

ANEKA RESEP OBAT TRADISIONAL ASLI INDONESIA

UNTUK PENYAKIT SEHARI-HARI

*** Penurun panas, batuk, dan pilek**

Parut bawang merah, tambahkan minyak telon, lalu balurkan pada punggung sampai bagian pantat sambil sedikit diurut. Juga pusar dan ubun-ubun. Untuk ramuan minum: air kelapa satu cangkir ditambah 1 sendok teh madu, aduk, lalu kukus. Setelah dingin, berikan pada anak sebanyak 3 sendok teh setiap 2 jam sekali. Ramuan ini diberikan untuk bayi 8 bulan ke atas. Bila usia anak di bawah 8 bulan, cukup dengan pemberian ASI atau ibunya yang minum ramuan tersebut.

Pada anak yang agak besar, gunakan ramuan minum berupa air kunyit dan madu. Setengah sampai satu ruas jari kunyit yang sudah bersih dibakar, dikerik kulitnya, diparut, lalu diberi air matang 1/2 cangkir, peras, kemudian diendapkan. Campur bagian air kunyit yang tanpa endapan dengan kocokan 1 butir kuning telur dan 1 sendok makan madu, kemudian disuapkan pada anak. Ramuan ini bisa untuk penurun panas seperti pada sakit cacar air, flu, atau apa saja.

*** Perut kembung**

Parut bawang merah dan tambahkan minyak telon. Kemudian tapelkan bawang yang sudah diparut tersebut di bagian pusar. Bisa juga, gunakan daun jarak pagar yang dihangatkan. Olesi dengan minyak kelapa, pilin-pilin, lalu tempelkan pada pusar si kecil.

*** Diare**

Sediakan 1/2 jari kunyit yang sudah bersih dibakar, dipotong-potong, 7 pucuk daun jambu biji, air 2 gelas, dan garam 1/4 sendok teh, rebus dengan api kecil. Minum airnya, 1 sendok teh satu jam sekali. Untuk mengusir gas, maka pusarnya ditapeli dengan parutan bawang merah yang sudah diberi minyak telon. Untuk anak yang sudah agak besar, boleh juga dengan mengunyah halus pucuk daun jambu klutuk yang sudah bersih ditambah garam lalu ditelan.

*** Muntah-muntah**

Muntah bisa disebabkan perut mual atau kembung. Sediakan 1/2 sendok teh ketumbar, 3 butir kapulaga, 5 butir adas hitam, dan air setengah gelas. Kemudian direbus. Setelah dingin, berikan ke anak sedikit-sedikit, sesering mungkin atau 2 jam sekali.

Boleh juga dibuatkan air beras kencur. Caranya, cuci 1 sendok makan beras dan direndam sebentar. Sangrai beras tersebut sampai berwarna kecokelatan, lalu ditumbuk halus bersama dengan 1 ruas jari kencur, 1 ruas jari kunyit, dan 1/4 sendok teh adas manis. Setelah itu diseduh dengan air panas, tambahkan gula merah, sedikit garam, dan asam jawa. Saring, lalu diminumkan pada anak agar tubuhnya hangat.

*** Batuk**

Sediakan air jeruk nipis 1 sendok makan ditambah madu 2 sendok makan dan air matang 2 sendok makan. Masukkan dalam cangkir dan kukus. Setelah agak dingin, minumkan pada anak sebanyak 1-2 sendok teh. Berikan sehari 5 kali.

*** Batuk seratus hari**

Sediakan umbi bidara upas sebesar 1/2 jempol yang sudah bersih, parut dan seduh dengan air panas, lalu aduk-aduk dan dinginkan. Saring dan tambahkan sedikit madu. Minum sampai habis. Buatlah ramuan ini 3 kali sehari. Bisa juga gunakan ramuan lidah buaya. Lidah buaya dikupas kulitnya dan ambil bagian dagingnya sebanyak dua jari, kemudian dicacah. Tambahkan air hangat dan madu, lalu diminumkan pada anak 1-2 kali sehari.

*** Batuk karena angin atau dahak susah keluar**

Sediakan 1 butir bawang merah diparut, 1 ruas jari jahe diparut dan diperas airnya, 7 butir adas manis, 1 ruas jari kunyit diparut dan diperas airnya, 1 sendok makan air jeruk nipis, dan 1/2 gelas air. Masukkan semua bahan di cangkir, kemudian kukus dan setelah itu saring. Minum 3 kali sehari masing-masing 2 sendok teh.

*** Batuk berlendir**

Campurkan air jahe 1 sendok makan, air kunyit 1 sendok makan, bawang putih 1 siung diparut, air jeruk nipis 1 sendok makan, madu 1 sendok makan, dan 3 sendok makan air matang,

kemudian dikukus. Diminumkan 3-4 kali sehari 2 sendok teh.

*** Pilek**

Siapkan bawang merah yang diparut, lalu tapelkan pada tulang leher ketujuh (bagian tengkuk) dan ubun-ubun anak setelah sebelumnya diolesi minyak kayu putih. Beri juga minuman yang hangat-hangat, seperti minuman beras kencur. Selain itu, jemur anak di bawah sinar matahari pagi sekitar jam 7 atau di bawah jam 9 pagi. Panaskan bagian dada seperempat jam dan kemudian punggung seperempat jam. Ini bisa dilakukan sambil jalan-jalan pagi.

*** Mata bintitan**

Ambil getah dari batang tanaman patikan kebo atau getah dari batang pohon meniran. Tempelkan sedikit pada kapas, lalu oleskan pada bagian bintitnya, sedikit saja, jangan sampai terkena mata.

*** Mata merah**

Taruh 3 lembar daun sirih yang sudah dicuci bersih pada wadah mangkok. Seduh dengan air panas. Setelah airnya dingin, minta anak untuk mengedip-ngedipkan matanya dalam air tersebut.

*** Sariawan**

Ambil sebuah tomat matang, seduh dengan air panas dan kupas kulitnya. Haluskan tomat tersebut dengan menggunakan sendok, saring dan tambahkan sedikit gula. Beri anak minumam sari tomat tersebut.

*** Tak nafsu makan**

Menurut Endah, hilangnya nafu makan dapat disebabkan cacingan atau hal lain seperti masuk angin. Cara mengatasinya, bersihkan 1 lembar daun jarak pagar, setelah itu hangatkan sebentar di atas tutup panci. Beri olesan minyak kelapa pada daun tersebut dan dipilin, kemudian tempelkan daun tersebut di atas pusar anak, yang sebelumnya sudah diolesi dengan minyak telon.

Bila usia anak sudah lebih dari setahun, coba berikan ramuan 1 telapak tangan daun pepaya, 1 ruas jari temu hitam/temu ireng, seruas jari tempe bosok (tempe kemarin), dan sedikit garam.

Semua bahan ditumbuk halus, lalu peras pakai kain dan masukkan ke mulut anak. “Khasiat temu hitam untuk mengeluarkan cacing, sedangkan daun pepaya untuk menambah nafsu makannya, dan tempe bosok untuk stamina atau kekuatan tubuhnya.

Untuk menambah nafsu makan anak bisa juga dengan ramuan: 1 ruas jari temulawak, gula merah, air secukupnya, dan sedikit garam, kemudian rebus dan saring. Minumkan pada anak 1-2 sendok makan sehari

*** Mimisan**

Selebar daun sirih yang sudah dicuci bersih dipilin dan disumpalkan ke hidung anak. Untuk pengobatan dari dalam tubuh lakukan dengan ramuan: 1/2 jempol umbi bidara upas yang sudah bersih diparut dan diseduh dengan 1 cangkir air panas, kemudian disaring, dan setelah dingin diminumkan ke anak ditambah sedikit madu.

*** Benjol karena benturan**

Rendam 1 sendok makan beras. Tumbuk bersama kencur dan beri sedikit garam. Setelah halus, tempelkan ke bagian yang benjol.

Bisa juga diberi ramuan: bawang putih diparut dan diberi ramuan: bawang putih diparut dan diberi

madu, setelah itu dioleskan ke bagian yang benjol.

*** Keringat buntet**

Sesering mungkin dibedaki tepung kanji.

*** Congekan**

Cuci bersih 3 lembar daun miana atau 7 lembar daun samiloto segar atau lengkuas merah muda, lalu tumbuk halus. Peras pakai kain bersih dan teteskan air perasannya ke telinga. Lakukan dua kali sehari, masing-masing 3 tetes.

*** Panu**

Dua jari langkuas merah diparut dan diberi sedikit cuka, oles-oleskan pagi dan sore atau malam hari pada bagian tubuh yang berpanu tersebut.

*** Koreng atau borok kepala**

Batang brotowali dipotong-potong sebanyak 5 jari. Rebus dengan sedikit air, oleskan pada bagian kepala.

Bisa juga diberi ramuan: daun brotowali, parutan kunyit dan sedikit garam ditumbuk halus.

Oleskan ke kepala. Boleh juga hanya dengan kunyit saja.

*** Sakit gigi**

Bawang putih diparut, ditambah sedikit garam, kemudian sumpal ke gigi yang sakit karena berlubang.

*** Digigit nyamuk**

Hilangkan bekas gigitannya dengan tanaman sambiloto yang diremas-remas dan dioleskan ke bagian bekas gigitan tersebut. Kalau tak ada sambiloto bisa digunakan minyak sereh.

*** Asma**

Sepuluh siung bawang putih diparut, ditambah madu 1 gelas, kemudian dikukus. Berikan pada anak sebanyak 1 sendok teh, dua kali sehari. Bisa juga, 10 siung bawang putih diparut, 1 ons gula batu, direbus bersama 1 gelas air.

*** Luka-luka berdarah**

Cuci bersih daun jambu biji atau daun bandotan, kemudian remas-remas. Tapelkan pada luka tersebut. Darah akan berhenti segera.

*** Keracunan**

Minum air kelapa hijau muda 3 kali sehari 1/4 gelas.

*** Biduran atau kaligata**

Balurkan tubuh dengan minyak telon, minyak kayu putih atau minyak tawon. Untuk ramuan minum: 1 jari temulawak dipotong-potong, beri sedikit gula merah, dan garam direbus dengan 1 gelas air. Saring dan bila sudah dingin diminumkan 3 kali sehari 1/4 gelas.

sumber: Dedeh Kurniasih - dranak.blogspot.com