải thì nhỏ vào lỗ mũi bên trái.

+ Trị nhức đầu:

Lấy 1 thìa cà phê hạt cải trắng tán thành bột hòa

với 1 thìa cà phê giấm dùng thoa vào 2 bên thái dương và gáy.

+ Trị đau bụng dưới:

Lấy khoảng 100g hạt cải bẹ trắng sao vàng, tán bột trộn với bột nếp viên thành viên bằng hạt đậu xanh, bảo quản tốt để uống dần. Khi dùng uống 10 viên với nước gừng 1 lần, ngày uống 2-3 lần, uống tới khi hết đau thì thôi.

+ Trị chứng thũng độc mới phát:

Lấy 1 nhúm hạt cải bẹ trắng tán thành bột hòa với giấm đắp vào.

CÂY CỦ CẢI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Ngoài việc dùng để làm rau ăn, cải củ còn dùng để chữa bệnh, nước ép củ cải có tác dụng kháng khuẩn chống nấm và hình thành sỏi mật. Củ cải sống có vị cay tính lạnh, củ cải chín thì có vị ngọt, ôn bình.

Củ cải có tác dụng hóa đờm nhiệt, hạ khí giải độc trị ho có đờm mất tiếng, chống đầy bụng, chảy máu cam, thổ huyết (ho ra máu) tiêu khát, lị, giải độc rượu, giải độc than, giải độc cá và làm tan máu tụ (ứ huyết).

Dùng bên trong thì lấy khoảng 50-150g giã lấy nước uống hoặc nấu canh, dùng bên ngoài thì giã đắp vào chỗ đau.

Hạt củ cải cũng là một vị thuốc có công hiệu chữa trị rất tốt: làm hạ khí không bị thở hổn hển, trị trứng ho đờm, ăn không tiêu gây đầy bụng tức ngực.

Khi cây củ cải già hạt chín, cắt lấy cả cây phơi rồi vò lấy hạt, hạt cải sống có vị hơi cay ngọt, tính bình, hạt đã sao qua thì tính ôn. Có thể nấu nước hạt cải hoặc sao lên tán bột viên lại thành viên rồi uống.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng mất tiếng không nói được:

Củ cải sống rửa sạch giã vắt lấy nước, gừng sống giã vắt lấy nước, trộn 2 thứ vào nhau rồi uống.

+ Trị chứng chảy máu cam không cầm:

Củ cải sống rửa sạch giã vắt lấy nước 1/2 bát hòa thêm một ít rượu rồi đun nóng, lấy nước này nhỏ vào mũi.

+ Trị tiêu khát, khô miệng:

Giã củ cải sống rồi vắt lấy nước cho vào một ít muối rồi uống.

+ Trị chứng lở loét miệng do nhiệt:

Củ cải sống rửa sạch giã vắt lấy nước súc miệng nhiều lần trong ngày.

+ Trị nhiệt ly và đại tiện ra máu:

Củ cải sống giã nát, lọc lấy một chén nhỏ nước thêm mật ong bằng 1/2 nước lọc củ cải, đun cho chín và uống nước này hàng ngày vào buổi sáng.

+ Trị lao phổi thổ huyết:

Dùng 300g củ cải cho vào 400ml nước, đun đến lúc còn khoảng 100ml thì bỏ bã, cho thêm 150g mật ong và 10g phèn chua quấy đều rồi đun sôi lên. Ngày uống 3 lần sáng, trưa, tối trước khi ăn, mỗi lẫn khoảng 30-40ml.

+ Trị đau sỏi mật:

Củ cải sống thái to thành từng miếng như ngón tay tẩm với mật ong màu trắng vàng nhạt (không dùng loại nâu sẫm). Đặt củ cải đã tẩm mật ong lên 1

cái chảo rồi sấy khô trên than hoặc lửa. Khi khô lại tẩm mật ong và sấy khô (không để chảy) ăn củ cải sấy khô đồng thời uống một ít nước muối loãng.

+ Chứng bệnh sa trực tràng:

Lấy vài củ cải trắng luộc lấy nước, khi nước đã nguội còn ấm thì ngâm hậu môn vào và rửa kỹ phần trực tràng lòi ra thật sạch rồi ấn vào rịt lại không cho thò ra nữa. Đồng thời lấy một củ cải trắng giã nát và rịt vào rốn. Nếu thấy ngứa và phồng nước ở phần chỗ rịt thì tháo ra. Cần nằm yên một lúc khi đang rịt thuốc.

+ Trị chứng nước tiểu đục:

Lấy củ cải trắng khoét rỗng bỏ hết ruột bên trong rồi nhét đầy ngô thù du vào, đậy kín lại. Hấp chín củ cải trắng, rồi lấy ra bỏ hết ngô thù du, củ cải đem sấy khô, tán trộn, cho thêm hồ (bột quấy đặc) vào và viên lại thành từng viên nhỏ như hạt đậu xanh. Ngày uống 3 lần, mỗi lần uống khoảng 30-40 viên.

+ Đau đầu gió hoặc đau một bên:

Gừng tươi giã vắt lấy 50ml, cho vào 50g hạt cải vào nước gừng nghiền thật nhỏ rồi vắt lấy nước, cho thêm một ít xạ hương khuấy đều. Nước này nhỏ vào mũi, đau đầu bên phải thì nhỏ vào lỗ mũi bên trái và ngược lại.

+ Chứng ho lâu năm thường đẩy khí lên:

Nhiều đờm dẫn đến thở hổn hển dạng suyễn, khạc nhổ có lẫn máu.

Lấy 50g hạt cải nghiền thật nhỏ vào 1/2 lít nước, đun sôi lên uống.

+ Trúng phong cấm khẩu:

Hạt cải và mầm của cây bồ kết, mỗi thứ lấy từ 6-7g cho vào nước nấu sôi lên rồi súc miệng nhổ bỏ nước (hoặc uống cho nôn ra).

+ Ho bách nhật:

Hạt củ cải sấy khô, nghiền nhuyễn thành bột, cho vào nước đường (đường cát trắng) trộn đều ngày ăn từ 2-3 lần.

+ Khó thở do nhiều đờm:

Đãi sạch hạt cải, nấu chín rồi phơi khô, nghiền nhỏ cho vào nước gừng (gừng giã vắt lấy nước) viên thành từng viên như hạt đỗ xanh. Cho vào đun cách thủy hoặc hấp. Mỗi lần dùng 30 viên nhai rồi nuốt, ngày dùng 3 lần lúc đói.

CÂY CẢI SOONG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau cải soong là các món ăn có tác dụng rất tốt giúp bảo vệ sức khỏe, chống oxy hóa, chống độc, tăng sức khỏe đề kháng cho cơ thể, chống hiện tưởng lão hóa bệnh lý, giữ gìn sự tươi trẻ. Rau cải soong chứa sắt nhiều nguyên tố khoáng, riêng can xi và i ốt ở dạng liên kết hữu cơ nên rất dễ hấp thụ. Một ngày ăn khoảng 10-15 g cải soong là có thể đảm bảo đủ lượng i ốt trong cơ thể chống được bệnh còi xương, bệnh béo phì, các bệnh ngoài da, bệnh xơ cứng động mạch ở người lớn tuổi.

Rau cải soong có tác dụng tẩy độc, lợi tiểu, thông gan mật, góp phần làm giảm bệnh ứ máu.

Ngoài ra rau cải soong có công hiệu thanh lý nhiệt khí ở phổi và dạ dày, đối với chứng huyết nóng cũng có hiệu quả. Rau cải soong nấu canh ăn mát có tác dụng giải nhiệt, phòng nhiệt có thể cầm máu và chữa bệnh phổi.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Nhuận hóa phế đờm:

Dùng rau cải soong, la hán quả, nấu với thịt nạc ăn rất có tác dụng.

+ Tác dụng thanh nhiệt:

Khi bị nội nhiệt: mồm, môi, lưỡi bị lở hoặc chân răng bị chảy máu, mũi khô, trong khoang mũi có mụn nhỏ chỉ cần nấu canh rau cải soong với cà rốt để ăn có tác dụng thanh nhiệt.

+ Kết hợp chữa bệnh lao phổi:

Ngoài việc uống thuốc có thể dùng thêm rau cải soong (150-200g) thêm một ít vỏ quýt phơi sấy khô nấu nước khoảng 4-5 giờ và uống khi còn ấm, có tác dụng làm sạch máu và giải độc trong phổi.

+ Trị chứng sạn mật, sạn thận:

Dùng rau cải soong (1 kg) phơi khô chỗ thoáng mát, lấy khoảng 50g sắc với ba bát nước (bát ăn cơm) bằng siêu đất tới khi còn 1 bát chia làm 2 lần (sáng, chiều) uống trong ngày.

+ Chữa chứng viêm phế quản:

Lấy rau cải soong khoảng 100-200g, tía tô 50g, vài lát gừng tươi sắc với 3 bát (ăn cơm) nước bằng siêu đất, tới khi còn 1 bát thì chia làm 3 lần uống trong ngày, mỗi lần uống cách nhau 3 giờ.

+ Chữa chứng tiểu đường:

Lấy cải soong, củ cải, cần tây, cải bắp, cà rốt, tía tô mỗi thứ khoảng 10-15 g giã nát hoặc ép lấy nước cốt uống.

CÂY RAU MƠ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau mơ vị đắng, tính mát, có tác dụng thanh nhiệt, sát trùng, chữa các bệnh về đường tiêu hóa.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng kiết lỵ hoặc lỵ mới phát:

- Đi đại tiện nhiều lần, trong phân có máu và chất lầy nhầy như nước mũi, có trường hợp sốt nhẹ thì lấy một nắm lá mơ tươi lau sạch (bằng khăn sạch) thái nhỏ, đập vào 1 quả trứng gà trộn đều, lấy lá chuối bọc lại rồi nướng chín đều (nếu không bọc lá chuối nướng thì cho lên chảo rang khô không cho gia vị). Ăn ngày 3 lần và ăn liên tục 1-2 ngày.

Nếu bị chứng lỵ mới phát do đại tràng bị tích nhiệt thì lấy 1 nắm lá mơ và 1 nắm lá phèn đen, cả hai rửa sạch, nhúng qua nước sôi, vẩy khô giã nát, vắt lấy nước cốt uống. Ngày uống 2-3 lần.

+ Trị tiêu chảy do nóng:

Nếu mắc chứng tiêu chảy do nhiệt với triệu chứng khát nhiều, phân khắm, nước tiểu vàng, bụng đau quặn kèm theo đầy hơi, hậu môn thấy nóng rát thì dùng bài thuốc sau:

- Lá mơ: 16 g

- Nụ sim; 8g

Sắc cùng với 500ml nước, còn 200ml chia thành 2 lần uống trong ngày.

+ Trị chứng đau dạ dày:

Lấy khoảng 20-30 lá mơ rửa sạch giã nát, vắt lấy nước uống 1 lần trong ngày. Uống nhiều ngày.

+ Bí tiểu tiện:

Nếu bị sỏi thận mà bí tiểu tiện thì lấy rau mơ sắc uống ngày vài lần.

+ Trị giun:

- Nếu bị chứng giun đũa thì lấy khoảng 50 gam lá mơ rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt cho thêm 1 ít muối hòa tan rồi uống. Ăn vào buổi sáng lúc đói, trong 2-3 ngày.

- Nếu bị giun kim thì cũng uống nước cốt lá mơ như trên, ngoài ra lấy khoảng 30 gam rau mơ (cả lá, ngọn). Rửa sạch giã nát rồi cho thêm vào 50ml nước sôi để nguội rồi dùng bơm thụt vào hậu môn trước khi đi ngủ khoảng 2-3 phút, giun sẽ bò ra.

CÂY RAU KHÚC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau khúc thường được dân lấy lá non về giã nát trộn với bột gạo nếp và đỗ xanh để làm bánh khúc ăn rất ngon. Rau khúc vị ngọt tính bình có công hiệu trị ho tiêu đờm.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng hen suyễn:

Lấy 1 nắm rau khúc tươi rửa sạch vò nát, cho vào siêu đất với 1 miếng gừng giã giập rồi đổ vào khoảng 500ml nước sắc còn 200ml chia làm 2 lần uống trong ngày.

+ Trị chứng họng bị viêm, sưng:

Lấy rau khúc tươi rửa sạch nhai giập nhè nhẹ trong miệng cùng với vài hạt muối rồi nuốt từ từ. Ngày làm như thế 3-4 lần .

+ Trị chứng cảm sốt:

Lấy rau khúc đã phơi khô tự nhiên 30 gam sắc cùng với hành và gừng (mỗi thứ này khoảng 10 gam) chia làm 3 lần uống trong ngày.

+ Trị ho:

Lấy khoảng 15 gam rau khúc tươi sắc với 300ml nước còn 100ml thì uống chia làm 3 lần trong ngày, uống trong vài ngày.

CÂY RAU SAM

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau sam có vị chua, tính hàn, không độc có công hiệu chữa trị các chứng cảm lỵ, ghẻ lở và sát trùng, tiêu sưng thũng, trị mắt mờ.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng phù thũng, bụng trướng và đi đái rắt:

Lấy 2 nắm rau sam rửa sạch thái nhỏ rồi nấu với nước vo gạo nếp ăn thường xuyên trưa, tối hàng ngày.

+ Trị chứng lao phổi:

Lấy rau sam tươi giã nát vắt nước uống hoặc nấu canh rau sam ăn, ngày ăn 2 lần (hoặc uống). Ăn (hoặc uống) liền trong 1 tuần thì thấy bệnh bắt đầu biến chuyển. Tiếp tục dùng trong khoảng 1 tháng thì bệnh khỏi hẳn nhưng thời gian dùng thuốc phải liên tục.

+ Trị chứng sốt rét thông thường:

Lấy 1 nắm rau sam nấu với nước uống. Đồng thời lấy 1 ít ngọn rau sam tươi giã nát rồi đắp và băng lại vùng động mạch ở cổ tay. Ngày dùng như thế 2 lần.

+ Trị chứng tiêu chảy:

Lấy 1 nắm rau sam rửa kỹ (có thể rửa bằng nước muối loãng) rồi nấu với khoảng 2 bát (ăn cơm) nước. Bã ăn hết còn nước thì chia làm 2 lần uống trong ngày.

+ Trị chứng trẻ em bị kiết ly:

Lấy rau sam rửa sạch giã nát, vắt lấy nước rồi đun sôi già lên cho thêm một ít mật khuấy đều lên cho trẻ uống.

+ Trẻ bị nổi mụn quanh rốn:

Lấy rau sam tươi giã nát vắt lấy nước uống, bã thì đắp lên chỗ đau.

+ Trị chứng giun, sán:

Lấy khoảng 2 nắm to rau sam sắc với 2 bát (ăn cơm) nước trong siêu đất sắc còn gần 1 bát thì uống lúc bụng đói, uống vài lần.

Nếu bị chứng sán xơ mít thì sắc rau sam tươi lấy nước đặc hòa với một ít giấm và muối rồi uống khi sáng ngủ dậy (chưa ăn uống gì), uống vài lần.

+ Trị chứng bệnh trĩ:

Lấy khoảng 2 nắm rau sam rửa sạch rồi luộc lên ăn hết cái, nước còn nóng thì xông, khi ấm vừa thì ngâm và rửa trĩ. Kiên trì làm như thế liên tục từ 20-30 ngày.

+ Trị chứng đau mắt nổi mộng thịt:

Lấy 1 nắm rau sam tươi rửa sạch, giã nát, trộn thêm 1 ít phát tiêu (khoáng chất mua ở hiệu thuốc bắc) rồi dùng vải mịn sạch bọc lại đắp lên mắt.

+ Trị đau răng:

Lấy rau sam, rửa thật sạch giã nát, vắt lấy nước cốt hòa vào vài hạt muối rồi ngậm liền từ sáng đến tối.

+ Trị bị trùng độc cắn:

Lấy rau sam vừa giã nát đắp vào vết thương, vừa vắt nước uống.

CÂY CỎ BỢ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cỏ bợ có vị ngọt, tính hàn, không độc có tác dụng hạ nhiệt mát da thịt, lợi tiểu tiện, lợi sữa và chữa các chứng khí hư, vết bỏng.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng bí tiểu:

Lấy khoảng 500g rau bợ tươi đem phơi ở chỗ thoáng mát cho khô tự nhiên. Mỗi ngày dùng 10-15g rau bợ khô sắc với 3 bát (bát ăn cơm) nước còn gần 1 bát thì chia làm 3 lần mỗi lần cách nhau 3 giờ uống trong ngày. Uống 2-3 ngày. Phần rau bợ khô còn lại thì cứ 2 ngày lại sắc uống như trước, uống trong thời gian dài.

+ Trị chứng nóng trong người:

Nếu trong người quá nóng phá ra ngoài sinh mụn nhọt sưng tức thì lấy 20g rau bợ tươi rửa sạch, giã nát cho thêm nửa chén (uống nước) nước vào rồi vắt lấy nước uống, bã dùng để đắp lên những chỗ mụn nhọt. Làm như thế vài ngày.

CÂY RAU HUYÊN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hoa rau huyên vị ngọt tính mát, lợi tiểu tiện, tiêu thức ăn, chữa vàng da do rượu, an thai, chữa vú sưng đau, trừ thấp nhiệt.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng thổ huyết:

Lấy 12g hoa huyên, 15g lá rau huyên cùng rửa sạch cho vào trong siêu đất sắc với 3 bát (ăn cơm) nước, còn 1 bát thì dùng uống 2 lần trong ngày, uống thuốc xong nằm nghỉ, gối cao đầu, tránh cử động.

+ Trị chứng khớp xương sưng nhức:

Lấy hoa và lá rau huyên mỗi thứ 1 nắm rửa sạch, sắc với 3 bát (ăn cơm) nước còn 1 bát thì chia uống 3 lần trong ngày. Trị ngoài thì lấy rễ rau huyên rửa sạch, giã nát đắp lên chỗ khớp bị sưng.

+ Trị chứng vàng da do uống rượu:

Lấy 1 nắm rễ cây rau huyên rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước uống hàng ngày.

+ Trị chứng bí tiểu:

Lấy 1 nắm nhỏ hoa huyên, rửa sạch, nghiền nát rồi cho vào khăn sạch vắt kiệt lấy nước cốt rồi hòa thêm 1 cốc nước chia làm 3 lần uống mỗi lần cách

nhau 3 giờ. Khi dùng thuốc kiêng dùng các món ăn, gia vị nóng.

+ Trị chứng chảy máu cam:

Lấy 15-20g lá rau huyên nấu với 300ml nước còn 150ml thì chia làm 2 lần uống trong ngày.

CÂY RAU DIẾP

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau diếp vị đắng, tính hàn, không độc có tác dụng điều hòa kinh mạch, dễ ngủ, chữa các chứng ung độc, sưng tấy và đau mắt.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng mất ngủ:

Lấy khoảng 50g rau diếp nấu với khoảng 3/4 lít nước sôi liu riu khoảng gần 1 giờ rồi dùng nước đó uống trong ngày. Sau vài ngày thì thấy có tác dụng rõ rệt.

+ Trị đau mắt:

Lấy khoảng 5g hạt rau diếp nấu với 1 bát (bát ăn cơm) nước, để sôi khoảng 5 phút rồi xông và rửa mắt.

+ Trị trứng cá:

Rau diếp luộc lấy nước rửa mặt hàng ngày. Sau 7-10 ngày thì có hiệu quả tốt.

RAU DẤP CÁ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau dấp cá vị hơi cay, mùi tanh hơi hôi, tính âm mát, hơi độc, tác dụng chữa trị các bệnh chốc đầu, ghẻ lở, trĩ, đau răng, sốt rét.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng sốt rét:

Lấy khoảng 2 nắm lá rau dấp cá (loại màu tía) giã nhỏ, bọc vào trong mảnh vải xoa xát vào khắp mình khi có hiện tượng lên cơn sốt, nếu ra mồ hôi và ngủ được là khỏi.

+ Trị sốt xuất huyết:

Lấy lá rau dấp cá, lá rau ngót, lá cỏ mực mỗi thứ 100g sắc với 2 lít nước còn 1/2 lít để uống dần trong ngày.

+ Trị chứng viêm ruột, đi lỵ:

Lấy 50g lá rau dấp cá sắc với 2 bát (ăn cơm) nước còn nửa bát uống nóng. Uống vài lần.

+ Trị đau mắt đỏ:

Lấy khoảng 10- 15 lá rau dấp cá rửa sạch, giã nát nhuyễn rồi lấy vải mỏng bọc lại đắp lên 2 mắt.

+ Trị bệnh trĩ:

Nếu bị chứng trĩ ra máu, khi đại tiện máu chảy

thành giọt liên tục thì lấy rau dấp cá giã nát, rịt vào trĩ, đồng thời lấy rau dấp cá ăn sống hàng ngày.

Nếu bị chứng trĩ đau nhức thì nấu nước rau dấp cá cho sôi già rồi làm nước xông, khi còn ấm thì đổ ra chậu ngâm và rửa kỹ hậu môn, lại lấy rau dấp cá giã nát rịt vào hậu môn.

CÂY SEN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Toàn bộ cây sen từ củ đến hạt đều là thuốc quý và không hề gây độc.

+) Ngó sen (liên ngẫu): là phần thêm rễ hình trụ mọc trong bùn dùng làm thức ăn và thuốc cầm máu trong các trường hợp đại tiểu tiện ra máu, nôn ra máu, máu cam, tử cung xuất huyết. Ngày dùng 6 - 12g dưới dạng sắc.

+) Gương sen (liên phòng): là bát sen già sau khi đã lấy hết hạt rồi phơi khô, gác bếp.

Đây là bộ phận quan trọng nhưng rất dễ kiếm và dễ bảo quản khi dự trữ. Liên phòng vị đắng chát, tính ấm. Có tác dụng tiêu ứ, cầm máu. Dùng để chữa bụng đau do ứ huyết, đẻ rồi nhau thai chưa ra, băng huyết, đái khó, đái ra máu. Thường đốt tồn tính. Để sống nấu nước uống thì có tác dụng chữa cao huyết áp. Ngày dùng 1-2 cái.

+) Lá sen: Công hiệu tương tự như gương sen, thường được dùng trong những trường hợp nguy cấp. Ngày dùng 15 - 20g (khoảng 1-2 lá, tùy to nhỏ) sắc uống, hoặc có thể giã vắt lấy nước cho uống sống.

+) Tua sen (liên tu): là phần tua nhị đực của hoa sen bỏ "hạt gạo" đi. Ngoài tác dụng chữa băng

huyết, thổ huyết, tua sen còn chữa được di mộng tinh. Ngày uống 5 - 10g dưới dạng thuốc sắc.

+) Tim sen (liên tâm): là mầm xanh trong hạt, có tác dụng thanh nhiệt, an thần, hạ huyết áp chữa được các chứng nóng ruột, khó ngủ, cao huyết áp. Thường dùng dưới dạng sao qua rồi hãm nước sôi uống thay trà.

+) Hạt sen: dùng để nấu chè thanh nhiệt; hầm với đậu, xương, gạo nếp tăng sữa sản phụ rất tốt. Ngoài ra còn chữa một số bệnh khác như:

+) Chữa cảm sốt, khát nước:

Khi cảm sốt, miệng khát khô lấy vài cái ngó sen rửa sạch giã vắt lấy 1 chén nước, chế vào 1 muỗng mật mía hoặc nước mía cho uống từng hớp một.

+) Chữa ngạt mũi kinh niên:

- Cánh hoa sen phơi khô thái nhỏ 100g.
- Bạch chỉ

Hai thứ giã nhỏ, quấn giấy mỏng như điếu thuốc lá để hút trong vòng 10 ngày.

CÂY NGẢI CỨU

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Ngải cứu thường được dùng làm thuốc an thai, điều hòa kinh nguyệt, cầm máu.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa ỉa chảy tháo dạ:

Lấy ngải cứu tươi 1 nắm và một củ gừng tươi, 2 thứ cùng thái nhỏ và cho vào 2 bát nước sắc còn gần 1 bát thì uống lúc còn nóng.

+ Chữa đau bụng giun:

Nếu đau bụng vật vã, miệng nôn mửa ra toàn nước dãi thì lấy một nắm ngải cứu tươi đem giã hoặc vò nát cho nước sôi để nguội vào rồi vắt lấy nước uống.

Trong trường hợp không có ngải cứu tươi, có thể lấy ngải cứu khô sắc lên rồi vắt chanh vào uống.

+ Chữa động thai:

Khi có dấu hiệu động thai thì lấy ngải cứu và cành cây tía tô (tỷ lệ ngải cứu 2 phần, tía tô 1 phần) nấu sôi và uống hàng ngày.

+ Chữa cổ họng sưng đau:

Lá ngải cứu non rửa sạch (1 nắm) giã nát vắt lấy nước cốt uống.

+ Chữa cảm đau đầu:

Hơ một nắm lá ngải cứu tươi cho nóng lên rồi đắp lên đầu, dùng khăn buộc lại và để nguyên đi ngủ.

+ Chữa đau lưng:

Trải một nắm ngải cứu tươi lên một viên gạch, nung trên bếp than cho nóng rồi rưới một chén rượu lên, bọc khăn đặt dưới chỗ lưng đau.

CÂY CỦ MÀI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Củ mài dùng nấu canh hoặc ăn thay cơm đều rất ngon và bổ dưỡng. Ngoài việc làm thức ăn củ mài còn có công hiệu phối hợp với các thực phẩm khác chữa bệnh rất hiệu nghiệm như trị ho suyễn, tiêu chảy,...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị ho, suyễn:

Củ mài, ngô hạt, hồ đào nhân. Liều lượng: Củ mài 1 phần thì ngô và hồ đào nhân mỗi thứ 2 phần. Hồ đào nhân bóc vỏ bỏ đầu nhọn, củ mài thái nhỏ, sao và tán thành bột riêng từng vị rồi trộn đều tất cả cho vào trong hộp để nơi khô ráo. Mỗi lần dùng thì lấy 15g bột với khoảng 30 - 50g gạo tẻ vo kỹ nấu thật nhừ và ăn khi nóng. Ngày nấu ăn 2 lần. Dùng thuốc này còn có công hiệu bổ ngũ tạng, mạnh gân xương; chữa di tinh, bạch đới, tiêu khát, chóng mặt, hoa mắt.

+ Trị tiêu chảy:

Lấy 40g củ mài rửa sạch thái miếng bằng đầu ngón tay, sao vàng tán thành bột, 100g gạo nếp ngâm nước một đêm phơi khô sao vàng tán thành bột, tiêu bột (bột hạt tiêu) 2g, đường kính 100g. Trộn đều tất cả rồi cho vào 1 cái lọ đậy kín. Khi dùng lấy 10g bột này hòa vào cốc nước nóng quấy đều uống vào buổi sáng trong ngày.

CỦ CÀ RỐT

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Củ cà rốt vị ngọt cay tính hơi ấm, vào tì vị đại tràng có tác dụng hạ khí bổ trung, yên ngũ tạng, tiêu hóa tốt, chữa tả lỵ.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng cảm mạo:

Lấy mấy củ cà rốt rửa sạch để cả vỏ, cắt ngang từng miếng mỏng rồi nấu lên, chắt lấy nước pha thêm 1 ít đường cho vừa ngọt, uống khi còn nóng.

+ Trị chứng tả ly lâu ngày:

Lấy 2 - 3 củ cà rốt rửa sạch, luộc chín tới thì ăn. Khi ăn nhai thật kỹ, nát nhuyễn rồi mới nuốt, sau đó uống nước luộc cà rốt.

+ Trị chứng giun sán:

Lấy khoảng 1 kg củ cà rốt rửa sạch, thái mỏng, sao vàng, tán thành bột. Mỗi sáng khi chưa ăn uống thì lấy độ 20 - 25 gam bột uống với nước đun sôi để nguội.

Ngoài ra củ cà rốt dùng nấu với thịt gà, gừng làm cháo bồi bổ cho phụ nữ sau khi sinh rất tốt.

ĐẬU XANH

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Đậu xanh vị ngọt hơi tanh, tính hàn, không độc, có công hiệu bổ nguyên khí, thanh nhiệt, giải độc có thể làm sạch mát nước tiểu, làm sáng mắt và chữa lở loét.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng thương hàn:

Nấu đậu xanh với nước. Khi nước bớt nóng lấy khăn bông thấm vào đắp lên ngực và ức người bệnh, khăn hết nóng thì thay khăn khác. Chườm như thế liên tục trong ngày rồi đắp kín chăn cho ra mồ hôi.

+ Trị chứng thổ tả:

Lấy đậu xanh sao lên rồi nghiền thành bột, trộn cùng đường cát trắng mỗi thứ 2 lạng hòa đều với nước sôi để nguội uống dần.

+ Trị chứng đau tức vùng thượng vị:

Bị đau tức ở vùng thượng vị, hoặc ợ chua thì lấy khoảng 10 gam hạt đậu xanh, 5g hạt tiêu sọ, cho 2 thứ tán nhỏ thành bột rồi hòa với nước sôi để nguội uống.

+ Trị chứng bị "giời leo":

Lấy 1 ít đậu xanh (1 nhúm) giã nát rồi trộn với nước vo gạo cho đặc sền sệt rồi bôi lên, khô lại tẩm

nước gạo lên (khi bôi thuốc tránh nước lạnh). Hoặc có thể nhai nát nhuyễn đậu xanh và gạo nếp rồi đắp vào, khô lại tẩm nước cơm lên.

Lưu ý:

Không ăn thịt chó cùng đậu xanh (bột đậu xanh hoặc cháo đậu xanh) sẽ bị bụng trướng to. Nếu bị trường hợp này lấy 2 lạng cam thảo nấu nước uống thì khỏi.

ĐẬU ĐEN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Đậu đen vị ngọt, tính hàn, không độc, có công hiệu trừ được phong, thấp, nhiệt, giải được các chất độc, làm tăng sinh lực, nhuận da thịt.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị thương hàn:

Lấy đậu đen sao chín bốc mùi thơm thì cho ngay vào rượu và uống khi còn đang nóng. Uống thấy nôn ra, lại uống tiếp đến khi vã mồ hôi thì ngưng.

+ Trị chứng đại tiện ra máu:

Dùng hạt đậu đen tươi (mới hái) nấu với nước cho chín (không cho gia vị) rồi ăn luôn cả bã và nước.

+ Trị chứng trúng thấp:

Khi mắc phải chứng đầu phong tê thấp, gân co gối mỏi, trong bụng nóng, đại tiện táo bón thì lấy đậu đen ngâm ủ cho lên mộng dài độ 1 - 2 đốt ngón tay, đem phơi khô. Cứ 10 gam giá đậu đen cho vào 35ml giấm trộn đều, sao vàng, tán nhỏ thành bột cất vào lọ. Mỗi lần dùng 1 thìa lớn uống với 1 ít rượu trước bữa ăn. Ngày uống 2 lần rất nhanh khỏi bệnh.

+ Trị chứng đau cứng cổ:

Do chứng tê thấp phát tán, đột nhiên thấy gáy

cứng, đau không quay đi quay lại được thì lấy đậu đồ cho biến sắc rồi cho vào túi vải dùng làm gối đầu.

+ Trị đau răng:

Lấy đậu đen và rượu nấu lên, dùng ngậm và súc miệng liên tục.

+ Trị đau mắt do nhiệt:

Khi mắt bị nhiệt, đau đỏ hơi sưng thì lấy 100g đậu đen chia ra đựng trong nhiều túi nhỏ, nhúng vào nước sôi, để cho bớt nước và giảm độ nóng thì chườm vào mắt. Thấy nguội thì thay túi khác. Chườm như thế khoảng 2 - 3 ngày liên tục.

ĐẬU ĐỎ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Đậu đỏ vị ngọt chua, tính bình không độc, có công hiệu chữa trị các chứng: mụn lở, thủy thũng, đau buốt cơ thể, bế trướng trong người, trị bệnh tả, đái tháo nôn mửa và nhiều chứng bệnh khác. Đậu đỏ dùng làm món ăn chín rất bổ dưỡng và có thể ăn thay cơm.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị bệnh đái ra máu:

Do trong người tụ nhiều độc tố, nhiệt độ phát tác làm cho đại tiện ra máu. Để trị chứng bệnh này lấy 1 vốc đậu đỏ tán nhỏ thành bột, mỗi lần uống 3-7 gam với nước sôi, uống trong vài ngày.

+ Trị chứng trĩ nặng:

Lấy khoảng 300 gam đậu đỏ và nửa lít giấm. Đậu đỏ nấu chín phơi khô, tẩm giấm vào và phơi khô tiếp, cứ như thế cho đến khi hết giấm và phơi thật khô rồi tán nhỏ rồi chia làm nhiều phần, mỗi phần 10 gam. Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần là một phần đã chia sẵn.

+ Ngừa đậu, sởi:

Lấy đậu xanh, đậu đỏ, đậu đen và đậu nành (đậu vàng) mỗi loại 50 gam, sao vàng, sắc kỹ uống thay nước trong ngày. Uống như thế trong 3 ngày liên tục thì công hiệu.

CÂY VỪNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hạt vừng vị ngọt, tính hàn không độc, chất trơn, có công hiệu giải độc, tiêu nhiệt kết bên trong, sát trùng, dễ đẻ, trị mụn nhọt...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng thương hàn:

Lấy hạt vừng đen còn tươi giã nát, ép lấy một tách (tách uống trà) rồi cho thêm nửa tách nước và một lòng trắng trứng, khuấy đều tất cả rồi uống hết một lần trong ngày. Uống như thế khoảng 3 - 4 lần.

+ Trị chứng đầy bụng:

Lấy một bát (ăn cơm) hạt vừng đen nấu như nấu cháo khi gần được cho vào một ít muối và một miếng vỏ quýt thái nhỏ, múc ra bát để nguội rồi ăn.

+ Trị kiết lỵ kinh niên:

Lấy một vốc hạt vừng giã nhỏ, nấu chín kỹ rồi pha vào một thìa cà phê mật ong. Mỗi ngày uống hai lần như thế, uống liên tục trong vài ngày.

+ Trị táo bón:

Lấy một chén (uống nước) dầu vừng uống vào buổi sáng hoặc nhai một nắm hạt vừng (đen hoặc trắng) rồi nuốt.

+ Trị chứng viêm đại tràng mãn tính:

Lấy hạt vừng đen sao bốc mùi thơm. Mỗi lần dùng

một thìa nhỏ trộn với 1/3 thìa mật trộn đều uống. Ngày uống 2 lần như thế và uống liên tục 25 - 30 ngày.

+ Trị chứng đau lưng:

Do thận suy hoặc phong, hàn, thấp, phát tác gây ra chứng đau lưng thì lấy hạt vừng đen sao cháy tán thành bột. Mỗi lần dùng 10 gam pha với rượu hoặc mật hoặc nước gừng (gừng giã nát vắt lấy nước loãng). Uống vài lần.

+ Trị rụng tóc và làm đen tóc:

Lấy một bát (ăn cơm) hạt vừng đen sao chín tán nát nhuyễn, cho thêm đường vào nấu uống. Tóc sẽ hết rụng và đen mượt.

+ Trị đau răng:

Chứng đau răng chủ yếu là do nóng trong người phát nhiệt gây lên, để chữa trị lấy 1 bát hạt vừng đen và 1 bát nước, sắc đến khi hai thứ còn khoảng 1 bát thì chia đều ra ngậm và súc miệng nhiều lần trong ngày (không được nuốt).

+ Trị tai tự nhiên bị điếc:

Lấy dầu mè (vừng) nhỏ vào tai vài giọt, ngày nhỏ 2 - 3 lần khi nào thấy tai nghe lại được thì ngừng.

+ Trị lang ben trắng:

Lấy một chén nhỏ dầu mè (vừng) hòa với rượu uống mỗi ngày 3 lần, uống liên tục đến khi khỏi thì thôi. Trong khi uống thuốc kiêng các đồ sống lạnh, thịt gà thịt lợn, cá biển và tỏi.

+ Trị rết cắn:

Lấy hạt vừng sống nhai nát nhuyễn đắp vào vết đau.

CÂY THÀI LÀI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau thài lài vị ngọt tính mát có tác dụng thanh nhiệt, nhuận tràng, lợi tiểu, mát máu, chữa trị chứng khớp xương sưng đau.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng khớp xương sưng đau:

Lấy 12g rau thài lài, 48g đậu đen, 2 thứ rửa sạch nấu với 3 bát nước còn 1 bát chia uống 3 lần mỗi lần cách nhau 3 giờ và uống nóng. Chỗ sưng đau thì lấy rau thài lài sao nóng, bọc khăn chườm nhẹ vào. Dùng thuốc trong 3-4 ngày.

+ Trị kiết ly, đái buốt:

Lấy rau thài lài tía 30 gam, bông mã đề 20 gam rửa sạch sắc 500ml nước còn 200ml.

CÂY BÔNG MÃ ĐỀ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây bông mã đề vị ngọt tính lạnh có công hiệu mát máu, khử nhiệt, lợi tiểu, cầm tiêu chảy, trừ tê thấp, ích tinh khí giúp dễ sinh.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng ho lâu ngày không khỏi:

Lấy khoảng 20-25g lá bông mã đề rửa sạch, sắc với nửa siêu (siêu sắc thuốc) còn độ 1 bát (ăn cơm) thì dùng uống làm 3 lần trong ngày mỗi lần cách nhau 3 giờ, uống nóng (khi uống hâm nóng lên). Khi dùng thuốc kiêng đồ nóng: tiêu, ớt, rượu...

+ Trị chứng hay chảy máu cam:

Lấy một nắm bông mã đề tươi rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt uống, bã đắp lên trán. Dùng nhiều lần trong vài ngày.

+ Trị chứng sốt xuất huyết:

Lấy 50g bông mã đề tươi, 30g củ sắn dây, sắc cùng với 1 lít nước còn nửa lít chia làm 2 lần uống trong ngày vào lúc đói (khi uống pha thêm đường). Ba ngày đầu uống liên tục như thế, sau đó mỗi ngày chỉ

uống liều lượng bằng nửa và uống 1 lần.

+ Trị đau mắt đỏ:

Lấy một nắm bông mã đề tươi rửa sạch, thái nhỏ rồi nấu canh với 2 con cá diếc to vừa. Ăn ngày 2 lần cả cái lẫn nước. Đồng thời lấy lá mã đề rửa sạch giã nhuyễn cùng với vài hạt muối dùng vải mềm bọc sạch chườm lên mắt. Sau vài ngày thì khỏi. Khi dùng thuốc kiêng đồ cay nóng: rượu, tiêu, ớt...

+ Trị chứng vàng da (hoàng đản):

Lấy 1 vốc hạt mã đề xát bỏ vỏ ngoài, sao qua, tán nhỏ chia làm 3-4 lần uống cùng với nước cơm hoặc nước sôi còn ấm trong nhiều ngày.

+ Trị chứng tiểu tiện ra máu:

Lấy bông mã đề rửa sạch, giã nát vắt lấy nước cốt uống lúc đói bụng. Ngày uống khoảng 1 bát (ăn cơm) nước cốt chia làm 2-3 lần.

+ Trị chứng ướt rốn ở trẻ sơ sinh:

Lấy 1 nhúm hạt mã đề, sao cháy, tán thành bột đắp vào rốn trẻ.

+ Trị chứng trẻ bị tiêu chảy khi đang mọc sởi:

Lấy hạt mã đề sao qua, sắc cho trẻ uống.

Ngoài ra hạt mã đề còn dùng để chữa 1 số chứng bệnh ở bộ phận sinh dục.

Lưu ý:

- Phụ nữ có thai dùng thuốc này phải hết sức cẩn thận tốt nhất là không nên dùng.

- Người già thận yếu hay đi tiểu đêm nếu không thật cần thiết thì không nên dùng.

CÂY CẦN TÂY

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau cần tây có vị đắng, mát, ngọt, thơm và không độc có công hiệu chữa trị chủ yếu: bình gan, thanh nhiệt, khử phong, lợi thấp, trị cao huyết áp gây hoa mắt nhức đầu và trị sưng tấy.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị bệnh đi tiểu nước đục:

Cắt sát gốc cây cần tây lấy toàn bộ rễ (rễ to càng tốt), lấy khoảng 10 bộ rễ rửa sạch sắc với 500ml (1/2 lít) đun lửa nhỏ cho cạn còn 200ml thì bắc ra. Mỗi ngày uống 2 lần trước khi ăn vào sáng và tối, uống từ 3 đến 7 ngày nước tiểu sẽ trong trở lại.

+ Trị cao huyết áp:

Bỏ rễ, lấy toàn bộ cây cần tây rửa sạch sau đó lại dùng nước đã đun sôi để nguội rửa lại, giã vắt lấy nước, cho vào 1 lượng mạch nha và mật ong (bằng nhau) trộn với nước rau cần tây đun lên cho ấm nóng vừa thì uống. Mỗi lần uống khoảng 40ml, ngày uống 3 lần.

- Dùng 10 bộ rễ cần tây tươi rửa sạch sau đó lại rửa nước sôi để nguội, giã nát cho thêm 10 quả táo

tàu nấu nước uống, uống ngày 2 lần sau 15-20 ngày huyết áp giảm xuống rõ rệt.

+ Trị chứng viêm họng, lở loét miệng:

Dùng khoảng 40-50 gam rau cần tươi rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt pha thêm một ít muối rồi thường xuyên ngậm và nuốt dần, làm trong vài ngày.

+ Chữa chứng phong thấp:

Dùng rau cần tây (cả lá, rễ, thân) phơi khô tự nhiên, mỗi lần dùng 150gam sắc với 600ml nước, còn lại 200ml thì chia làm 3 lần uống trong ngày. Khi uống thì hâm cho nóng lên. Trong thời gian uống thuốc không nên dùng những thứ lạnh như: giá sống, dưa chuột...

+ Dùng làm thuốc lợi tiểu:

Nếu thấy bí tiểu tiện thì lấy 60gam rau cần tây, rửa sạch, vò nát rồi hãm trong ấm tích hoặc trong phích làm nước uống trong ngày (uống nóng để cho ra mồ hôi và thông tiểu tiện).

Lưu ý:

Rau cần tây không thích hợp với những người huyết áp thấp.

CÂY RAU CẦN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau cần ta vị thơm, tính bình, không độc có công hiệu thanh nhiệt bổ máu, thông đường ruột, giải khát.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị bệnh xanh xao và mất máu:

Khi bị mất nhiều máu do bị chấn thương hoặc sau khi phẫu thuật xanh xao thì lấy 2 bó rau cần ta nấu canh với khoảng 200-300 gam thịt bò ăn hết cả nước, cái trong ngày. Ăn liên tục khoảng 10-15 ngày thì da dẻ sẽ hồng hào và khôi phục sức khỏe.

+ Trị chứng ruột bị tắc nghẽn:

Do bị nhiệt độc ứ kết trong ruột làm cho đại tiện bí, phân khó ra, bụng trướng tức thì lấy rau cần ta rửa sạch muối làm dưa ăn cả nước lẫn cái. Chỉ sau 3-5 ngày là khỏi hết trướng bụng, đại tiện bình thường.

+ Trị chứng bí tiểu:

Lấy 1 bó rau cần ta rửa sạch, thái nhỏ cho vào 1 cái bong bóng lợn, đổ thêm 1 ít nước buộc chặt lại cho vào nồi hấp rồi ăn và uống hết cái bong bóng đó.

Rau cần ta nấu tái ăn trị được những chứng mụn nhọt do máu nóng sinh ra.

CÂY RAU RĂM

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau răm có vị cay, tính ấm, không độc, dùng chữa các chứng đau bụng lạnh, chữa rắn cắn, chàm ghẻ và mụn trĩ.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng tiêu hóa kém:

Nếu bị tiêu hóa kém thì lấy cả thân và lá rau răm tươi (15 gam) rửa sạch ngâm kỹ bằng nước muối loãng để ăn sống hoặc giã nát vắt nước cốt uống.

+ Trị rắn cắn:

Lấy nửa nắm nhỏ rau răm rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt uống, bã đắp lên chỗ vết thương, sau khoảng 3 tiếng sẽ hết sưng tấy.

Lưu ý:

Không ăn rau răm cùng thịt gà, tránh sinh độc trong bụng.

CÂY RAU NGỔ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau ngổ vị cay thơm, có tác dụng chữa các chứng viêm tấy, đầy trướng.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng viêm tấy:

Khi có chỗ bị viêm tấy thì lấy rau ngổ tươi rửa sạch, giã nát rồi đắp lên những chỗ sưng đau.

+ Trị chứng ăn không tiêu, đầy tức bụng:

Lấy rau ngổ tươi và Mộc hương nam (mua ở hiệu thuốc nam) sắc với gần 1 lít nước còn khoảng 1/4 lít, chia làm 2 lần uống trong ngày.

CÂY RAU MÙI

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rau mùi có vị cay, tính ấm, không độc, tác dụng làm tiêu thức ăn, hạt mùi có tác dụng thông đại tiểu tiện, trị phong tà, trị các chứng đậu sởi khó mọc, phá mụn độc và làm lành các chứng mụn lở.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng bệnh trĩ:

Lấy khoảng 100g hạt mùi sao thơm, tán thành bột, dùng uống cùng với rượu khi bụng đói. Mỗi lần uống khoảng 7-8 gam, uống vài lần.

+ Trị chứng kiết ly:

Lấy 1 vốc hạt mùi, sao thơm tán nhỏ rồi uống ngày 2 lần, mỗi lần khoảng 7-8 gam. Nếu lỵ ra máu thì uống với nước đường, lỵ đờm thì uống với nước gừng (giã vắt lấy nước).

+ Trị chứng tiêu chảy ra máu:

Lấy hạt mùi, sao thơm, tán nhỏ ngày uống 2 lần, mỗi lần 7 gam với nước sôi.

+ Trị chứng khó tiêu, đau bụng:

Lấy 1 nắm lá mùi sắc với khoảng 10 gam vỏ quýt uống khi còn ấm.

+ Trị chứng lưỡi lở loét:

Lấy 7 lá rau mùi (15 gam) và rau húng chanh (10 gam) đem ngâm và rửa bằng nước muối rồi nhai kỹ,

nuốt dần dần.

CÂY MÙI TÀU

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây mùi tàu (rau mùi tàu) có vị the, tính ấm, mùi thơm hắc chuyên trừ hàn tà, khử thấp nhiệt, mạnh tì vị, thanh uế, giải khí trướng, kích thích tiêu hóa.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng khí trướng thở mệt:

Lấy rau mùi tàu tươi rửa sạch phơi khô nơi thoáng mát. Mỗi lần sắc khoảng 30-40 gam với 2 bát (bát ăn cơm) nước còn gần 1 bát (2/3) thì chia uống làm 2 lần.

+ Trị chứng đầy hơi:

Lấy 10-16g rau mùi tàu rửa sạch, vò nát rồi hãm trong ấm tích hoặc trong phích nước sôi (như hãm chè tươi) chia làm nhiều lần uống hết trong ngày.

+ Trị chứng sốt nhẹ, sổ mũi:

Lấy khoảng 20 gam rau mùi tàu rửa sạch thái dài khoảng 2cm. Thịt bò 30 gam băm nhỏ và thái lát gừng tươi. Tất cả nấu chín với khoảng 400ml nước. Ăn nóng, cho thêm 1 ít hạt tiêu rồi đắp kín chăn kích

thích ra nhiều mồ hôi.

+ Trị chứng ăn không tiêu:

Lấy khoảng 50gam rau mùi tàu rửa sạch thái nhỏ và một củ gừng tươi nhỏ rửa sạch giã nát. Cho hai thứ vào niêu đất với 3 bát (ăn cơm) nước sắc lên tới khi còn 1 bát uống chia làm 2 lần trong ngày, mỗi lần cách nhau khoảng 4 giờ.

CÂY HÀNH

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hành có vị cay ngọt, tính ấm và phế, vị, làm tan lạnh, thông khí trệ, giải cảm diệt khuẩn.

Hành có tác dụng làm cho dịch tiêu hóa đều đặn. Khi ăn nếu không thấy ngon miệng nên cho thêm ít hành để ngon miệng và tiêu hóa tốt. Theo dân gian thì rễ, củ, lá hoa, hạt hành đều dùng làm thuốc có công hiệu chữa trị chính: giải độc, trị đau đầu do thương hàn nhiệt, trị giun tích trong người, tiểu tiện không thông, trị trúng gió, mặt phù thũng, đi tả, an thai. Củ hành trị phong thấp, tan ung nhọt ở vú, thông tuyến sữa.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trúng gió bị ngất:

Giã hành với nước tiểu uống.

+ Thổ tả nguy cấp:

Giã hành nát hòa với rượu uống và lấy hành giã nát sao nóng chườm lên rốn, nguội lại sao nóng chườm tiếp.

+ Côn trùng chui vào tai:

Giã hành vắt lấy nước nhỏ vào.

+ Nghẹt mũi thở không thông:

Sắc hành uống

+ Bí tiểu:

Sắc hành lấy nước đặc uống.

+ Động thai ra máu hoặc kiết lỵ:

Nấu cháo gạo nếp với hành, ăn nóng.

+ Cảm cúm, cảm sốt, nóng rét, nhức đầu, ho tức ngực, đầy bụng:

Dùng hành củ giã nhỏ 15-20g trộn với cháo nóng ăn cho toát mồ hôi.

+ Giun chui ống mật hoặc giun đũa làm tắc ruột:

Lấy 80g hành giã nát vắt lấy nước trộn với 40ml dầu vừng (mè) hoặc dầu lạc (đậu phộng) để uống. Hoặc cũng có thể uống nước hành trước sau đó uống dầu.

+ Trị trúng độc, mặt xanh, cấm khẩu, toàn thân lạnh tê liệt:

Lấy lá hành 100g giã nát vắt lấy nước xoa khắp thân thể bệnh nhân.

+ Trị bệnh tả, nằm cũng không vững:

Lấy 20g củ hành và 20 quả táo tàu, đun với 3 lít nước còn 2 lít thì dùng uống.

+ Trị bệnh tiểu tiện khó, ruột non bị trương lên:

Dùng 1 kg hành giã nát nhỏ, sao nóng gói vào khăn vải (chia làm 2 lần) rồi chườm phía bụng dưới.

+ Trị trĩ đang thời kỳ phát đau: Nấu nước hành cả rễ thật đặc rồi đổ ra chậu ngồi vào ngâm 1-2

lần trong ngày. Ngâm đến khỏi thì thôi. Đối với trĩ ngoại lấy phần xanh của hành nghiền nát vắt lấy nước, cho thêm mật ong vào quấy đều đem chưng hoặc nấu lên bôi vào trĩ, còn bã hành đắp vào đến lúc cảm thấy trĩ lạnh toát thì thôi,

+ Trị chứng chảy máu cam:

Dùng lá hành 50g giã nát vắt lấy nước, cho thêm một ít rượu trộn đều sau đó nhỏ vào mũi mỗi lần 2-3 giọt.

+ Trị chứng đau đầu do phát nhiệt:

Dùng 100 g hành lấy cả rễ nấu với cháo gạo khi cháo chín cho thêm một ít giấm rồi ăn nóng cho toát mồ hôi giải nhiệt.

+ Trị trẻ em hói đầu:

Đun nước lá hành rửa, sau đó lấy củ hành giã nát nhỏ, cho thêm một ít mật ong trộn đều bôi lên chỗ hói.

Lưu ý:

Những người bị suy yếu và hay đổ mồ hôi không nên dùng hành.

- Hành không ăn cùng với các loại sau: Thịt chó, thịt chim trĩ, thịt cá chép, táo và mật (dễ gây ngộ độc).

CÂY HẸ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây hẹ có vị tính cay, hơi chua, ôn và không độc, có công hiệu làm cho khí huyết lưu thông, giải độc, trị tức ngực, trị ung thư thực quản, buồn nôn, thổ huyết, chảy máu cam, đái ra máu, té ngã bị tổn thương, bị côn trùng độc cắn, bọ cạp cắn...

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng dương suy, thận lạnh làm đau ngang thắt lưng và lạnh hoặc chứng di tinh:

Lá hẹ 150g, thịt quả hồ đào 30g (bỏ vỏ) cùng với dầu mè (vừng) xào chín, mỗi ngày ăn 1 lần, ăn liền trong 1 tháng.

+ Trị chứng thổ huyết hoặc nôn ra máu, đổ máu cam, máu chảy dầm dề hoặc đái ra máu:

Lấy 1 kg hẹ giã vắt lấy nước, 0,5 kg sinh địa thái lát nhỏ ngâm vào trong nước hẹ sau đó phơi ở ngoài nắng to. Khi sinh địa có màu đen và nước hẹ đã khô thì cho vào cối giã nát thành cao rồi viên thành từng viên to bằng hạt ngô uống ngày 4 viên vào buổi sáng và tối với canh củ cải trắng.

+ Trị chứng lỵ nhưng chỉ đi ra nước:

Lấy lá hẹ xào qua rồi đem nấu cháo ăn.

+ Trị chứng cồn cào buồn nôn:

Dùng 70g hẹ giã vắt lấy nước, 20g gừng sống giã vắt lấy nước. Lấy hai thứ nước hòa với 1 chén sữa bò tươi đem hâm nóng rồi uống.

+ Trị chứng tiêu khát:

Dùng cả cây hẹ còn non, ngày 100-200g có thể xào hoặc nấu canh nhưng không cho muối vì kỵ muối. Ăn khoảng 10 kg là đủ.

+ Trị chứng lòi rom không co lại được:

Lấy 300g đến 400g hẹ sống thái nhỏ, cho thêm giấm vào xào nóng lên. Chia làm 2 lần dùng vải hoặc khăn, bọc vào lăn lên chỗ lòi rom đến nguội thì thôi.

+ Trị đau răng:

Lấy 1 nắm rau hẹ (cả rễ) rửa sạch, giã nhuyễn rồi đắp vào chỗ răng đau.

Ngày đắp 5-6 lần, mỗi lần đắp cách nhau 2 giờ.

+ Trị chứng thối tai:

Lấy 1 nắm lá hẹ rửa kỹ, giã nát nhuyễn vắt lấy nước cốt rỏ vào tai, khoảng 3-4 lần.

+ Trị côn trùng chui vào lỗ tai:

Giã hẹ vắt lấy nước nhỏ vào tai.

+ Trị chứng viêm họng nặng:

Lấy 1 nắm lá hẹ hơ nóng đặt vào trước cổ rịt lại. Khi thấy nguội thì lại thay lá hẹ. Lặp lại vài lần

+ Chữa lên cơn hen cấp:

Lá hẹ 1 nắm sắc lên uống thì hạ cơn.

Ngoài những tác dụng chữa bệnh của lá, thân hẹ

thì rễ và hạt cũng là những vị thuốc quí.

Rễ hẹ có thể nấu nước uống:

Rễ tươi, ngày 40-80g, hoặc giã nát vắt lấy nước uống dùng ngoài thì giã nát đắp vào chỗ đau. Có công hiệu trị chứng tức ngực, ăn không tiêu gây trướng bụng thổ huyết, chảy máu cam,di tinh và tiêu tan những nơi bầm máu.

Hạt hẹ:

Thu hoạch vào mùa thu khi quả (trái) chín hái phơi khô và vò cho hạt rụng ra. Hạt hẹ có vị cay, ngọt, tính ấm có thể dùng sống hoặc sao lên dùng. Liều lượng dùng 4-10g nấu nước uống trong ngày hoặc tán bột viên thành viên uống. Hạt hẹ có công hiệu rất tốt cho việc chữa bệnh của đàn ông.

Lưu ý:

- Người âm suy, bốc hỏa không nên dùng hẹ.
- Không nên dùng hẹ vào mùa nóng.
- Hẹ rất kỵ với thịt trâu, mật ong.

CÂY TÍA TÔ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Lá tía tô vị cay, tính ấm có tác dụng hạ khí, tiêu đờm dùng chữa cảm cúm không ra mồ hôi và ho tức ngực nôn đầy. Hạt tía tô dùng chữa các bệnh ho, suyễn, táo bón và mộng tinh.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng cảm cúm, ho nặng:

Bị chứng cảm cúm nhưng mồ hôi không ra lại ho đến tức ngực thì nấu cháo múc ra 1 bát còn nóng nguyên rồi trộn đều vào 10-12 gam tía tô đã rửa sạch thái nhỏ cho người bệnh ăn, sau đó trùm kín chăn cho toát mồ hôi ra.

Lấy 20 gam lá tía tô tươi rửa sạch, giã thật nát cho thêm nước sôi vào rồi chắt gạn lấy khoảng 100 ml nước trong uống.

+ Trị chứng đầy bụng bí tiểu:

Lấy khoảng 2kg cả cây (cành, lá, hoa, hạt) cho vào nấu sôi xông vào phần bụng dưới (thấy nguội thì đổ thêm nước sôi) sau đó dùng vải bọc muối rang nóng chườm vào những chỗ trương cứng và rốn thì sẽ thông tiểu ngay, đầy trướng cũng xẹp dần xuống.

- Nếu thấy tự nhiên bụng đầy trướng rất đau (đau

quặn) thì lấy khoảng 1 nắm lá tía tô giã nát rồi gạn lấy nước hòa thêm vào 1 ít muối uống hết 1 lần. Nếu thấy bị nôn và đi tiêu chảy là hết đau trướng.

+ Trị chứng táo bón:

Người già và người suy yếu mà bị chứng táo bón thì lấy hạt tía tô và hạt hẹ, mỗi thứ khoảng 15g, cho cả hai thứ và giã nhỏ chế vào thêm 1 bát (ăn cơm) nước khuấy đều lên rồi chắt lọc lấy nước cốt nấu cháo ăn.

+ Trị các chứng thổ huyết:

Dùng lá tía tô và hạt hẹ, mỗi thứ khoảng 15g cho cả hai thứ đó vào giã nhỏ chế vào thêm 1 bát (ăn cơm) nước khuấy đều rồi chắt lọc lấy nước cô thành cao. Lấy đậu đỏ sao chín, tán thành bột mịn rồi trộn thật đều với cao, viên nhỏ như hạt ngô. Uống thường xuyên mỗi ngày khoảng 20-40 viên.

+ Trị chứng hen suyễn:

Người bị hen suyễn do bị yếu phổi (chủ yếu thấy ở người già) thì lấy khoảng 50 gam hạt tía tô, sao qua, tán thành bột mịn rồi đổ nước vào gạn lấy nước cốt (1 bát nước) đem nấu cháo với gạo tẻ ăn vào lúc đói.

+ Trị chứng dương vật bị lở:

Trẻ nhỏ bị sưng lở dương vật nước mủ chảy ra thì phải lấy 1 nắm lá tía tô rửa bằng nước muối rồi giã nát nhuyễn đắp rịt vào chỗ đau.

Lưu ý:

Không ăn cá chép và tía tô, dễ bị sinh độc thành mụn nhọt.

CÂY MÃ TIỀN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hạt mã tiền vị đắng tính lạnh có độc. Có tác dụng mạnh tì vị, mạnh gân cốt, trừ phong tê thấp.

Hạt mã tiền sau khi chế biến chỉ dùng tối đa cho người lớn là không quá 1g trong 1 ngày, chuyên trị chứng nhức mỏi chân tay, đau dây thần kinh, thiếu máu.

Có thể bào chế hạt mã tiền như sau:

- Cho hạt mã tiền vào chảo cát nóng rang như rang ngô cho cháy hết lông, khi nứt vỏ thì lấy ra sàng bỏ cát và vỏ, mầm. Tán thành bột và cất kín.

Lưu ý:

Phụ nữ có thai, người già yếu và trẻ nhỏ dưới 4 tuổi không được dùng.

CÂY HẠT TIÊU (HỒ TIÊU)

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Tiêu sọ chuyên trị thổ tả, trừ hàn thấp và diệt khuẩn. Tiêu đen làm ấm bụng tăng sức nóng ở bên trong vừa làm tan khí lạnh ở bên ngoài, chữa cảm hàn vừa làm toát mồ hôi.

Hạt tiêu có vị cay, đắng, nóng và nhiệt có độc nhẹ tác dụng vào 4 kinh: Tì, vị, phế và đại tràng. Khi ăn có ảnh hưởng nhẹ tới huyết áp và tim đập mạnh hơn nhưng chỉ sau ít phút là trở lại bình thường. Công hiệu chữa trị chính của hạt tiêu là: ôn trung; hạ khí, trị cảm hàn, tiêu đờm, giải độc, trị đầy bụng, trị buồn nôn ói mửa, chứng lạnh bụng, ỉa chảy, lị do hàn, giải độc thức ăn, chữa sâu răng, đau răng, trúng hàn, đau vùng tim suyễn, sát trùng... Liều dùng thường là 1 - 3g.

Hạt tiêu chỉ dùng với liều lượng vừa phải dùng nhiều quá hại phổi, ăn hạt tiêu quá nhiều sẽ độc cho ngũ tạng, mờ mắt, đau trĩ và phát mụn nhọt. Nếu bị những hiện tượng trên thì nấu đỗ (đậu) xanh ăn để giải độc.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị đau dạ dày:

- Hạt tiêu sọ: 7 hạt
- Táo tầu (thuốc bắc) bỏ hạt: 7 quả.

Mỗi quả táo tầu bỏ một hạt tiêu buộc lại rồi đem chưng cách thủy 7 lần. Sau đó nghiền nát tất cả, viên lại từng viên bằng hạt đỗ xanh. Uống ngày 7 - 10 viên với nước đun sôi để ấm. Nếu thấy đói và nóng dạ dày thì nấu cháo ăn.

+ Trị viêm thận:

- Hạt tiêu: 7 hạt
- Trứng gà: 1 quả

Trứng gà chọc thủng 1 lỗ nhỏ ở đầu rồi nhét hạt tiêu vào, bịt kín lỗ thủng bằng bột mì. Bọc toàn bộ quả trứng bằng 1 tờ giấy ướt rồi đun cách thủy, khi chín thì lấy ra ăn. Cứ 3 ngày ăn một đợt, mỗi đợt ăn liên tục 10 ngày, trẻ em ăn 1 quả 1 ngày, người lớn thì ăn 2 quả một ngày. Ăn khoảng 2 - 3 đợt thì cho kết quả tốt.

+ Trị chứng đau ngực (đau phía dưới tim):

- Hạt tiêu: 49 hạt.
- Sữa bò tươi nguyên chất: 10g.

Cho hạt tiêu vào sữa nghiền đều. Cho 1 miếng gừng tươi với đàn ông, phụ nữ thêm 1 miếng đương qui hòa với rượu để uống.

+ Trị chứng bị lạnh bụng gây nên nôn mửa:

- Hạt tiêu: 12g.
- Rượu 40°: 1 lít.

Ngâm hạt tiêu trong rượu và uống hai lần trong ngày trước bữa ăn (l chén nhỏ).

+ Chữa bệnh thổ tả:

- Hạt tiêu: 49 hạt.
- Hạt đậu xanh: 150 hạt.

Đem 2 loại hạt nghiền thành bột rồi trộn đều, uống cùng với canh đu đủ mỗi lần khoảng 3g.

+ Chữa bệnh buồn nôn không ăn được:

- Bán hạ (củ bán hạ): 10 lát.
- Hạt tiêu: bằng trọng lượng 10 lát bán hạ.

Hai loại trên đem nghiền bột trộn đều, đem hòa lẫn với nước gừng (gừng tươi giã nát), cho một ít nước sôi nguội vào và vắt lấy nước. Viên lại thành từng viên to bằng hạt đậu nành. Uống cùng với nước gừng tươi loãng ngày từ 20 - 30 viên.

+ Chữa bệnh buồn nôn và nôn nhiều ngày không dứt:

- Hạt tiêu bột: 1g.
- Gừng tươi: 30g.

Gừng thái thành từng lát sấy khô nghiền thành bột trộn đều với bột hạt tiêu. Cho 200ml nước vào sắc còn 100ml uống làm 3 lần trong ngày.

+ Trị sốt rét - sốt 1 ngày hoặc cách nhật:

Hạt tiêu nghiền bột và xác ve sầu sấy khô nghiền bột cho vào 2 lọ nhỏ (mỗi lọ đựng 1 loại) để dùng dần. Khi dùng lấy mỗi thứ khoảng 2 - 3g trộn đều gói vào tờ giấy kín. Sau khoảng thời gian 2 - 4 giờ thì bóc ra uống với nước đun sôi để nguội (ấm).

+ Trị thiếu can xi gây co rút:

- Hạt tiêu sọ: 20 hạt
- Vỏ trứng gà: 2 vỏ

Hai thứ trên đem sấy vàng nghiền thành bột.

Với liều lượng trên thì uống trong khoảng 2 tuần (chia đều) .

+ Trị trùng độc cắn:

Hạt tiêu nghiền thành bột, đắp bó vào chỗ bị cắn

+ Đau răng, sâu răng:

Hạt tiêu nghiền bột xát vào chân răng.

+ Chữa tê thấp:

Có thể dùng hạt tiêu đen, phèn chua, hồi, ngâm vào trong rượu dùng để xoa bóp chữa tê thấp.

CÂY Ô RÔ (Ô RÔ NƯỚC)

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Rễ ô rô có vị mặn, hơi đắng, tính hàn, có tác dụng lợi tiểu, tiêu viêm, long đờm. Toàn cây có vị hơi mặn, tính mát, có tác dụng làm tan máu ứ, tiêu sưng, giảm đau, tan đờm, hạ khí.

Toàn cây thường dùng làm thuốc hưng phấn, trị đau lưng nhức mỏi, tê bại, hen suyễn, ho đờm.

Rễ và lá ô rô dùng trị thủy thũng, đái buốt, đái rắt, thấp khớp. Đọt non ô rô phối hợp với rễ hoặc lá quao trị đau gan. Rễ ô rô được dùng để trị viêm gan, gan lách sưng to, hen suyễn, đau dạ dày.

Liều dùng 30 - 60g ngày. Nếu phối hợp với thuốc khác thì dùng ít hơn.

+ Làm mát gan, an thần, kích thích tiêu hóa:

Với liều lượng như sau:

Lá cách 6 - 8g, vông nem 8 - 12g, quao nước 8 - 12g, ô rô nước 20 - 30g, sắc với 750ml nước còn 200ml chia làm 2 lần uống trong ngày, trước bữa ăn 1-2 giờ. Mỗi đợt điều trị trong 30 ngày.

CÂY MỨC HOA TRẮNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Ngoài việc khai thác lấy gỗ cây mức hoa trắng còn sử dụng làm thuốc chữa lỵ amíp, tiêu chảy rất tốt.

Thuốc chữa kiết lỵ là phần vỏ của cây, thu hái vỏ vào mùa đông - xuân khi cây đã rụng hết lá. Cạo sạch vỏ ngoài phơi khô, mặt ngoài vỏ màu nâu đỏ mặt trong màu vàng hoặc nâu nhạt. Vỏ cây có vị đắng nhiều và không mùi thì tốt.

Khi dùng thái nhỏ vỏ thành những lát mỏng, sao khô giòn và thơm, tán thành bột mịn, mỗi ngày dùng từ 8 - 10g chia làm 2 - 3 lần. Nếu ở dạng cao thì uống ngày 10g.

- *Cách nấu cao hoa mức trắng*: Lấy 100g vỏ phơi khô, thái nhỏ nấu với 3 phần nước trong khoảng 5 - 6 giờ sau đó chắt lấy nước, bã còn lại thêm nước vào và tiếp tục đun. Lấy khoảng 3 lần nước như thế thì vắt kiệt nước, bỏ bã. Tập trung nước chiết lại cô đến khi thành cao mềm (10g) là được. Cao có màu nâu sẫm, vị đắng, mùi thơm.

- *Vỏ rễ cây hoa mức trắng cũng dùng để chữa kiết lỵ rất tốt*:

Bài thuốc:

- Vỏ rễ mức hoa trắng: 20 gam nấu thành cao.
- Hạt khổ sâm: 20g, sao vàng, tán bột.
- Gỗ cây vông nem: 10g đốt tồn tính.
- Vỏ quả măng cụt: 10g nướng, tán bột.

Tất cả trộn đều cho thêm bột nếp rồi xát trên rây thưa thành cốm. Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần từ 2 - 4g.

Lưu ý:

Khi dùng thuốc có vỏ cây hoặc rễ cây hoa mức trắng nếu thấy hiện tượng khó chịu nhức đầu cần phải uống thêm vitamin B1 và C hoặc ngưng dùng thuốc và hỏi bác sĩ chuyên khoa.

CÂY CÁCH

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cách có vị ngọt đắng, tính mát, tác dụng trợ tỳ mát gan, sáng mắt, tiêu độc, lợi tiểu. Rễ cây cách có tác dụng thông kinh mạch, tán ứ kết, trừ tê bại, lợi tiêu hóa.

Cây cách được dùng để trị phù do gan, xơ gan và trị lỵ. Còn được dùng để trị thấp khớp và làm lợi sữa, ở một số nơi, người ta dùng trị đau dây thần kinh, rễ dùng chữa di chứng xuất huyết não. Ngoài ra còn dùng trị đau gan, đau dạ dày và làm thuốc hạ sốt.

Liều dùng 8 - 12g lá, đọt cây phơi sấy khô hoặc sao vàng, rễ dùng 6 - 8g.

CÂY Ô DƯỚC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Ngoài việc khai thác lấy gỗ thì vỏ cây được sử dụng làm thuốc. Lấy ở những cây to có vỏ dày, thu hái vào mùa hạ, mùa thu. Đem vỏ cây phơi khô, có mặt ngoài màu nâu, có chấm nhỏ, chất cứng giòn, dễ bẻ gãy, mặt cắt có màu nâu vàng và mùi thơm nhẹ của quế, vị đắng hơi ngọt và cay, có tính ấm, tác dụng tán phong hàn, làm nóng, giảm đau chữa cảm, sốt, ngực bụng lạnh đau, khó tiêu, phù thũng, nôn mửa... Mỗi ngày dùng từ 10 - 12g được liệu phơi khô dưới dạng thuốc bột hoặc thuốc sắc uống.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa bệnh phù thũng trong bệnh viêm thận mãn:

- Ô dược: 20g
- Đậu đen: 20g.
- Hạt sen: 12g
- Ý dĩ: 12g.
- Mạch nha: 12g.
- Trần bì: 8g.
- Gừng nướng: 4g.

- Hoài Sơn: 20g.

Ô dước thái mỏng hãm vào nước sôi 10 phút rồi đổ thêm nước và cho các vị khác vào sắc uống 2 lần trong ngày.

+ Chữa cảm sốt cao, háo nước, ra nhiều mồ hôi:

- Ô dước: 20g.
- Hương nhu: 20g.
- Sâm bố chính: 20g.
- Đậu ván trắng: 20g.
- Quả dành dành: 12g.
- Mạch môn: 10g.
- Ngũ vị tư: 6g.

Tất cả các vị thái nhỏ phơi khô sắc với 400ml nước còn 100ml uống làm 2 lần trong ngày.

Lưu ý:

Phụ nữ có thai không dùng ô dước

CÂY Ô DƯỢC

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Bộ phận dùng làm thuốc chủ yếu là rễ, thu hái quanh năm nhưng tốt nhất là mùa đông khi phơi khô rễ có hình thoi; hơi cong. Mặt ngoài có màu nâu nhạt, có nếp nhăn dọc, mặt trong có màu trắng vàng. Mùi thơm, có vị cay đắng hơi ngọt. Ngoài tác dụng như cây ô dước; rễ và vỏ cây ô dược còn có tác dụng làm thuốc lợi tiểu, điều kinh, tẩy giun và diệt khuẩn. Dầu ép từ quả ô dược bôi vết loét vết thương, ghẻ, mụn, mủ.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Chữa viêm ruột kết:

- Ô dược: 12g.
- Hậu phác: 12g.
- Hạt cau: 12g.
- Chỉ thực: 12g.
- Muồng trâu: 16g.

Các vị thái nhỏ, phơi khô sắc uống trong ngày.

+ Chữa đau lưng, đau khớp:

- Ô dược: 12g.
- Trạch đả: 12g.
- Thương truật: 12g.

- Hoàng lá: 12g.
- Đương quy: 12g.
- Đậu đen: 12g.
- Mộc qua: 8g.
- Ngưu tất: 8g.
- Gừng: 6g.
- Hạt cau: 6g.

Tất cả phơi khô sắc uống trong ngày.

Lưu ý:

Phụ nữ có thai không dùng ô dược.

CÂY VÔNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Vông có vị đắng, tính bình, có tác dụng an thần, chữa mất ngủ do lo âu, hồi hộp. Liều dùng 8 - 16g lá khô sắc uống hoặc nấu canh. Thường phối hợp với lạc tiên (lồng đèn, nhãn lồng), lá dâu... Bột lá vông đã rửa sạch với thuốc tím khi rắc lên vết thương sẽ chống nhiễm khuẩn và mau lành. Người ta dùng vỏ cây vông chữa phong thấp, lưng gối đau nhức, ngày dùng 5 - 10g sắc, nấu cao hoặc ngâm rượu uống.

CÂY QUAO (QUAO NƯỚC)

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Thường dùng vỏ cây, rễ và lá sao qua, sắc nước uống hoặc nấu cao. Liều dùng 6 - 12g/ngày.

Vỏ và lá quao dùng làm thuốc nhuận gan, lá trị hen suyễn, vỏ rễ làm thuốc tiêu độc. Rễ và lá quao nước phối hợp với rễ hoặc cây ô rô làm thuốc giải độc, nhuận gan. Còn được dùng cho phụ nữ sau khi sinh để tăng cường sức khỏe, kích thích tiêu hóa. Phối hợp với ích mẫu, ngải cứu, cỏ gấu, hương phụ, muống hòe để điều kinh, lợi sữa.

CÂY ĐỖ RĨ

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Đỗ rĩ vị ngọt, tính hơi hàn có tác dụng trừ phong thấp, nhiệt, trị co quắp, trị tiêu chảy lâu ngày, viêm đại tràng và trị tả lỵ.

MỘT SỐ BÀI THUỐC ỨNG DỤNG:

+ Trị chứng phế ung:

Khi bị ho khạc ra đờm có mùi tanh hôi, người mệt mỏi thì lấy 3 vốc hạt đỗ rĩ giã nát cho vào siêu sắc với 300ml nước còn 100ml thì pha thêm một ít rượu chia làm 2 lần uống trong ngày. Uống trong mấy ngày liền.

+ Trị đau tức ở thượng vị:

Lấy rễ cây đỗ rĩ rửa sạch đặc lấy khoảng 300ml nước sắc. Uống cho hết.

+ Trị vàng da:

Nếu bị chứng vàng da do nhiệt độc kết bền trong mà phát ra thì lấy rễ đỗ rĩ rửa sạch sắc uống thay nước.

+ Trị chứng tiểu buốt, khó:

Nếu thấy chỗ bàng quang trương nhức, đi tiểu khó rất đau buốt, có khi lẫn những mảnh sỏi nhỏ

trong nước thì lấy một vốc hạt đỗ rĩ hoặc một nắm lá sắc hơi đặc uống nóng (mùa hè uống nguội). Uống tới khi đi tiểu dễ dàng thì ngưng.

+ Trị giun sán:

Lấy khoảng 1 kg (1000g) thân cây đỗ rĩ sắc với 1 lít nước còn 400ml uống.

+ Trị chứng trẻ bị chảy dãi:

Lấy 1 nắm đỗ rĩ và nửa nắm lá húng cay (bạc hà) cho vào siêu đổ một bát nước vào sắc còn 1 chén cho trẻ uống liên tục trong ngày.

CÂY HÀ THỦ Ô ĐỎ - HÀ THỦ Ô TRẮNG

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Hà thủ ô (đỏ và trắng) làm thuốc bổ máu, trị suy nhược thần kinh, phong thấp tê bại, lưng đau gối mỏi, nam di tinh, nữ bạch đới, ỉa ra máu, tóc bạc hay rụng.

Ngày dùng 12 - 20g sắc, tán bột hoặc ngâm rượu uống.

Khi uống, kiêng ăn hành và nếu là người hay bị táo bón cũng không nên dùng.

Cách chế biến Hà thủ ô:

Có thể chế biến theo một trong hai cách sau:

- Đào về rửa sạch, cạo vỏ ngoài (dùng dao tre để cạo) đập bỏ lõi, ngâm nước vo gạo 1 đêm, phơi khô hoặc đem chế biến tiếp bằng cách rửa sạch, đổ nước đậu đen cho ngập (100g đậu nấu với 2 lít nước cho nhừ, dùng để chế lkg Hà thủ ô) nấu cho đến gần cạn, đảo đều, lấy ra thái mỏng phơi khô. Nếu nước trong nồi đang còn thì đem tẩm lên thuốc.

- Ngâm nước vo gạo 3 ngày đêm, mỗi ngày thay nước 1 lần, cạo bỏ vỏ Hà thủ ô, lấy đậu đen đãi sạch rồi xếp vào nồi để đồ, cứ một lớp thuốc một lớp đậu, đồ đến khi thử thấy hạt đậu chín nhừ là được bỏ đậu lấy thuốc ra phơi. Nếu làm được như thế 9 lần (cửu chương cửu sái) thì rất tốt! Nhưng trên thực tế, kinh

nghiệm cho thấy chỉ cần làm 1-2 lần cũng đạt kết quả.

CÂY CỨT LỢN

CÔNG HIỆU CHỮA TRỊ:

Cây cứt lợn vị đắng tính mát, bổ huyết, hoạt huyết, trừ thấp. Thường được dùng làm thuốc trừ phong thấp, tê bại nửa người, đau lưng mỏi gối, kinh nguyệt không đều, lở ngứa mụn nhọt.

Ngày dùng 12 - 16g sắc hoặc tán bột, ngâm rượu uống.

Để chế biến dùng lâu dài thì chọn cả cây trừ rễ, thu hái khi hoa sắp nở, chặt ngắn 2 - 3cm phơi khô.

Trong điều kiện lý tưởng, 1 kg dược liệu cũng được hong tẩm 9 lần, nhưng 3 lần đầu tẩm với rượu, 3 lần sau tẩm với mật, 3 lần cuối tẩm với nước gừng. Thường thì chỉ cần làm 3 lần với 3 nguyên liệu tẩm cũng tốt (tỉ lệ chất đem tẩm bằng 20% trọng lượng dược liệu, mật thì hòa với nước cho vừa loãng, gừng thì giã nát vắt lấy nước).

PHỤ LỤC

MỘT SỐ BÀI THUỐC HAY CHỮA BỆNH THƯỜNG GẶP TỪ CÂY THUỐC NAM

+ Trị hắc lào (lác):

Dùng một trong những bài sau:

- Quả chuối tiêu xanh xắt thành từng miếng, cạo bật máu chỗ ngứa rồi xát lên để cho khô.

- Lá muống trâu 1 nắm giã với 2g muối rồi vắt vào nửa quả chanh. Vắt lấy nước bôi lên chỗ ngứa đã được rửa sạch bằng xà phòng.

- Hạt muồng (thảo quyết minh) 100g, khế chua 2 quả, trầu không 10 lá, tất cả cho vào cối giã thật nhuyễn nhừ, bọc vào vải màn xát nhiều lần.

Hàng ngày đốt mảnh gáo dừa cho chảy nhựa rồi lấy nhựa đó để bôi.

- Lá ô môi 1 nắm, giã với ít hạt muối rồi đem xát lên chỗ ngứa.

+ Trị mề đay (mày đay):

Dùng một trong những bài sau:

- Lá khế chua hơ lên than cho héo rồi chà xát chỗ ngứa nhiều lần.

- Bèo cái (còn gọi là bèo tía, bèo ván, bèo tai tượng) 100g, lá muống trâu 20g, đổ 2 bát nước (600ml) sắc còn 1 bát (300ml) chia uống làm 2 lần trong ngày, uống nóng.

- Cành và lá mẫu đơn trắng 30g, nấu nước uống hàng ngày.

+ Trị lang ben:

Dùng một trong những bài sau:

- Quả chuối tiêu xanh xắt lát, xát lên chỗ lang ben đã rửa sạch, ngày 2 - 3 lần.

- Sớm dậy ra vườn lấy nước sương đọng trên màng nhện mà xát vào chỗ có lang ben, chà xát hàng ngày trong 1 tuần liền.

- Bèo cái tía phơi khô 100g, đậu đen 50g. Bèo phơi khô sao qua, tán nhỏ, luyện với hồ làm viên, sấy khô, cất kín. Đậu đen sao thơm ngâm với rượu tốt 1 ngày đêm thì bỏ đậu, chỉ lấy rượu để uống với thuốc. Thuốc uống trong 8 ngày, mỗi ngày 1 lần vào buổi tối.

+ Trị trứng cá, tàn nhang:

Dùng một trong những bài sau:

- Bèo tấm giã nát, sáng và tối bôi vào để cho khô mới lau.

- Hạt bồ kết 1 chén nhỏ, hạnh nhân 40g, hai thứ tán mịn. Gần đi ngủ thì lấy 1 muỗng nhỏ bột đó hòa với nước cho hơi sền sệt rồi bôi lên mặt, sáng hôm sau dậy rửa.

- Hạt bìm bìm 1 chén nhỏ tán mịn hòa với phấn bôi lên mặt trước khi đi ngủ, sáng dậy rửa.

+ Trị mụn cơm (còn gọi là mụt cóc):

Dùng một trong những bài sau:

- Quả chanh cắt đôi, rắc lên ít hạt muối rồi chà xát mãi vào chỗ mụt cóc, ngày làm 3 - 4 lần.

- Rau răm giã nhỏ với ít hạt muối chà xát như trên.

- Nhựa đu đủ xanh bôi nhiều lần lên chỗ có mụt. Bài này còn dùng cho chứng chai chân.

+ Mặt đen xám:

Dùng một số bài thuốc sau:

- Bí xanh (bí đao) 1 quả, dùng dao tre cạo vỏ, xắt ra thành miếng mỏng, nấu với khoảng 1,5l rượu và 1lít nước, nấu chín kỹ lọc bỏ bã, sắc thành cao đựng vào bình, đêm ngủ thì bôi vào mặt, sáng dậy rửa sạch. Cứ làm như vậy đến khi hết thuốc.

- Xương ống chân dê tán nhỏ hòa với lòng trắng trứng gà, tối đi ngủ thì bôi, sáng dậy rửa sạch bằng nước vo gạo, bôi 3 ngày liền.

+ Trị mụn ở mặt:

Dùng một trong những bài thuốc sau:

- Hàng ngày dùng rau sam sắc đặc uống, bã thì xoa lên mặt.

- Bèo tía vặt bỏ rễ, rửa sạch, sắc đặc uống, bã đắp lên chỗ mụn.

- Bèo tía 150g, phòng kỷ 40g (mua ở hiệu thuốc) sắc nước đặc để rửa, bên ngoài thì dùng bèo giã nát chà lên chỗ có mụn, ngày 4 - 5 lần.

+ Mặt có sẹo:

Sau khi lành mụn hoặc lành vết thương (nếu có xây xát gây thương thích) muốn khỏi sẹo thì dùng một trong những cách sau:

- Nghệ tươi giã nhỏ xát lên chỗ có sẹo vào buổi tối, sáng dậy rửa sạch, từ 5 - 7 ngày liền.

- Hàng ngày lấy vỏ cam (hoặc chanh, quýt) nặn tinh dầu the lên chỗ có sẹo, đợi khô lại nặn tiếp. Dùng 1 lạng bạch tật lê và 1 lạng son chi tử, hai thứ tán nhỏ hòa với giấm, tối bôi, sáng rửa.

+ Trị rụng tóc:

Dùng một trong những cách sau:

- Lấy ống nứa nhỏ vát nhọn một đầu, cắm vào thân cây chuối tiêu dốc xuống cho nước chảy vào chai hứng sẵn, đem gội đầu liên tục 3 ngày liền.

- Hàng ngày dùng lá cỏ mực đun sôi để nguội đem gội.

- Hàng ngày nấu nước lá dâu và lá trắc bá diệp cho sôi kỹ, gội 5 - 7 ngày liền.

+ Trị bạc tóc:

- *Thuốc bôi ngoài:*

+ Quả dâu 1 bát để cho chín đen, cho vào thẩu (keo) đậy kín phơi nắng cho đến khi chảy nước, dùng nước ấy bôi vào chân những sợi tóc bạc mới nhổ.

+ Lá dâu tằm và lá mè (vừng) hai thứ bằng nhau, nấu với nước vo gạo nếp, để nguội gội đầu hàng ngày.

- *Thuốc uống trong:*

Nếu dùng ngoài không đỡ thì phải kết hợp cả

uống trong: đậu đen 1 kg, hà thủ ô (đỏ hoặc trắng đều được) 1 kg, đường trắng 0,5g nấu cao đóng vào chai cất kín. Mỗi lần uống 2 thìa canh vào buổi tối.

+ Trị lẹo mắt:

Dùng một trong những cách sau:

- Lấy cơm nóng gói vào một miếng vải rồi áp lên mắt lẹo, khi nguội lại thay, ngày 2 - 3 lần.

- Lấy đũa bếp (đũa cả) hơ nóng áp lên nhiều lần như bài trên.

+ Trị đỏ mắt:

Khi mới bị bệnh, nên dùng một trong những bài sau:

- Lá dành dành 1 nắm rửa sạch, giã nát, buổi tối đắp lên mắt.

- Lá mã đề nấu canh với cá diếc ăn hàng ngày.

Hạt muồng (thảo quyết minh) rang hết nổ, nấu nước uống thay nước chè.

+ Trị ong đốt:

- Hòa nước muối hoặc lấy vôi ăn trầu bôi lên chỗ bị đốt.

- Củ ráy ngứa xắt lát, xát lên vết đau.

- Bẻ măng tre (ở cành cũng được) xát liền vào vết thương.

- Dùng vôi ăn trầu xát lên chỗ đau.

+ Trị bị giời leo:

- Bột gạo sống hòa nước cơm dùng để bôi, khi nào khô lại lấy khăn tẩm nước vo gạo đắp lên.

- Đậu xanh 1 nắm giã nhỏ trộn với nước vo gạo,

đắp như bài trên.

+ Trị bọ nẹt hoặc sâu róm đụng phải:

- Lấy tóc rối xát kỹ vào vết thương hoặc lấy 1 nắm xôi mà lăn cho dính hết lông sâu vào xôi, sẽ hết ngứa.

- Bắt con bọ nẹt giết lấy ruột bôi vào chỗ bị ngứa.

- Vò lá rau má tươi xát lên chỗ ngứa.

+ Trị nốt ruồi:

Sắc nước hạt ngò (hạt mùi, hồ tuy tử) cho kỹ mà rửa nhiều lần trong nhiều ngày.

+ Chữa hôi miệng:

Nấu nước lá hương nhu ngậm xúc hàng ngày.

+ Chữa không có sữa sau khi sinh :

Có thể dùng các cách sau:

+ Lấy 1 chén gạo nếp, 1 thìa cà phê hạt mùi già (hoặc 1 nắm lá mùi) nấu với khoảng 3 bát nước thành cháo ăn trong ngày (ăn 2 lần sáng và chiều) ăn xong dùng lược thưa chải trên bầu vú từ trên xuống.

+ Sau khi sinh sữa không thông, khiến cho bầu vú bị căng đanh lại không có sữa cho trẻ bú thì lấy một vốc đậu đỏ nấu lên uống nước khi khát. (uống thay nước) thì sẽ thông sữa...

+ Lấy hạt mè rang chín với muối, giã nhỏ rồi chấm xôi hoặc cơm nếp vào ăn.

+ Phụ nữ sau khi sinh do tuyến sữa bị nghẽn tắc, sữa ứ lại khiến vú sưng to, đau nhức, nhiều khi làm mủ, vỡ loét. Lấy hạt mè (vừng) tươi nhai nát nhuyễn đắp lên, vài lần làm như thế thì sẽ khỏi.

+ Khi sinh con có sữa, sau lại cạn thì lấy 6g quả

mùi đun sôi với 100ml nước trong khoảng 15 phút rồi uống làm 2 lần trong ngày.

+ Lấy hạt mùi sắc uống hoặc nấu cháo gạo nếp với hạt mùi và ăn thường xuyên sẽ nhiều sữa.

+ Bị tắc tia sữa thì lấy 15 - 20g rau cỏ bợ khô sắc với khoảng 2,5 lít nước, còn 1 bát (bát ăn cơm) nước thuốc chia làm 2 lần uống trong ngày (cách nhau 4 giờ). Dùng vải bọc lấy bã khi còn đang nóng chườm xuôi từ phía trên vú xuống.

+ Chữa đái són sau khi sinh:

Lấy một cái dạ dày lợn và một cái bong bóng lợn rửa sạch, lấy 1 bát gạo nếp cho vào trong bong bóng rồi nhét bong bóng vào trong dạ dày lợn. Cho vào nồi đổ khoảng 2/3 nồi nước và 2 củ hành, 3 lát gừng, 1 nắm vỏ quýt, ít muối nấu chín lên ăn, rất công hiệu.

+ Chữa đại tiện lỏng sau khi sinh :

Lấy gạo nếp và muội nồi (nồi, xoong đun nấu) lượng bằng nhau, cho cả hai vào tán nhỏ rồi uống với nước cam vắt, lúc đói bụng. Mỗi lần uống khoảng 1/2 muỗng cà phê bột.

+ Chữa bị sót nhau sau khi sinh :

Có thể dùng những bài thuốc sau:

+ Lấy 1/2 kg đậu đen sao cho cháy rồi cho vào siêu sắc với khoảng 1 lít rượu, nấu còn độ 1/2 lít thì cho uống làm 3 lần sẽ ra hết nhau.

+ Lấy lá rau ngót tươi khoảng 100 gam, giã thật nát, cho vào 1 bát nước sôi để nguội rồi vắt lấy nước cốt, chia làm 2 lần uống (khoảng 10 - 20 phút uống 1

lần). Sau khoảng 30 phút nhau sẽ ra hết. Trường hợp khó thì lúc uống, lấy thêm lá rau ngót giã nhuyễn đắp vào gan bàn chân rồi băng lại.

+ Lấy 7 - 10 hạt đậu đỏ uống với nước thì nhau sẽ ra.

+ Chữa ra mồ hôi nhiều sau khi sinh:

Lấy 1 nắm to rau sam thái nhỏ, giã nát, vắt lấy nước cốt hòa vào một cốc nước lọc pha muối (loãng) uống vài lần thì khỏi.

+ Chữa đi lỵ ra máu sau khi sinh :

Lấy rau sam rửa sạch, giã nát vắt lấy đủ 1 bát nước cốt, đun sôi lên hòa với 1 chén mật ong, uống vài lần.

+ Chữa bị suy nhược sau khi sinh:

Sau khi sinh, do mất máu nhiều, cơ thể bị suy nhược choáng váng thì lấy cà rốt (2 củ) gừng tươi (l củ), gạo nếp (l lạng) thịt gà ta (l lạng). Cà rốt, gừng để nguyên vỏ rửa sạch thái thành những lát mỏng rồi cho tất cả 4 thứ vào nồi (thêm 1 bát to nước) nấu thành cháo. Khi cháo chín cho thêm ít gia vị rồi múc ra bát, xé thịt gà cho vào bát cho sản phụ ăn. Sau vài ngày là hồi phục.

+ Chữa máu dồn lên mặt ngất xỉu sau khi sinh :

Lấy kinh giới khô, giã nhỏ (tán) rồi rây lấy bột mịn. Mỗi lần uống thì hòa 7 gam vào 1 chén nước tiểu trẻ em (đồng tiện) còn nóng. Nếu sản phụ không há được hàm ra thì phải cạy hàm, đổ vào (không đổ vào mũi).

+ Chữa bị xây xẩm sau khi sinh :

Lấy củ hành trắng, mật ong, hai thứ tán nhuyễn đem đắp vào rốn.

+ Chữa bị xổ ruột sau khi sinh :

Phụ nữ khi sinh do phải rặn quá mạnh, ruột bị sổ ra không nhét vào được thì lấy ngay tờ giấy tẩm đậm vào dầu mè. Đốt giấy lên rồi thổi tắt cho khói xông vào mũi sản phụ ruột sẽ tự rút lại như cũ.

+ Chữa bị đầy bụng sau khi sinh :

Lấy 14 hạt đậu đỏ, đốt thành than, tán thành bột rồi hòa với nước đun sôi để nguội uống.

+ Chữa bị máu xâm sau khi sinh :

+ Sau khi sinh phụ nữ bị mắc chứng này, tinh thần rối loạn, miệng câm mắt nhắm. Lấy 2 nắm rau hẹ rửa sạch băm nhỏ, bỏ vào trong bình, đổ giấm đã đun sôi vào rồi lấy giấy bịt kín miệng lại. Sau đó chọc 1 lỗ nhỏ cho hơi bốc ra xông vào lỗ mũi.

+ Chữa khó sinh con

+ Lấy 7 hạt đậu đỏ cho sản phụ nuốt sống rồi uống một ít nước sôi để nguội thì sẽ dễ sinh.

+ Lấy ngay một chén nhỏ dầu mè (vừng) một chén nhỏ mật ong sắc còn lại 1 chén thì cho uống làm 2 lần sẽ sinh dễ.

+ Nếu gặp trường hợp nước ối cạn, khó sinh rất nguy hiểm, lấy 1 bát dầu mè (vừng) 1 bát mật ong bỏ vào trong một cái nồi đồng nấu cho sôi. Đợi sôi trào 2 - 3 lần rồi hớt bọt bỏ đi. Trộn thêm vào khoảng 1 lạng hoạt thạch uống lúc thuốc còn nóng. Bên ngoài thì lấy

dầu và mật xát vào bụng trên vì bụng dưới sẽ dễ sinh nguy. Thuốc này vừa giúp hoạt thai vừa lợi huyết.

+ Gặp trường hợp khó đẻ, đẻ ngược thì lấy 15g hạt mã đề, bỏ vỏ ngoài, sao qua, tán thành bột rồi hòa với rượu (1/2 chén) hoặc nước đun sôi để nguội, uống vào sẽ dễ sinh.

+ Chữa chứng tiêu chảy không ngừng khi có thai :

Lấy một bát gạo tẻ lâu năm sao vàng tán nhỏ, mỗi lần uống khoảng 8 - 10 gam hòa với nước cơm (ngày uống 1 - 2 lần).

+ Chữa đau bụng, bí đại tiện khi có thai:

Rau má, rau sam (mỗi loại 1 nắm) hái khi sáng sớm còn sương rồi rửa sạch, trộn lẫn giã thật nát, vắt lấy nước cốt hòa với nước đun sôi để nguội (hoặc nước mưa lưu niên) uống mỗi ngày 1 - 2 lần.

+ Chữa bị động thai:

Có thể dùng một trong những phương thuốc sau:

- Khi phụ nữ đang mang thai lại bị động thai, thai trồi lên làm cho người mẹ bị nôn oẹ dữ dội thì lấy cành tía tô và sắn dây mỗi thứ 12g sắc chung lấy nước uống.

- Lấy một nắm lá hoa huyên phơi khô tự nhiên, 2 khúc cá chép tươi, nấu thành canh ăn cả nước lẫn cái. ăn liên tục 2 – 3 ngày. Nếu thấy đau bụng động thai thì lấy 1 nắm tầm gửi dâu, với 1 nắm ngải cứu cho vào 2 bát nước (ăn cơm) sắc còn gần 1 bát thì gạn lấy nước uống.

+ Chữa sốt cao khi có thai :

Khi mang thai 6 - 7 tháng bị sốt cao, người xanh xao thiếu máu thì lấy khoảng 100g hành cho vào đun sôi lên với 3 lít nước. Để nước ấm thì uống và ăn hành cho toát mồ hôi. Vẫn tiếp tục ăn uống bồi dưỡng bình thường.

+ Chữa bị nhức đầu, bụng cồn cào khi có thai :

Nấu cháo đậu xanh ăn với đường hoặc nhai sống, nuốt nước, rất công hiệu.

+ Chữa bị đái rắt khi có thai :

Khi phụ nữ có thai bị lậu nhiệt đái rắt thì lấy hạt mã đề (2 phần), hạt vông vang (1 phần) tán nhỏ, sắc lấy nước uống, uống đến khi đi tiểu dễ dàng thì thôi. Nếu không có hạt thì lấy rễ sắc cũng được (khi dùng liều này (mã đề) nên cẩn thận, dùng ít một).

Lưu ý:

Khi đang có thai dùng thuốc hết sức cẩn thận, liều lượng từ từ.

+ Chữa thai chết không ra:

Phụ nữ có thai chưa đủ tháng, chẳng may bị động thai đau đớn quằn quại, thai nhi bị chết trong bụng và người mẹ bị ngất đi rất nguy hiểm đến tính mạng thì lấy khoảng 2 - 3 kg đậu đen đem ninh (hầm) với giấm cho thật đặc rồi gạn lấy nước uống. Uống ngày 1 lần thì thai chết sẽ ra và bảo toàn tính mạng cho mẹ.

- Bị tổn thương mà thai bị chết, dùng dầu mè và mật mía (lượng bằng nhau) đổ thêm nước và nấu lên

cho sản phụ uống.

- Nếu sản phụ đang mang thai bị bệnh nặng, thai nhi bị chết bên trong bụng mẹ không ra được, lấy hạt cải (cải cay) sao qua, tán thành bột, mỗi lần uống 7 - 8g với rượu thì thai sẽ tiêu đi.

+ Phụ nữ bị bế kinh, hoặc kinh nguyệt không đều hoặc đang có kinh bị đau dằn bụng dưới:

Nấu cháo đậu xanh và gan lợn ăn.

+ Kinh nguyệt không đều hoặc bế kinh:

Lấy khoảng 1 bát (bát ăn cơm), đậu ván trắng sao vàng, tán thành bột, mỗi ngày uống khoảng 10g với nước cơm, uống 3 lần trong một ngày.

+ Kinh nguyệt bị tắc (bế kinh):

Hàng tháng tới kỳ kinh không ra được khiến bụng dưới tức, eo lưng và bắp đùi đau ê ẩm, người mệt mỏi, nóng sốt từng cơn thì lấy khoảng 2 lạng hạt cải trắng, tán nhỏ, khi bụng đói thì uống khoảng 7 - 8 gam hòa với rượu.

+ Kinh nguyệt ra tháng thì sớm, tháng thì muộn hoặc có tháng không thấy:

Lấy khoảng 30 - 40 gam lá rau dấp cá (diếp cá) còn tươi sắc với nước uống thường xuyên thì khỏi.

+ Phụ nữ thường bị đau bụng, lưng thấy mỏi ê ẩm:

Lấy vài nắm rau má lúc đang có hoa, phơi khô ở chỗ mát, tán thành bột rồi để uống vào các buổi sáng mỗi ngày. Uống pha với nước đun sôi để nguội, mỗi ngày khoảng 10 gam.

+ Mỗi khi hành kinh thấy bụng đau nhói:

Không thể chịu được, là do khí huyết bị hư trệ. Lấy 1 nắm rau hẹ cả gốc, rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt rồi hòa thêm một chén rượu uống.

+ Phụ nữ bị kinh ngược, đảo kinh:

Lấy rau hẹ giã nát, vắt được độ 1 chén nước cốt, pha vào nửa chén nước tiểu trẻ em (trẻ nam - đồng tiện) rồi chưng nóng để uống.

+ Chữa băng huyết, thổ huyết:

Có thể dùng những phương thuốc sau: .

- Hoa kinh giới đã phơi khô, 15g sắc với 200ml nước còn lại 100ml thì chia làm 2 - 3 lần uống trong ngày. Nếu hoa kinh giới sao đen cháy đi thì càng có công hiệu hơn.

- Kinh giới, gương sen, mỗi thứ khoảng 30g, sao đen, tán thành bột. Ngày uống 3 lần, mỗi lần 5g, khi bụng đang đói.

- Rau cần ta (dùng cả lá, thân, rễ) rửa sạch giã nát, vắt lấy nước cốt uống. Sau đó đặt lên giường, gối đầu cao và tránh cử động. Khi đã thấy ngừng chảy máu, thổ huyết thì tiếp tục lấy rau cần giã vắt lấy nước uống hoặc luộc tái ăn cả cái lẫn nước, ngày dùng 2 - 3 lần và ăn liền trong vài ngày.

- Khi đẻ bị ra nhiều máu: Lấy lá rau má tươi rửa sạch rồi vò nát lọc lấy nước cốt cho uống hoặc lấy củ và rễ rau má rửa sạch sao vàng rồi sắc uống.

- Hoa đậu ván trắng sấy khô, tán nhỏ, uống với nước sắc của gạo đã sao vàng. Mỗi lần uống khoảng

10g (2 thìa cà phê) vào lúc đói.

+ Âm hộ bị ngứa lở:

Lấy một nhúm hạt mè (vừng), tự mình nhai thật nhuyễn đắp vào chỗ ấy. Sau vài lần đắp thì khỏi.

+ Khi âm hộ bị lở loét:

Sắc địa cốt bì (rễ cây rau kỷ lấy vào mùa đông) ngâm rửa thường xuyên.

+ Cửa mình thấy lạnh, đau tức:

Lấy rau dền rửa sạch giã nát, vắt lấy nước thoa lên (vắt nhẹ) rồi dùng bã đắp lên, làm vài lần như thế.

+ Bị chứng lạnh cửa mình:

Lấy 200 - 300g hạt mã đề, xát bỏ vỏ ngoài, sao lên rồi tán thành bột. Ngày uống 2 lần với nước sôi để nguội, mỗi lần uống khoảng 3 - 4g.

+ Cửa mình sưng đau:

Lấy một nắm rau sam rửa sạch giã nát đắp vào vài lần thì khỏi hẳn.

+ Chứng bạch đới:

Lấy khoảng 1 bát (bát ăn cơm) đậu ván trắng sao chín, tán nhỏ, mỗi lần uống cùng với nước cơm khoảng 7 - 8g.

+ Chứng bạch đới, âm đạo ngứa và tiết ra những chất trắng lầy nhầy như mủ chuối, đau bụng dưới và ngang thắt lưng:

Lấy khoảng 600g rau bợ (cả cuống) đem phơi chỗ thoáng mát cho khô. Mỗi ngày lấy khoảng 18 - 20g sắc với 3 bát (bát ăn cơm) nước còn 1 bát thì uống

trong ngày, chia làm 3 lần mỗi lần cách nhau 3 - 4 giờ đồng hồ. Khi uống hâm lên cho nóng. Rồi lấy khoảng 40g rau bợ khô nấu một nồi nước sôi lên, đổ ra một cái chậu (thêm 1 ít nước nóng vừa) rồi ngâm và rửa kỹ cửa mình.

+ Ngứa và đau ở cửa mình:

Lấy khoảng 1 vốc to (chén uống nước) hạt mã đề nấu nước ngâm, rửa thường xuyên.

+ Sưng đau ở vú và núm vú:

Lấy một nắm rau cỏ bợ tươi, rửa sạch, giã nát rồi cho thêm một ít nước, sau đó vắt lấy nước cốt hòa vào một cốc nước đun sôi để nguội chia làm 2 lần uống trong ngày, bã còn lại thì dùng đắp lên chỗ sưng đau. Cứ như thế liên tục trong khoảng 2 - 3 ngày.

+ Vú bị sưng đau:

Lấy rễ rau huyên giã nát hòa với rượu, gạn lấy nước uống, bã đắp vào chỗ sưng đau lập tức thấy hiệu nghiệm.

+ Bầu ngực bị sưng nứt:

Dùng một nắm nhỏ lá mồng tơi rửa sạch giã thật nát nhuyễn (cho thêm một ít muối ăn) rồi đắp lên chỗ sưng nứt sau vài ba lần đắp thì sẽ khỏi.

+ Bị sưng đau ở vú:

Lấy rau má, lá bồ công anh mỗi thứ 1 nắm cho vào sắc với nửa ấm (ấm đất) nước, khi còn 1/4 thì rót ra uống khi còn ấm, bã dùng đắp vào chỗ sưng đau.

+ Phụ nữ sau khi sinh con, vú sưng to, đau

nhức có khi làm mủ vỡ loét... do tuyến sữa bị tắc nghẽn:.

Lấy hạt vừng (mè) nhai nát nhuyễn đắp lên, làm vài lần như thế.

+ Vú phụ nữ bỗng nổi lên một mụn đỏ:

Lấy 1 củ cải trắng còn nguyên lá rửa sạch, giã nát nhuyễn đắp lên.

+ Tắc sữa vú sưng đau:

Lấy 50g lá và cành nhỏ đinh lăng sắc với 2 bát nước còn 1 bát thì uống.

+ Trị đại tiện ra máu (máu lẫn nhiều trong phân):

Dùng đậu đen sao cháy rồi nấu nước uống hàng ngày để thanh nhiệt (uống thay nước).

+ Chữa sưng dịch hoàn:

Lấy một chén đậu đen và một nắm cam thảo sắc với 2 bát nước còn 1 bát thì uống (cách 1 - 2 giờ uống 1 lần) trong ngày.

+ Chữa mộng tinh:

Lấy 150 gam hạt tía tô, tán nhỏ để uống. Ngày uống 2 lần, mỗi lần khoảng 4 gam với rượu.

+ Trị đái buốt:

Lấy một nắm rau sam, rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cho thêm ít muối hòa tan rồi uống. Uống trong nhiều ngày.

+ Chữa hạ bộ bị lở ngứa:

Lấy rau sam và thanh đại (thuốc bắc) theo tỉ lệ 4 phần rau sam thì 1 phần thanh đại, cùng nghiền

thành bột trộn đều rồi đắp lên chỗ lở ngứa.

+ Chữa sưng đầu "ngọc hành":

- Đầu ngọc hành bị sưng tròn như đầu dùi trống thì lấy rau sam rửa sạch, giã nát đắp vào chỗ sưng trong khoảng 1 ngày.

- Đầu "ngọc hành" đau buốt lại bị chạy vào "bìu hạt" khiến rất đau đớn, nhức nhối thì lấy hạt mã đề, xát bỏ vỏ, tán thành bột rồi uống với nước cơm, ngày uống 1 lần khoảng 3g.

+ Chữa tinh trùng ít:

Lấy kỷ tử (quả và hạt rau kỷ) hoàng tinh, thục địa. Ba vị này liều lượng bằng nhau đem sấy khô tán thành bột, cho mật vào rồi viên lại thành viên để uống. Ngày uống khoảng 15 - 20g.

+ Chữa chứng dễ bị xuất tinh:

Lấy 15 - 20g hạt rau hẹ sắc thật đặc uống nóng. Ngày uống 3 lần như thế và uống trong 3 ngày liền.

+ Chữa bị phạm phòng:

Người đang lúc đau yếu mệt bệnh hoạn hoặc có chuyện hoang mang lo lắng mà vẫn "ái ân" thì bị "phạm phòng", người bị thất sắc, da vàng bụng trướng (có khi đau tức dữ dội). Dùng 1 nắm hạt cải tán nhỏ hòa với nước sền sệt rồi đắp vào rốn.

+ Chữa trẻ bị sưng "bìu hạt":

"Bìu hạt" trẻ sưng to, tấy đỏ thì lấy lá hành giã rửa sạch giã nát đắp lên bìu xát rồi lấy giẻ băng lại hoặc giã nát vắt lấy nước thoa lên chỗ sưng tấy.

+ Chữa dương vật bị lở:

Không phải do quan hệ nam nữ mà tự nhiên dương vật bỗng bị lở loét thì lấy đậu xanh và cứt trâu (khô) 2 lượng bằng nhau tán nhuyễn rồi rịt vào chỗ lở loét.

+ Chữa dương vật cương cứng thì tinh trùng tự chảy:

Lấy 35g hạt hẹ và 30g phá cố chỉ nghiền nhỏ thành bột, mỗi lần dùng 4g sắc với 1 bát (bát ăn cơm) nước còn 1/4 thì chia làm 2 lần uống trong ngày.

+ Chữa đi tiểu ra tinh trùng:

Người bị suy lao, tiểu tiện ra tinh trùng (niệu tinh) thì lấy 200g hạt hẹ, 1 kg gạo cho vào 5 lít nước nấu thành cháo loãng rồi gạn lấy 1 lít nước trong. Chia làm 3 lần uống trong ngày.

+ Chữa chứng di mộng tinh:

Lấy khoảng từ 500 - 700g hạt hẹ, đổ giấm vào đun sôi lên, khi giấm đã bay hơi (cạn) hết, lấy hạt hẹ đem nghiền thành bột rồi viên lại thành từng viên như hạt ngô để uống. Mỗi ngày uống khoảng 25 - 30 viên lúc bụng đói.

+ Trị nhọt chưa vỡ mủ:

Áp dụng một trong những bài sau:

- Đọt bông cẩn (bông bụt) giã nát đắp lên.
- Lá cà độc dược giã đắp.
- Đọt táo chua nhai với muối đắp lên.
- Nhựa cây sung hoặc cây dưới (duối) phết lên giấy mỏng dán vào nhọt, nhớ trừ một lỗ bằng đầu đũa giữa mảnh giấy, sưng đến đâu đắp rộng đến đấy.

- Nếu là chín mé thì lấy lá vòi voi giã với ít hạt muối cho nát, bỏ gân lá đi, đắp lên băng lại.

+ Trị nhọt đã vỡ mủ, chưa liền miệng:

- Nhựa sung phết lên giấy mỏng dán kín.

- Nhựa thông hơ lửa cho chảy, bôi lên ngày 2 lần.

- Lá cây ráy ngứa (ráy dại) ngâm vào nước sôi nửa giờ, lấy ra xé một miếng vừa đắp, còn thừa lại thả vào nước, khi nào bong ra thì thay.

+ Nhọt sưng nhức vì khó vỡ mủ:

Xuyên sơn giáp (vẩy con trút, dùng vẩy ở đuôi càng tốt, sao với cát cho phồng) 10g, tạo giác thích (gai bồ kết) 8g, hoàng kỳ 8g, đương quy 8g, bạch chỉ 4g.

Đổ 3 chén nước sắc còn 1 chén, chia uống làm 3 lần trong ngày.

Hoặc có thể dùng các phương thuốc sau:

- Nếu bị mụn mới mọc đã có hiện tượng đau nhức thì lấy 1 vốc đậu đỏ giã nát thành bột rồi trộn với 1 ít nước cho thành keo sền sệt bôi vào chỗ mụn.

- Trẻ bị mọc mụn ở đầu thì lấy 1 vốc hạt đậu đen sao tồn tính, nghiền nát cùng với nước bôi lên chỗ mụn nhọt.

- Nếu bị mụn nhọt sưng đau mà lâu ngày không vỡ độc thì lấy 1 hạt ý dĩ cho vào miệng nuốt, sau 1 lúc mụn sẽ tự vỡ ra.

- Nếu bị mụn mọc trong cổ sưng đau ăn cơm khó nuốt thì lấy 1 nắm hạt ý dĩ tán thành bột, mỗi lần ngậm 1 thìa cà phê rồi từ từ nuốt.

- Nếu bị lở loét đóng vảy vừa ngứa vừa đau thì lấy đậu ván trắng giã nát rồi hòa thêm 1 chút nước đắp vào. Khi thấy vảy rụng ra là khỏi.

- Nếu các mụn nhọt to đã vỡ miệng mãi không lành thì lấy hạt vừng đen sao cháy thơm, tán thành bột rồi rắc vào chỗ đau.

- Nếu chẳng may bị mụn nhọt ở những chỗ hiểm, để khí độc không nhiễm sâu vào bên trong, không phá ra thì lấy khoảng 100g hạt vừng đen cho vào nồi (nhôm) đun sôi lên và giữ lửa cho sôi khoảng 15 phút rồi đổ thêm vào 1 bát (ăn cơm) giấm thanh chia làm 4 - 5 lần uống.

- Nếu bị mụn nhọt nhiều, lở loét thì lấy 1 vốc hạt mè đen và cây sống đời (mỗi loại từ 20 - 30 gam) rửa sạch, giã nát, cho thêm một ít nước sôi để nguội) rồi vắt lấy nước uống, bã đem đắp vào chỗ sưng đau, sau vài lần có thể khỏi.

- Nếu bị mụn nhọt do nóng trong (gan, mật) thì lấy một nắm lá mã đề tươi rửa sạch thái nhỏ nấu canh với một miếng gan lợn (100 gam) thái mỏng, ăn vào bữa trưa hàng ngày. Bên ngoài thì dùng một ít lá mã đề tươi rửa sạch, giã nát đắp vào chỗ mụn nhọt và băng lại. Cứ làm thế trong khoảng từ 5 - 7 ngày. Trong thời gian dùng thuốc không dùng các thứ cay nóng: ớt, hạt tiêu, rượu.

- Nếu trong người vì quá nóng sinh ra mụn nhọt thì lấy khoảng 20 gam cỏ bợ tươi rửa sạch, giã nát, thêm một ít nước (sôi để nguội) rồi vắt lấy nước cốt.

Hòa thêm một bát (ăn cơm) nước, chia làm 3 lần uống trong ngày. Bã đắp vào nơi mụn nhọt, sau vài ngày là có kết quả.

- Khi bị mụn nhọt đau đớn sưng tấy thì lấy rau thài lài tía (hồng trai) và cây sống đời (mỗi loại từ 20 - 30 gam) rửa sạch, giã nát, cho thêm một ít nước sôi để nguội) rồi vắt lấy nước uống, bã đem đắp vào chỗ sưng đau.

- Nếu bị mụn nhọt sưng lở hoặc bị thương phần mềm máu ứ sưng lấy thì lấy rau dừa nước, vỏ bông gạo (lấy phần trắng bên trong), mỗi thứ 30 gam sắc hơi đặc uống. Bên ngoài thì lấy rau dừa nước giã nát, rồi trộn thêm ít giấm đắp vào chỗ đau.

- Nếu bị mụn nhọt lở loét lấy khoảng 30 gam rau cần tây rửa sạch, giã nát đắp lên chỗ đau. Nếu lấy nước giã rau cần tây thoa lên chỗ đau vào lúc lên da non thì không để lại sẹo.

- Nếu bị mụn nhọt do máu nóng thì lấy một nắm rau cần ta (bỏ rễ) rửa sạch, luộc tái ăn cả cái lẫn nước. Ăn liền trong khoảng 2 - 3 tuần là có thể giải hết nhiệt độc trong máu. Khi điều trị kiêng các loại có tính nóng: rượu, ớt, hạt tiêu...

- Nếu bị mụn nhọt sưng tấy thì lấy một nắm lá mồng tơi, khi đã có ánh nắng chiếu vào lau sạch bụi bẩn (không nên rửa) cho vào cối giã với một ít muối biển cho nhuyễn ra đắp vào nơi mụn nhọt sưng tấy.

- Khi bị mụn nhọt mà lại chảy máu cam do máu nóng thì lấy rau rút sắc loãng uống trong ngày thay

nước hoặc ăn rau rút trong bữa ăn hàng ngày.

Điều trị trong vài ngày.

- Khi bị mụn nhọt đang lúc sưng tấy rất đau, nhất là mụn đinh ở xung quanh miệng, không nên sờ cạy vào, dễ gây biến chứng. Lấy 1 nắm rau sam và một cục vôi khô cùng tán nhỏ mịn rồi trộn đều với lòng trắng trứng gà đắp vào chỗ sưng đau.

- Nếu bị mụn nhọt sưng đỏ rất đau thì lấy một nắm dấp cá giã nát rịt vào chỗ đau trước khi đi ngủ, sáng dậy thì bỏ đi. Lặp lại vài lần.

- Khi bị mụn nhọt, mụn đinh sưng tấy, đau nhức thì lập tức lấy một nắm lá cây kinh giới rửa sạch thái nhỏ sắc với hai bát (ăn cơm) nước, còn một bát thì uống trong ngày.

- Khi bị mụn nhọt sưng tấy đau đớn thì lấy lá đinh lăng giã nát đắp lên.

- Nếu mụn nhọt vỡ độc đã lâu mà không liền miệng thì lấy một nắm lá dâu già đem sấy khô, tán nhỏ rồi rắc lên vết thương sau khi đã rửa sạch bằng nước lá trầu.

- Nếu ở những chỗ đầu ngón tay lên một loại mụn độc rất đau đớn gọi là càng cua, chín mé thì lấy một nắm cây rau hẹ (cả rễ) giã nát tẩm với rượu sao vàng chườm vào chỗ đau.

- Bị gai hoặc dằm đâm vào rồi gãy ở trong lâu ngày không lấy ra được, sinh độc ở trong rất đau nhức, thì lấy một củ hành giã nát cùng với một ít muối, đắp vào chỗ đau, qua một đêm thì khỏi.

+ Chữa bỏng do nhiệt độ cao:

- Lá sống đời (lá bỏng) giã nát đắp lên.

- Muối ăn cho vào nước khuấy đến khi không tan được thì thôi, lọc sạch, lấy bông sạch tẩm dung dịch đó đắp lên rồi băng lại (bài này chỉ áp dụng khi vết bỏng chưa trầy da).

- Cho 1 cục vôi sống vào chậu đổ nước đánh tan, để 24 giờ, vớt bỏ váng, chắt lấy nước trong, pha với dầu đậu phụng hoặc dầu mè khuấy kỹ, dùng như bài trên. Có thể chế sẵn để phòng khi cấp cứu.

+ Chữa bỏng do axit:

- Lấy lá bỏng hoặc lá khoai lang giã nát vắt lấy nước mà bôi.

- Lấy lá sim sắc thật đặc để rửa.

- Lá cỏ mực (cỏ nhọ nồi) giã nát đắp lên, khô lại thay.

+ Chữa bỏng do vôi và các chất kiềm:

Trước hết dùng nước sạch, tốt nhất là nước sôi để nguội rửa cho nhạt chất gây bỏng rồi bôi thuốc.

- Lá trầu không, rửa sạch giã nát đắp ngay lên vết bỏng, ngày thay 2 - 3 lần.

Hoặc có thể dùng bài thuốc sau:

- Vôi tôi rồi

- Dầu lạc (dầu đậu phộng)

Cho vôi vào chậu đổ nước đánh tan, để 24 giờ cho vôi lắng xuống, vớt bỏ váng, lọc lấy nước trong 0,5l (nước này gọi là nước vôi nhì). Trộn nước vôi nhì với dầu khuấy đều, cất vào chai.

Khi bị bỏng, dùng bông vô trùng tẩm thuốc này đắp lên, khô lại thay. Nếu vết bỏng đã trầy da thì phải rửa sạch vết thương trước khi đắp thuốc.

- Lấy cơm nguội phơi khô (cơm ăn còn thừa phơi khô cất đi gọi là cơm khô) sao lên, tán thành bột nhỏ mịn hòa lẫn vào nước cơm, xoa lên vết bỏng, thấy khô lại xoa tiếp. Thấy da bị lột lấy bột cơm khô rắc lên rất mau lành.

- Khi bị bỏng hoặc sưng tấy thì lấy dầu mè (vừng) nấu chín vài lá rau diếp, bỏ ra cho bớt nóng rồi đắp lên chỗ sưng, để nguội hẳn đắp lên chỗ bị bỏng.

- Lấy khoảng 10 lá trầu không rửa sạch giã nát hòa với rượu hoặc mỡ nước (mỡ lợn) nhẹ nhàng đắp lên chỗ bị bỏng, rất công hiệu.

- Lấy một nắm lá trầu không rửa sạch, nhai kỹ, ngậm nước phun vào vết bỏng sẽ hết đau rát mà không phồng da.

- Lấy một nắm lá trắc bách diệp rửa sạch giã nhuyễn đắp vào chỗ bị bỏng, rịt nhẹ lại, khi khỏi sẽ không để lại sẹo.

- Lấy một ít lá mướp rửa sạch, giã nhuyễn đắp vào chỗ bỏng.

- Lấy một nắm lá vông nem rửa sạch nhai nhỏ đắp vào vết bỏng.

- Lá dâu và lá phù dung hái vào mùa trời nhiều sương đêm, phơi trong bóng mát rồi cất đi để khi bị bỏng dùng đến: hai loại lá này tán nhỏ hòa với mật mía (hai loại lá lượng bằng nhau) đắp vào vết bỏng.

- Lấy cây khoai nước cả lá lẫn củ rửa sạch, giã nhuyễn đắp vào vết bỏng.

- Lấy rêu ở những bức tường cổ hoặc tường cũ đốt thành tro trộn với dầu mè (vừng) thoa nhẹ lên vết bỏng.

- Hái dưa chuột vào ngày tết đoan ngọ (5 - 5) để vào trong bình, trát kín miệng để nơi thoáng mát dùng dần. Khi bị bỏng giã nát dưa hòa với nước hoặc dầu mè (vừng) thoa vào chỗ bỏng.

- Lấy hạt nhãn khô, giã nhỏ trộn với mật ong thoa vào chỗ bỏng.

- Lấy một nắm hạt mè (vừng) giã nhuyễn như bùn, đắp vào chỗ bỏng.

- Lấy hạt dành dành đốt cháy, tán bột trộn với dầu mè (vừng) thoa nhẹ tay vào vết bỏng.

- Lấy một ít củ cải tươi (hoặc hạt cải củ) rửa sạch, giã nhuyễn, đắp vào vết bỏng.

- Lấy vỏ dưa hấu phơi khô, nghiền mịn cho dầu mè (vừng) vào trộn đều, cất vào lọ đậy nắp kín, hấp trong nồi áp suất để sát trùng. Khi bị bỏng dùng bôi vào chỗ vết thương.

- Bị bỏng loét và nhiễm trùng thì lấy bông mã đề lá cối xay, sài đất, kim ngân hoa mỗi thứ 12 gam sắc với khoảng 1 lít nước còn 1/3 lít thì uống (chia làm 2 - 3 lần)

- Lá rau bợ tươi rửa sạch giã nát rồi đắp lên chỗ bỏng.

- Lấy vỏ cây liễu đốt thành than, tán nhỏ rắc phủ

lên vết bỏng.

+ Chữa tiêu chảy:

- Búp ổi 1 nắm, nhai với ít hạt muối rồi nuốt.

- Nụ sim hái khi chưa nở, khoảng nửa chén, sắc uống.

- Vỏ măng cụt sắc đặc uống.

- Chè khô, gạo rang, liều lượng bằng nhau, sắc với 3 lát gừng uống nhiều lần.

+ Chữa tiêu chảy do cảm phải gió lạnh:

Đau bụng, sôi ruột, đi ỉa nhiều lần, phân lỏng, nóng rét, nhức đầu.

- Cỏ cú (giã giập sao qua): 20g.
- Búp ổi (sao): 20g.
- Vỏ quýt (sao thơm): 12g.
- Củ sả (sao vàng): 12g.
- Tía tô: 6g.
- Gừng: 5 lát.

Đổ 2 chén nước, sắc còn 1 chén cho uống khi còn nóng.

+ Chữa tiêu chảy do hàn thấp:

Đau bụng lâm râm, đi ra nước trong và loãng, thân mình nặng nề khó cử động, không muốn ăn, không khát, rêu lưỡi trắng nhạt.

- Riềng tươi: 40g thái mỏng.
- Vỏ lóc trên cây ổi: 80g (sao qua).

Sắc đặc uống nhiều lần thay nước chè.

+ Chữa tiêu chảy do thấp nhiệt:

Đau bụng là phải đi đại tiện ngay, phân ra sắc

vàng, mùi hôi thối, tiểu tiện ít và đỏ, khát nước, rêu lưỡi vàng nhạt. Bệnh này thường phát vào mùa hè và mùa thu.

- Lá và bông mã đề: 20g.
- Nõn cây thơm (dứa, khóm): 40g.

(Rút lá non ở cây dứa ăn trái, cắt lấy đoạn trắng).

Rửa sạch, giã nhỏ, cho thêm tí muối, đổ 1 chén nước sôi đậy kín trong nửa giờ, gạn lấy nước uống.

+ Chữa tiêu chảy do tỳ vị hư hàn:

Ăn kém, sắc mặt nhợt nhạt, tinh thần mỏi mệt, chân tay mát lạnh, đi đại tiện ra nguyên thức ăn.

- Gạo cũ rang cháy: 100g
- Gừng khô: 16g
- Vỏ quýt khô: 16g.

Sắc đặc uống dần. Nếu ít chuyển biến thì thêm 8 đồng sa nhân chia làm 2 phần nhai với nước thuốc sắc trên, cách nhau 4 giờ.

+ Chữa ngộ độc do sắn (khoai mì):

- Rau muống 1 nắm nhai sống hoặc vắt lấy nước uống.
- Cây chuối sứ bóc bỏ bẹ ngoài, chỉ lấy nõn trắng một đoạn 20 - 30cm làm như trên.
- Ăn mía hoặc uống nước mía, nước đường.
- Rau sam 1 nắm giã vắt nước uống.
- Lá khoai lang 1 nắm uống sống hoặc luộc ăn.
- Bẻ 1 nắm lá sắn của giống sắn đã gây độc, sắc uống.
- 10 con cua đồng giã lấy nước cốt uống với ít hạt muối.

- Nước cốt rau má hoặc lá sắn dây uống sống.

- Lấy một nắm rau má tươi, rửa sạch giã nhuyễn, vắt lấy nước cốt rồi hòa với 1 cốc nước sôi còn hơi ấm uống. Người bị ngộ độc sắn, lúc đầu thấy chóng mặt nhức đầu, chóng mặt, choáng váng rất khó chịu sau lại bị nôn mửa đau bụng, dần dần sắc mặt tái rất khó thở (thở nhanh). Lập tức lấy một chén đậu xanh giã nát, đun sôi để nguội rồi lọc lấy nước uống làm 2 lần, mỗi lần cách nhau từ 1 - 2 giờ.

+ Chữa ngộ độc do trái thơm (dứa, khóm):

Dùng ngay vỏ trái thơm đã ăn sắc với rau má cho uống với ít hạt muối.

- Cho uống nước đậu xanh và lá dâu sắc thật đặc.

+ Chữa ngộ độc do nấm:

Trước hết dùng lông gà ngoáy họng cho nôn ra rồi cho uống một trong những bài thuốc sau:

- Mộc nhĩ 40g, đậu xanh 40g sắc đặc uống.

- Lá khoai lang tươi 1 nắm giã nát, thêm nước để nguội vào, vắt lấy nước uống.

- Tiết vịt nửa ly, uống khi còn nóng.

- Hòa bột sắn dây uống.

+ Chữa ngộ độc do tôm, cua, cá sò:

- Lá tía tô, lá lốt sắc đặc uống (nhớ đậy kín nồi khi sắc).

- Ăn phải cá nóc (một loài cá độc ở biển) thì hái 1 nắm ngọn khoai lang giã với ít hạt muối, thêm 1 chén nước sôi để nguội, khuấy kỹ rồi lọc lấy nước uống.

+ Chữa ngộ độc các loại thịt:

- Với thịt gà: Sắc 1 nắm lá chanh uống.

- Với thịt trâu bò: Lấy nửa chén tương giã 1 miếng gừng trộn vào ăn.

- Với thịt dê: Lá hoặc hạt mướp đắng sắc đặc uống.

+ Chữa ngộ độc do rau sống:

- Riềng tươi 40g, vỏ quýt 12 g sắc uống.

+ Chữa ngộ độc do ăn phải thịt chim (có độc):

Da nổi mẩn ngứa ngáy, hoặc nôn mửa... Lấy một chén đậu ván trắng nghiền sống thành bột rồi hòa với nước lạnh uống.

+ Chữa khi ngộ độc thạch tín:

Lấy ngay 1 vốc đậu ván trắng giã nhỏ hòa với nước uống ngay lập tức rồi mới điều trị sau.

Nếu bị ngộ độc thạch tín (nặng) thì lấy rễ rau huyên giã vắt lấy nước uống.

+ Chữa ngộ độc lá ngón:

Khát nước, họng đau rát, bụng đau dữ dội, nôn mửa, hoa mắt, răng cắn chặt sùi bọt mép... do ngộ độc lá ngón thì lấy một nắm cây rau má (nhổ cả cây) rửa sạch, giã thật nát, vắt lấy nước cốt hòa với nước sôi còn ấm uống.

+ Ăn cua bị ngộ độc:

Ăn cua bị ngộ độc thì lấy một nắm lá tía tô, sắc đặc, uống nóng.

+ Chữa ngộ độc nấm:

Lấy khoảng 400g rau má, sắc cùng với 200 gam đường phèn, để uống.

- Lấy củ cải (1kg), rau má (0,4kg) cũng giã nát vắt (ép) lấy nước uống.

+ Chữa trúng gió độc:

Bị trúng gió độc gây ra méo miệng thì lấy 1 nắm lá kinh giới và mấy nhánh hành rửa sạch giã nát nhuyễn vắt lấy nước uống.

- Bị trúng gió độc ngất xỉu thì lấy 3 cây hành trắng rửa sạch, giã nát vắt lấy nước cốt hòa với nước tiểu trẻ con (đồng tiện, nước tiểu con trai) uống.

- Người bị trúng gió, cứng đờ, cấm khẩu, lấy một nắm lá kinh giới, sao thành than, tán thành bột hòa 1 chút rượu đổ vào miệng. Nếu miệng đã cứng răng cắn chặt thì lấy 1 múi chanh chà vào lợi, hàm răng tự há ra rồi đổ nước thuốc vào.

+ Chữa chứng bệnh trúng nắng (bất tỉnh hoặc bán hôn mê):

Lấy 1 nắm lá rau răm rửa sạch, sắc lên cho uống thì khỏi.

- Nếu người bị say nắng nặng nửa mê nửa tỉnh thì lấy rau răm (30 gam), sâm bố chính (20 gam đã tẩm nước gừng). Mạch môn (10 gam), đinh lăng (16 gam, loại lá nhỏ). Cả 4 vị đều sao vàng sắc với 600ml nước, còn 300ml thì uống trong ngày, chia làm 2 lần.

- Bị trúng nắng xây xẩm đầu nhức... lấy ngay một nắm to rau má, rửa sạch, giã nát vắt lấy nước cốt rồi

hòa với 1 bát nước sôi để nguội, cho thêm 1 ít muối (thêm 1 ít đường nếu như có bột sắn dây cho thêm vào) khi uống xong thì phải nằm nơi mát thoáng. Dùng bã rau má đắp lên trán và hai bên thái dương rồi băng lại.

+ Chữa ngộ độc nặng:

Nếu bị trúng độc nặng, đại tiện ra máu (màu máu như màu gan) hoặc mửa ra máu, hay bụng đau như bị vật gì cắt, nghẹt tức, bụng trướng, biến chứng rất nhiều..., lấy 1 bát dầu mè (vừng) uống cho chất độc nôn thốc ra ngoài.

Uống dầu mè (vừng) cũng có thể chữa được chứng nuốt phải tóc gây di chứng.

+ Chữa chứng nôn mửa do bị ngộ độc:

Nôn mửa do ăn hoặc trúng gió thì lấy khoảng 15 - 20g lá xương xông rửa sạch sắc uống (hoặc hãm nước).

+ Giã rượu:

- Xát vôi ăn trầu vào hai gan bàn chân.
- Nấu cháo đậu xanh cho ăn.
- Sắc lá dong cho uống.
- Nước cốt rau má nửa chén, vắt chanh cho uống.
- Nếu chưa say lắm thì nhai vài nắm giá sống.
- Dùng lông gà ngoáy họng cho nôn hết ra để cứu nguy tức thời.

+ Lợi sữa:

- Lá mít sắc kỹ uống thường xuyên thay chè.
- Thường xuyên ăn cơm với thức ăn chế biến từ

quả mít non.

- Móng giò heo nấu cháo với gạo nếp hoặc nấu với đu đủ xanh.

- Dùng hạt mè nấu cháo thật nhừ, thêm muối vừa mặn cho ăn.

- Vảy con trút (tê tê, xuyên sơn giáp) khoảng 20 30 cái rang với cát cho phồng, tán bột trộn cháo nếp mà ăn.

- Nếu thiếu sữa do tắc tia sữa thì dùng 2 viên men rượu nghiền nhỏ, hòa với 1 ly rượu trắng, lấy vải mềm nhúng vào rồi bóp lên hai bầu vú cho nóng.

Có thể dùng 1 nắmlá chanh sắc đặc uống dần.

+ Trị quai bị:

- Lấy một vốc hạt đậu đỏ tán nhỏ mịn trộn với lòng trắng trứng gà và 1 ít giấm rồi thoa dày lên chỗ sưng.

- Lấy 1 vốc đậu xanh tán thật nhỏ trộn với giấm bôi như dùng đậu đỏ.

Lưu ý:

Khi bị chứng quai bị không được ra chỗ có gió trời, tránh mưa (kiêng gió, kiêng nước).

+ Chữa dị ứng:

- Lấy đậu đỏ và hoa kinh giới liều lượng bằng nhau, sao khô, tán nhỏ thành bột rồi hòa với lòng trắng trứng gà bôi.

- Lấy lá húng cay tươi rửa sạch bằng nước muối rồi vò nát, xát vào chỗ mẩn ngứa.

Do bị dị ứng với sơn ta sinh lở loét thì lấy lá húng

cay đã phơi khô (hoặc sao khô) nấu với nước dùng để rửa thường xuyên.

- Nếu mắc chứng "mày đay" thì lấy 15 gam lá húng chanh khô sắc với 2 bát (ăn cơm) nước, còn 1 bát thì chia làm 3 lần uống trong ngày.

- Lấy lá húng chanh tươi rửa sạch, giã nát cùng với vài hạt muối dùng đắp hoặc xát vào chỗ nổi mẩn ngứa.

- Trẻ bị lên rôm sảy hoặc nổi mẩn ngứa thì lấy 1 nắm rau má tươi rửa sạch, giã nát, cho thêm ít nước mưa (đun sôi để nguội) rồi vắt lọc lấy nước, pha vào một ít đường cho trẻ uống vào buổi sáng (không uống buổi chiều, tối).

- Do trời rét, da mặt bị mất nước khô ráp, nhăn rất khó chịu, để chữa chứng này hái một nắm lá mồng tơi non rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt rồi cho vào vài hạt muối hòa tan dùng bôi lên mặt trước khi đi ngủ hàng ngày.

- Bị nổi mẩn, ngứa ngáy khắp mình thì lấy lá sương xông, lá khế (mỗi loại một nắm) và lá chua me đất (1/2 nắm) rửa sạch, giã nát cho thêm một ít nước sôi để nguội vắt lấy nước, hòa thêm vài hạt muối để uống, bã dùng để thoa vào những chỗ sưng mẩn.

- Mặt bị dị ứng nổi mụn nhỏ sần sùi thì lấy rau sam rửa sạch, sắc đặc dùng để lau mặt buổi sáng hàng ngày và thoa lên những chỗ nổi mụn trước khi đi ngủ.

- Khi bị nổi mẩn đỏ, ngứa ngáy khó chịu lấy rau

sạm rửa sạch, giã nát nhuyễn, dùng đắp vào chỗ mẩn ngứa.

- Dị ứng sơn nam sinh lở loét da thì dùng rau dền, luộc lấy nước, thường xuyên rửa hoặc rau dền sống giã nát đắp lên chỗ lở.

- Dị ứng do ăn phải đồ biển: cua, ghẹ, sò... làm da nổi mẩn đỏ, ngứa ngáy khó chịu thì lấy lá tía tô rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt uống, bã dùng xát vào chỗ mẩn ngứa.

Trong khi chữa kiêng gió, nước.

- Dị ứng sơn nam, lở loét da thịt thì lấy độ mươi lá cải trắng nấu nước để rửa.

- Dị ứng mẩn đỏ, ngứa ngáy khó chịu lấy rau mùi rửa sạch giã nát, vắt lấy nước bôi lên chỗ ngứa. Hoặc vò nát chà xát vào chỗ nổi mẩn ngứa.

- Lấy một phần hạt tiêu ngâm với 9 phần nước, sau 1 tuần gạn lấy nước cốt, cho vào lọ đậy kín. Khi bị mẩn ngứa do lạnh thì lấy bôi ngày 1 lần.

+ Chữa tràng nhạc:

- Phát hiện ra bệnh mới có thì dùng rau ngoai hai phần và cương tằm (tằm chết gió) một phần. Rau ngoai sao với thóc rồi bỏ thóc đi, cương tằm ngắt bỏ hết chân sao đều, hai thứ đem tán chung thành bột. Lấy quả mơ rửa sạch bằng nước sôi bỏ hạt, giã nát nhuyễn rồi trộn đều với bột trên, viên lại những viên bằng hạt đậu xanh, uống cùng với nước cơm, mỗi ngày 10 - 12 viên chia làm hai lần, uống đều đặn thì độc sẽ theo phân ra ngoài.

- Mới mắc chứng tràng nhạc thì lấy một nắm rau dền rửa sạch, giã nát rồi chia làm hai phần. Một phần vắt lấy nước cốt uống, một phần đặt lên lá chuối, rắc một ít bột phác tiêu (mua ở hàng thuốc Bắc) rồi rịt vào chỗ nổi hạch, ngày thay thuốc một lần.

- Khi mắc chứng tràng nhạc bị vỡ lở loét, nước chảy dầm dề lâu ngày không liền miệng dùng một lượng lớn rau sam phơi khô nơi thoáng mát, đem đốt rồi tán thành bột trộn với mỡ lợn dùng bôi vào chỗ đau. Trước khi bôi thuốc phải rửa sạch chỗ lở loét bằng nước vo gạo.

- Khi bị chứng tràng nhạc thì dùng 1 vốc hạt rau cải tán nhỏ trộn đều với giấm rồi đắp vào chỗ nổi hạch. Khi thấy tiêu hết thì ngưng, tránh làm hại da thịt.

- Nếu chứng tràng nhạc bị vỡ lở loét rồi lây lan xuống 2 bên vai và ngực như con rắn lượn thì lấy rễ cây kinh giới sắc thật đặc để dùng rửa vết thương khi nước còn nóng. Khi thấy chỗ lở loét có sắc tím đen thì lấy kim đã khử trùng (đốt nóng) khêu, nặn cho ra hết máu độc, rồi lại rửa lại khoảng 3 - 4 lần bằng nước sắc rễ cây kinh giới. Sau đó lấy long não và hùng hoàng (lượng bằng nhau) tán nhỏ mịn, trộn với dầu mè (vừng) đắp vào chỗ đau thì thấy nước chảy ra. Cứ làm như thế cho đến khi khỏi hẳn.

+ Chữa các chứng ghẻ, lở loét, hắc lào, sâu quảng...:

- Bị hắc lào thì lấy 12g bột long não, 100g rễ húng chanh giã nhỏ, đem hai thứ này trộn thật đều rồi vắt vào đó 1 quả chanh, trộn đều tất cả dùng để bôi hàng ngày.

- Bị sâu quảng thì sau khi rửa sạch vết thương bằng nước búp bàng sắc đặc; lấy bột long não trộn với bột hoàng liên (lượng bằng nhau) rắc vào vết thương.

- Bị hắc lào lở loét nhức ngứa thì lấy một lượng lớn rau sam rửa sạch, sắc với nước thật đặc, gạn lấy 3 bát nước cốt (bỏ bã) cho vào nấu với khoảng 3 lạng sáp ong. Khi sáp ong đã chảy ra thì cho lửa nhỏ, cô đặc sánh như cao. Lấy ít gầu trên đầu (khi chải đầu gom lại) cho vào cao quấy đều dùng bôi trực tiếp hoặc phết lên giấy dán vào các chỗ sưng lở.

- Ống chân bị lở loét, có dòi (do bị bệnh trong, ngoài công phá) thì lấy rau sam rửa sạch, giã giập trộn với mất ong đắp vào vết thương, sau một đêm dòi sẽ tự ra.

- Mắc phải chứng ghẻ chốc, lở loét thì lấy rau cải soong rửa sạch, giã nát cùng với một ít muối đắp lên chỗ đau. Lại lấy 40 - 50 gam rau cải soong tươi luộc ăn, hoặc sắc đặc để ngâm, tẩm lên chỗ ghẻ lở.

- Bị lở loét xung quanh bàn chân do phong độc ở ngoài tụ vào thì lấy một nắm lá kinh giới đốt thành tro trộn với nước hành (củ hành giã nát vắt lấy nước) rồi đắp vào vết thương. Trước khi đắp thuốc phải rửa

sạch vết thương bằng nước cam thảo. Nếu trẻ bị rôm sẩy, gãi gây nhiễm trùng sinh lở loét thì lấy hoa kinh giới sắc lên làm nước uống cho trẻ khi khát. Đồng thời lấy lá kinh giới vò nát rồi cho vào nước sạch để tắm cho trẻ.

- Bị nấm hoặc chàm thì lấy hạt tiêu sọ (khoảng 10 - 15 hạt) nghiền nát thành bột rồi hòa với nước đun sôi (90 – 100°C) rồi khi nước còn ấm thì rửa vết chàm hoặc nấm. Ngày rửa 2 lần.

- Người bị lang ben trắng (bạch biến phong) lấy một chén nhỏ dầu mè hòa với rượu chia làm 3 lần uống trong ngày. Uống liên tục cho đến khi khỏi bệnh thì thôi. Trong thời gian dùng thuốc, kiêng đồ sống lạnh.

- Bị hắc lào và các loại ghẻ lở ngứa ngáy khó chịu thì lấy lá và cành chút chít nấu lên, ngâm những chỗ lở ngứa. Sau đó lấy củ cây chút chít mài với giấm bôi lên những chỗ hắc lào, ghẻ ngứa.

- Bị ghẻ lở hoặc chàm lấy một lượng lớn rau nghể rửa sạch nấu với nước để xông, khi nước còn ấm thì ngâm kỹ rửa sạch những chỗ ghẻ lở đó, ngâm rửa thường xuyên khoảng 2 - 3 ngày.

- Ống chân bị lở loét lâu ngày không khỏi lấy rau ngót một phần, vôi đá 1 phần cùng giã nát như bùn đắp vào vết thương, mỗi ngày thay nước 1 lần.

+ Cai sữa:

Vú cương cứng gây đau, có khi phát sốt, cần phải uống thuốc cai sữa:

- Lá dâu 100g sắc đặc uống thay chè.

- Lấy 1 lạng (40g) mạch nha (lúa mạch) đổ 2 chén nước, sắc còn 1 chén chia uống làm 2 lần trong ngày.

+ Chữa chân răng bị sâu ăn:

- *Bài 1*: Hoa cây thông ngâm với rượu tốt trong 12 giờ, lấy bông tẩm rồi đắp lên chỗ đau, cứ nửa giờ lại thay.

- *Bài 2*: Vỏ cây xoài giã nát hoặc xắt mỏng sắc đặc lấy nước mà ngậm.

- *Bài 3*: Tổ ong bò vẽ 40g, phèn chua (phi) tán nhỏ trộn đều xát vào chỗ đau.

- *Bài 4*: Vỏ cây bông sứ 20g (cạo bỏ vỏ xanh) ngâm với nửa chén giấm thanh trong 6 giờ rồi ngậm mỗi lần một ít.

- *Bài 5*: Củ cây chuối hột (chuối sứ) giã nát, muối 5g, phèn chua 5g tán mịn trộn đều, vắt lấy nước ngậm dần.

Ngoài ra có thể dùng bồ kết, nhân trung bạch để chữa cũng rất tốt

+ Chữa viêm lợi răng:

- *Bài 1*: Vỏ cây dưới (còn gọi là giới, duối, ruồi) 15g, muối ăn 2g. Giã thật nát đắp lên chỗ răng đau hoặc sắc thật đặc mà ngậm.

- *Bài 2*: Cơm nguội 2 phần, muối 1 phần quết kỹ viên lại bằng quả chanh đem nướng trên miếng sắt cho vàng, trở đều rồi thả ngay vào cốc rượu trắng, ngâm 2 giờ sau, súc miệng bằng nước muối rồi rót rượu ra ngậm dần.

+ Chữa viêm quanh chân răng:

- *Bài 1*: Lấy một miếng sắt gỉ bằng độ 3 ngón tay, nung thật đỏ rồi thả vào rượu, lại lấy ra nung, cứ như thế 5 lần lọc lấy nước ngậm một lúc rồi nhổ, đến khi đỡ thì thôi.

- *Bài 2*: Vẩy con trút (xuyên sơn giáp) 8g tẩm giấm nướng vàng, tán nhỏ mịn rồi xỉa vào chỗ đau.

+ Chữa đau răng do bao tử nóng (vị nhiệt, hay còn gọi là vị hỏa vượng):

Triệu chứng: Chân răng sưng có máu có mủ, rêu lưỡi vàng, khát nước.

Nếu dùng thuốc ngậm ngoài không kết quả thì dùng bài thuốc sau:

- Sinh địa: 20g.
- Thạch cao: 16g
- Mạch môn: 16g
- Huyền sâm: 16g
- Kinh giới: 12 g
- Ngưu tất: 12g.

Đổ 2 bát nước (600ml) sắc còn 1 bát (khoảng 300ml) chia uống làm 2 lần trong ngày.

Kiêng cữ các chất cay nóng và rượu.

+ Chữa đau răng do thận bị thấp nhiệt:

Triệu chứng: Răng sưng đau lung lay kèm theo đau lưng, đau đầu, hoa mắt, rêu lưỡi vàng nhờn.

Nếu dùng các bài thuốc ngậm không đỡ thì dùng bài thuốc sau:

- Sinh địa: 20g.

- Thổ phục linh: 16g.
- Hoàng bá: 12g
- Hoài sơn: 16g
- Ngưu tất: 12g.
- Tỳ giải: 12g.

Sắc uống như bài trên.

+ Chữa phù thũng, viêm sưng:

- Chân bị sưng phù, dùng ngón tay ấn xuống thấy thịt da lõm vào, lấy một nắm gạo tẻ nấu với một bó rau sam ăn cả nước lẫn cái. Ăn trong vài ngày.

- Bị hơi sưng, đau nhức (do bị đánh hoặc ngã...) ở lưng và hai bên sườn thì lấy khoảng 200g đậu đen sao chín rồi sắc với khoảng 300ml rượu, còn lại 200ml thì chia uống làm nhiều lần. Hoặc lấy khoảng 300g đậu đen, tẩm ướt, sao nóng rồi lấy vải bọc lại thành hai gói chườm.

- Bị chứng chân nặng, phù thì lấy một con cá chép to nấu với 100g đậu đỏ, ăn hết cả cái lẫn nước trong ngày, ăn trong vài ngày.

- Chân tay bị sưng đau nhức do phải lội nước nhiều thì lấy hạt vừng giã nát nhuyễn đắp vào vài lần.

- Do chất độc trong người tụ lại, khiến người sưng lên kết thành những cục cứng gây đau nhức gọi là chứng thũng độc. Khi phát hiện ra chứng này thì lấy một bát dầu mè cho nước hành (hành giã nát vắt lấy nước cốt) đun sôi lên khi nào thấy nước có màu đen thì đắp vào chỗ sưng đau khi còn đang nóng.

- Chân bị đau nhức và hơi sưng thũng (do bị thấp nhiệt thâm nhiễm) bệnh phát triển theo hướng xấu, chân bị tê yếu, đi đứng không vững rất nguy hiểm. Để chữa chứng bệnh này lấy lòng hạt vừng sao thơm, tán thành bột, đổ vào 100ml rượu ngâm qua một đêm chia ra uống dần trong nhiều lần.

- Bị viêm tấy, đau nhức thì lấy một nắm rau ngổ tươi rửa sạch, giã nát đắp vào chỗ sưng đau.

- Bị chứng cước khí, chân sưng phù đau nhức, bụng đầy trướng, đi tiểu ít thì lấy rau sam tươi nấu với gạo tẻ ăn liền trong mấy hôm.

- Bị mắc chứng cước khí, đầu gối và bàn chân sưng phù, thì lấy 15 - 20g lá rau muối rửa sạch cho vào hai bát (ăn cơm) nước sắc còn một bát, chia làm ba lần, mỗi lần cách nhau ba giờ uống nóng trong ngày. Bên ngoài thì lấy một lượng lớn lá rau muối nấu nước để xông, khi nước ấm thì ngâm kỹ hai bàn chân, ngâm xong thì xoa bóp chân và bàn chân nhiều lần.

- Mới bị phát chứng thũng độc thì lấy 1 thìa cà phê hạt cải bẹ trắng, tán nhỏ thành bột rồi hòa với giấm đắp vào.

- Bị mắc chứng phù thũng, mặt sưng to, trong người bức bối, mệt nhọc, khó chịu nằm ngồi không yên thì lấy 1 bát (ăn cơm) hạt củ cải, sao lên, tán thành bột, mỗi lần dùng 3 - 5 gam uống với nước đun sôi còn ấm. Bên ngoài thì lấy 1 cái chiếu cũ (rách) đem phơi trên mái nhà một ngày, đêm (nắng, sương).

Cho vào nồi nấu kỹ với nước vo gạo, lấy nước này tắm cho ra mồ hôi.

- Chân bị mắc chứng cước khí, chân đau nhức, nhiều khi lan ra khắp người thì lập tức lấy khoảng 1 - 1,5kg cải củ, với nước đun sôi lên rồi vừa ngâm chân vừa lấy khăn nhúng nước ấy mà đắp lên chỗ đau. Đồng thời lấy cải củ (1 kg) thái mỏng, phơi khô, tán thành bột rồi tẩm vào tất hoặc rắc vào trong giày trước khi xỏ vào.

- Mắc chứng phù thũng, mặt nặng, chân sưng (ấn vào thấy lõm) thì lấy 150 gam rau cải soong tươi nấu với 200 gam cá chép dùng ăn vào buổi sáng. Buổi chiều thì lấy 40 - 50 gam rau cải soong rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt, pha thêm vào một ít nước và 1 ít muối, cách 30 phút lại ngậm 1 ít và nuốt dần. Điều trị khoảng 4 - 5 ngày.

- Mắc phải chứng phù thũng thì lấy 15 - 20 gam hạt rau đay sắc đặc uống rồi uống nằm đắp kín chăn cho ra mồ hôi nhiều, người thấy nhẹ đi và rất mau tiêu thũng.

- Để chữa chứng phù thũng, viêm thận cấp thì lấy vỏ dưa hấu, vỏ dưa chuột, vỏ bí đao mỗi thứ 6 gam, bèo cái, và lá tre mỗi thứ 10 gam. Tất cả cho vào siêu đất sắc với 400ml nước, còn 150ml thì uống trong ngày. Uống liên tục.

+ Cấp cứu khi bị rắn cắn:

- *Bài 1*: Lá và bông mào gà 30g, lá và bông đu đủ 30g, rau ngót 30g, giã nát đắp một nửa, còn lại vắt

lấy nước cho uống.

- *Bài 2*: Thuốc lào 3 - 4 điếu, nhai nuốt nước rồi lấy bã đắp lên vết cắn băng lại.

- *Bài 3*: Lá sắn dây hoặc lá mướp đắng 5 - 7 lá, rửa sạch làm như bài trên.

- *Bài 4*: Củ rẻ quạt (thường trồng làm cảnh, còn gọi là xương quạt, lưỡi kiếm, xạ can) làm như trên.

- *Bài 5*: Phèn chua, cam thảo 2 vị bằng nhau, tán nhỏ, ngày uống 2 - 3 lần, mỗi lần 3 - 6g.

- *Bài 6:*

- Phèn chua: 20g (nửa phi, nửa sống).
- Vôi ăn trầu: 20g.
- Lá trầu.
- Quế tốt.
- Gừng tươi.

Quế và phèn tán mịn, gừng và trầu giã nhuyễn vắt lấy nước cốt, trộn với vôi và bột thuốc, thêm hồ vừa dẻo làm viên, chia làm 20 viên đem phơi thật khô.

Khi bị rắn cắn, sơ cứu xong, cho uống 1 viên, lại lấy 1 viên khác mài vào nước thành sền sệt bôi lên vết cắn. Trẻ em thì tùy theo độ tuổi mà giảm liều lượng.

+ Chữa độc bán hạ:

Phèn chua, gừng tươi mỗi thứ 1 mẩu nhỏ, giã thật nhỏ, chế vào tí nước sôi nguội, khuấy kỹ lọc lấy nước cho ngậm rồi nuốt.

+ Chữa chảy máu do chấn thương:

- Đọt cây chuối sứ (chuối hột) hoặc chuối tiêu (chuối và, chuối lùn) nhai nhỏ hoặc giã nhỏ, đắp lên băng lại.

- Tóc rối đốt thành tro, nghiền mịn rắc lên.

Không có tóc rối thì cắt lấy tóc mới cũng được

- Thuốc lào hoặc mồ hóng bếp rịt lên.

- Cỏ mực (cỏ nhọ nồi) còn tươi 20g, vôi bột 5g, quết nhuyễn vê thành thỏi treo lên giàn bếp, khi cần cạo bột rắc lên.

+ Chữa đại tiện ra máu:

- Cỏ mực 15g, trắc bá diệp 15g, đậu đen 20g, tất cả cùng sao cháy sắc đặc uống.

- Rau diếp cá tươi, nhai sống hoặc vò nước cho uống hàng ngày.

- Cỏ mực 1 nắm sao cháy, rau má 1 nắm rửa sạch, đậu đen 1 bát sao thơm, sắc đặc uống.

+ Chữa tiểu tiện ra máu:

- Cỏ mực, lá tre, lá mã đề, mỗi thứ 1 nắm sắc uống.

- Lá tre, rễ cỏ tranh sắc uống như bài trên.

+ Chữa ho ra máu:

- Cỏ mực 40g, lá sen 40g, lá ngải cứu 20g, trắc bá diệp 20g, sắc đặc cho uống.

- Thịt rùa gỡ ra nấu cháo với hành cho ăn.

- A giao hoặc keo da trâu 12g xắt thành miếng nhỏ bằng hạt bắp, rang với cát cho phồng rồi nuốt với nước nguội.

+ Chữa ói ra máu:

- Củ sắn dây 40g, cỏ mực 40g (sao cháy) ngải cứu 40g (sao cháy), tinh tre 40g, lá tre 20g, củ mạch môn bỏ lõi (mua ở hiệu thuốc). Sắc đặc cho uống.

+ Chữa chảy máu cam:

- Ngó sen 100g, rễ cỏ tranh 50g, rau má 15g sắc đặc để nguội uống.

- Lá dâu tằm, rau má, cỏ mực, lá sen, mỗi thứ 1 nắm dùng như bài trên.

- Lấy 1 mồi ngải cứu (thuốc cứu) rang cháy, nghiền mịn thổi vào mũi.

- Bột nghệ tinh khiết 50g, khuấy với nước cơm uống trong 5 - 7 ngày, mỗi ngày 2 lần sáng tối.

+ Chữa rong kinh, băng huyết:

- Lá sen tươi, ngải cứu tươi, cỏ mực tươi, mỗi thứ 1 nắm sắc đặc hoặc vò nước uống.

- Gương sen (sau khi đã lấy hạt) 5 cái, đốt thành than, nghiền nhỏ khuấy với nước nguội uống.

- Lá huyết dụ chọn lá đỏ 2 mặt, sao cháy sắc uống.

- Lấy một ít nhọ nồi, khuấy nước nguội uống (ngày 2 lần, mỗi lần một thìa canh).

+ Cầm máu vết thương:

- Vôi tôi.
- Lá trầu không.
- Lá gai làm bánh.
- Lá cỏ mực.

Vôi và các thứ lá cùng quết nhuyễn, vê thành thỏi phơi khô rồi bọc giấy gác sẵn lên bếp. Thuốc này để càng lâu năm càng tốt.

Khi dùng, lấy dao sắc cạo thuốc thành bột mịn, rắc lên vết thương băng lại.

Hoặc có thể sử dụng các phương thuốc sau để trị chảy máu, ứ máu, cầm máu các vết thương:

- Bị thương do ngã hoặc bị đánh đau đớn và chảy máu thì lấy lá húng giổi rửa sạch giã nát đắp lên vết thương. Có thể dùng phương thuốc này chữa tức thời khi bị rắn cắn trước khi đưa đi bệnh viện hoặc dùng thuốc đặc trị khác.

- Bị đứt chân tay máu chảy ra nhiều thì lập tức lấy lá xương sông, lượng vừa đủ, rửa sạch giã nát đắp vào chỗ đứt.

- Bị ngã, va đập, bị đánh, v.v... thịt da bầm tím, máu ứ bên trong thì lấy củ cải trắng giã nát đắp lên vết bầm, máu tụ sẽ tan nhanh, Hoặc cắt ngang củ cải rồi chấm vào muối xát nhẹ lên vết bầm nhiều lần.

- Bị thương chảy máu nhiều, hoặc ngã đau da thịt bị rách to vết thương há miệng không lành thì lấy lá tía tô non nhai nát nhuyễn đắp kín vết thương máu sẽ ngừng chảy. Sau đó lấy lá tía tô sao khô giòn tán thành bột mịn rắc lên vết thương, rất nhanh lành không làm mưng mủ, không để lại sẹo.

- Bị chấn thương chảy máu nhiều thì lấy lõi cây chuối hột hoặc chuối tiêu nhai hoặc giã nát nhuyễn

đắp vào và băng lại.

- Bị thương do bị đập hoặc đau thì lấy một nắm cây hành (cả rễ thân lá) đem nướng chín, giã nát rồi đắp vào vết thương.

+ Chữa chứng mồ hôi nhiều, mồ hôi trộm:

- Mồ hôi như tắm, ra khắp mặt mũi, lưng ngực, ướt cả bàn chân, bàn tay (ở trẻ em gọi là mồ hôi trộm) thì lấy đậu ván trắng sao chín tán thành bột rồi uống thường xuyên pha với nước sôi để nguội.

- Mồ hôi ra liên tục ở ngực mà toàn thân không có mồ hôi gọi là chứng "tâm hãm" nguyên nhân do lo nghĩ thái quá. Để chữa trị lấy 2 bó rau hẹ (cả gốc) rửa sạch rồi đổ vào 2 bát (ăn cơm) nước sắc còn 1 bát thì uống trong ngày. Uống liên tục đến khi khỏi.

- Bị chứng tự đổ mồ hôi thì lấy rễ cây rau kỷ 20 - 25 gam xé nhỏ sắc với 2 bát (ăn cơm) nước, còn lại 1 bát rót ra. Lấy gan lợn 100 gam thái mỏng nhỏ sao khô giòn trong niêu đất, tán nhỏ mịn. Hai thứ trộn vào nhau và chia làm 3 lần uống trong ngày, mỗi lần uống cách nhau 3 giờ.

- Trẻ em mắc chứng mồ hôi trộm (ra nhiều mồ hôi lúc ngủ) thì thường lấy một con cá diếc còn tươi (để nguyên cả con không mổ) nấu với búp dâu tươi (trai 7, gái 9), có thể nấu cháo cùng với gạo, hoặc mì, miến tùy thích. Ăn khoảng 7 đến 10 lần như thế (trai 7, gái 9).

MỤC LỤC

CÂY KINH GIỚI 5
CÂY HÚNG CAY 6
CÂY HÚNG GIỔI 8
CÂY HÚNG CHANH 9
CÂY RAU DỀN 11
CÂY XƯƠNG SÔNG 13
CÂY THÌA LÀ 14
CÂY RAU ĐAY 15
CÂY MỒNG TƠI 16
CÂY RAU MUỐNG 18
CÂY RAU MÁ 20
CÂY RAU NGÓT 22
CÂY DƯA HẤU 23
CÂY RÁY NGỨA 25
CÂY CÀ ĐỘC DƯỢC 27
CÂY CÚC VẠN THỌ 28
RỄ XOAN 29
CÂY TRE 30
CÂY LONG NÃO 32
CÂY BỒ KẾT 33
CÂY MÍA 35
CÂY DÂU TẰM 38
CÂY TẦM GỬI (CHÙM GỬI) 40
CÂY KÉ MẮC TÓC 41

CÂY ĐINH LĂNG 42
CÂY CẢI CÚC 44
CÂY CẢI BẸ TRẮNG 45
CÂY CỦ CẢI 47
CÂY CẢI SOONG 51
CÂY RAU MƠ 53
CÂY RAU KHÚC 55
CÂY RAU SAM 56
CÂY CỎ BỢ 58
CÂY RAU HUYÊN 59
CÂY RAU DIẾP 61
CÂY RAU DẤP CÁ 62
CÂY SEN 64
CÂY NGẢI CỨU 66
CÂY CỦ MÀI 68
CỦ CÀ RỐT 69
ĐẬU XANH 70
ĐẬU ĐEN 72
ĐẬU ĐỎ 74
CÂY VỪNG 75
CÂY THÀI LÀI 77
CÂY BÔNG MÃ ĐỀ 78
CÂY CẦN TÂY 80
CÂY RAU CẦN 82
CÂY RAU RĂM 83
CÂY RAU NGỔ 84
CÂY RAU MÙI 85
CÂY MÙI TÀU 86
CÂY HÀNH 88
CÂY HẸ 91
CÂY TÍA TÔ 94

CÂY MÃ TIỀN 96
CÂY HẠT TIÊU (HỒ TIÊU) 97
CÂY Ô RÔ (Ô RÔ NƯỚC) 101
CÂY MỨC HOA TRẮNG 102
CÂY CÁCH 104
CÂY Ô DƯỚC 105
CÂY Ô DƯỢC 107
CÂY VÔNG 109
CÂY QUAO (QUAO NƯỚC) 110
CÂY ĐỖ RĨ 111
CÂY HÀ THỦ Ô ĐỎ - HÀ THỦ Ô TRẮNG 113
CÂY CỨT LỢN 114

PHỤ LỤC
MỘT SỐ BÀI THUỐC HAY CHỮA BỆNH
THƯỜNG GẶP BẰNG CÂY THUỐC NAM:
- Trị hắc lào 115
- Trị mề đay (mày đay) 115
- Trị lang ben 116
- Trị trứng cá, tàn nhang 116
- Trị mụn cơm 117
- Mặt đen xám 117
- Trị mụn ở mặt 117
- Mặt có sẹo 118
- Trị rụng tóc 118
- Trị bạc tóc 118
- Trị lẹo mắt 119
- Trị đỏ mắt 119
- Trị ong đốt 119
- Trị bị giời leo 119
- Trị bọ nẹt hoặc sâu róm đụng phải 120
- Tẩy nốt ruồi 120
- Chữa hôi miệng 120

- Chữa sau khi sinh không có sữa 120
- Chữa đái són sau khi sinh 121
- Chữa đại tiện lỏng sau khi sinh 121
- Chữa bị sót nhau sau khi sinh 121
- Chữa ra mồ hôi nhiều sau khi sinh 122
- Chữa đi lỵ ra máu sau khi sinh 122
- Chữa bị suy nhược sau khi sinh 122
- Chữa máu dồn lên mặt ngất xỉu sau khi sinh 122
- Chữa bị xây xẩm sau khi sinh 123
- Chữa bị xổ ruột sau khi sinh 123
- Chữa bị đầy bụng sau khi sinh 123
- Chữa bị máu xâm sau khi sinh 123
- Chữa khó sinh con 123
- Chữa chứng tiêu chảy không ngừng khi có thai 124
- Chữa đau bụng, bí đại tiện khi có thai 124
- Chữa bị động thai 124
- Chữa sốt cao khi có thai 125
- Chữa bị nhức đầu, bụng cồn cào khi có thai 125
- Chữa bị đái rắt khi có thai 125
- Chữa thai chết không ra 125
- Phụ nữ bị bế kinh... 126
- Kinh nguyệt bị tắc 126
- Nếu kinh ra tháng thì sớm... 126
- Phụ nữ thường bị đau bụng.. 127
- Mỗi khi hành kinh thấy bụng đau nhói 127
- Chữa bị băng huyết 127
- Âm hộ bị ngứa 128
- Âm hộ bị lở loét 128
- Cửa mình thấy lạnh, đau tức 128
- Bị chứng lạnh cửa mình 128
- Cửa mình sưng đau 128
- Chứng bạch đới 128
- Chứng bạch đới, âm đạo ngứa... 128
- Ngứa và đau ở cửa mình 129
- Sưng đau ở vú và núm vú 129
- Vú bị sưng đau 129

- Bầu ngực bị sưng nứt 129
- Bị sưng đau ở vú 129
- Phụ nữ sau khi sinh con... 129
- Vú phụ nữ bỗng nổi lên một mụn đỏ 130
- Tắc sữa vú sưng đau 130
- Trị đại tiện ra máu 130
- Chữa sưng dịch hoàn 130
- Chữa mộng tinh 130
- Trị đái buốt 130
- Chữa hạ bộ bị lở ngứa 130
- Chữa sưng đầu "ngọc hành" 131
- Chữa tinh trùng ít 131
- Chữa chứng dễ bị xuất tinh 131
- Chữa bị phạm phòng 131
- Chữa trẻ bị sưng "bìu hạt" 131
- Chữa dương vật bị lở 131
- Chữa dương vật ... 132
- Chữa đi tiểu ra tinh trùng 132
- Chữa chứng di mộng tinh 132
- Trị nhọt chưa vỡ mủ... 132
- Trị nhọt đã vỡ mủ... 133
- Trị nhọt sưng nhức vì khó vỡ mủ 133
- Chữa bỏng do nhiệt độ cao 137
- Chữa bỏng do axít 137
- Chữa bỏng do vôi... 137
- Chữa tiêu chảy 140
- Chữa tiêu chảy do cảm phải gió lạnh 140
- Chữa tiêu chảy do hàn thấp 140
- Chữa tiêu chảy do thấp nhiệt 140
- Chữa tiêu chảy do tỳ vị hư hàn 141
- Chữa ngộ độc do sắn 141
- Chữa ngộ độc do trái thơm 142
- Chữa ngộ độc do nấm 142
- Chữa ngộ độc do tôm, cua, cá, sò 142
- Chữa ngộ độc các loại thịt 143
- Chữa ngộ độc do rau sống 143

- Chữa ngộ độc do ăn phải thịt chim có độc 143
- Chữa khi ngộ độc thạch tín 143
- Chữa ngộ độc lá ngón 143
- Chữa ngộ độc cua 143
- Chữa ngộ độc nấm 144
- Chữa trúng gió độc 144
- Chữa chứng bệnh trúng nắng... 144
- Chữa ngộ độc nặng 145
- Chữa chứng nôn mửa do bị ngộ độc 145
- Giã rượu 145
- Lợi sữa 146
- Trị quai bị 146
- Chữa dị ứng 146
- Chữa tràng nhạc 148
- Chữa các chứng ghẻ, lở loét,... 150
- Cai sữa 151
- Chữa chân răng bị sâu ăn 152
- Chữa viêm lợi răng 152
- Chữa viêm quanh chân răng 153
- Chữa đau răng do bao tử nóng 153
- Chữa đau răng do bị thấp nhiệt 153
- Chữa phù thũng, viêm sưng 154
- Cấp cứu khi bị rắn cắn 156
- Chữa độc bán hạ 157
- Chữa chảy máu do chấn thương 157
- Chữa đại tiện ra máu 158
- Chữa tiểu tiện ra máu 158
- Chữa ho ra máu 158
- Chữa ói ra máu 159
- Chữa chảy máu cam 159
- Chữa rong kinh băng huyết 159
- Cầm máu vết thương 159
- Chữa chứng mồ hôi nhiều, mồ hôi trộm 161

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI
B15 - Lô 2 - Mỹ Đình 1 - Hà Nội - Việt Nam
Tel: (04) 6287 2617 - (04) 6287 2348

Tự chữa bệnh bằng cây thuốc nam

Chịu trách nhiệm xuất bản
Vũ Văn Hợp
Biên tập : Nguyễn Thủy
Vẽ bìa : Minh thắng
Trình bày : Minh Tân
Sửa bản in : Minh Tân

LIÊN KẾT XUẤT BẢN
CÔNG TY TNHH VĂN HÓA MINH TÂN
NHÀ SÁCH MINH THẮNG
ĐỊA CHỈ : 808 ĐƯỜNG LÁNG - HÀ NỘI
ĐT: 043 999 7777 - FAX:046 266 1133
Email: nhasachminhthang@yahoo.com

In số Lượng 2.000 cuốn khổ 13 x 19 cm.
Tại C.ty TNHH Văn hóa Minh Tân - NS Minh Thắng
Giấy đăng ký xuất bản số : 39/QĐ-NXBTĐ
Quyết định xuất bản số: 31-2013/CXB/04/04-02/TĐ
In và nộp lưu chiểu năm 2013.

MỜI CÁC BẠN TÌM ĐỌC

TỰ CHỮA BỆNH BẰNG CÂY THUỐC NAM

8 936040 587299

Giá:30.000đ

Nhà sách Minh Thắng
808 ĐƯỜNG LÁNG - ĐT: 043.7755620