



SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI

GIÁO TRÌNH

Y học

Cổ truyền

DÙNG TRONG CÁC TRƯỜNG
TRUNG HỌC CHUYÊN NGHIỆP



NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI

SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO HÀ NỘI

BS TRẦN QUỐC HÙNG (*Chủ biên*)

GIÁO TRÌNH
Y HỌC CỔ TRUYỀN

ĐỐI TƯỢNG: ĐIỀU DƯỠNG ĐA KHOA
(*Dùng trong các trường THCN*)

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI - 2005

NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI
4 - Tống Duy Tân, quận Hoàn Kiếm, Hà Nội
Điện thoại: (04)8.257063; 8.252916. Fax: (04)8.257063

**GIÁO TRÌNH
Y HỌC CỔ TRUYỀN
NHÀ XUẤT BẢN HÀ NỘI**

Chủ biên:
BS TRẦN QUỐC HÙNG

Tham gia biên soạn:
BS TRIỆU TRẦN BĂNG
BS TRẦN QUỐC HÙNG
YS TRẦN KIM THANH

Chịu trách nhiệm xuất bản:
NGUYỄN KHẮC OÁNH

Biên tập:
PHẠM QUỐC TUẤN
THS ĐỒNG NGỌC ĐỨC
TS LƯU HỮU TỰ

Bìa:

Trình bày, kỹ thuật vi tính:

Sửa bản in:

PHAN ANH TÚ

HOÀNG LAN HƯƠNG

PHẠM QUỐC TUẤN

Mã số XB: 373 - 373.7 97/407/05
HN - 05

In 1.560 cuốn, khổ 17 x 24 cm, tại Công ty In Khoa học Kỹ thuật
101A Nguyễn Khuyển - Hà Nội. Số in: 192. Giấy phép XB số : 97GT/407 CXB
cấp ngày 29/3/2005. In xong và nộp lưu chiểu tháng 7 năm 2005.

Lời giới thiệu

Nước ta đang bước vào thời kỳ công nghiệp hóa, hiện đại hóa nhằm đưa Việt Nam trở thành nước công nghiệp văn minh, hiện đại.

Trong sự nghiệp cách mạng to lớn đó, công tác đào tạo nhân lực luôn giữ vai trò quan trọng. Báo cáo Chính trị của Ban Chấp hành Trung ương Đảng Cộng sản Việt Nam tại Đại hội Đảng toàn quốc lần thứ IX đã chỉ rõ: “Phát triển giáo dục và đào tạo là một trong những động lực quan trọng thúc đẩy sự nghiệp công nghiệp hóa, hiện đại hóa, là điều kiện để phát triển nguồn lực con người - yếu tố cơ bản để phát triển xã hội, tăng trưởng kinh tế nhanh và bền vững”.

Quán triệt chủ trương, Nghị quyết của Đảng và Nhà nước và nhận thức đúng đắn về tầm quan trọng của chương trình, giáo trình đối với việc nâng cao chất lượng đào tạo, theo đề nghị của Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội, ngày 23/9/2003, Ủy ban nhân dân thành phố Hà Nội đã ra Quyết định số 5620/QĐ-UB cho phép Sở Giáo dục và Đào tạo thực hiện để áp biên soạn chương trình, giáo trình trong các trường Trung học chuyên nghiệp (THCN) Hà Nội. Quyết định này thể hiện sự quan tâm sâu sắc của Thành ủy, UBND thành phố trong việc nâng cao chất lượng đào tạo và phát triển nguồn nhân lực Thủ đô.

Trên cơ sở chương trình khung của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành và những kinh nghiệm rút ra từ thực tế đào tạo, Sở Giáo dục và Đào tạo đã chỉ đạo các trường THCN tổ chức biên soạn chương trình, giáo trình một cách khoa học, hệ

thống và cập nhật những kiến thức thực tiễn phù hợp với đối tượng học sinh THCN Hà Nội.

Bộ giáo trình này là tài liệu giảng dạy và học tập trong các trường THCN ở Hà Nội, đồng thời là tài liệu tham khảo hữu ích cho các trường có đào tạo các ngành kỹ thuật - nghiệp vụ và đồng thời bạn đọc quan tâm đến vấn đề hướng nghiệp, dạy nghề.

Việc tổ chức biên soạn bộ chương trình, giáo trình này là một trong nhiều hoạt động thiết thực của ngành giáo dục và đào tạo Thủ đô để kỷ niệm “50 năm giải phóng Thủ đô”, “50 năm thành lập ngành” và hướng tới kỷ niệm “1000 năm Thăng Long - Hà Nội”.

Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội chân thành cảm ơn Thành ủy, UBND, các sở, ban, ngành của Thành phố, Vũ Giáo dục chuyên nghiệp Bộ Giáo dục và Đào tạo, các nhà khoa học, các chuyên gia đầu ngành, các giảng viên, các nhà quản lý, các nhà doanh nghiệp đã tạo điều kiện giúp đỡ, đóng góp ý kiến, tham gia Hội đồng phản biện, Hội đồng thẩm định và Hội đồng nghiệm thu các chương trình, giáo trình.

Đây là lần đầu tiên Sở Giáo dục và Đào tạo Hà Nội tổ chức biên soạn chương trình, giáo trình. Dù đã hết sức cố gắng nhưng chắc chắn không tránh khỏi thiếu sót, bất cập. Chúng tôi mong nhận được những ý kiến đóng góp của bạn đọc để từng bước hoàn thiện bộ giáo trình trong các lần tái bản sau.

GIÁM ĐỐC SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO

Lời nói đầu

Giáo trình môn học Y học cổ truyền do tập thể giáo viên bộ môn Y học cổ truyền biên soạn bám sát mục tiêu, nội dung của chương trình khung, chương trình giáo dục ngành Điều dưỡng. Giáo trình môn học Y học cổ truyền có cập nhật những thông tin, kiến thức mới về lĩnh vực Y học cổ truyền, có đổi mới phương pháp biên soạn tạo tiền đề sự phạm để giáo viên và học sinh có thể áp dụng các phương pháp dạy - học hiệu quả.

Giáo trình môn học Y học cổ truyền bao gồm các bài học, mỗi bài học có 3 phần (mục tiêu học tập, những nội dung chính và phần tự lượng giá - đáp án). Giáo trình môn học Y học cổ truyền là tài liệu chính thức để sử dụng cho việc học tập và giảng dạy trong nhà trường.

Bộ môn Y học cổ truyền xin trân trọng cảm ơn các chuyên gia đầu ngành, các thầy thuốc chuyên khoa đã tham gia đóng góp ý kiến với tác giả trong quá trình biên soạn giáo trình môn học này; xin trân trọng cảm ơn TS Lê Lương Đống, PGS TS Trương Việt Bình, TS Đặng Kim Thành đã cho ý kiến phản biện cuốn giáo trình môn học Y học cổ truyền; xin trân trọng cảm ơn Hội đồng nghiệm thu chương trình, giáo trình các môn học trong các trường Trung học chuyên nghiệp thành phố Hà Nội đã có đánh giá và xếp loại xuất sắc cho cuốn giáo trình môn học Y học cổ truyền.

Giáo trình môn học Y học cổ truyền chắc chắn còn có nhiều khiếm khuyết, chúng tôi rất mong nhận được những đóng góp ý kiến của các đồng nghiệp, các thầy cô giáo và học sinh nhà trường để giáo trình môn học ngày càng hoàn thiện hơn.

TM nhóm tác giả
BS TRẦN QUỐC HÙNG

Y HỌC CỔ TRUYỀN

- Số tiết học:	30
+ Số tiết lý thuyết:	22
+ Số tiết thực tập:	8
- Xếp loại môn học:	Môn kiểm tra
- Hệ số môn học:	Hệ số 2
- Thời điểm thực hiện môn học:	Học kỳ II năm thứ hai

MỤC TIÊU MÔN HỌC:

- 1- Trình bày được một số khái niệm cơ bản về lý luận Y học cổ truyền.
- 2- Nhận định được một số bệnh, chứng thường gặp theo Y học cổ truyền.
- 3- Sử dụng thuốc nam, châm cứu và phương pháp chữa bệnh không dùng thuốc để phòng và chữa một số bệnh, chứng thường gặp .

4- Xây dựng niềm tin và ý thức áp dụng Y học cổ truyền của người Điều dưỡng.

NỘI DUNG MÔN HỌC:

Số TT	Tên bài học	Số tiết Lý thuyết	Số tiết Thực hành
1	Học thuyết âm - dương ngũ hành và ứng dụng trong Y học cổ truyền	2	
2	Nguyên nhân gây bệnh theo Y học cổ truyền	1	
3	Các phương pháp chẩn đoán và chữa bệnh theo Y học cổ truyền	2	
4	Đại cương về hệ kinh lạc và kỹ thuật châm cứu	2	
5	Huyệt, cách xác định một số huyệt thông thường và công thức điều trị	3	3
6	Xoa bóp, bấm huyệt để chữa một số bệnh thường gặp	2	3
7	Tập luyện dưỡng sinh	1	
8	Dánh cảm, xông	1	
9	Thuốc thanh nhiệt	1	

10	Thuốc trừ hàn	1	
11	Thuốc lợi tiểu	1	
12	Thuốc hành khí hoạt huyết	2	
13	Thuốc cầm máu, an thần, ho long đờm, nhuận tràng, cầm tiêu chảy	2	
14	Thuốc bổ dưỡng	1	
15	Nhận biết các loại thuốc nam		2
Tổng số		22	8

HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN MÔN HỌC:

Giảng dạy:

- Lý thuyết: Thuyết trình, thực hiện phương pháp dạy-học tích cực.
- Thực hành: Thực tập tại phòng thực tập, vườn cây thuốc nam của nhà trường, sử dụng qui trình kỹ thuật để dạy thực hành, xem video, slide.

Đánh giá:

- Kiểm tra thường xuyên: 2 điểm kiểm tra hệ số 1
- Kiểm tra định kỳ: 2 điểm kiểm tra hệ số 2
- Kiểm tra kết thúc môn học: Bài kiểm tra viết, sử dụng câu hỏi thi truyền thống cải tiến và câu hỏi thi trắc nghiệm

Chương 1

LÝ LUẬN CHUNG

Bài số 1

HỌC THUYẾT ÂM DƯƠNG, NGŨ HÀNH VÀ ỨNG DỤNG TRONG Y HỌC CỔ TRUYỀN

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được bốn quy luật của học thuyết Âm Dương.
2. Trình bày được mối quan hệ tương sinh, tương khắc của học thuyết Ngũ hành.
3. Vận dụng học thuyết Âm Dương, Ngũ hành vào chẩn đoán, điều trị, phòng bệnh, bào chế dược liệu.

1. Học thuyết âm dương

1.1. Định nghĩa

Học thuyết Âm Dương là triết học cổ đại phương Đông nghiên cứu sự vận động và tiến hóa không ngừng của vật chất. Học thuyết Âm Dương giải thích nguyên nhân phát sinh phát triển và tiêu vong của vạn vật.

1.2. Phân định Âm Dương

Âm và Dương là tên gọi cho hai yếu tố cơ bản của một sự vật, hai cực của một quá trình vận động và hai nhóm hiện tượng có mối quan hệ với nhau.

- Tính chất cơ bản của Âm là: Phía dưới, bên trong, yên tĩnh, tích tụ, đất, nước, bóng tối, đông hoá, lạnh, mát, vị đắng chua, mặn, mùa đông, giống cái.v.v.

- Tính chất cơ bản của Dương là : Phía trên, bên ngoài, hoạt động, phân tán, trời, lửa, ánh sáng, hoạt động, dị hoá, nóng, ấm, vị cay, ngọt, nhạt, mùa hạ,

giống đực.v.v.

Áp dụng đối với cơ thể người:

- Các tạng : Tâm, Can, Tỳ, Phế, Thận, thuộc Âm đồng thời là tên của các đường kinh Âm.

- Các phủ Tiểu trùm, Đởm, Vị, Đại tràng, Bàng quang, thuộc Dương đồng thời là tên các đường kinh Dương.

- Khí, phần ngoài, lunge thuộc Dương.

- Huyết, phần trong, bụng thuộc Âm.

- Âm là cơ sở vật chất.

- Dương là chức năng của cơ thể.

1.3. Các quy luật Âm Dương

1.3.1. Âm Dương đối lập

- Âm Dương mâu thuẫn, chế ước lẫn nhau như ngày với đêm; nóng với lạnh.

- Mức độ tương phản như: Sống, chết; nóng, lạnh; sáng, tối.

- Mức độ tương đối như: Khoé, yếu; ấm, mát.

- Cần dựa vào những mức độ đối lập để có biện pháp thích hợp khi cần điều chỉnh Âm Dương.

1.3.2. Âm Dương hỗ cản

- Âm Dương luôn luôn nương tựa, giúp đỡ lẫn nhau để phát sinh và phát triển.

- Âm có trong Dương, Dương có trong Âm.

- Âm Dương không tách biệt nhau, mà hoà hợp nhau, thống nhất với nhau, do vậy: Âm thăng, Dương giáng.

1.3.3. Âm Dương tiêu trưởng

- Âm Dương không cố định mà luôn biến động. Khi Âm tiêu thì Dương trưởng và ngược lại.

- Khi biến động vượt quá mức bình thường có sự chuyển biến Âm Dương.

- Âm cực tắt Dương, Dương cực tắt Âm.

Thí dụ: Một ngày có 24 giờ, 12 giờ là cực Dương, 0 giờ là cực Âm.

1 năm có 4 mùa. Mùa đông thì cực Âm, mùa hè thì cực Dương...

1.3.4. Âm Dương bình hành (cân bằng)

Sự cân bằng Âm Dương là Âm Dương bình hành trong sự tiêu trưởng và tiêu trưởng trong thế bình hành. Nếu sự cân bằng Âm Dương thay đổi hoặc bị phá

võ thì sự vật có nguy cơ diệt vong.

Thí dụ : Âm thắng Dương, hoặc Dương thắng Âm đều phát sinh bệnh.

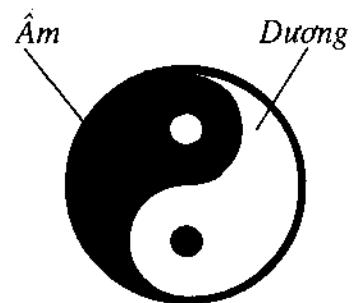
1.4. Biểu tượng của học thuyết Âm Dương

Thuyết Âm Dương được biểu tượng bằng một hình tròn.

Biểu hiện là một vật thể thống nhất.

Bên trong có hai phần đen (Âm) và trắng (Dương), biểu thị Âm Dương đối lập. Trong phần đen có vòng tròn nhỏ màu trắng, trong phần trắng có vòng tròn nhỏ màu đen biểu thị trong Âm có Dương, trong Dương có Âm. Khi phần trắng đạt tới cực đại thì xuất hiện phần đen, khi phần đen đạt tới cực đại thì xuất hiện phần trắng, biểu thị Âm Dương tiêu trưởng.

Diện tích hai phần Âm Dương bằng nhau được phân đôi bằng một đường cong động, biểu thị Âm Dương cân bằng trong sự tiêu trưởng.



Hình 1: Biểu tượng học thuyết Âm - Dương

1.5. Ứng dụng học thuyết Âm Dương

1.5.1. Sự mất thăng bằng về Âm Dương

- Âm hư sinh nội nhiệt, Dương hư sinh ngoại hàn.
- Âm thịnh sinh nội hàn, Dương thịnh thì sinh ngoại nhiệt.

1.5.2. Chữa bệnh theo nguyên tắc

- Bệnh hàn (lạnh) thuộc Âm dùng thuốc nóng, ấm là Dương dược.
- Bệnh nhiệt (nóng) thuộc Dương dùng thuốc mát, lạnh là Âm dược.
- Bệnh hư (mạn tính) thì phải bổ, bệnh thực (cấp tính) thì phải tá.

1.5.3. Bào chế thuốc đông dược

- Âm dược gồm các thuốc có tính mát lạnh, vị đắng, chua, mặn, hướng tác dụng thuốc đi xuống như: thuốc thanh nhiệt, lợi tiểu, hạ tả.
- Dương dược gồm các vị thuốc có tính nóng ấm, vị cay, ngọt, hướng tác dụng thuốc đi lên như: thuốc bổ, thuốc hành khí hoạt huyết, thuốc giải biểu.
- Có thể biến đổi dược tính bằng phương pháp bào chế.

Thí dụ: Sinh địa tính lạnh(Âm dược) tẩm gừng, sa nhân rồi cứu chưng, cứu sái thành thực địa tính ấm (Dương dược).

1.5.4. Phòng bệnh

Các phương pháp tập luyện phải coi trọng cả phần tâm (Âm) và phần thể (Dương), kết hợp tập động (Dương) và tập tĩnh (Âm), luyện cơ gân khớp (Dương) với luyện tập nội tạng (Âm).

2. Học thuyết ngũ hành

2.1. Định nghĩa

Học thuyết Ngũ hành nghiên cứu những mối liên quan giữa các vật chất trong quá trình vận động, giải thích cơ chế của sự tiêu trưởng và biến hoá của thuyết Âm Dương.

Ngũ hành gồm 5 vật chất: Mộc, Hoả, Thổ, Kim, Thuỷ.

Thí dụ : Mộc là cây xanh; Hoả là lửa; Thổ là đất; Kim là kim loại; Thuỷ là nước.

Mỗi một hành đều ứng với một Tạng trong cơ thể có quan hệ Biểu Lý với một Phủ trong cơ thể và khai khiếu ra bên ngoài.

Thí dụ: Hành Mộc ứng với Tạng Can, quan hệ Biểu Lý với Đởm, biểu hiện ra mắt.

2.2. Quan hệ Ngũ hành

2.2.1. Ngũ hành tương sinh

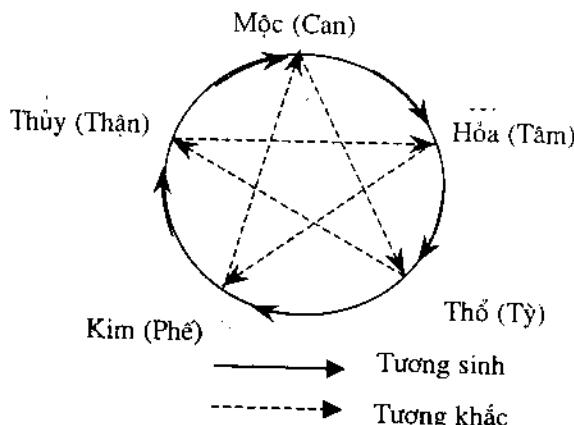
- Có nghĩa là hành này thúc đẩy, giúp đỡ, tạo điều kiện cho hành khác phát triển.
- Mộc sinh Hoả, Hoả sinh Thổ, Thổ sinh Kim, Kim sinh Thuỷ, Thuỷ sinh Mộc.

- Hành sinh gọi là hành mẹ, hành được sinh gọi là hành con (Mộc là mẹ của Hoả, Hoả là con của Mộc).

2.2.2. Ngũ hành tương khắc

- Có nghĩa là hành này kiềm chế, giám sát không để cho hành kia phát triển quá mức.

- Mộc khắc Thổ - Thổ khắc Thủy - Thuỷ khắc Hoả - Hoả khắc Kim - Kim khắc Mộc.



*Hình 2:
Biểu tượng 2 quy luật của học thuyết Ngũ hành*

Bảng quy loại học thuyết Ngũ hành

Hiện tượng	Ngũ hành				
	Mộc	Hoả	Thổ	Kim	Thủy
Vật chất	Gỗ, cây	Lửa	Đất	Kim loại	Nước
Màu sắc	Xanh	Đỏ	Vàng	Trắng	Đen
Vị	Chua	Đắng	Ngọt	Cay	Mặn
Mùa	Xuân	Hè	Cuối hạ	Thu	Đông
Phương	Đông	Nam	Trung ương	Tây	Bắc
Tạng	Can	Tâm	Tỳ	Phế	Thận
Phủ	Đởm	Tiểu trướng	Vị	Đại trướng	Bàng quang
Ngũ thể	Cân	Mạch	Thịt	Da, lông	Xương, tuỷ
Ngũ quan	Mắt	Lưỡi	Miệng	Mũi	Tai
Tình chí	Giận	Mừng	Lo	Buồn	Sợ

2.3. Ứng dụng học thuyết Ngũ hành

2.3.1. Chẩn đoán bệnh

- Dựa vào bảng qui loại Ngũ Hành: Da xanh bệnh thuộc Can, hay mắc vào mùa Xuân; da đỏ bệnh thuộc Tâm, hay mắc vào mùa hè; da xám đen bệnh thuộc Thận, hay mắc vào mùa đông.
- Giận dữ quá thì hại Can. Vui mừng quá mức thì hại Tâm. Sợ hãi quá thì hại Thận, buồn quá thì hại Phế.

2.3.2. Chữa bệnh

- Nguyên tắc con hư thì bổ mẹ, mẹ thực thì tá con.

Thí dụ: - Bệnh Phế khí hư, Phế lao... (viêm phế quản mạn, lao phổi...) thì phải bổ vào tạng Tỳ để nuôi dưỡng Phế vì Phế là mẹ của Tỳ.

- Phế thực (Hen phế quản) thì phải tá vào tạng Thận vì tạng Thận là tạng con của tạng Phế.

2.3.3. Bảo chế

- Muốn thuốc đi vào đúng Kinh và đúng Tạng phải bào chế vị thuốc đó theo đúng bảng qui loại Ngũ hành.

Thí dụ:

- Muốn thuốc vào Tỳ phải tẩm mật sao vàng.
- Muốn thuốc vào Phế phải tẩm rượu sấy khô.

- Muốn thuốc vào Thận phải tẩm muối sao đen.
- Muốn thuốc vào Can phải tẩm dấm sấy khô.
- Thuốc vào Tâm thường là thuốc có màu đỏ là vị đắng.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 8 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống.

1. Học thuyết Âm - Dương là: ... (A)... nghiên cứu sự vận động và tiến hoá không ngừng của vật chất.

Học thuyết Âm - Dương giải thích ... (B).... và tiêu vong của vạn vật.

A

B

2. Âm - Dương là tên gọi(A) ... của một sự vật, hai cực của quá trình vận động và hai nhóm(B)

A

B

3. Tính chất cơ bản của Âm(A)... Tính chất cơ bản của Dương ..(B)...

A

B

4. Quy luật Âm - Dương là:

A

B

C

D

5. Biểu tượng của học thuyết Âm - Dương là một hình tròn có ... (A).... Trong đó phần trắng có(B).... Phần đen có vòng tròn nhỏ màu trắng biểu thị trong Dương có Âm, trong Âm có Dương.

A

B

6. Bệnh Hàn(A).... Bệnh Nhiệt(B).....

A

B

7. Âm dược gồm các thuốc: .(A).. Dương dược gồm các thuốc(B).....

A

B

8. Các phương pháp tập luyện phải coi trọng cả hai phần: tâm và thể, kết hợp (A)... kết hợp(B).....

A

B

* Phân biệt đúng sai các câu từ câu 9 đến câu 13 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng; câu B cho cột sai:

TT	Nội dung	A	B
9	Ngũ hành nghiên cứu những mối liên quan giữa các vật chất trong quá trình vận động.		
10	Biểu tượng của học thuyết Âm Dương được phân cách bằng một đường thẳng.		
11	Hành sinh được gọi là hành mẹ, hành được sinh gọi là hành con.		
12	Ngũ hành tương khắc là giúp đỡ thúc đẩy tạo điều kiện cho nhau phát triển.		
13	Nguyên tắc chữa bệnh theo học thuyết Âm Dương: Hư thì bổ, thực thì tá.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 14 đến 20 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn.

14. Y học cổ truyền là:

- A. Triết học phương Đông.
- B. Chữa bệnh theo cảm nhận.
- C. Phương pháp tập luyện dưỡng sinh.
- D. Chữa bệnh bằng châm cứu.
- E. Tất cả các câu trên.

15. Ứng dụng của học thuyết Âm - Dương trong Y học là:

- A. Trong điều trị Châm - Cứu.
- B. Bảo chế thuốc đông dược.
- C. Các phương pháp xoa bóp bấm huyệt.
- D. Phương pháp phòng bệnh.
- E. Tất cả các câu trên.

16. Học thuyết Ngũ hành là:

- A. Học thuyết cụ thể hoá của Âm - Dương.
- B. Phương pháp chẩn đoán bệnh.
- C. Học thuyết chỉ được áp dụng trong xoa bóp bấm huyệt.
- D. Học thuyết chỉ được áp dụng trong Châm - Cứu.
- E. Tất cả các ý trên.

17. Chẩn đoán bệnh theo Ngũ hành thì:

- A. Da xanh, hay mắc bệnh vào mùa xuân là bệnh thuộc Can.
- B. Da đỏ, mắc bệnh mùa hạ là bệnh thuộc Phế.
- C. Da trắng, mắc bệnh mùa đông là bệnh thuộc Tỳ.
- D. Da đen, mắc bệnh mùa thu là bệnh thuộc Tâm.
- E. Tất cả các ý trên.

18. Bào chế thuốc theo đúng phân loại Ngũ hành thì:

- A. Vào Tỳ sao với dấm.
- B. Vào Thận sao với gừng.
- C. Vào Can tắm dấm sấy khô.
- D. Vào Tâm sao với mật.
- E. Vào Phế sao vàng hạ thổ.

19. Theo học thuyết Âm - Dương phòng bệnh là:

- A. Luyện tập cả hai phần: Tâm và thể.
- B. Chỉ cần tập luyện cơ bắp.
- C. Chỉ tập luyện tinh thần.
- D. Chỉ luyện tập nội tạng.
- E. Tất cả các ý trên.

20. Chữa bệnh theo Ngũ hành là:

- A. Bệnh phải chữa tận gốc.
- B. Phải chữa kết hợp cả Tạng mẹ và Tạng con.
- C. Chữa bản thân Tạng đó bị bệnh.
- D. Chữa bệnh bằng luyện tập dưỡng sinh.
- E. Tất cả các câu trên.

Bài số 2

NGUYÊN NHÂN GÂY BỆNH THEO Y HỌC CỔ TRUYỀN

Mục tiêu học tập

- Trình bày được 3 nhóm nguyên nhân gây bệnh theo Y học cổ truyền.
- Trình bày được đặc tính của 3 nhóm nguyên nhân gây bệnh.
- Trình bày được chẩn đoán nguyên nhân trong Y học cổ truyền.

Bình thường cơ thể có sức chống đỡ với bệnh tật và khả năng tự điều chỉnh hoạt động của các Tạng Phù. Đó là chính khí. Khi chính khí suy yếu thì tà khí (tác nhân gây bệnh) xâm nhập vào cơ thể sinh ra bệnh tật.

Y học cổ truyền chia ra những nguyên nhân gây bệnh thành ba nhóm :

- Nguyên nhân bên ngoài cơ thể (ngoại nhân).
- Nguyên nhân bên trong cơ thể (nội nhân).
- Những nguyên nhân khác ngoài hai nhóm trên là (bất nội ngoại nhân).

1. Nguyên nhân bên ngoài (ngoại nhân)

Là những yếu tố thời tiết và khí hậu bất thường.

Có 6 loại tà khí là : Phong, Hàn, Thủ, Thấp, Táo, Hoả.

1.1. Phong

Là Dương tà, chủ khí của mùa xuân, là nguyên nhân hay gặp nhất (Phong dẫn đầu trăm bệnh) và thường kết hợp với các ngoại tà khác như Hàn, Nhiệt, Thấp.

Đặc tính của Phong:

- Hay đi lên và ra ngoài nên thường gây bệnh ở phần trên và phần ngoài cơ thể.
- Phát bệnh nhanh, biến hoá nhanh, gây hắt hơi, sổ mũi, sợ gió, mẩn ngứa.
- Bệnh tích thường di chuyển từ nơi này qua nơi khác như thấp khớp cấp (phong thấp nhiệt) hoặc mày đay mẩn ngứa (phong chẩn).

1.2. Hàn

* Là Âm tà, thường làm tổn hại đến Dương khí (sức nóng cơ thể) chủ khí mùa đông.

* Đặc tính Hàn:

- Hay gây đau, điểm đau không di chuyển, chườm nóng đỡ đau.
- Hay gây ứ trệ, co cứng, mồ hôi không ra được.
- Người bệnh sợ lạnh, thích ấm.

1.3.Thứ

* Thứ là nắng, thuộc Dương tà, chủ khí mùa hạ và thường làm thương tổn Âm dịch.

* Đặc tính của thứ :

- Hay gây sốt cao, khát nước, vã mồ hôi.
- Mức độ nặng gây ngất, hôn mê say nắng (trúng Thứ).

1.4. Thấp

* Thấp là ẩm ướt, thuộc Âm tà, chủ khí cuối hạ, mùa mưa lũ.

* Đặc tính của Thấp:

- Thường gây bệnh từ nửa người dưới, bệnh dai dẳng.
- Gây cảm giác nặng nề, cử động khó, đau nhiều về buổi sáng hoặc khi nghỉ ngơi không vận động.
- Phù, bí tiểu, ra mồ hôi, lưỡi bệu, rêu lưỡi trắng, dày, nhót dinh.

1.5. Táo

* Táo là sự khô hanh, thuộc Dương tà, chủ khí mùa thu, thường làm tổn thương Tân dịch.

* Đặc tính của Táo:

- Gây tổn thương chức năng Tạng Phế : mũi miệng, họng, họng khô, da nứt nẻ, táo bón, ho khan.
- Gây sốt cao, không ra mồ hôi, khát, thích uống nước.

1.6. Hoả

* Thường gọi là Nhiệt (thực ra Hoả là mức cao của Nhiệt), là Dương tà, chủ khí mùa hạ. Các ngoại tà khác như Phong, Hàn, Thấp, Táo khi vào cơ thể đều có khả năng chuyển hoá thành Hoả.

* Đặc tính của Nhiệt (Hoả):

- Gây sốt cao, sợ nóng, thích mát, ra nhiều mồ hôi, khát nước, mặt đỏ, mắt đỏ. Gây chảy máu (Nhiệt bức huyết vong hành).
- Nhiệt độc thường gây mụn nhọt, bệnh truyền nhiễm.
- Nhiệt thường bốc lên trên như tâm hoả bốc lên làm mê man, phát cuồng, Vị hoả bốc lên làm sưng lợi, chảy máu răng, Can hoả bốc lên làm nhức đầu, choáng váng.

2. Những nguyên nhân bên trong (nội nhân)

Là những nguyên nhân do hoạt động tinh thần, do quan hệ gia đình, xã hội. Có bảy loại tình chí sau đây:

- Vui mừng (hỉ) thuộc tạng Tâm. Vui mừng quá hại tạng Tâm.
- Giận dữ (nộ) thuộc tạng Can. Giận dữ, căng thẳng quá hại tạng Can.
- Buồn phiền (bi) thuộc tạng Phế. Buồn phiền quá hại tạng Phế.
- Suy nghĩ (tư), thuộc tạng Tỳ. Suy nghĩ quá hại tạng Tỳ.
- Âu sầu (ưu) thuộc tạng Tỳ. Âu sầu quá hại tạng Tỳ.
- Sợ hãi (khủng), thuộc tạng Thận. Sợ hãi quá hại tạng Thận.
- Lo lắng (kinh) thuộc tạng Thận. Lo lắng quá hại tạng Thận.

3. Những nguyên nhân khác (bất nội ngoại nhân)

3.1. Nguyên nhân do ăn uống

- Ăn quá nhiều gây đầy bụng, không tiêu (thực tích).
- Ăn nhiều thức ăn sống, lạnh, ôi thiu gây tổn thương Vị trường, Đại trường (a chay, kiết ly, thổ tả, nhiễm độc....).
- Ăn nhiều thức ăn béo, ngọt dễ sinh Nhiệt, sinh Thấp.
- Ăn thiếu dẫn đến Âm hư, Huyết hư (suy dinh dưỡng, thiếu máu).

3.2. Nguyên nhân do lao động

Ít hoạt động lười, khí huyết không lưu thông, dễ sinh bệnh.

Lao động quá mức, kéo dài sinh lao lực.

Lao động không an toàn dễ bị chấn thương.

3.3. Nguyên nhân tình dục

Y học cổ truyền coi tình dục có ảnh hưởng lớn đến sức khoẻ và cũng là một nguồn gây bệnh tật “Hiếu sắc hại tâm - Đa dâm bại thận”.

3.4. Nguyên nhân do trùng thú cắn: Chó, mèo, chuột, bọ chét...

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 5 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống

1. Ba nhóm nguyên nhân gây bệnh là: ... (A), nội nhân, ... (B)

A.....

B.....

2. Nguyên nhân gây bệnh bên ngoài là: Phong, Hàn, (A)..., Thấp, ..(B) , Hoả

A.....

B.....

3. Đặc tính của Phong là: ... (A).. nên thường gây bệnh ... (B).. phần ngoài cơ thể

A.....

B.....

4. Tính chất của Hàn là Âm tà thường....(A)... Dương khí chủ khí ... (B)....

A.....

B.....

5. Thủ là nắng là Dương tà chủ khí ..(A)..... thường làm thương tổn ... (B)...

A.....

B.....

* Phân biệt đúng sai các câu từ 6 đến 10 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai.

TT	Nội dung	A	B
6	Thấp là độ ẩm ướt là Âm tà, chủ khí cuối hạ, mùa mưa lũ.		
7	Hàn gây sốt cao, khát nước vật vã.		
8	Táo là sự khô hanh, Dương tà hay làm tổn thương Tân dịch.		
9	Hoả là Nhiệt, là Dương tà chủ khí của mùa hạ.		
10	Gây tổn thương chức năng tạng Phế: gây sốt cao, không ra mồ hôi, khát thích uống nước là bệnh của Táo.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ câu 11 đến câu 15 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn.

11. Nhóm nguyên nhân gây bệnh bên trong là:

A. Do Bảy tinh chí gây nên bệnh.

B. Do Phong, Hàn kết hợp gây bệnh.

Thuocdongduoc.vn

- C. Do hoạt động chân tay quá mức.
- D. Do Táo và Thấp kết hợp gây bệnh.
- E. Tất cả các câu trên.

12. Bảy tình chí gây nên bệnh là:

- A. Giận dữ quá hại Can.
- B. Âu sầu quá hại Thận.
- C. Buồn quá hại Tâm.
- D. Sợ quá hại Tỳ.
- E. Tất cả các câu trên.

13. Nhóm nguyên nhân gây bệnh bên ngoài là:

- A. Do lao động quá mức.
- B. Do ăn uống không đủ chất.
- C. Do khí hậu, thời tiết.
- D. Do trùng thú cắn.
- E. Tất cả các ý trên.

14. Nguyên nhân gây bệnh do lao động là:

- A. Không lao động sinh bệnh lười.
- B. Lao động quá mức gây bệnh lao lực.
- C. Lao động không an toàn dễ bị chấn thương.
- D. Môi trường lao động không an toàn dễ sinh bệnh.
- E. Tất cả các câu trên.

15. Nguyên nhân gây bệnh do ăn uống là:

- A. Ăn không đủ no dẫn tới tổn thương Tỳ, Vị.
- B. Ăn nhiều thức ăn sống lạnh ôi thiu gây bệnh cho Can, Thận.
- C. Ăn nhiều thức ăn béo, ngọt dễ sinh Nhiệt sinh Thấp.
- D. Ăn nhiều chất nóng, cay ảnh hưởng đến Tâm, Phế.
- E. Tất cả các câu trên.

Bài số 3

HỌC THUYẾT TẠNG PHỦ, KHÍ, HUYẾT, TINH, THẦN, TÂN DỊCH

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được các chức năng chủ yếu của các Tạng, Phủ.
2. Kể được chức năng của Huyết, Khí, Tinh, Thần, Tân dịch.
3. Ứng dụng chẩn đoán sơ bộ một số bệnh thông thường.

* Cơ thể người gồm: Ngũ Tạng - lục Phủ, gân cơ xương khớp kinh lạc.
+ Ngũ Tạng gồm: Tạng Tâm (phụ là Tâm bào), Can, Tỳ, Phế, Phân.
+ Quan hệ giữa Tạng với Tạng là quan hệ Ngũ hành.
+ Lục phủ gồm: Phủ Đởm, Tiểu trù Đường, Vị, Đại trù Đường, Bàng quang và Tam tiêu.

* Quan hệ giữa Tạng với Phủ là quan hệ Âm Dương, Biểu Lý.

1. Các Tạng

1.1. Tạng Tâm (phụ Tâm bào)

* Chức năng:

- Là tạng đứng đầu các Tạng - Phủ.

- Tâm có Tâm bào bao bọc, bảo vệ bên ngoài.

- Tâm chủ thần minh: Chủ các hoạt động về tinh thần và sự sáng suốt là nơi ở của Thần (Tâm tàng thần).

- Tâm chủ huyết mạch: Tâm khí thúc đẩy huyết dịch trong lòng mạch đi nuôi dưỡng cơ thể. Cơ thể được nuôi dưỡng tốt biểu hiện ở vẻ mặt tươi nhuận, hồng hào. Tâm khai khiếu ở lưỡi (phản ánh ra lưỡi).

- Tâm bào: Tâm bào là Tạng bảo vệ Tâm của thuộc hành Hoả. Các biểu hiện bệnh lý như tạng Tâm.

1.2. Tạng Can

* Chức năng:

Thuocdongduoc.vn

- Can chủ sơ tiết, điều đạt, mưu lự.
- Thúc đẩy hoạt động của khí huyết đến mọi nơi trong cơ thể.
- Can tàng huyết: Cơ thể hoạt động Can cung cấp huyết, khi ngủ huyết được chứa lại tại Can. Can khai khiếu ra mắt, Can nuôi dưỡng cân.

1.3. Tạng Tỳ

* Chức năng:

- Tỳ chủ vận hoá thuỷ thấp (chủ về tiêu hoá).
- Tỳ chủ cơ nhục: Nuôi dưỡng cơ nhục. Nếu Tỳ hư cơ bắp teo nhão, sa nội tạng.
 - Tỳ thống nghiệp huyết, giúp huyết đi đúng trong mạch, không gây xuất huyết như rong huyết, đại tiện ra máu...
 - Khai khiếu ra miệng vinh nhuận ra môi.

1.4. Tạng Phế

* Chức năng:

- Phế chủ khí, chủ hô hấp
- Phế chủ bì mao (da, lông), quản lý hệ thống bảo vệ cơ thể. Nếu Phế suy yếu, cơ thể hay bị cảm nhiễm và mệt nhợt.
- Phế chủ tuyên giáng, thông điều thuỷ đạo giúp cho việc chuyển hoá nước và phân bố điều hoà nước trong cơ thể (kết hợp với Tỳ, Thận).
- Phế khai khiếu ra mũi thể hiện mạnh yếu ở tiếng nói.

1.5. Tạng Thận

* Chức năng:

- Thận chủ về sự phát triển và phát dục của cơ thể (Thận tàng tinh).
- Thận chủ Thuỷ: Chủ về sự bài tiết nước trong cơ thể như Tân dịch (nước ở trong gian tế bào), mồ hôi, nước tiểu.
 - Thận chủ cốt tuỷ, tạo xương phát triển hệ xương.
 - Thận sinh tuỷ, não là bể tuỷ, thông minh hay đần độn là do Thận.
 - Thận khai khiếu ra tai, chủ nhị tiên (tiền âm và hậu âm), vinh nhuận ra tóc.

2. Các phủ

2.1. Phủ Đởm

- Đởm chữa tinh chấp (mật) và là cơ sở của lòng dũng cảm và sự quyết đoán.
- Người xưa nói "To gan, lớn mật" để chỉ những người gan dạ dũng cảm.
- Can Đởm có quan hệ Biểu Lý. Khi có bệnh ở Đởm thường xuất hiện các triệu chứng: vàng da, miệng đắng, nôn mửa ra chất đắng.

2.2. Phủ Vị

- Chứa đựng và nghiền nát thức ăn và đưa xuống Tiểu trướng.
- Vị và Tỳ có liên quan Biểu lý với nhau, giúp đỡ cho sự vận hoá đồ ăn thức uống, nên gọi chung là “Gốc của hậu thiên”.
- Vị hàn: Đau lâm râm dưới mồ ác, mửa nước trong, rêu lưỡi trắng, chất lưỡi nhạt, mạch chậm (<60 lần/phút).
- Vị nhiệt: Miệng hôi, môi đỏ, lợi sưng đau, côn cào ăn mau đói, khát nước.

2.3. Phủ Tiểu trướng

- Nhận thức ăn từ Vị xuống, hấp thụ phần tinh hoa, phần còn lại chuyển xuống Đại trướng.
- Khi Tiểu trướng có bệnh thì sự hấp thụ chất tinh hoa kém gây ra các chứng sau: sống phân, ỉa chảy mạn...

2.4. Phủ Đại trướng

- Chứa đựng và bài tiết các chất cặn bã.
- Có quan hệ Biểu Lý với Phế.
- Khi bị đau quặn, mót rặn, đại tiện ra máu là Đại trướng thấp nhiệt.

2.5. Phủ Bàng quang

- Chứa đựng và bài tiết nước tiểu thông qua sự khí hoá và sự phối hợp với Tạng Thận.
- Nếu sự khí hoá của Thận không tốt sẽ gây ra đái rắt, đái nhiều lần, hoặc bí đái.

2.6. Phủ Tam tiêu

- Là phủ của nội tạng, bảo vệ phía ngoài của các Tạng, Phủ.
- Gồm có: Thượng tiêu, Trung tiêu, Hạ tiêu.
 - + Thượng tiêu: Từ cơ hoành lên đến cổ.
 - + Trung tiêu: Từ rốn lên đến cơ hoành.
 - + Hạ tiêu: Từ rốn xuống hạ vị.

3. Khí, huyết, tinh, thần, tân dịch

3.1. Huyết

- Huyết được Tỳ tạo ra từ tinh hoa của thức ăn, do Tâm cai quản và dự trữ ở Can.
- Huyết vận hành trong huyết quản nhờ có khí thúc đẩy.
- Huyết hư: Dịu xanh, người yếu, trống ngực, mẩn ngứa, dị ứng, mụn nhọt.

- Huyết ú: Đau nhức tại một vị trí, sưng nóng như viêm.
- Huyết thoát (xuất huyết): Máu thoát khỏi huyết quản dưới nhiều hình thái.

3.2. Khí

- Khí là công năng hoạt động của cơ thể, do Tinh, Huyết tạo ra. Khí do Phế làm chủ, nạp Khí từ bên ngoài vào cơ thể và thải Khí của cơ thể ra ngoài.
- Khí hành, Huyết hành. Khí trệ, Huyết ú.

3.3. Tinh

- Tinh là cơ sở vật chất của cơ thể. Khí và Thần đều do Tinh tạo ra.
- Tinh tiên thiên là bẩm tổ của cha mẹ truyền lại (di truyền).
- Tinh hậu thiên do tạng Tỳ vận hoá từ thức ăn, đồ uống.

3.4. Thần: Thần là thứ vô hình, chỉ những hoạt động tinh thần, ý thức và tư duy của người ta. Thần biểu hiện sự sống.

“Còn Thần thì sống, mất Thần thì chết”.

Thần tốt: Tinh táo, linh hoạt, mắt sáng, ý thức tốt.

Thần yếu: Vẻ mặt bơ phờ, ánh mắt mờ rối, thờ ơ, lanh đạm, ý thức rối loạn. Tinh, Khí, Thần là ba thứ quý nhất (Tam bảo) của sự sống.

3.5. Tân dịch

- Tân dịch là các chất lỏng trong cơ thể, có tính chất dinh dưỡng. Chức năng chủ yếu là làm nhu nhuận da thịt, làm trơn ướt các khớp để cử động dễ dàng. Vốn cùng một thể nằm trong tổ chức Huyết dịch nên thường gọi chung là Tân dịch.

- Nhiệt và Táo làm khô cạn Tân dịch, dùng nhiều thuốc có vị đắng, tính nóng kéo dài cũng làm tổn hại Tân dịch.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 5 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống.

1. Ngũ Tạng gồm: Tạng Tâm (phụ Tâm bào), (A)....,(B)..., Tạng Thận, Tạng Phế.

A.

B.

2. Quan hệ giữa Tạng với Phủ là...(A).... Dương,(B)....

A.

B.

3. Tạng Tâm chủ(A)...chủ các hoạt động về tinh thần là nơi ở của Thần. Chủ Thần...(B)...

A.

B.

4. Tạng Can chủ ... (A)...thúc đẩy hoạt động ... (B)... đến mọi nơi trong cơ thể.

A.

B.

5. Tạng Tỳ chủ vận hoá đồ ăn uống. Tỳ chủ... (A)...nuôi dưỡng cơ nhục. Tỳ thống huyết giúp huyết đi ..(B)... không gây xuất huyết ra ngoài

A.

B.

* Phân biệt đúng sai các câu từ câu 6 đến 12 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai

TT	Nội dung	A	B
6	Phế có chức năng tàng huyết và nuôi dưỡng cân.		
7	Thận chủ sinh dục, chủ cốt tuỷ, Thận chủ thuỷ.		
8	Đảm chứa tinh chấp (mật) và là cơ sở của lòng dũng cảm, tính quyết đoán.		
9	Huyết được Can tạo ra từ tinh hoa của thức ăn.		
10	Bàng quang là nơi chứa đựng và bài tiết đựng nước thông qua sự khai hoá và sự phối hợp với Tạng Thận.		
11	Tỳ và Vị có liên quan Biểu Lý với nhau, giúp đỡ cho sự vận hoá đồ ăn thức uống. Nên gọi chung là "Gốc của hậu thiên".		
12	Tân dịch là chất lỏng trong cơ thể, có tính chất dinh dưỡng.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 13 đến câu 18 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái các đầu câu trả lời được chọn

13. Tạng và Phủ có mối liên quan là:

- A. Mối liên quan Ngũ hành.
- B. Mối liên quan trong ngoài.
- C. Mối liên quan Âm - Dương; Biểu - Lý.
- D. Mối liên quan Hàn - Nhiệt.
- E. Tất cả các ý trên.

14. Chức năng của Tâm bào lạc là:

- A. Chỉ có tác dụng bao bọc bên ngoài.
- B. Chủ về Thần chí, sự minh mẫn.
- C. Chủ về huyết mạch.
- D. Chủ về thống huyết.
- E. Tất cả các câu trên.

15. Chức năng của Huyết trong cơ thể là:

- A. Vận hành trong huyết quản nhờ có khí thúc đẩy đi nuôi dưỡng cơ thể.
- B. Liên quan phục vụ cho tạng Tỳ.
- C. Huyết được Tỳ tạo ra từ tinh hoa của đồ ăn, do Tâm cai quản và dự trữ ở Can.
- D. Huyết gắn liền với sự sơ tiết, điều hoà của tạng Can.
- E. Tất cả các ý trên.

16. Khí liên quan đến sự sống như thế nào?

- A. Quá trình trao đổi khí.
- B. Năng lượng hoạt động của cơ thể.
- C. Khí do tinh huyết tạo ra.
- D. Khí liên quan đến quá trình tiêu hóa của cơ thể.
- E. Tất cả các câu trên.

17. Thần liên quan đến sự sống là:

- A. Thần chỉ sự hoạt động của con người.
- B. Thần biểu hiện ở sức khoẻ dồi dào, cơ bắp săn chắc.
- C. Thần là thứ vô hình, chỉ hoạt động tinh thần, ý thức và tư duy của người ta. Thần biểu hiện sự sống.
- D. Thần tham gia vào quá trình hoạt động của tạng Tỳ.
- E. Tất cả các ý trên.

18. Tân dịch là thể chất gì trong cơ thể?

- A. Là các chất do đồ ăn thức uống đem lại.
- B. Do Thận, Can tạo ra.
- C. Là các chất lỏng trong cơ thể, có tính chất dinh dưỡng làm nhuần da thịt và làm trơn khớp.
- D. Tân dịch do Tâm, Tỳ tạo ra.
- E. Tất cả các ý trên.

Bài số 4

CÁC PHƯƠNG PHÁP CHẨN ĐOÁN BỆNH VÀ CHỮA BỆNH THEO Y HỌC CỔ TRUYỀN

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được các nội dung cơ bản của Vọng, Văn, Vấn, Thiết và chữa bệnh theo Y học cổ truyền.
2. Tổng hợp các triệu chứng theo Bát cương.
3. Chỉ định, chống chỉ định Bát pháp.

1. Tứ chẩn

Định nghĩa:

Tứ chẩn là bốn phương pháp khai thác các triệu chứng bệnh gồm: Vọng, Văn, Vấn, Thiết không được tách rời nhau và luôn bổ sung cho nhau.

1.1. Vọng chẩn

Vọng là nhìn, quan sát bằng mắt: Thần sắc, hình thể, cử động, mắt, môi, da, miệng và lưỡi của người bệnh.

* Xem lưỡi: Hình thái - chất lưỡi - rêu lưỡi mỏng hay dày, màu vàng, trắng hay đen. Lưỡi nhuận hay khô.

- Thần tốt: Tinh táo, mắt sáng, tiếp xúc tốt. Thần lạc: Ánh mắt đờ đẫn hoặc sáng quắc, cười nói bất thường.

- Thần yếu: Vẻ mặt u, tiếp xúc chậm chạp lờ đờ.

- Hiện tượng giả thần: Bệnh nặng đột nhiên tinh táo mắt sáng, minh mẫn là dấu hiệu nguy kịch, chính khí sắp thoát - sắp tử vong.

1.2. Văn chẩn

- Văn chẩn là nghe và ngửi: Phân, nước tiểu, hơi thở.

- Tiếng nói nhỏ yếu và tiếng nói to mạnh là thực, nghe tiếng ho, tiếng thở.

- Nói ngọng là trúng phong.

1.3. Vấn chẩn

- Vấn là hỏi, ngoài những nội dung hỏi bệnh như Y học hiện đại cần phải hỏi đặc thù của Y học cổ truyền:
 - Hỏi về hàn nhiệt: Cảm thấy nóng hay lạnh?
 - Hỏi về mồ hôi: Sốt có ra mồ hôi không nếu không có mồ hôi là biểu thực, sốt có ra mồ hôi là biểu hư.
 - Tự vã mồ hôi (tự hân) là khí hư.
 - Hỏi về đau. Vị trí đau đầu, lưng, bụng, ngực, tứ chi? Đau ở đâu?
 - Mức độ đau: Âm ỉ, dữ dội, đau lan, đau khu trú, đau xiên, đau như thế nào?
 - Thời gian đau?
 - Hỏi về ăn:
 - + Thích ăn nóng hay ăn lạnh?
 - + Có thèm hay chua không, ăn có đầy bụng không?
 - + Miệng đắng hay ngọt?
 - Hỏi về ngủ? Nếu mất ngủ thì mất ngủ đầu giấc hay cuối giấc?
 - Hỏi về đại tiểu tiện:
 - + Nước tiểu nhiều, ít, vàng, trong, đờ?
 - + Phân táo hay nhão? Có khó đi không? Có mũi nhày, máu không?
 - Hỏi về kinh nguyệt: Tuỳ theo lứa tuổi chu kỳ, màu sắc, thời gian?

1.4. Thiết chẩn

- * Chủ yếu là bắt mạch và sờ nắn.
- Xem mạch ở vị trí động mạch quay:
 - + Nhanh hay chậm? Trầm hay phù? Có căng không?
- Sờ nắn:
 - + Da khô hay nhuận? Lòng bàn chân, bàn tay lạnh hay nóng?
 - + Sờ nắn ổ bụng xem có u cục không?
- Án để tìm điểm đau nhất của nơi bị bệnh.

2. Bát cương: Tám phương pháp chẩn đoán bệnh theo y học cổ truyền

CHỨNG TRẠNG	BIỂU HIỆN TRÊN LÂM SÀNG
BIỂU CHỨNG	Bệnh còn ở bên ngoài, bệnh xuất hiện ở gân cơ, xương khớp, kinh lạc. Triệu chứng: Phát sốt, sợ gió, sợ lạnh, rêu lưỡi trắng mỏng, mạch phù, đau đầu, đau cơ ngạt mũi, ho.

LÝ CHỨNG	Bệnh đã ở bên trong, bệnh ở sâu (đã vào Lý) - Bệnh thuộc Tạng Phù. Triệu chứng: Sốt cao, khát nước mê sảng, chất lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng, nước tiểu đỏ, nôn mửa, đau bụng, táo bón hoặc đi ỉa chảy, mạch trầm.
HÀN CHỨNG	Tính chất bệnh là Hàn, biểu hiện chứng lạnh. Triệu chứng: Sợ lạnh, thích ấm, miệng không nhạt không khát, sắc mặt xanh trắng bêch, chân tay lạnh, nước tiểu trong nhiều, đại tiện lỏng, chất lưỡi nhạt, rêu trắng trơn ướt, mạch trầm trì.
NHIỆT CHỨNG	Tính chất bệnh là Nhiệt - biểu hiện chứng nóng ấm. Triệu chứng: Sốt, thích mát, mặt đỏ, chân tay nóng ấm, tiểu tiện ít đỏ, đại tiện táo, chất lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng, mạch khô sắc.
HU CHỨNG	Là do chính khí suy, sự phản ứng với tác nhân gây bệnh yếu. Triệu chứng: Biểu hiện tinh thần yếu, sắc mặt trắng nhợt, người mệt mỏi, không có sức, hay hồi hộp, thở ngắn, tự ra mồ hôi, đi tiểu nhiều, chất lưỡi nhợt, mạch trầm nhược hoặc tế nhược.
THỰC CHỨNG	Là do cảm phái ngoại tà hay do khí trệ, huyết ú, đàm tích, ứ nước, giun sán gây bệnh. Triệu chứng: Nói to, thở thô mạnh, phiền táo, ngực tức, bụng đầy chướng, đau cự án, mót rặn, đái buốt, đái rất, bí tiểu tiện, rêu lưỡi dày cộm bệu, mạch thực hữu lực.
ÂM CHỨNG	Âm chứng bao gồm Hư và Hàn. Biểu hiện người lạnh, chân tay lạnh, tinh thần mệt mỏi, thở nhỏ, thích nóng ấm, không khát, tiểu tiện trong, dài, đại tiện lỏng, nầm co, sắc mặt trắng, chất lưỡi nhợt, mạch trầm nhược vô lực.
DƯƠNG CHỨNG	Dương chứng bao gồm chứng Thực và Nhiệt chứng. Biểu hiện: Tinh thần hiếu động, thở to thô, chân tay ấm, sợ nóng, háo khát, thích mát, tiểu tiện đỏ ít, đại tiện táo, nầm duỗi, mặt đỏ, lưỡi đỏ, mạch phù sác hoạt có lực.

3. Những điểm cần chú ý khi chẩn đoán bát cương

3.1. Chứng bán Biểu bán Lý

Biểu hiện: Lúc sốt nóng, lúc sốt rét, ngực sườn đầy tức, miệng đắng, mắt hoa, mạch huyền.

3.2. Phân biệt “Giả Hàn”

- Nhiều trường hợp bệnh Nhiệt (chân Nhiệt) nhưng biểu hiện ra ngoài là hàn (giả hàn) như trong bệnh truyền nhiễm. Độc tố của vi khuẩn gây truy mạch da xanh tái, chân tay lạnh mạch nhỏ yếu.

- Những trường hợp “Giả Hàn” có chứng nhiệt xảy ra trước hoặc đồng thời.

- Chứng nhiệt (chân nhiệt): Sốt cao, thở thô nóng họng miệng khô, rêu lưỡi vàng khô, rất khát, mè sáng bụng đầy, chuồng ăn đau, tiểu tiện ít và đỏ, táo bón.

- Đồng thời có những chứng hàn (giả hàn) chân tay lạnh nhưng không muốn mặc áo, đắp chăn, mạch trầm trì có lực.

3.3. Phân biệt “Giả Nhiệt”

Hàn ở trong quá mạnh bức Dương khí ra ngoài hoặc do sự chuyển hoá Âm Dương “Âm cực tắt Dương, Hàn cực sinh Nhiệt”.

- Chứng Hàn (chân Hàn) đau bụng, ỉa chảy, nôn mửa. Chân tay lạnh, tự ra mồ hôi, nói nhỏ ăn ít, bụng đầy tiểu tiện trong dài, rêu lưỡi nhạt bóng trơn, mạch nhỏ yếu mạch vi.

- Giả Nhiệt: Có sốt khát nước, vật vã, miệng khô có thể sốt cao, co giật.

3.4. Chứng Hu Thực lâm lộn

Thực tế lâm sàng bệnh cảnh phức tạp, chứng hư, chứng thực thường xem kẽ.

Thí dụ 1: Bệnh nhân sốt cao, mặt đỏ, lưỡi đỏ, mạch nhanh thở mạnh (Thực chứng) do sốt cao ra mồ hôi nhiều, mất cân dịch, sút cân nhanh, khát nước mệt mỏi (Hư chứng).

Thí dụ 2: Bệnh nhân vốn có bệnh mạn tính, cơ thể suy nhược lại mới mắc bệnh cấp tính như cảm mạo, nhiễm khuẩn... Trên bệnh nhân này vừa có cả chứng thực lẫn chứng hư.

Thầy thuốc vừa phải dùng phép tả vừa dùng phép bổ để điều trị, gọi là “Công bổ kiêm trị”.

3.5. Chứng Âm hư - Dương hư

Trong cơ thể có Âm và Dương: Khi Âm hoặc Dương bị bệnh thì biểu hiện Âm hư hoặc Dương hư.

Nếu Âm hư thì sinh nội nhiệt phải dùng thuốc dưỡng Âm hay tư Âm để trị

chứng hư hoả bên trong.

Nếu Dương hư hay đau lưng mỏi gối, sợ lạnh, chân tay lạnh, di tinh hoặc kinh nguyệt không đều, phải dùng thuốc ôn ấm để trợ Dương và bổ Dương.

4. Bát pháp

Định nghĩa:

Bát pháp là tám phương pháp chữa bệnh nhằm giải quyết bệnh tật theo bát cương, tám pháp đó là: Hán, Hạ, Hoà, Thanh, Ôn, Tiêu, Bổ.

Chú ý: Chống chỉ định của các pháp điều trị.

BÁT PHÁP

Tám phương pháp chữa bệnh Theo y học cổ truyền.

CHÚNG TRẠNG	BIỂU HIỆN TRÊN LÂM SÀNG
PHÁP HAN	Dùng các thuốc làm cho ra mồ hôi. Chữa cảm mạo phong hàn, phong nhiệt, phong thấp, đau dây thần kinh ngoại biên, dị ứng nổi ban. Chú ý: Không dùng pháp Hán khi bệnh đã vào Lý. - Không dùng cho bệnh nhân đang bị ỉa chảy, mất nước. - Không dùng cho bệnh nhân tự ra mồ hôi (tự hán).
PHÁP THỔ	Dùng các vị thuốc gây nôn các chất ú ra ngoài, chữa chứng ngộ độc thức ăn, đồ uống... Chú ý: Chỉ dùng khi các chất còn ở Vị.
PHÁP HẠ	Dùng các vị thuốc đưa các chất ú đọng trong cơ thể ra ngoài bằng đường đại tiện. Có thể đưa nước ú bụng, màng phổi ra ngoài bằng đường tiểu tiện, chữa các chứng táo bón, cổ chuống, phù thũng. Chú ý: Không dùng cho chứng bệnh ở Biểu, và bán Biểu, bán Lý. Không dùng cho người già, yếu, phụ nữ sau đẻ, thể trạng hư chứng, phụ nữ có thai không dùng pháp HẠ.
PHÁP HOÀ	Dùng các vị thuốc để hoà hoãn cơ thể chữa các chứng bệnh ở bán Biểu bán Lý như: Sốt rét, Can Tỳ bất hoà, Can uất. Chú ý: Không dùng pháp Hoà chữa bệnh ở Biểu hay ở Lý.

PHÁP ÔN	Dùng các vị thuốc làm ấm nóng cơ thể. Chữa chứng lạnh ở phần Lý như: Tỳ Vị hư hàn, ỉa chảy do lạnh Đại trùng, đại trùng hư hàn. Chú ý: Không dùng pháp Ôn trong trường hợp truy mạch ngoại biên (chân Hán giả Nhiệt) do nhiễm độc. - Không dùng cho người Âm hư, Huyết hư. - Không dùng cho người có chứng nhiệt gây chảy máu.
PHÁP THANH	Dùng các vị thuốc làm cho mát lạnh cơ thể. Chữa các chứng Nhiệt ở phần Lý như sốt cao, huyết nhiệt, dị ứng, nhiễm trùng, thấp nhiệt, say nắng. Chú ý: Dùng thận trọng với các trường hợp suy nhược, ỉa chảy kéo dài do Tỳ Vị hư hàn, ăn kém, thiếu máu.
PHÁP TIÊU	Dùng các vị thuốc làm tan đi, mất đi, làm mềm các tích tụ trong cơ thể chữa các chứng bệnh thuộc Thực chứng như Khí Huyết ứ đọng, dùng hoạt huyết hành khí. Nếu Khí uất, Khí nghịch thì dùng giáng Khí. Chú ý: Chỉ dùng cho bệnh Thực chứng. Nếu Hư chứng phải dùng kết hợp thuốc bổ, không dùng liều cao, không dùng cho người có thai.
PHÁP BỔ	Dùng các vị thuốc bồi bổ nâng cao chính khí cho cơ thể. Chữa các chứng Âm, Dương, Khí, Huyết hư. Chú ý: Đến công năng của Tỳ, Vị. Liều dùng vừa phải, lâu dài, công bố kiêm trị cho bệnh nhân yếu đang mắc bệnh.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 3 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống

1. Tứ chẩn gồm: ... (A)..., Văn, ... (B)....., thiết

A.

B.

2. Bát pháp là : Hân, Thổ, ... (A)..., Hoà, Ôn, Thanh, ... (B)...., Bổ.

A.

B.

3. Bát cương là: Biểu, Lý,(A)..., Nhiệt, Hư,(B)...., Âm, Dương.

A.

B.

* Phân biệt đúng sai các câu từ câu 4 đến câu 12 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
4	Biểu chứng: là bệnh xuất hiện ở gân cơ, xương khớp, kinh lạc.		
5	Lý chứng: là bệnh thuộc Tạng Phủ.		
6	Hàn chứng: Sợ lạnh, thích ấm, miệng không nhạt không khát, sắc mặt xanh trắng bênh, chân tay lạnh, nước tiểu trong nhiều, đại tiện lỏng, chất luối nhạt, rêu trắng trợn ướt, mạch trầm tri.		
7	Hư chứng: Là do chính khí suy, sự phản ứng với tác nhân gây bệnh yếu.		
8	Thực chứng: Biểu hiện chính khí suy nhược, sự phản ứng với tác nhân gây bệnh yếu.		
9	Pháp Hán: Dùng các thuốc làm cho ra mồ hôi.		
10	Pháp Hạ: Dùng các vị thuốc gây nôn ra ngoài.		
11	Pháp Ôn: Chữa chứng lạnh ở phần Lý như: Tỳ Vị hư hàn, ỉa chảy do lạnh Đại trướng, Đại trướng hư hàn.		
12	Pháp Tiêu: không dùng cho bệnh Thực chứng.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ câu 13 đến câu 17 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái các dấu câu trả lời được chọn.

13. Chứng bán Biểu - bán Lý là:

- A. Lúc sốt nóng, lúc sốt rét.
- B. Ngực sờn đầy tức.
- C. Mạch huyền.
- D. Mạch trầm nhược.
- E. Tất cả các câu trên.

14. Chứng Nhiệt là:

- A. Sốt cao, rêu luối vàng, mạch sác.
- B. Thích ấm, chân tay lạnh.
- C. Tiểu tiện nhiều lần.
- D. Đau bụng, rối loạn tiêu hóa.
- E. Tất cả các ý trên.

15. Chứng Hán:

- A. Sợ lạnh.
- B. Chất lưỡi nhạt, rêu lưỡi trắng ướt.
- C. Mạch trầm tri.
- D. Đại tiện táo, tiểu tiện trong dài.
- E. Tất cả các câu trên.

16. Pháp Hân là:

- A. Chữa các chứng bệnh đã vào phần Lý.
- B. Không dùng cho bệnh nhân đang bị ỉa chảy, mất nước.
- C. Dùng cho bệnh nhân tự hán.
- D. Dùng cho bệnh nhân già yếu, phụ nữ có thai.
- E. Tất cả các ý trên.

17. Pháp Hoà:

- A. Dùng các vị thuốc để hoà hoãn cơ thể.
- B. Chữa các chứng bệnh bán Biểu bán Lý.
- C. Dùng cho những người Âm hư, Huyết hư.
- D. Dùng cho trẻ em sốt cao.
- E. Tất cả các câu trên.

Chương 2

CÁC PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ KHÔNG DÙNG THUỐC

Bài số 5

ĐẠI CƯƠNG VỀ KINH LẠC VÀ HUYỆT. CÁCH XÁC ĐỊNH VỊ TRÍ VÀ TÁC DỤNG CỦA MỘT SỐ HUYỆT THÔNG THƯỜNG

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được định nghĩa kinh lạc và huyệt vị.
2. Kể tên và hướng đi khái quát của 12 đường kinh, mạch nhâm và mạch đốc.
3. Trình bày được vị trí, tác dụng của 50 huyệt theo 5 vùng cơ thể.

1. Hệ kinh lạc

1.1. Định nghĩa

Kinh lạc là một bộ phận lý luận của Y học cổ truyền, chỉ đạo các khâu chẩn đoán bệnh, điều trị bệnh, đặc biệt là điều trị bằng châm cứu.

1.2. Cấu trúc và tác dụng của hệ kinh lạc

- Kinh là những đường thẳng chạy dọc cơ thể.
- Lạc là những đường thẳng chạy ngang cơ thể.
- Kinh lạc nối tiếp nhau tạo thành một màng lưới chạy khắp cơ thể, nối các Tạng Phủ, các bộ phận trong cơ thể với nhau tạo thành một khối thống nhất.
- Mười hai đường kinh chính mang tên các Tạng, Phủ.
- Kinh lạc phân bố ra toàn thân là đường vận hành của Âm Dương.

1.3. Hướng đi khái quát của mười hai đường kinh chính và hai mạch Nhâm và Đốc

- Ba kinh Âm ở tay: Phế, Tâm, Tâm bào có hướng đi từ trong ngực ra đầu ngón tay.
- Ba kinh Dương ở tay: Đại trườn, Tiểu trườn, Tam tiêu có hướng đi từ đầu

các ngón tay đi vào ngực, mặt.

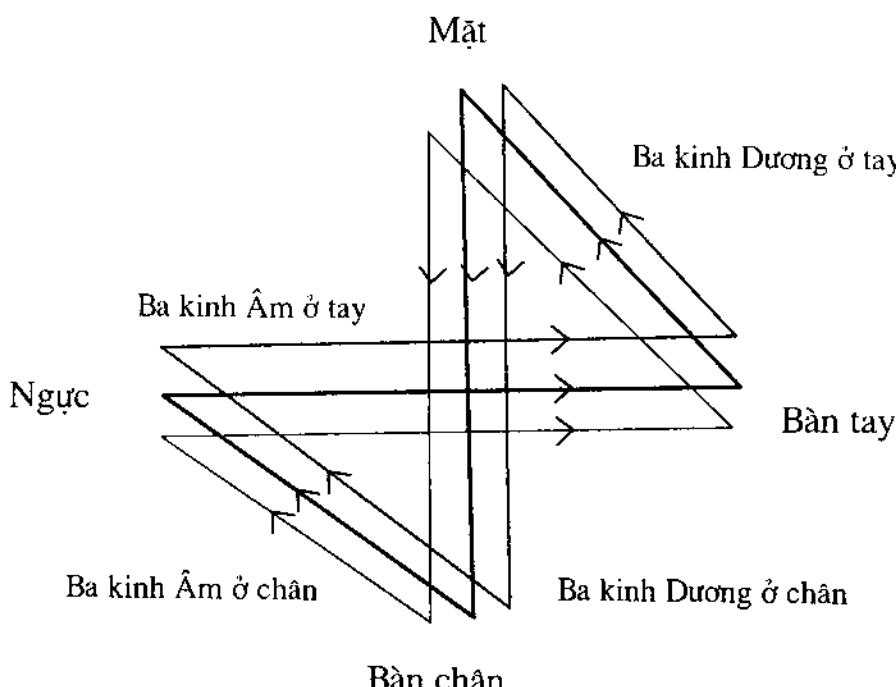
- Ba kinh Âm ở chân: Tỳ, Thận, Can có hướng đi từ bàn chân lên tận cùng ổ bụng, ngực.

- Ba kinh Dương ở chân: Vị, Bàng quang, Đởm có hướng đi từ mặt xuống và tận cùng ở đầu các ngón chân.

- Mạch Nhâm: Chạy dọc phía trước của cơ thể, có hướng đi từ dưới lên trên (từ giữa tầng sinh môn đến giữa đường nhân trung).

- Mạch Đốc: Chạy dọc phía sau cơ thể (từ giữa đường nhân trung qua đỉnh đầu đến đầu xương cụt).

2. Sơ đồ mươi hai đường kinh



Hình 3: Sơ đồ đường đi của các đường kinh

3. Huyệt vị

3.1 Định nghĩa

Huyệt là một điểm nằm mặt da. Huyệt có thể nằm trên các đường kinh hay nằm ngoài đường kinh và trên đường lạc.

3.2 Tác dụng của huyệt

- + Đảm bảo sự tuần hoàn của Khí Huyết.

Thuocdongduoc.vn

+ Liên hệ chặt chẽ con người với thiên nhiên.

+ Có khoảng 371 huyệt nằm trên đường kinh và khoảng 200 huyệt nằm ngoài đường kinh. Chúng ta chỉ học 50 huyệt hay sử dụng để chữa các bệnh thông thường.

+ Ám thị huyệt không có vị trí cố định chỉ xuất hiện khi bị bệnh (là điểm đau nhất tại vùng bị bệnh).

4. Cách xác định huyệt

4.1. Thốn đồng thân

Người bệnh chạm đầu ngón tay cái và ngón giữa làm thành vòng tròn khoảng cách giữa tận cùng các lسان chỉ của đốt hai đến đốt ba ngón tay giữa là một thốn (Hình vẽ 4a).

Thốn là đơn vị đo để xác định huyệt, thốn có chiều dài tùy thuộc người cao hoặc thấp.

- Chiều ngang lسان chỉ ngón cái là một thốn (hình vẽ 4b).

- Chiều ngang bốn ngón do ở lسان chỉ đốt hai ngón trỏ là ba thốn.
(hình vẽ 4c).

- Hai chiều ngang lسان chỉ đốt một ngón trỏ và ngón giữa là 1,5 thốn.

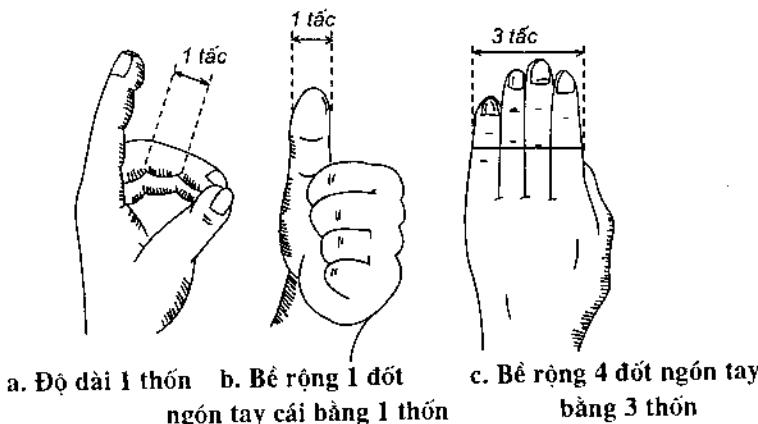
4.2. Dựa vào những mốc giải phẫu của cơ thể

Ví dụ: - Huyệt côn lôn ở điểm giữa đường nối đỉnh mắt cá ngoài và bờ trong gân gót, đối diện huyệt thái khê ở trong.

- Thính cung ở chỗ lõm trước và chân bình tai.

4.3. Sờ nắn để tìm huyệt

Thầy thuốc dùng ngón tay ấn tìm điểm đau (ám thị huyệt).



Hình 4: Đơn vị để xác định huyệt là thốn

5. Tổng huyệt của 6 vùng cơ thể

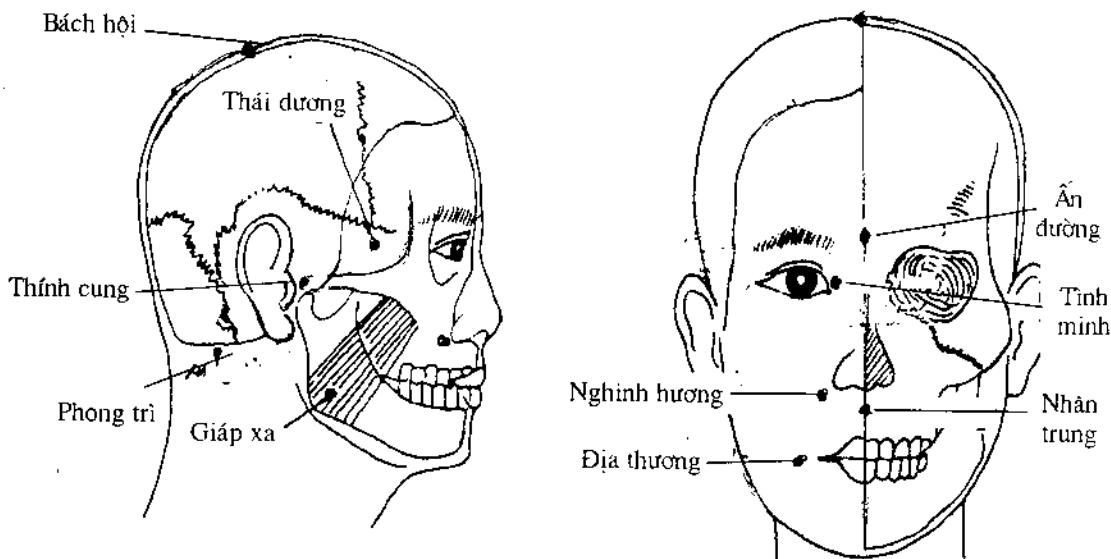
- 5.1. Hợp cốc là tổng huyệt vùng đầu, mặt cổ.
- 5.2. Liệt khuyết là tổng huyệt vùng gáy, hầu họng và chi trên.
- 5.3. Nội quan là tổng huyệt vùng thượng tiêu.
- 5.4. Túc tam lý là tổng huyệt vùng trung tiêu và chi dưới.
- 5.5. Tam âm giao là tổng huyệt vùng hạ tiêu.
- 5.6. Uỷ trung là tổng huyệt lung và thắt lung.

6. Vị trí và tác dụng điều trị của 50 huyệt thường dùng theo từng vùng cơ thể

6.1. Vị trí và tác dụng huyệt vùng đầu mặt cổ

TT	TÊN HUYỆT	VỊ TRÍ HUYỆT	TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ
1	Bách hội	Là giao điểm hai đường nối hai đỉnh tai và đường giữa sống mũi.	Đau đầu, mất ngủ, trĩ, lồi rom, các chứng sa.
2	Ân đường	Điểm giữa đầu trong hai cung lông mày.	Ngạt mũi, chảy máu cam, đau đầu vùng trán, trẻ em co giật.
3	Tinh minh	Chỗ lõm cách góc trong mí mắt đo lên trên 2 mm.	Liệt dây thần kinh VII, chắp lẹo, viêm tuyến lệ, viêm màng tiếp hợp.
4	Thái dương	Sau đuôi mắt một tấc, sát bờ trên móm tiếp xương thái dương.	Đau đầu, đau răng, các bệnh về mắt (viêm màng tiếp hợp, glôcôm, giảm thị lực).
5	Nghinh hương	Trên đường cánh mũi, nơi gấp rãnh mũi miệng.	Viêm mũi dị ứng, ngạt mũi, chảy nước mũi, chảy máu cam liệt dây thần kinh VII.
6	Nhân trung	1/3 phía trên rãnh nhân trung.	Cấp cứu ngạt, truy tim mạch, co giật trẻ em, liệt dây thần kinh VII.
7	Giáp xa	Phía trước góc xương hàm dưới một khoát cắn chặt răng, huyệt nằm ở đỉnh cao nhất của cơ nhai.	Liệt dây VII cứng hàm, đau răng hàm dưới.

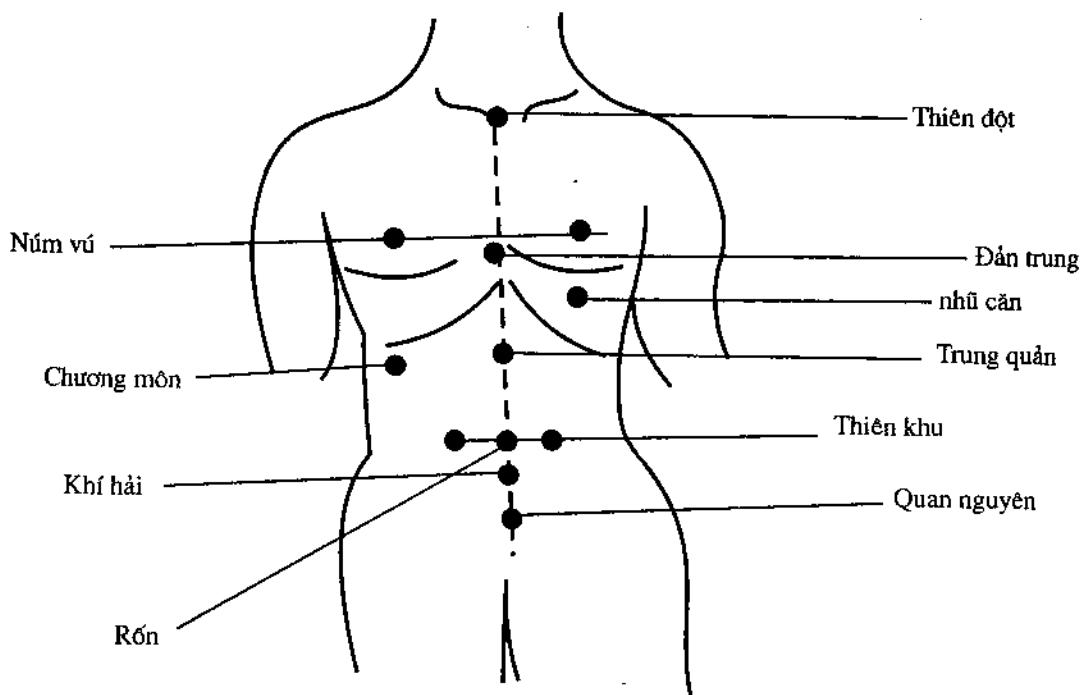
8	Ê phong	Chỗ lõm giữa xương hàm dưới và xương chũm, áp sát dài tai vào rãnh cổ hàm, đỉnh dài tai ở đâu là huyệt ở đó.	Liệt dây VII, đau mặt đau răng, bệnh về tai (viêm tuyến mang tai, điếc, ủ tai).
9	Phong trì	Từ khe xương chẩm và cổ I (C1) đo ngang ra hai thốn, huyệt nằm ở chỗ cơ lõm cơ thang, cơ ức đòn chũm và xương chẩm.	Đau vai gáy, tăng huyết áp, cảm mao, nhức đầu, hoa mắt, chóng mặt, đau mắt đỏ, sốt cao.
10	Thính cung	Chỗ lõm trước và ở giữa chân bình tai, há miệng lấy huyệt.	Liệt dây VII, ủ tai, viêm tuyến mang tai, điếc.



Hình 5. Huyệt vùng đầu, mặt, cổ.

6.2. Vị trí và tác dụng huyệt vùng bụng, ngực

TT	TÊN HUYỆT	VỊ TRÍ HUYỆT	TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ
1	Thiên đột	Chỗ lõm sát bờ trên xương ức.	Đau họng, mất tiếng, khản tiếng, ợ nấc, hen xuyễn.
2	Đản trung (Chiên trung)	Điểm giữa đường nối hai núm vú, trên đường ngang qua liên sườn thứ bốn giữa xương ức.	Đau ngực, khó thở, hen xuyễn, nấc, ít sữa.
3	Trung quản	Điểm giữa đường nối từ mũi ức đến rốn (cách mũi ức và rốn bốn thốn).	Đau dạ dày, ợ chua, nôn mửa, ỉa lỏng, đầy hơi, ăn chậm tiêu, bụng chướng.
4	Khí hải	Thẳng dưới rốn 1,5 thốn trên đường giữa bụng.	Đau quanh rốn, các bệnh về sinh dục và kinh nguyệt : Đái dầm, suy nhược cơ thể, hạ huyết áp.
5	Quan nguyên	Thẳng dưới rốn ba thốn trên đường giữa bụng.	Chữa các bệnh về sinh dục và tiết niệu, bổ toàn thân, cấp cứu trụy tim mạch.
6	Nhũ căn	Nằm khe liên sườn V, bờ trên xương sườn VI trên đường núm vú.	Tắc tia sữa, ít sữa, đau ngực, đau dây thần kinh liên sườn.
7	Thiên khu	Từ rốn đo ngang ra hai thốn.	Đau bụng quanh rốn, sôi bụng, ỉa chảy, chướng bụng.
8	Chương môn	Đầu chót xương sườn XI	Đau mạn sườn, kém ăn, đầy chướng bụng.



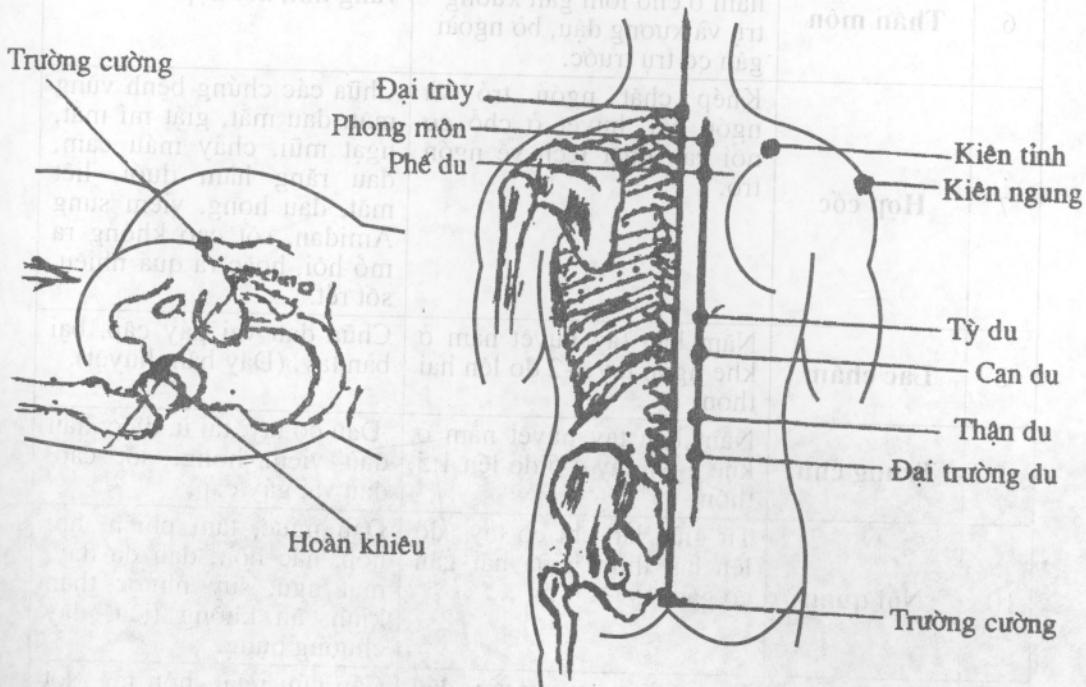
Hình 6. Huyệt vùng ngực, bụng

6.3. Vị trí và tác dụng huyệt vùng lưng vai

TT	TÊN HUYỆT	VỊ TRÍ HUYỆT	TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ
1	Đại trùy	Nằm sát dưới mõm gai đốt sống cổ VII (C1).	Đau cổ gáy, đau đầu, cảm cúm, sốt cao, tiết dịch phế quản, bổ cơ thể.
2	Kiên tĩnh	Là giao điểm của đường nối từ huyệt đại trùy đến đỉnh cao nhất của khớp cùng vai dòn và đường thẳng từ núm vú lên.	Đau cổ gáy, đau vai, đau cánh tay không giơ lên được, đau lưng trên, tắc tia sữa, đau vú.
3	Phong môn	Dưới mõm gai đốt sống lưng hai (D2) đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau đầu, cứng gáy, cảm mạo, sốt, ho, nóng trong ngực. Cứu phòng cảm mạo.
4	Phế du	Dưới mõm gai đốt sống lưng (D3), đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau lưng, cứng gáy, veo cổ, ho ra máu, hen suyễn, leo mắt (chích máu), mồ hôi trộm.
5	Can du	Dưới mõm gai đốt sống lưng IX (D9), đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau mắt, hoa mắt, chóng mặt, đau tức sườn ngực, vàng da.

6	Tỳ du	Dưới mỏm gai đốt sống lưng XI (D11), đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau dạ dày, đầy chướng bụng, kém ăn, ỉa lỏng, ăn chậm tiêu, vàng da.
7	Thận du	Dưới mỏm gai đốt sống thắt lưng II (L2), đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau thắt lưng, ù tai, hoa mắt, đau váng, di động tinh, bệnh về sinh dục và tiết niệu, phù thũng.
8	Đại trườn du	Dưới mỏm gai đốt sống thắt lưng IV (L4), đo ngang ra 1,5 thốn.	Đau thắt lưng, dây thần kinh toạ, bại liệt chi dưới, sôi chướng bụng, ỉa lỏng, táo bón, kiết lỵ.
9	Hoàn khiêu	Điểm nối 1/3 ngoài và 2/3 trong của đường nối từ gai xương cụt IV (S4) với máu chuyển lớn xương đùi.	Đau khớp háng, đau thần kinh toạ, bại liệt chi dưới.
10	Trường cường	Đầu xương cụt.	Trĩ, sa trực tràng, phạm phòng.
11	Giáp tích	Dưới mỏm gai đốt sống đo ra hai bên 1/2 thốn (từ C1 đến L5).	Đau thần kinh liên sườn, đau thần kinh sống lưng.

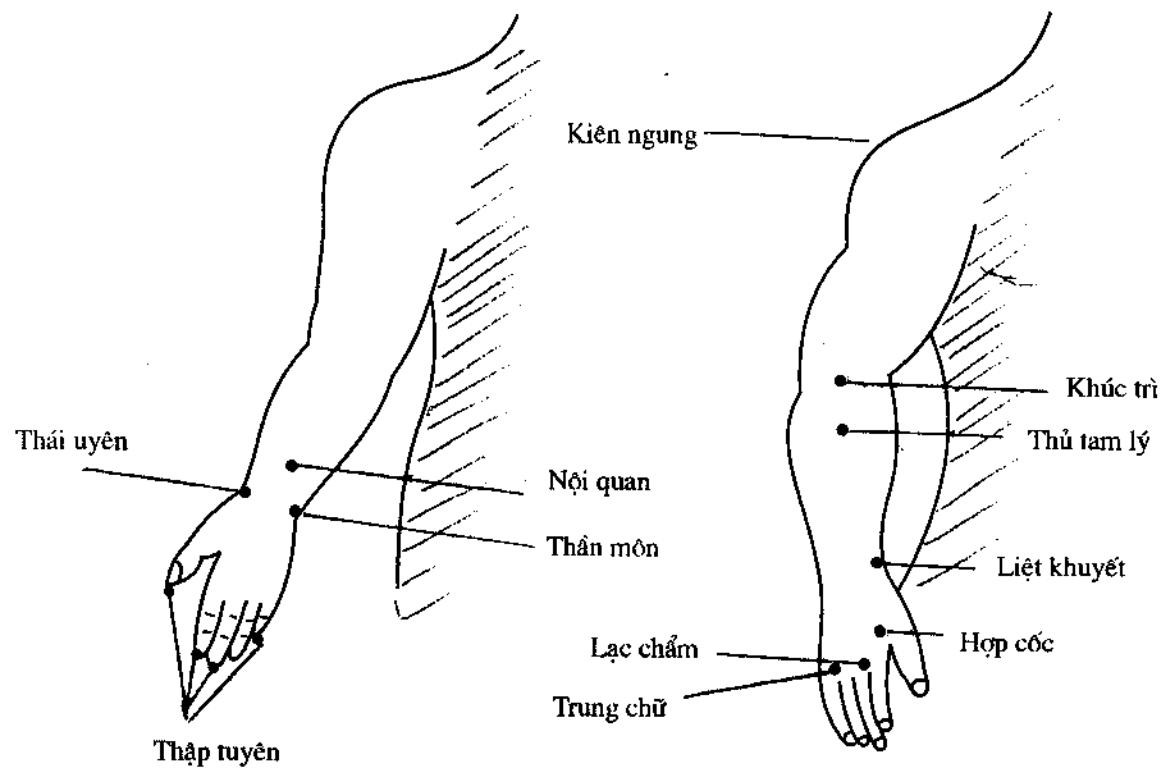
Trường cường



Hình 7: Huyết vùng vai, lưng

6.4. Vị trí và tác dụng huyệt chi trên

TT	TÊN HUYỆT	VỊ TRÍ HUYỆT	TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ
1	Kiên ngung	Dang ngang cánh tay huyệt ở hõm trên đỉnh vai, phía trước mỏm cùng vai đòn.	Đau vai, bại liệt chi trên.
2	Khúc trì	Gấp khuỷu tay 90° huyệt ở đầu ngoài nếp lắn khuỷu tay.	Đau cẳng, cánh tay, vai, liệt chi trên, sốt cao, mụn nhọt, mẩn ngứa, dị ứng.
3	Thủ tam lý	Dưới huyệt khúc trì hai thốn về phía cẳng tay (nối khúc trì và huyệt thái uyên).	Bại liệt chi trên, đau nhức cổ vai, đau bụng nôn mửa, nấc, say tàu xe.
4	Liệt khuyết	Nằm cách mỏm chân quay 1,5 thốn về phía cẳng tay.	Hà sốt, đau cẳng tay, đau cổ tay, đau vai gáy, hầu, họng.
5	Thái uyên	Khe hớp cổ tay, bờ trong gân co, duỗi ngón cái phía ngoài động mạch quay (móm châm quay).	Hen xuyên, ho, ho ra máu, viêm thanh quản.
6	Thần môn	Cuối lằn chỉ cổ tay, huyệt nằm ở chỗ lõm gần xương trụ và xương đầu, bờ ngoài gân cơ trụ trước.	Mất ngủ, hay quên. Đau vùng tim, hối hộp.
7	Hợp cốc	Khép chặt ngón trỏ và ngón cái, huyệt ở chỗ cơ nổi cao nhất lệch về ngón trỏ.	Chữa các chứng bệnh vùng mặt, đau mắt, giật mí mắt, ngạt mũi, chảy máu cam, đau răng hàm dưới, liệt mặt, đau họng, viêm sưng Amidan, sốt cao không ra mồ hôi, hoặc ra quá nhiều, sốt rét.
8	Lạc chẩm	Nằm bàn tay huyệt nằm ở khe ngón tay 1-2 do lên hai thốn.	Chữa đau vai gáy cấp, bại bàn tay. (Day bấm huyệt).
9	Trung chữ	Nằm bàn tay huyệt nằm ở khe ngón tay 4-5 do lên 1,5 thốn.	Đau cổ tay, tai ử, điếc, đau đầu viêm họng, sốt cao, đau vai gáy cấp.
10	Nội quan	Từ giữa lằn chỉ cổ tay do lên hai thốn, giữa hai gân cơ gan tay.	Đau ngực, tâm phiền, hồi hộp, nắc nôn, đau dạ dày, mất ngủ, suy nhược thần kinh, ăn không tiêu, đầy chướng bụng.
11	Thập tuyên	Đỉnh chóp của mười đầu ngón tay.	Cấp cứu ngất, hôn mê, sốt cao, (chích năn máu), viêm Amidan.

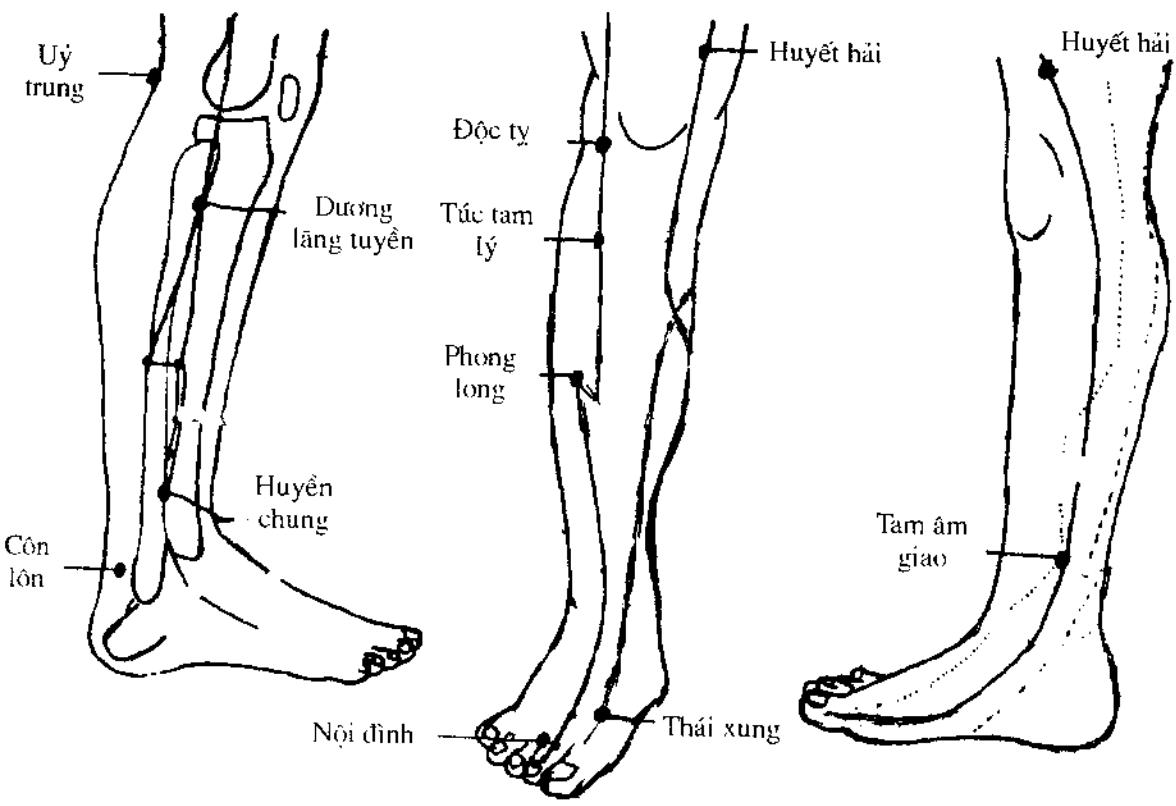


Hình 8. Huyệt vùng chi trên

6.5. Vị trí và tác dụng huyệt chi dưới

TT	TÊN HUYỆT	VỊ TRÍ TÊN HUYỆT	TÁC DỤNG ĐIỀU TRỊ
1	Huyết hải	Co đầu gối lấy điểm giữa bờ trên xương bánh chè đè lên một thốn, đè vào trong hai thốn.	Kinh nguyệt không đều, rong kinh, bế kinh, đau khớp gối, dị ứng, đau thần kinh đùi.
2	Độc ty	Co đầu gối để lộ hai lõm huyệt ở góc dưới ngoài xương bánh chè.	Đau sưng khớp gối, thấp khớp.

3	Túc tam lý	Tử huyết độc ty do xuống dưới hai thốn.	Nâng cao thể trạng, kích thích tiêu hoá, liệt hai chi dưới, đau dạ dày, tắc tia sữa, viêm tuyến vú, ăn uống kém, táo bón, ỉa chảy.
4	Dương lăng tuyễn	Chỗ lõm giữa đầu khe xương mác và xương chày.	Đau khớp gối, té mặt ngoài cẳng chân, co rút chân tay, chân tay khó co duỗi, đau thần kinh liêm sùn.
5	Phong long	Đinh mắt cá ngoài đو lên tám thốn hoặc điểm giữa đường nối từ đinh mắt cá ngoài với độc ty.	Tê nhức cẳng chân, bại chi dưới, long đờm, đau ngực, hen xuyễn, đờm tích, nôn.
6	Huyền chung	Đinh mắt cá ngoài đو thẳng lên ba thốn sát bờ trước xương mác.	Liệt 1/2 người, liệt chi dưới, đau vai gáy cấp, nhức trong xương.
7	Tam âm giao	Đinh mắt cá trong đو thẳng lên ba thốn sát bờ sau xương chày.	Rong kinh, bế kinh, di động tinh, dai buốt, dai rất, dai dâm, đau sưng cổ chân, đầy bụng, ỉa chảy, tiêu hoá kém, chán ăn, suy nhược cơ thể.
8	Thái xung	Khe khớp ngón chân 1-2 đو lên phía mu chân hai thốn.	Đau cổ chân, sốt cao, co giật, cơn tăng huyết áp, rong kinh, dai rất, dai đục.
9	Nội định	Ép sát hai ngón chân 2-3 vào nhau huyết nằm ở đầu kẽ phía mu bàn chân.	Đau bụng, đau răng hàm trên, đau họng, ỉa lỏng, ăn kém, sốt không ra mồi hôi.
10	Côn lôn	Điểm nối giữa đinh mắt cá ngoài và bờ trong gân gót.	Đau khớp cổ chân, đau lưng không cúi ngửa được, đau thần kinh toa, cứng cổ, gáy, rong kinh, đau đầu, đau mắt, sốt rau, chảy máu cam, rau bong châm.
11	Dũng tuyễn	Giữa lòng bàn chân, điểm 1/3 phía ngón chân trên đường nối dọc từ giữa gót chân đến ngón 2 (chỗ lõm gan bàn chân).	Ngất, đau sưng họng, bí daí sau đẻ, đau mặt trong đùi, nóng lạnh bàn chân, váng đầu, hoa mắt, thoát vị đùi.
12	Uỷ trung	Điểm giữa nếp lèn khoeo chân.	Đau khớp gối, đau thắt lưng, cảm nắng, ỉa chảy.



Hình 9. Huyết vùng chi dưới.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 4 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống

1. Kinh lạc là.....(A).... chỉ đạo các khâu chẩn đoán.....(B)....

A.

B.

2. Kinh là những đường thẳng.....(A).... Lạc là những ... (B)..

A.

B.

3. Mười hai đường kinh chính gồm:(A) ... và hai mạch..(B)....

A.

B.....

4. Huyệt là một điểm(A)... trên đường kinh, đường lạc(B)...

A.

B.....

* Phân biệt đúng sai các câu từ 5 đến 18 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
5	Bách hội: Là giao điểm hai đường nối hai đỉnh tai và đường giữa sống mũi		
6	Thái dương: Điểm giữa hai đầu trong cung lông mày.		
7	Giáp xa: Chỗ lõm giữa xương hàm dưới và xương chũm, ấn dái tai xuống rãnh tới đâu là huyệt ở đó.		
8	Khí hải: Thẳng dưới rốn 1,5 thốn trên đường giữa bụng.		
9	Thiên đốt: Điểm giữa đường nối hai núm vú.		
10	Đại trùy: Nằm sát dưới mỏm gai đốt sống cổ VII (C1).		
11	Phế du: Đốt sống lưng D 2 đo ngang ra 1,5 thốn.		
12	Tỳ du: Dưới mỏm gai đốt sống lưng XI (D11), đo ngang ra 1,5 thốn.		
13	Thận du: Dưới mỏm gai đốt sống thắt lưng II (L2), đo ngang ra 1,5 thốn.		
14	Thủ tam lý: Dưới huyệt khúc trì hai thốn về phía cẳng tay.		
15	Thần môn: Cuối lằn chỉ cổ tay, huyệt nằm ở chỗ lõm gần xương trụ và xương đầu, bờ ngoài gần cơ trụ trước.		
16	Nội quan: Từ lằn chỉ cổ tay đo lên 2,5 thốn giữa hai gân cơ bàn tay.		
17	Túc Tam lý: Từ huyệt độc ty đo xuống dưới hai thốn.		
18	Tam âm giao: Đỉnh mắt cá đo thẳng lên ba thốn sát bờ sau xương chày.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 19 đến 22 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái các đầu câu trả lời được chọn.

19. A. Ba kinh âm ở tay là: Phế, Tâm, Can.

B. Ba kinh dương ở tay là: Đại trườn, Tiểu trườn và Thận.

C. Ba kinh dương ở chân là: Vị, Bàng quang, Đởm.

D. Mạch Nhâm quản lý các kinh dương.

E. Mạch Đốc chạy ở phía trước của ngực.

20. A. Tổng huyệt của vùng trung tiêu và chi dưới là: Tam âm giao.
B. Tổng huyệt của vùng gáy, hẫu, họng và chi trên là: Nội quan.
C. Tổng huyệt của vùng hạ tiêu là: Uỷ trung.
D. Tổng huyệt của vùng đầu mặt, cổ là: Hợp cốc.
E. Tất cả các ý trên.
21. A. Bách hội chữa đau đầu, cảm mạo, tăng huyết áp.
B. Giáp xa chữa đau vai gáy, cao huyết áp, cảm mạo.
C. Thiên đột chữa viêm tuyến vú, tắc tia sữa.
D. Nhũ căn có tác dụng an thần.
E. Phế du chữa tăng huyết áp.
22. A. Huyệt Thận du nằm ở đốt sống L2 sang ngang 3 thốn.
B. Huyệt Kiên ngung nằm cuối nếp lăn khuỷu tay.
C. Huyệt Thập tuyêt nằm ở đỉnh của 10 đầu ngón tay.
D. Huyệt Thái uyên nằm ở chính giữa lăn chỉ cổ tay.
E. Huyệt Tình minh nằm chính giữa xương gò má.

Bài số 6

KỸ THUẬT CHÂM CỨU

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được định nghĩa, tác dụng của châm - cứu.
2. Biết cách châm - cứu đúng kỹ thuật.
3. Trình bày được chỉ định, chống chỉ định, tai biến và cách xử trí của châm - cứu.

1. Định nghĩa châm - cứu

- Châm: Là dùng kim châm vào một điểm trên da (tùy theo độ nông sâu của huyệt).
- Cứu: Là dùng sức nóng kích thích trên huyệt truyền sự nóng qua huyệt vào cơ thể.

2. Tác dụng châm - cứu

- Điều hoà khí huyết, thông kinh lạc.
- Lập lại cân bằng Âm Dương trong cơ thể.
- Giảm đau, chống co thắt, nâng cao thể trạng (chính khí).

3. Nguyên tắc châm - cứu

- Hư: Chính khí và sức đề kháng cơ thể suy giảm, phải châm bổ.
- Thực: Tà khí hay tác nhân gây bệnh quá mạnh, phải châm tẩy.
- Hàn: Sức nóng của cơ thể giảm sút, phải cứu.
- Nhiệt: Sức nóng của cơ thể quá tăng, phải châm tẩy hoặc châm niken máu không cứu được.

4. Chỉ định và chống chỉ định của châm - cứu

4.1. Chỉ định

Châm - cứu chỉ chữa các bệnh cơ năng và các triệu chứng cơ năng (không

giải quyết được các tổn thương thực thể).

- Thần kinh:

+ Đau đầu, mất ngủ, sốt cao, co giật.

+ Đau dây thần kinh ngoại biên như dây thần kinh toạ, dây thần kinh liên sườn, dây thần kinh VII.

+ Liệt 1/2 người do tai biến mạch máu não.

+ Liệt do di chứng bại liệt.

- Tuần hoàn:

Ngoại tâm thu, nhịp tim nhanh, tăng huyết áp.

- Hô hấp:

Khó thở, ho, cát cơn, hen phế quản (trung bình nhẹ).

- Tiêu hoá:

Đầy bụng khó tiêu, táo bón, cắt cơn đau dạ dày, giun chui ống mật, cơn co thắt đại tràng.

- Sinh dục và tiết niệu:

Bí đái, đái dầm, thống kinh, rong kinh, đi mộng tinh, viêm tuyến vú...

- Một số bệnh nhiễm trùng cấp:

Cháp, lẹo mắt, viêm màng tiếp hợp. Viêm họng, viêm thanh quản, viêm Amiđan.

- Châm tê để mở.

4.2. Chống chỉ định

* *Tuyệt đối:*

- Không châm - cứu chữa các bệnh cấp cứu.

- Không châm cho người quá yếu.

- Không châm cho người suy tim, người trạng thái thần kinh không ổn định.

- Cấm châm vào đầu vú và rốn.

- Cấm cứu cho bệnh nhân huyết áp cao.

- Cấm cứu cho bệnh nhân thể nhiệt.

* *Tương đối:*

- Vừa lao động nặng về.

- Đi mưa hoặc đi nắng về.

- No quá hoặc đói quá.

- Người đang tức giận quá.

- Phụ nữ đang thời kỳ hành kinh, phụ nữ có thai.

Chú ý:

- Một số huyệt cấm châm: Rốn, núm vú, thóp trẻ em, huyệt phong phủ (ở giữa xương chẩm và cổ một), á môn và cách khe đốt cổ I và cổ II đo ra nửa thoắt.
- Thận trọng khi châm - cứu huyệt:
 - + Liêm tuyễn: Ở giữa dưới sụn giáp.
 - + Nhân trung: 1/3 phía trên đường rãnh mũi môi.

5. Các tai biến của châm - cứu

5.1. Vụng châm (Sốc, say kim) là tai biến hay gấp cần xử trí nhanh.

- * *Nguyên nhân:* Là do sơ hãi các mạch máu co thắt gây thiếu máu ở não.
- * *Triệu chứng:* Nhẹ da tái dân có cảm giác nôn nao, choáng váng toát mồ hôi, chân tay lạnh. Nếu nặng có cảm giác khó thở, buồn nôn, ra mồ hôi trán, mất tri giác, ngất xỉu, mạch nhỏ, yếu khó bắt, chân tay lạnh, huyết áp tụt.

** Xử trí:*

- Trường hợp nhẹ.
 - + Đặt bệnh nhân nằm đầu thấp.
 - + Rút hết kim.
 - + Cho uống chè đường nóng, nằm nghỉ 10 phút đến 15 phút, nằm tránh gió lùa.
 - + Day huyệt nhân trung, nâng cao hai chân, xát nóng lòng bàn tay, bàn chân, cho uống nước chè đường nóng có gừng... nằm nghỉ 30 phút.
- Trường hợp nặng.
 - + Tiêm thuốc trợ tim và chuyển ngay tới khoa hồi sức cấp cứu.

5.2. Châm vào mạch máu

- Khi châm các huyệt gần mạch máu lớn không được vê kim.
- Khi rút kim máu chảy chỗ châm dùng bông khô day cầm máu.
- Nếu máu chảy tụ lại bên trong gây đám bầm tím chườm nóng sẽ tan dần.

5.3. Châm vào nội tạng

- Không châm sâu các huyệt khi nằm sát phủ tạng.

- Khi châm vào phủ tạng rút kim ra ngay và chuyển khoa hồi sức cấp cứu.

5.4. Châm vào thần kinh

- Khi châm vào dây thần kinh bệnh nhân như thấy điện giật dọc theo đường đi của thần kinh. Không được tiến kim, vê kim, rút kim mà lưu kim lại khi làm thủ thuật bổ - tả.

5.5. Tai biến do kim

- Kim bị mứt chặt do cơ co mạnh hoặc bệnh nhân thay đổi tư thế khi đã châm.

Xử trí: Đưa bệnh nhân về tư thế cũ, bấm kích thích mạnh vùng quanh kim, sau đó rút kim.

- Kim gãy do bị giật chấn tiếp giáp cán và thân kim.

Xử trí: Nếu gãy hở đầu kim còn lộ ra ngoài da, dùng panh kẹp rút kim. Nếu đầu kim gãy sát bằng mặt da dùng hai ngón tay ấn mạnh da ở hai bên đầu kim gãy để kim nhô lên rồi dùng kẹp lôi ra. Nếu kim nằm chìm sâu trong da cần garo trên chấn gãy chuyển sang ngoại rạch gấp.

5.6. Bỏng: Sau khi cứu nếu chấn nỗi nốt phỏng phải đề phòng nhiễm khuẩn, phải xử trí như bỏng.

Không cứu nhiều huyệt một lúc. Theo dõi sát bệnh nhân cứu khi cứu bằng mỗi ngài chặn không thay đổi tư thế. Khi cứu xong cần dập tắt hoàn toàn mỗi ngài để tránh không hoả hoạn.

5.7. Nhiễm trùng do thuỷ châm

Xử lý: Như tai biến áp-xe trong tiêm bắp.

6. Thủ thuật bổ - tả áp dụng trong châm

Thủ thuật	Bổ	Tả
Thở ra	Châm kim vào	Rút kim ra
Hít vào	Rút kim ra	Châm kim vào
Đường kính	Xuôi đường kính	Ngược đường kính
Cường độ	Không vê kim	Rung, vê kim 3'-7'/lần
Thời gian	20'-30'	15'-20'
Rút kim	Nhanh	Từ từ
	Bịt lỗ chân kim	Để hở lỗ chân kim

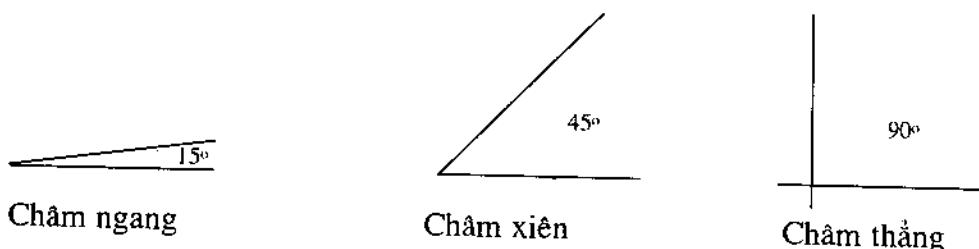
7. Thủ thuật châm

7.1. Góc độ của kim

- Châm ngang: Kim và mặt da tạo góc 15° châm đầu, mặt, trán, nơi chỉ có da và có cơ mỏng.

- Châm xiên: Kim và mặt da tạo góc 45° , thường châm ở vùng bụng, ngực.

- Châm thẳng: Kim và mặt da tạo góc 90° , thường châm ở vùng sâu.



Hình 10. Các góc châm kim

7.2. Độ sâu của kim

- Tùy thuộc vùng châm và thể trạng của người bệnh béo, gầy.

7.3. Cảm giác đắc khí

Cảm giác đắc khí biểu hiện lượng kích thích đến ngưỡng tác dụng. Châm không đắc khí thì chưa đạt tới kết quả điều trị tối đa.

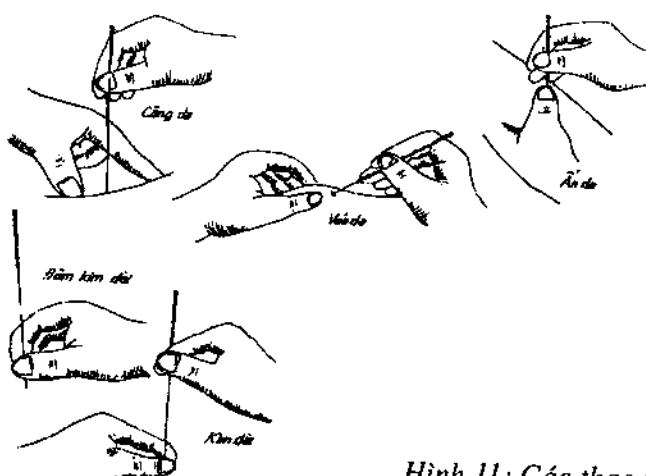
- Về phía thầy thuốc: Khi tiến kim cảm thấy có lực giữ kim lại không lỏng lẻo và thấy màu da quanh kim châm thay đổi.

- Về phía người bệnh: - Có cảm giác cẳng tức nơi châm (không phải là đau buốt).

- Khi tiến kim đến độ sâu qui định mà vẫn chưa đắc khí cần làm những thủ thuật sau:

+ Vẽ kim, mổ cò tăng kích thích.

+ Chờ một lát vẽ kim hoặc búng cán kim hoặc gãi cán kim, nếu vẫn chưa đắc khí thì làm lại nhiều lần.



Hình 11: Các thao tác châm kim

7.4. Lưu kim theo thủ thuật bổ tǎ

7.5. Rút kim theo thủ thuật bổ tǎ

7.6. Thủ thuật bổ tǎ áp dụng trong châm cứu (xem bảng trên).

7.7. Nguyên tắc

- * Hư thì bổ, thực thì tả.
- * Hư hàn thì cứu, thực nhiệt thì cấm cứu.
- * Thể hư hàn phải châm bổ và kết hợp cứu.
- * Thể thực nhiệt phải châm tả, không được cứu.
- * Nếu thể trạng hàn mắc bệnh nhiệt châm bình bổ - bình tả.
- * Nếu thể trạng hay thể bệnh ôn lương (không nóng, không lạnh) phải châm bình bổ - bình tả hoặc ôn châm.

8. Thủ thuật cứu

8.1. Ché mồi ngải và điếu ngải

Lấy lá ngải khô vò nát loại bỏ cành cuống.

Phần còn lại: ngải nhung.

- Làm mồi ngải: Dùng 3 đầu ngón tay cái, trỏ và giũa, dùm một lượng ngải nhung bằng đầu ngón tay sửa thành hình tháp rồi đặt trên một lát gừng.

- Làm điếu ngải dùng giấy bản hoặc giấy thấm không để lại tàn cứng, cuốn ngải nhung thành những điếu to hơn điếu thuốc lá, đường kính khoảng 1cm, dài 8 - 10 cm.

8.2. Thao tác cứu

* *Cứu lót dưới mồi ngải*.

Cứu mồi ngải: Đặt mồi ngải và lát gừng lên huyệt vị, dùng diêm đốt cháy mồi ngải. Khi bệnh nhân thấy nóng thì lót thêm một lát gừng mới, khi mồi ngải cháy hết cầm cả lát gừng lên, gạt tàn và làm mồi ngải tiếp liên tục đến khi nào đạt yêu cầu. Trung bình ba mồi ngải cho mỗi một lần cứu 30 phút. Đối với người già thời gian cứu lâu hơn.

* *Cứu điếu ngải*: Dùng điếu ngải đã châm lửa hơ lên huyệt đã xác định cần cứu cách mặt da 1cm, thời gian mỗi huyệt 3 phút.

8.3. Kỹ thuật phối hợp châm - cứu

Trên một bệnh nhân có thể dùng phương pháp châm và cứu, gọi là ôn châm.

Có huyệt châm có huyệt cứu:

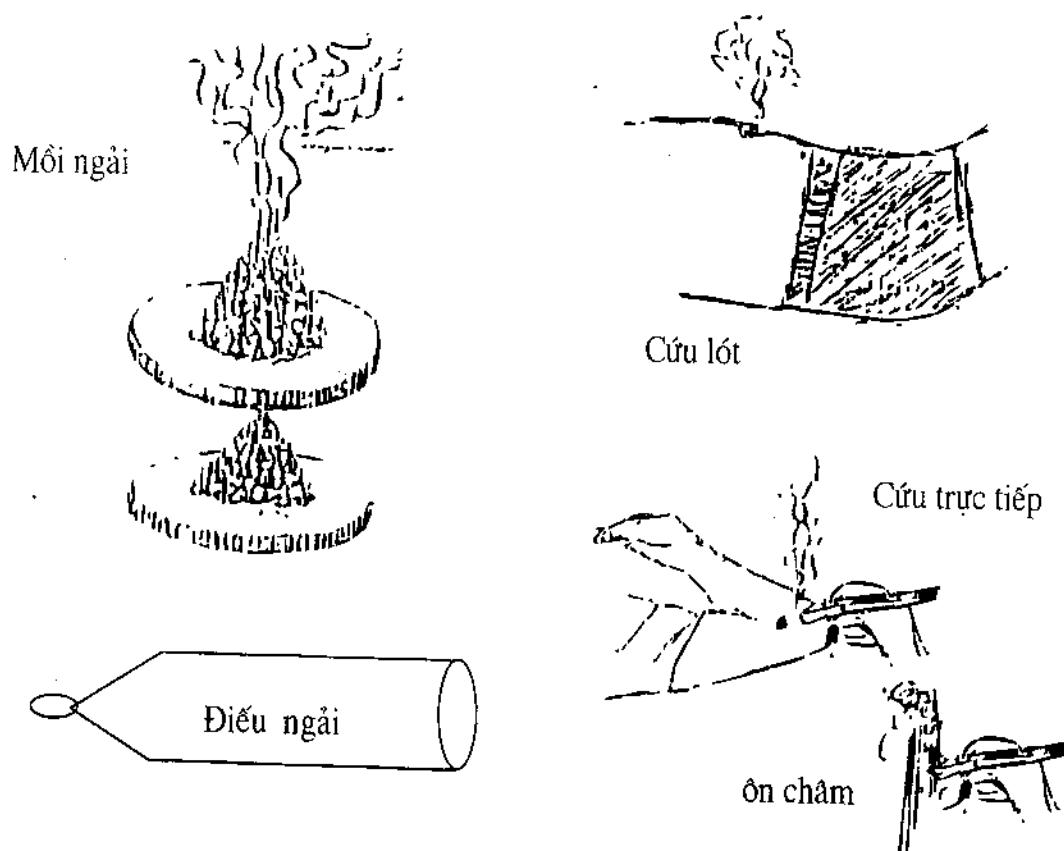
Ví dụ: Chữa bệnh nhức đầu do thiếu máu.

Châm các huyệt vùng đầu chữa nhức đầu (chữa triệu chứng ngọn).

Cứu huyệt Cách du, Cao hoang chữa thiếu máu (chữa nguyên nhân gốc).

9. Ôn châm

- Dùng kim châm vào huyệt.
- Dùng mồi ngải hơ nóng lên cán kim truyền sức nóng qua kim vào huyệt, làm nóng nơi châm.



Hình 12. Các cách cứu ngải

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 3 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Châm là: ... (A) ... cứu là: ... (B) ...

A.

B.

2. Tác dụng của châm - cứu là: ... (A) ..., ... (B)

A.

B.

3. Nguyên tắc châm - cứu là:

A.

B.

C.

D.

* Phân biệt đúng sai các câu từ 4 đến 8 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
4	Châm cứu chữa đau đầu, mất ngủ, sốt cao.		
5	Châm chữa được bệnh tăng huyết áp.		
6	Châm cứu để cấp cứu cho bệnh nhân.		
7	Có thể châm vào rốn bệnh nhân.		
8	Có thể châm tê để mổ.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ câu 9 đến câu 12 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn.

9. Những tai biến của châm cứu là:

- A. Vụng châm.
- B. Châm vào mạch máu.
- C. Châm vào nội tạng.
- D. Gây kim.
- E. Tất cả các câu trên.

10. Thủ thuật châm bổ có đặc điểm:

- A. Vẽ kim.
 - B. Rút kim từ từ.
 - C. Châm ngược đường kinh.
 - D. Châm xuôi đường kinh.
 - E. Tất cả các ý trên.
11. Cảm giác đắc khí ở người thầy thuốc là:
- A. Thấy đau ở nơi châm.
 - B. Thấy có lực giữ kim lại không lồng léo.
 - C. Thấy màu da quanh kim châm thay đổi.
 - D. Hỏi cảm giác thấy bệnh nhân dễ chịu.
 - E. Tất cả các ý trên.
- 12.
- A. Tai biến của châm cứu: Bỏng, sốc, gãy kim, chảy máu.
 - B. Chống chỉ định của châm cứu các bệnh tổn thương thực thể.
 - C. Chỉ định của cứu: Bệnh nhân tăng huyết áp.
 - D. Được châm vào vùng rốn và đầu vú.
 - E. Tất cả các ý trên.

Bài số 7

CÔNG THỨC HUYỆT VỊ CHỮA MỘT SỐ BỆNH THÔNG THƯỜNG BẰNG CHÂM CỨU

Mục tiêu học tập

Trình bày được công thức huyệt điều trị một số bệnh thông thường.

1. Đau đầu

- Chỉ định:

- + Đau đầu do cảm mạo.
- + Đau đầu mất ngủ do suy nhược thần kinh.
- + Đau đầu do huyết áp cao.

- Công thức huyệt:

- + Đau vùng trán và đỉnh đầu: Huyệt bách hội, án đường, thái dương, hợp cốc.
- + Đau từ đỉnh đầu lan đến gáy: Bách hội, phong trì, liệt khuyết, nếu ủ tai thêm huyết thính cung.

2. Đau dây thần kinh hông to (Thần kinh tọa)

- Chỉ định :

- + Đau dây thần kinh hông to.
- + Bại chi dưới, thấp khớp chi dưới.

- Công thức huyệt :

- + Đại trường du (2 bên), hoàn khiếu.
- + Đau dây thần kinh tọa thêm: Uỷ trung, côn lôn, dương lăng tuyễn.
- + Nếu bại chi dưới hoặc thấp khớp thêm: Độc ty, huyết hải, á thị huyết.

3. Liệt mặt

* Chỉ định:

- Liệt dây thần kinh số VII ngoại biên.
- Liệt mặt do tai biến mạch máu não.

* Công thức huyệt:

- Châm tại chỗ: Châm xuyên huyệt:
 - + Từ toàn trúc xuống tình minh.
 - + Từ thái dương sang đồng tử liêu.
 - + Từ địa thương sang giáp xa.
- Châm huyệt: Nhân trung, nghinh hương.
- Châm huyệt xa: Hợp cốc bên đối diện.

4. Cắt cơn đau dạ dày

- Chỉ định:

- + Đau vùng thượng vị lan sang màng sườn và xuyên ra sau lưng, ợ hơi, ợ chua.
- + Đau vùng thượng vị liên miên âm ỉ.

- Công thức huyệt:

- + Trung quản, nội quan, túc tam lý, dương lăng tuyền.
- + Nếu ợ hơi nhiều thêm: Khí hải.

5. Hen phế quản

- Chỉ định

- + Cắt cơn hen phế quản.

- Công thức huyệt :

- + Khi có cơn: Thiên đột, khúc trì, phong long, túc tam lý, nội quan.
- + Sau cơn: Thiên đột, phế du, tỳ du, thận du.

6. Tăng huyết áp

- Chỉ định:

- + Huyết áp tăng hơn mức bình thường.

- Công thức huyệt:

- + Bách hội, phong trì, ấn đường, thái dương, thái xung, nội quan, nội đình, thần môn, túc tam lý, tam âm giao.

7. Các bệnh về sinh dục và tiết niệu

- Chỉ định:

- + Đái dầm, đái buốt, đái rắt.

- + Kinh nguyệt không đều, thống kinh.

- Công thức huyệt:

- + Đái dầm, đái buốt, đái rắt: Quan nguyên, tam âm giao, thận du và day

huyệt trung cực.

+ Kinh nguyệt không đều thống kinh: Huyệt hải, khí hải, túc tam lý, quan nguyên, tam âm giao, thận du.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến 3 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Chỉ định chữa bệnh đau đầu..(A)... mất ngủ do suy nhược(B)... do huyết áp cao.

A.

B.

2. Chỉ định chữa đau dây thần kinh hông to: Đau thần kinh hông to... (A).(B) chi dưới.

A.

B.

3. Chỉ định chữa liệt mặt: Liệt dây thần kinh số(A)..... ngoại biên hoặc do tai biến(B)....

A.

B.

* Phân biệt đúng sai các câu từ 4 đến 9 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
4	Trong liệt dây thần kinh số VII ngoại biên, khi châm huyệt hợp cốc phải châm bên đối diện.		
5	Đau bại chi dưới, khớp gối chân. Huyệt: Đại trường du, hoàn khiêu, Ủy trung.		
6	Đau dạ dày châm các huyệt: Thiên đột, khúc trì, phế du.		
7	Tăng huyết áp châm các huyệt: Bách hội, phong trì, thái xung, nội đinh, nội quan, thần môn.		
8	Điều trị kinh nguyệt không đều. Châm các huyệt: Huyệt hải, khí hải, túc tam lý, quan nguyên, tam âm giao, thận du.		
9	Trong căn hen phế quản châm các huyệt: Thiên đột, khúc trì, phong long, túc tam lý, nội quan.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ câu 10 đến 12 bằng cách khoanh tròn vào các chữ cái đầu câu trả lời được chọn:

10. Công thức huyệt chữa cắt cơn đau dạ dày:

- A- Trung quản, nội quan, túc tam lý, dương lăng tuyễn.
- B - Khí hải, quan nguyên, trung cực, huyết hải.
- C - Thận du, đại trường du, ân môn, uỷ trung.
- D - Kiên tĩnh, kiên ngung, khúc trì, thập tuyễn.
- E - Tất cả các công thức trên đều đúng.

11. Công thức huyệt điều trị các bệnh về tiết niệu:

- A - Quan nguyên, tam âm giao, thận du.
- B - Túc tam lý, bách hội, thái xung.
- C - Nội quan, thần môn, phong trì.
- D - Đản trung, trung phủ, á thị huyệt.
- E - Tất cả các ý trên.

12. Châm cứu điều trị bệnh theo phác đồ sau:

- A - Huyệt tại chỗ.
- B - Huyệt toàn thân.
- C - Tổng huyệt.
- D - Huyệt á thị.
- E - Tất cả các ý trên.

Bài số 8

XOA BÓP BẤM HUYỆT CHỮA MỘT SỐ BỆNH THÔNG THƯỜNG

Mục tiêu học tập

1. Trình bày được nguyên tắc chỉ định, chống chỉ định và tác dụng của xoa bóp bấm huyệt.
2. Bắt chước được 16 thủ thuật xoa bóp bấm huyệt.
3. Thực hành được xoa bóp bấm huyệt một số bệnh thông thường.

1. Tác dụng xoa bóp bấm huyệt

- Thúc đẩy khí huyết lưu thông, tăng cường quá trình dinh dưỡng và trao đổi chất trong cơ thể.
- Xoa bóp bấm huyệt không chỉ tác dụng tại chỗ như da, cơ, gân, khớp mà còn tác dụng đến toàn thân, điều hòa những rối loạn và chức năng tạng phủ.

2. Nguyên tắc làm xoa bóp bấm huyệt

- Các thủ thuật thực hiện một cách nhẹ nhàng đồng thời động tác nhẹ đến mạnh thấm dần từ nông đến sâu - Da - cơ - gân - khớp - huyệt - vận động khớp.

Thủ thuật thực hiện phải có sức thấm sâu dần từ da đến cơ, đến gân khớp huyệt.

- Giải thích và động viên người bệnh cùng phối hợp với thầy thuốc khi làm xoa bóp bấm huyệt.

3. Chỉ định và chống chỉ định chữa bệnh bằng xoa bóp bấm huyệt

3.1. Chỉ định

Chữa các chứng đau thông thường như: Đau đầu do cảm mạo, đau do cơ co cứng, đau các dây thần kinh ngoại biên. Chữa các chứng bệnh do rối loạn hoặc

suy giảm chức năng tạng phủ, rối loạn tiêu hoá, suy nhược thần kinh, bại liệt chi, đau khớp...

3.2. Chống chỉ định

- Các bệnh cấp cứu ngoại khoa, nội khoa, nhi khoa và một số chuyên khoa như: Viêm ruột thừa, thủng dạ dày, ruột, xoắn ruột, chửa ngoài dạ con, u nang buồng trứng xoắn, glocom cấp, truy tim mạch, phổi phổi cấp...

- Các bệnh nhiễm trùng nặng như: Viêm não, viêm màng não, thương hàn, viêm phế quản, phổi... bệnh ngoài da như mụn nhọt, eczema... Bệnh nhân trong trạng thái không bình thường (no quá, đói quá, sợ hãi, tức giận) hoặc bệnh nhân quá suy yếu, thiếu máu nặng, suy tim.

4. Các thủ thuật xoa bóp bấm huyệt

4.1. Các thủ thuật xoa bóp tác động lên da

- Xoa: Dùng lòng bàn tay và ngón tay đặt nhẹ lên mặt da, xoa nhẹ nhàng quanh chỗ sưng đau, thường xoa từng vùng nơi sưng đau.

Chú ý: Xoa vùng bụng theo chiều kim đồng hồ.

- Xát: Dùng gốc bàn tay tỳ vào da, đẩy bàn tay đi theo một hướng nhất định.

- Miết: Dùng vân ngón tay cái hoặc ngón trỏ tỳ mạnh vào da, ngón tay di chuyển theo đường thẳng làm da căng.

+ Miết phân: Dùng hai ngón tay miết trái chiều nhau.

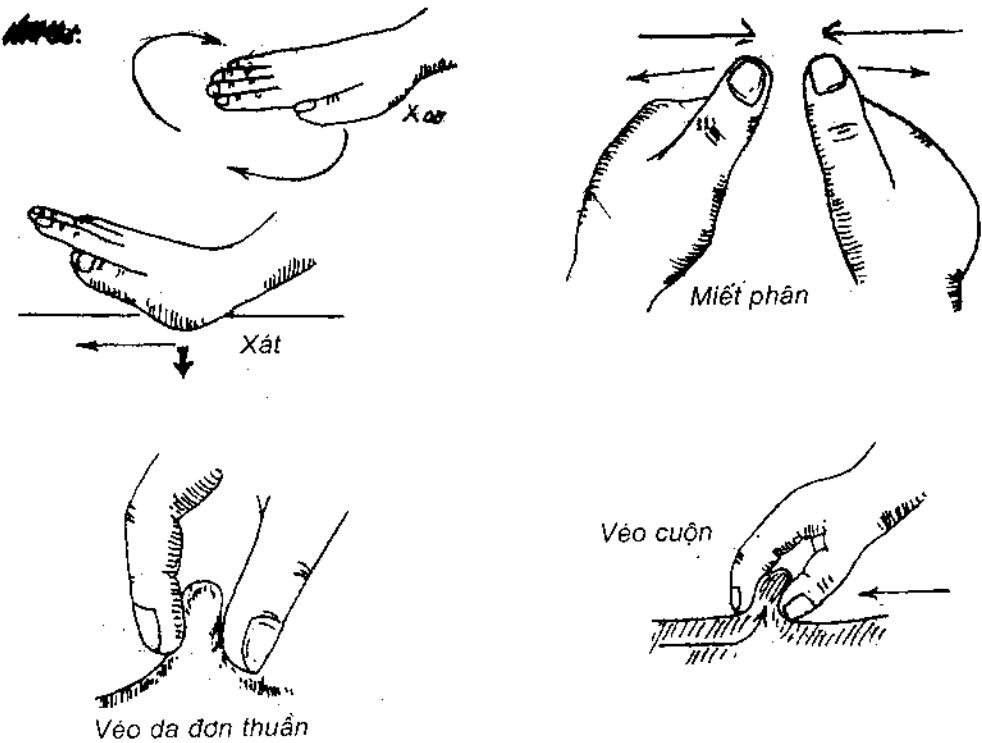
+ Miết hợp: Dùng hai ngón tay cùng miết từ hai điểm khác nhau cùng dồn về một điểm.

- Véo: Có hai cách véo: Véo đơn thuần và véo cuộn.

+ Véo đơn thuần: Dùng hai ngón tay kẹp, véo da và tổ chức dưới da lên thành một vết, véo lên rồi buông ra, tiếp tục làm nhiều lần.

+ Véo cuộn: Cả hai tay véo da và tổ chức dưới da lên thành một nếp, vừa véo vừa cuộn đẩy nếp da di chuyển.

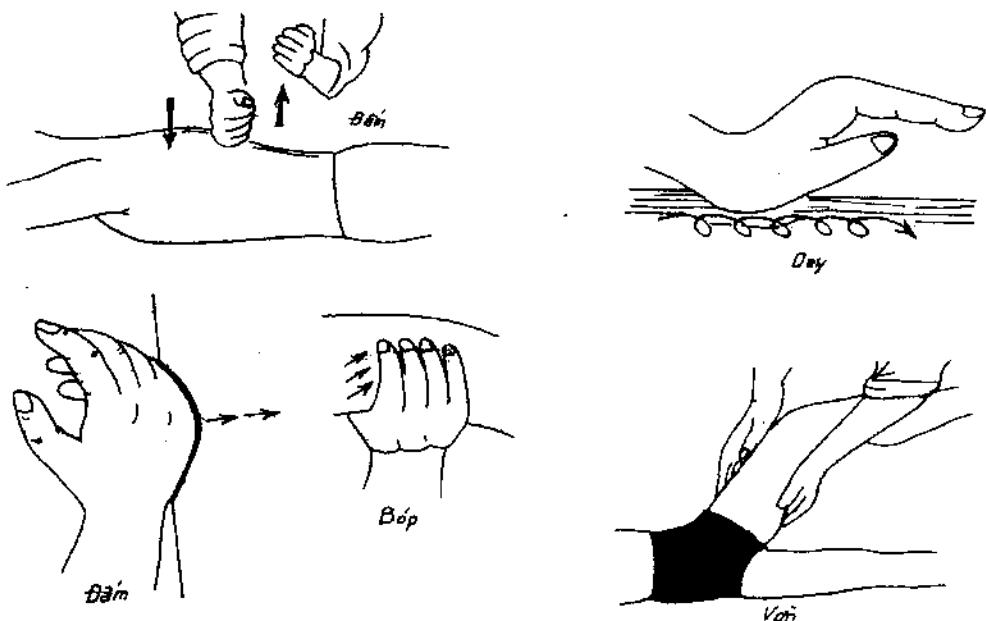
- Võ (phát): Khum bàn tay, các ngón sát chặt nhau, vỗ xuống mặt da tạo tiếng kêu bôm bốp và đỏ ửng da.



Hình 13. Các động tác tác động trên da.

4.2. Các thủ thuật tác động lên cơ

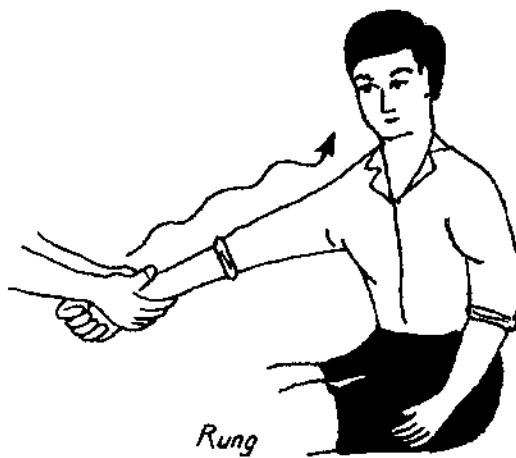
- **Day:** Dùng các đầu ngón tay hay gốc bàn tay hoặc mô ngón út tỳ mạnh vào khối cơ đồng thời day tròn.
- **Đấm:** Bàn tay nắm hờ, dùng mô út đấm vào khối cơ, hoặc bàn tay hơi xoè khi đấm phát ra những tiếng kêu như do các ngón dần dập vào nhau.
- **Lăn:** Hai cách lăn.
 - + Cách 1: Bàn tay khum, dùng gốc bàn tay hoặc mô út tỳ mạnh vào khối cơ, đồng thời lắc nhẹ cổ tay bàn tay di động trên khối cơ.
 - + Cách 2: Dùng các khớp giữa xương bàn tay và ngón tay tỳ vào khối cơ, bàn tay khum, vận động cổ tay để các khớp trên lần lượt đè vào khối cơ.
- **Vờn:** Hai bàn tay đặt đối diện qua khối cơ, vừa ấn vào khối cơ vừa di động ngược chiều nhau, khối cơ vừa được nhào bóp. Thường bắt đầu từ gốc chỉ dẫn truyền ra ngoài.



Hình 14. Các động tác tác động lên cơ.

4.3. Các thủ thuật tác động lên khớp

- **Rung** : Người bệnh ngồi thẳng trên ghế, tay buông thẳng, thây thuốc đứng hai tay nắm lấy cổ tay bệnh nhân, kéo căng, lắc cổ tay làm sao cho lực được truyền đi như làn sóng từ cổ tay đến vai. Thủ thuật làm mềm, di chuyển gân khớp khuỷu tay.



Hình 15. Thủ thuật rung.

- Vẽ: Dùng ngón tay trỏ và ngón cái vẽ quanh khớp, thường dùng ở ngón tay, ngón chân và các khớp nhỏ.

- Vận động khớp: Mỗi khớp có các cách vận động riêng nhưng nguyên tắc chung là vận động theo chức năng sinh lý của từng khớp.

+ Biên độ: Vận động tuỳ tình trạng của khớp.

+ Vận động khớp là phục hồi chức năng hoạt động của khớp.

+ Không được làm động tác mạnh gây đau đớn.

+ Không làm nhẹ quá mất khả năng hồi phục bình thường khớp.

4.4. Các thủ thuật tác động lên huyệt

-Ấn huyệt: Dùng đầu ngón cái ấn vào huyệt, thường kết hợp day tròn có thể thay ngón cái (hình 16 - a).

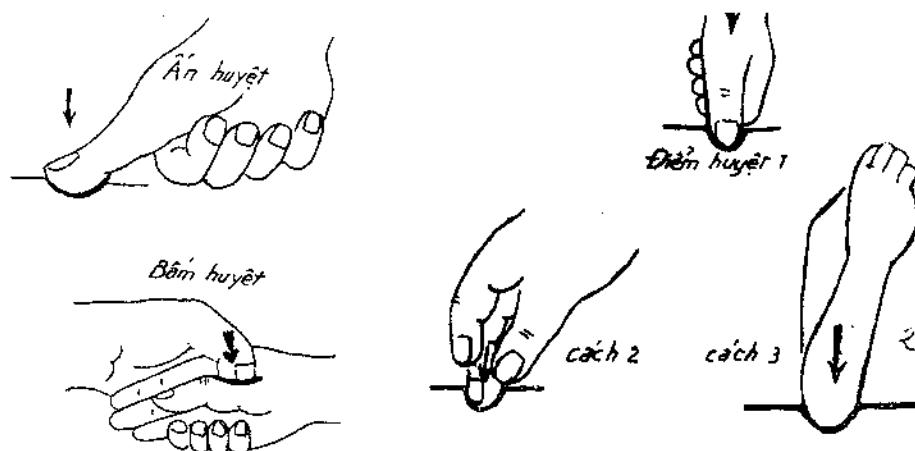
-Bấm huyệt: Dùng đầu móng ngón tay cái bấm vào huyệt. Động tác bấm phải mạnh, bấm liên tục kết hợp day (hình 16 - b).

-Điểm huyệt: Có ba cách điểm huyệt:

+ Cách 1: Bàn tay nắm chặt, ngón cái thẳng, dùng đầu ngón tay cái ấn thật mạnh vào huyệt, có thể kết hợp day tròn (hình 16 - c1).

+ Cách 2: Ngón tay giữ thẳng ngón cái và ngón trỏ tỳ mạnh vào mặt trước và mặt ngón giữa để tăng cường, dùng đầu ngón giữa ấn mạnh vào huyệt (hình 16 - c2).

+ Cách 3: Ở vùng có khối cơ dày và khoẻ (thắt lưng, mông), dùng điểm nhọn của khuỷu để tác động vào huyệt. (hình 16 - c3).



Hình 16: Các động tác tác động lên huyệt

5. Xoa bóp bấm huyệt chữa một số bệnh thông thường

5.1. Xoa bóp chữa đau đầu

- Chỉ định:

- + Đau đầu do cảm mạo.
- + Đau đầu mất ngủ do suy nhược thần kinh.
- + Đau đầu do cao huyết áp.

- Tiến hành:

- + Xoa vùng đầu mặt.
- + Miết vùng trán.
- + Véo hai cung lông mày, véo huyệt ấn đường.
- + Võ xung quanh đầu.
- + Day huyệt bách hội, thái dương, ấn đường, nội quan.
- + Nếu huyết áp cao day thêm thái xung.

5.2. Xoa bóp chữa đau vai gáy

- Chỉ định:

- + Đau vai gáy do cảm lạnh (phong hàn).
- + Đau vai gáy do nằm đầu cao, nghiêng lâu một bên.

- Chú ý: Loại trừ đau vai gáy do chấn thương cột sống.

- Tiến hành

- + Xoa vùng cổ gáy.
 - + Day nhẹ nhàng cả hai bên cổ gáy, chú ý vùng cơ gối, cơ thang.
- Từ đại trùy đến kiên tĩnh.
- + Lăn từ gáy xuống mõm vai hai bên.
 - + Đấm nhẹ nhàng từ gáy xuống mõm vai hai bên.
 - + Bóp vai gáy.

- Tìm điểm đau nhất dọc cơ ức đòn chũm (á thị huyệt) day từ nhẹ cho đến nặng.

- + Day bấm huyệt đại trùy, kiên tĩnh.
- + Bấm huyệt lạc chẩm, hướng dẫn bệnh nhân tự vận động cổ.

5.3. Xoa bóp chữa viêm quanh khớp vai - bại chi trên

- Chỉ định:

- + Viêm quanh khớp vai.
- + Đau bại chi trên.

- Tiến hành:

- + Xoa, xát xung quanh vai và dọc chi trên.
- + Day, bóp cơ quanh khớp vai, cơ đèn ta, cơ nhị đầu, cơ cẳng tay.
- + Day bấm huyệt: Kiên ngung, kiên tĩnh, khúc trì, hợp cốc, á thị huyệt.
- + Rung chi trên.
- + Vận động khớp vai, khớp khuỷu, cổ tay tăng dần.

5.4. Xoa bóp chữa đau lưng và thắt lưng

- Chỉ định:

- + Đau lưng và thắt lưng cấp mạn tính.
- + Đau do giãn dây chằng.
- + Đau lưng cấp do lạnh.
- + Đau dây thần kinh hông to.

- Tiến hành:

- + Xoa, xát dọc cơ lưng to hai bên.
- + Miết phân hợp theo kẽ liên sườn hai bên.
- + Véo cuộn hai bên cơ lưng to.
- + Võ hai bên cơ lưng to.
- + Day đấm dọc hai bên cơ lưng to.
- + Lăn bóp cơ lưng to hai bên.
- + Tìm điểm đau dọc cột sống day điểm đau đó.
- + Tìm điểm đau ở lưng, thắt lưng (á thị huyệt) day từ nhẹ đến mạnh.
- + Bấm đại trường du.
- + Vận động cột sống, khớp háng.

5.5. Xoa bóp chữa đau dây thần kinh hông to, bại chi dưới

- Chỉ định:

- + Đau bại chi dưới.
- + Đau dây thần kinh hông to.
- + Viêm khớp háng, khớp gối, khớp cổ chân.
- + Liệt chi dưới.

- Tiến hành:

- + Xoa, xát vùng mông và chi dưới.
- + Day, lăn vùng đùi và cẳng chân.
- + Bóp vùng mông và chi dưới.
- + Bấm điểm huyệt: Hoàn khiêu, uỷ trung, dương lăng tuyễn, á thị huyệt.
- + Vận động khớp háng, khớp gối, khớp cổ chân.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ câu 1 đến câu 2 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Xoa bóp bấm huyệt thúc đẩy ... (A), tăng cường (B) ...

A.

B.

2. Thủ thuật xoa bóp phải .. (A), .. (B)

A.

B.

* Phân biệt đúng sai các câu từ 3 đến 6 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
3	Xoa bóp bấm huyệt chữa đau đầu.		
4	Xoa bóp bấm huyệt chữa viêm não.		
5	Xoa bóp bấm huyệt chữa suy nhược thần kinh.		
6	Xoa bóp bấm huyệt chữa đau thần kinh tọa.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 7 đến 10 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn.

7. Các thủ thuật tác động lên da là:

A. Xát.

B. Miết.

C. Võ.

D. Véo.

E. Tất cả các câu trên.

8. Thủ thuật không tác động lên cơ là:

A. Lăn.

B. Day.

C. Đấm.

D. Vờn.

E. Tất cả các câu trên.

9. Chỉ định xoa bóp chữa đau vai gáy:

- A - Đau vai gáy do cảm lạnh(phong hàn).
- B - Đau vai gáy do vận động mạnh.
- C - Đau vai gáy do mang vác nặng.
- D - Đau vai gáy do chấn thương cột sống.
- E - Tất cả các ý trên.

10. Chỉ định xoa bóp chữa viêm quanh khớp vai:

- A - Viêm quanh khớp vai.
- B - Tê các đầu ngón tay.
- C - Cứng khớp khuỷu.
- D - Đau đớm rối thần kinh cánh tay.
- E - Viêm khớp bàn tay.

Bài số 9

PHƯƠNG PHÁP CHỮA CẢM MẠO TRONG DÂN GIAN

Mục tiêu học tập

- 1- Trình bày được các phương pháp chữa cảm mạo trong dân gian.
- 2- Thực hiện và hướng dẫn thực hiện hai phương pháp chữa cảm mạo : đánh cảm, cao gió, xông hơi.

1. Đại cương

- Cảm mạo theo y học nguyên nhân do phong hàn hoặc phong nhiệt.
- Để làm giảm nhẹ những triệu chứng lâm sàng như: Sốt, đau đầu, đau người, hắt hơi, sổ mũi, ho... cần phải:
 - + Làm ra mồ hôi hay hâm giải biểu.
 - + Làm nóng đỏ da (khu phong tán hàn).
 - + Nhân dân ta có nhiều phương pháp chữa cảm, mỗi miền đất nước thông dụng một phương pháp riêng. Bài này chỉ giới thiệu một vài phương pháp quen thuộc.

2. Các phương pháp chữa cảm

2.1. Nối xông hơi

2.1.1. Chỉ định xông hơi cho các trường hợp sau

- Phát sốt, sợ lạnh đau đầu, đau người, sổ mũi, hắt hơi, ho không ra mồ hôi hoặc chỉ ra ít.

2.1.2. Chống chỉ định

Mất nước do nôn, ỉa chảy, ra nhiều mồ hôi, người già yếu, phụ nữ có thai mới đẻ, hành kinh.

2.1.3. Cách tiến hành

Nguyên liệu gồm ba thành phần:

- Có tính dầu: Lá cành kinh giới, tía tô bạc hà, hương nhu, sả v.v...

- Có tác dụng hạ sốt: Lá tre, chuối, cúc tần v.v...

- Có tính kháng sinh: Hành, tỏi, trầu không v.v...

* Mỗi nồi xông chọn năm loại, mỗi loại một nắm nhỏ 50 gam, khoảng hai lít nước. Đun sôi nước sau đó cho những vị thuốc vừa hái được vào một nồi, đậy nắp kín đun sôi lại thì bắc ra để xông ngay.

* Đặt nồi xông thật vững chắc ở giữa giường. Người ốm ngồi cạnh nồi mặc quần lót là đủ, chống hai tay bên nồi xông, cúi khom sao cho đầu cổ ngực ở phía trên miệng nồi, nơi trực tiếp hướng nhiều hơi thuốc. Người nhà dùng một chǎn mỏng phủ kín toàn bộ người ốm cùng với nồi xông. Người ốm mở hé nắp nồi để hơi thuốc thoát ra từ từ đủ sức chịu đựng.

* Khi mồ hôi đã ra nhiều ướt áo (khoảng 15 phút) thì ngừng xông lau khô người thay áo đắp chǎn nằm nghỉ. Tránh gió lùa và tránh đi ra ngoài trời lạnh ngay sau khi xông.

* Nếu không tiện xông toàn thân chỉ cần xông đầu mặt mũi họng. Sau 6-8 giờ có thể xông lại lần hai nếu ra được nhiều mồ hôi thì không xông nữa.

* Sau khi xông uống một bát nước xông, hoặc ăn cháo hành (hồi phục lượng dịch mất) do ra mồ hôi.

2.2. Đánh gió - cao gió

2.2.1. Nguyên liệu dùng để cao gió: Dùng bờ của những vật mỏng chắc, nhẵn như thia nhôm, thia đồng, tiền, bát, đĩa sứ. Xoa dầu vùng thái dương, cổ, gáy, ngực bụng, lòng bàn chân bàn tay.

2.2.2. Nguyên liệu dùng để đánh gió

Cây ngải cứu, lá trầu không, cám, gạo, muối, gừng tươi, tóc rối, rượu trắng.

- Chuẩn bị nguyên liệu để đánh gió.

+ Nếu dùng ngải cứu thì sao nóng lên.

+ Nếu dùng cám gạo hoặc muối thì rang nóng lên.

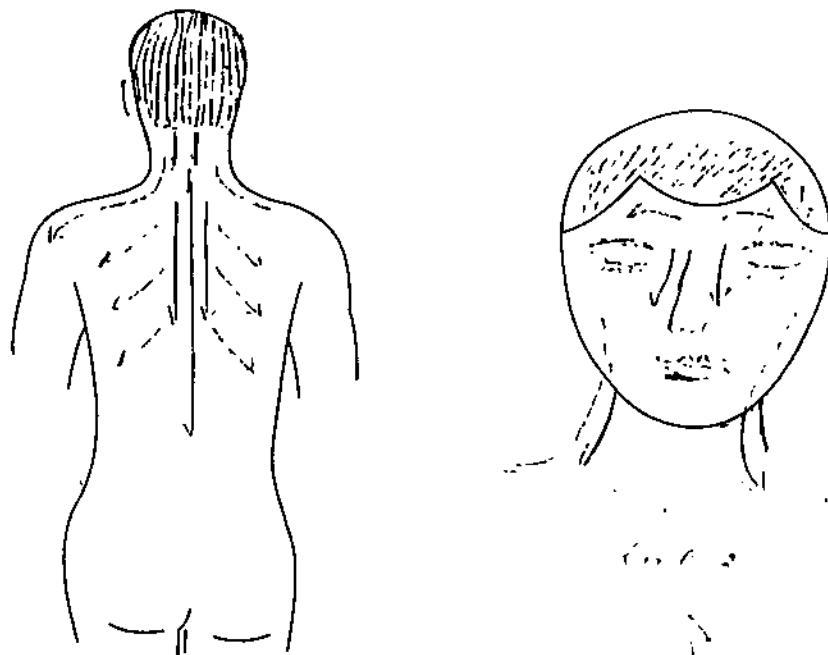
+ Nếu dùng gừng tươi và rượu thì giã gừng nhỏ xào gừng nóng, sau đó đổ rượu vào.

- Nếu dùng trầu không và tóc rối thì giã nhỏ trầu không và tóc rối.

- Sau đó bọc nguyên liệu đánh gió vào miếng vải sạch và tiến hành đánh gió.

2.2.3. Đường đánh gió, cao gió

- Vùng cổ, gáy: Dọc hai bên cổ gáy (hình 16).
- Vùng lưng: Dọc hai bên cột sống rồi toả ra hai bên mảng sườn, kín hết diện lưng.
- Vùng vai: Từ cổ dọc xuống đến vai kín hết diện vai.
- Vùng trán: Từ trán ra hai bên thái dương (hình 16).



Hình 17. Các vị trí để đánh gió

* *Chú ý:*

- + Sát đến khi da đỏ ửng, người bệnh cảm thấy nóng ấm dễ chịu là được.
- + Không được cao làm xước da hoặc xuất huyết dưới da làm cho bệnh nhân đau đớn rất болг nhiều ngày sau.
- + Chỉ dùng cao trường hợp cảm lạnh, ra mồ hôi, cao từ hai mang tai xuống cổ phía trước.

2.3. Bát cháo giải cảm

- Chỉ định: Tất cả người bị cảm không ra mồ hôi.
- Nguyên liệu: Lá tía tô, gừng tươi, hành củ hoặc hành lá, muối, gạo tẻ.

- Cách làm: Tất cả nguyên liệu trên rửa sạch thái nhỏ cho sẵn vào bát. Gạo tẻ nấu chín nhừ loãng đang sôi đổ vào bát đã chuẩn bị đảo đều cho người bị cảm ăn ngay.

Ăn xong đắp chăn cho ra môi hôi.

* *Chú ý:* Nằm nơi tránh gió lùa.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ 1 đến 3 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống

1. Nguyên nhân gây ra cảm mạo là:(A).....,(B).....

A

B

2. Nguyên tắc chữa cảm mạo:

A

B

3. Chống chỉ định trong việc điều trị bằng nỗi lá xông. Mất nước do nôn,(A)ra nhiều mồ hôi(B)...., phụ nữ có thai mới đẻ.

A

B

* Phân biệt đúng sai các câu từ 4 đến 9 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
4	Xông hơi để chữa chứng phát sốt, sợ lạnh, ...		
5	Đánh gió là phương pháp chữa cảm mạo.		
6	Nấu bát cháo giải cảm là nghiền nát các loại lá trộn với nước cháo.		
7	Sau khi cho bệnh nhân xông thuốc phải thay quần áo lót và nằm nơi tránh gió lùa.		
8	Dùng các vật có bờ tròn, nhẵn để cao gió cho bệnh nhân.		
9	Khi cao gió phải làm cho da bệnh nhân bị xước, hoặc phải xuất huyết mới đạt yêu cầu.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 10 đến 12 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu được chọn:

10. Các phương pháp chữa cảm cảm:

- A - Dùng nồi là xông.
- B - Đánh gió, cao gió.
- C - Bát cháo giải cảm.
- D - Xoa bóp bấm huyệt.
- E - Tất cả các câu trên.

11. Bát cháo giải cảm điều trị:

- A - Ngoại cảm phong hàn.
- B - Ngoại cảm phong nhiệt.
- C - Tất cả người bị cảm không ra được mồ hôi.
- D - Người bị sốt cao do nhiễm trùng, nhiễm độc.
- E - Tất cả các ý trên.

12. Cao gió, đánh gió có tác dụng:

- A - Hạ nhiệt, giảm đau.
- B - Giải biểu, thông kinh hoạt lạc.
- C - Có tác dụng kháng viêm, thanh nhiệt.
- D - Khai khiếu, tỉnh thần.
- E - Tất cả các ý trên.

Chương 3 THUỐC Y HỌC CỔ TRUYỀN

Bài số 10 THUỐC GIẢI CẨM VÀ PHONG THẤP

Mục tiêu học tập

1. Kể được đầy đủ tên các vị thuốc đã được học trong bài.
2. Trình bày được bộ phận dùng, công dụng, liều dùng, cách dùng các vị thuốc đã được học.
3. Hướng dẫn được trong cộng đồng sử dụng đúng các vị thuốc có tác dụng chữa giải cảm; phong thấp.

THUỐC GIẢI CẨM

1. Bạch chỉ

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính âm.

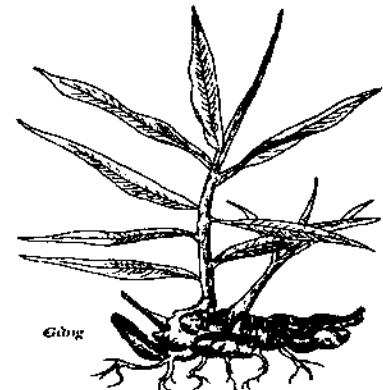


Hình 18: Bạch chỉ

- Công dụng: Chữa cảm và phong hàn, đau dây thần kinh ngoại biên, tiêu viêm, chữa dị ứng, đau mỏi cơ thể, khí hậu.
- Liều dùng: 4g - 12g/ngày sắc uống, hoặc tán bột.

2. Gừng tươi

- Bộ phận dùng: Dùng củ, dùng tươi.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính ấm nóng.
- Công dụng: Chữa cảm hàn giải độc, chữa đau bụng do lạnh, nôn mửa, đầy bụng, trẻ sơ sinh hay trớ, chữa ho do lạnh.
- Liều dùng: 4g - 8g/ngày, gừng tươi.



Hình 19: Gừng

3. Tía tô

- Bộ phận dùng: Dùng toàn cây, lá, cành, hạt dùng tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa cảm lạnh, chữa nôn mửa, đầy bụng, ợ hơi, chữa ngộ độc thức ăn. Cành tía tô già chữa động thai.
- Liều dùng: 12g - 16g khô/ngày; 20g - 30g tươi/ngày.

4. Kinh giới

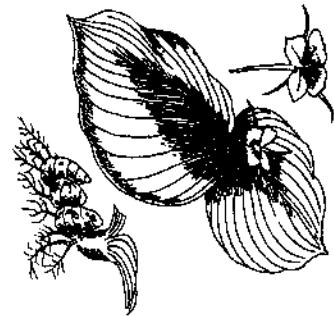
- Bộ phận dùng: Dùng cành lá, hoa, dùng tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Mùi thơm, vị cay, tính ấm.
- Công dụng: Giải cảm phong hàn, không ra mồ hôi, chữa dị ứng, lở ngứa, làm ban sởi chóng mọc. Hoa kinh giới sao cháy chữa thổ huyết, rong kinh.
- Liều dùng: 8g - 12g khô/ngày; 20g - 30g tươi/ngày.

5. Hương nhu

- Bộ phận dùng: Dùng lá, hoa dùng tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa cảm, làm cho ra mồ hôi, chữa rối loạn tiêu hoá, lợi tiểu.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

6. Địa liền

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ, thát lát mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa cảm phong hàn có đau đầu, đau mỏi gân cơ khớp. Chữa ho do lạnh, chữa dị ứng nổi mề đay.
- Liều dùng: Từ 6g - 12g/ngày.



Hình 20: Địa liền

7. Bạc hà

- Bộ phận dùng: Dùng cây bồ rẽ, dùng tươi, hoặc phơi khô, cắt tinh dầu.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính mát.
- Công dụng: Chữa cảm phong nhiệt có sốt cao, làm cho ra mồ hôi, làm ban sởi chóng mọc, chữa ho, chữa viêm họng, chữa đau mắt đỏ.
- Liều dùng: 6g - 12g/ngày.

8. Sắn dây (Cát căn)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ phơi khô hoặc giã lấy bột.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi hăng, tính mát.
- Công dụng: Chữa cảm mạo có sốt cao, chống say nắng, chống khát, giải nhiệt, sinh tân dịch, giải độc làm ban sởi chóng mọc.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.



Hình 21: Sắn dây

9. Lá dâu (Tang diệp)

- Bộ phận dùng: Dùng lá tươi hoặc khô của cây dâu tằm.
- Tính năng: Vị ngọt hơi đắng, tính mát.
- Công dụng: Chữa cảm mạo có sốt, chữa viêm họng có sốt, chữa đau mắt đỏ, chảy nước mắt, làm cho ra mồ hôi.
- Liều dùng: 6g - 12g khô/ngày; 20g - 40g tươi/ngày.

10. Cúc hoa

- Bộ phận dùng: Dùng hoa của cây cúc hoa nhỏ, phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi đắng, tính mát.
- Công dụng: Chữa cảm phong nhiệt, hạ huyết áp, chữa đau đầu hoa mắt, chóng mặt do bốc hoả, chữa đau mắt đỏ, mờ mắt, chữa mụn nhọt, lở ngứa.
- Liều dùng: 8g - 16g/ngày.



Hình 22: Cúc hoa

THUỐC CHỮA PHONG THẤP

11. Ngũ gia bì

- Bộ phận dùng: Vỏ thân cây.
- Tính vị: Vị cay, tính ấm.
- Công dụng: Chữa đau khớp, dây thần kinh, đau các cơ do lạnh, đau xương, kích thích tiêu hoá.
- Liều dùng: 8 - 16 g/ngày.

12. Ké dầu ngựa (Thương nhĩ)

- Bộ phận dùng: Dùng quả già gọi là thương nhĩ từ phơi khô, sao vàng.
- Tính năng: Vị cay, hơi đắng, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa cảm phong hàn, chữa đau thấp, đau dây thần kinh.
- Liều dùng: 12g - 16g/ngày.



Hình 23: Ké dầu ngựa

13. Dây đau xương

- Bộ phận dùng: Dùng thân, thái ngắn, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính mát.
- Công dụng: Chữa đau lưng, đau mỏi xương khớp. Chữa thấp khớp cấp và mãn tính. Chữa bong gân (bó ngoài). Chữa gãy xương (gãy kín) già nát đắp ngoài.

14. Lá lốt

- Bộ phận dùng: Dùng thân, rễ lá. Dùng tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Mùi thơm, vị cay, tính ấm.
- Công dụng: Chữa đau mỏi xương khớp, khu phong, tán hàn. Chữa đau răng (rễ thân già nát hoà với rượu). Chữa rối loạn tiêu hoá.
- Liều dùng: Dùng khô từ 8g - 12g, dùng tươi 20g - 30g.



Hình 24: Lá lốt

15. Thiên niên kiện (Củ ráy sơn thực)

- Bộ phận dùng: Dùng thân rễ thái mỏng, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, hơi cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa phong thấp, thấp khớp cấp và mãn tính. Chữa chàm dị ứng. Chữa tê bì, tê bại chân tay.
- Liều dùng: 6g - 12g/ngày.

16. Thổ phục (Khúc khắc)

- Bộ phận dùng: Dùng thân rễ thái mỏng, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng tính bình.
- Công dụng: Chữa phong thấp, chữa đái buốt đái rắt, chữa lở ngứa, lợi tiểu, thấp khớp cấp mãn tính.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ 1 đến 6 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Bạch chỉ: bộ phận dùng(A).....thái mỏng.....(B)...

A

B

2. Gừng tươi: bộ phận dùng(A).....liều dùng(B)....ngày.

A

B

3. Tía tô: bộ phận dùng(A).....cành.....(B).....

A

B

4. Lá lốt: bộ phận dùng ..(A)..liều dùng khô...(B)... liều dùng tươi ..(C).....

A

B

C

5. Thổ phục linh chữa ..(A)...(B)..... chữa lở ngứa, lợi tiểu(C)

A

B

C

6. Ké đầu ngựa: bộ phận dùng(A).... liều dùng(B)..... ngày.

A

B

* Phân biệt đúng sai các câu từ 7 đến 12 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
7	Hương nhu bộ phận dùng là lá, hoa tươi.		
8	Địa liền vị cay, mùi thơm, tính ấm.		
9	Bạc hà chữa cảm phong nhiệt.		
10	Sắn dây chữa cảm hàn, đau bụng, đi ngoài.		
11	Lá dâu chữa cảm mạo có sốt đau mắt đỏ, làm cho người ra mồ hôi.		
12	Cúc hoa có tác dụng chữa cảm phong nhiệt, làm hạ huyết áp.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 13 đến 16 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn:

13. Tía tô là vị thuốc:

- A - Chữa cảm lạnh.
- B - Chữa nôn mửa.
- C - Chữa ngộ độc thức ăn.
- D - Có tác dụng an thai
- E - Tất cả các câu trên.

14. Dây đau xương là vị thuốc:

- A - Chữa đau nhức xương khớp.
- B - Chữa đau bụng do phong hàn.
- C - Chữa đau mắt đỏ.
- D - Chữa rối loạn tiêu hoá.
- E - Chữa hen phế quản.

15. Ké đầu ngựa có tác dụng:

- A - Giải cảm phong hàn, đau khớp, đau dây thần kinh.
- B - Là thuốc bổ tỳ, vị.
- C - Chữa đau bụng, đi ngoài.
- D - Chữa sốt cao, co giật.
- E - Tất cả các ý trên.

16. Bạc hà là vị thuốc:

- A - Giải cảm phong hàn.
- B - Làm ban sởi chóng mọc.
- C - Chữa cảm phong nhiệt có sốt, ho, viêm họng, đau mắt đỏ.
- D - Chữa cao huyết áp.
- E - Là thuốc an thần.

17. Địa liền có tác dụng:

- A - Chữa cảm phong hàn đau đầu.
- B - Chữa sốt cao, co giật.
- C - Chữa chứng chân tay co quắp.
- D - Chữa thận hư ở người già.
- E - Có tác dụng dưỡng tâm an thần.

18. Gừng tươi có tác dụng:

- A - Chữa cảm hàn giải độc.
- B - Chữa đau bụng do lạnh.
- C - Chữa ho do lạnh.
- D - Chữa nôn mửa, trẻ sơ sinh hay bị trớ.
- E - Tất cả các ý trên.

Bài số 11
THUỐC THANH NHIỆT, TRỪ HÀN

Mục tiêu học tập

1. Kể tên được hai nhóm vị thuốc đã được học trong bài có tác dụng thanh nhiệt; trừ hàn.
2. Trình bày được bộ phận dùng, công dụng, liều dùng, cách dùng các vị thuốc thanh nhiệt; thuốc trừ hàn đã được học.
3. Hướng dẫn sử dụng đúng trong cộng đồng các vị thuốc có tác dụng chữa thanh nhiệt và trừ hàn.

THUỐC THANH NHIỆT

1. Bồ công anh

- Bộ phận dùng: Dùng thân lá phơi khô hoặc dùng tươi.
- Tính năng: Vị đắng tính lạnh.
- Công dụng: Chữa lở ngứa, mụn nhọt, viêm cơ, viêm tuyến vú, chữa đau mắt đỏ.
- Liều dùng: 8g - 16g/ngày; 20g - 40g tươi/ngày.



Hình 25: Bồ công anh

2. Kim ngân hoa

- Bộ phận dùng: Dùng hoa kim ngân lúc chớm nở phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt đắng tính lạnh.
- Công dụng: Chữa mụn nhọt, lở ngứa, viêm cơ, dị ứng, mề đay, chữa lị mạn tính, giải độc tiêu viêm, thúc ban sởi chống mọc.
- Liều dùng: 12g - 16g/ngày



Hình 26: Kim ngân hoa

3. Sài đất

- Bộ phận dùng: Dùng thân lá phơi khô hoặc tươi.
- Tính năng: Vị đắng, tính mát.
- Công dụng: Chữa mụn nhọt, viêm cơ, lở ngứa, dị ứng, hạ sốt. Chữa đau mắt đỏ, đun nước tắm trị rôm sảy trẻ em.
- Liều dùng: 12g - 16g khô/ngày; 20g - 40g tươi/ngày.

4. Huyền sâm

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái lát mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng hơi mặn tính mát.
- Công dụng: Tiêu viêm, chữa viêm họng, viêm amidan, mẩn ngứa phát ban.

Chữa chứng sốt cao háo khát.

- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

5. Rễ cỏ tranh (Bạch mao căn)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ cây cỏ tranh, phơi khô hoặc dùng tươi.
- Tính năng: Vị đắng hơi chua, tính bình.
- Công dụng: Chữa lị đi ngoài ra máu mũi, chữa mụn nhọt, tắc tia sữa.
- Liều dùng: 16 - 20g khô/ngày; 30g - 40g tươi/ngày.

6. Cỏ sữa

- Bộ phận dùng: Dùng cả cây tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng hơi chua, tính bình.
- Công dụng: Chữa lị đi ngoài ra máu mũi, chữa mụn nhọt, tắc tia sữa.
- Liều dùng: 16g - 20g khô/ngày. 30g - 40g tươi/ngày.

7. Khổ sâm

- Bộ phận dùng: Dùng lá phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng tính lạnh.
- Công dụng: Chữa nhiễm trùng có sốt, chữa đau dạ dày, chữa viêm đường tiết niệu.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.



Hình 27: Khổ sâm

8. Hoàng liên

- Bộ phận dùng: Dùng rễ.
- Tính năng: Tính mát lạnh, vị đắng.
- Công dụng: Chữa mụn nhọt, đái buốt, ỉa chảy, kiết lỵ.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày

9. Sinh địa

- Bộ phận dùng: Dùng củ của cây địa hoàng, ủ 7 ngày có mùi thơm, ngoài vỏ ngả màu đen thì phơi sấy khô.
- Tính năng: Vị ngọt tính mát.
- Công dụng: Chữa chứng huyêt nhiệt, tác dụng lương huyết.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.



Hình 28: Sinh địa

10. Mơ tam thể

- Bộ phận dùng: Dùng lá tươi hoặc khô.
- Tính năng: Vị đắng hơi hôi tính mát.
- Công dụng: Chữa lị amip ỉa ra máu mũi, chữa viêm ruột, kích thích tiêu hoá.
- Liều dùng: 10g - 20g khô/ngày; 20g - 40g tươi/ngày.

11. Hoắc hương

- Bộ phận dùng: Dùng cành lá cắt phơi khô.
- Tính năng: Vị cay mùi thơm tính ấm.
- Công dụng: Chữa ỉa chảy do cảm nắng, chữa ỉa chảy nhiễm trùng, chữa ợ hơi, ăn chậm tiêu, nôn mửa.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

12. Lá tre (Trúc diệp)

- Bộ phận dùng: Dùng lá tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng hơi cay, tính lạnh.
- Công dụng: Chữa sốt cao vật vã, nôn, chữa ho có sốt đờm đặc khó khạc.

Chữa say nắng, nhiệt huyết.

- Liều dùng: 12g - 20g khô/ngày; 30g - 50g tươi/ngày.

13. Dành dành

- Bộ phận dùng: Dùng hạt cây gọi là chi tử đập vỏ, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính lạnh.
- Công dụng: Chữa chứng sốt cao mê sảng, viêm gan, viêm đường mật, sỏi thận, viêm bàng quang, mụn nhọt, đau mắt đỏ.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

14. Nhân trần

- Bộ phận dùng: Dùng cả cây phơi khô, cắt ngắn.
- Tính năng: Vị ngọt đắng tính mát.
- Công dụng: Nhuận gan mật, chữa chứng hoàng đảnm, kinh nguyệt không đều, chứng đầy chướng, khó tiêu, lợi tiểu.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

15. Ngải cứu

- Bộ phận dùng: Dùng thân lá phơi khô hoặc dùng tươi.
- Tính năng: Vị đắng mùi thơm tính âm.
- Công dụng: Chữa rong kinh, băng huyết, bế kinh. Chữa đau bụng do lạnh, chữa bổ huyết. Chữa đau bụng động thai. Chữa đau đầu.
- Liều dùng: 12g - 20g khô/ngày. 20g - 30g tươi/ngày.



Hình 29: Ngải cứu

THUỐC TRÙ HÀN

1. Can khương (Gừng khô)

- Bộ phận dùng: Dùng củ gừng phơi khô.
- Tính năng: Vị cay tính ấm nóng.
- Công dụng: Chữa ho do lạnh, chữa đầy chướng nôn, đau bụng do lạnh.
- Liều dùng: 2g - 4g/ngày.

2. Giềng

- Bộ phận dùng: Dùng củ thái mỏng hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị cay, tính ấm.
- Công dụng: Chữa cơn đau bụng do lạnh, ỉa chảy mạn tính do lạnh, đau bụng, chậm tiêu, nôn mửa do lạnh.
- Liều dùng: 6g - 10g/ngày.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ 1 đến 6 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Bồ công anh: bộ phận dùng(A).....dạng tươi và khô, liều dùng khô(B)...ngàytươi(C)....ngày.

A

B

C

2. Kim ngân hoa có tính năng(A).....liều dùng(B)....ngày.

A

B

3. Sài đất chữa mụn nhọt, viêm cơ(A).....dị ứng....(B).....chữa đau mắt đỏ, dun nước tắm chữa rôm sảy ở trẻ em.

A

B

4. Huyền sâm: bộ phận dùng ..(A)....liều dùng ..(B)..... ngày

A

B

5. Rễ cỏ tranh: chữa lỵ đi ngoài ra máu mũi ... (A).....(B).....

A

B

6. Cỏ sữa: liều dùng tươi(A)...ngày. Khô ... (B)... ngày.

A

B

* Phân biệt đúng sai các câu từ 7 đến 12 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
7	Khổ sâm bộ phận dùng là lá.		
8	Hoàng liên bộ phận dùng là rễ.		
9	Sinh địa có tác dụng chữa chứng huyệt nhiệt, bổ huyết.		
10	Mơ tam thể chữa chứng đau mắt đỏ, mụn nhọt.		
11	Chi tử bộ phận dùng là quả.		
12	Nhân trần vị ngọt đắng, tính mát.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 13 đến 18 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn:

13. Ngải cứu có tác dụng:

- A - Chữa rong kinh, băng huyết, bế kinh.
- B - Chữa đau bụng do lạnh.
- C - Có tác dụng bổ huyết, chữa đau đầu.
- D - Chữa đau bụng, an thai.
- E - Tất cả các câu trên.

14. Can khương có tác dụng:

- A - Chữa đau bụng do lạnh.
- B - Chữa ho do lạnh.
- C - Chữa đầy chướng, nôn mửa.
- D - Chữa cảm mạo.
- E - Tất cả các ý trên.

15. Giềng có tác dụng:

- A - Chữa đau đầu, cao huyết áp.
- B - Chữa đau bụng, ăn chậm tiêu.
- C - Chữa đau bụng, đi ngoài lỏng.
- D - Chữa hen phế quản.
- E - Chữa đau nhức xương.

16. Lá tre có tác dụng:

- A - Chữa cảm phong hàn.
- B - Chữa sỏi thận, viêm thận.

- C - Chữa say nắng, huyết nhiệt.
- D - Chữa đau bụng đi ngoài.
- E - Tất cả các ý trên.

17. Hoắc hương có tác dụng:

- A - Chữa ỉa chảy do cảm nắng.
- B - Chữa ỉa chảy nhiễm trùng.
- C - Chữa đau dạ dày.
- D - Chữa ăn chậm tiêu, nôn mửa.
- E - Tất cả các câu trên.

18. Cỏ sữa có tác dụng:

- A - Chữa đái buốt, lở ngứa.
- B - Chữa huyết nhiệt, bổ huyết.
- C - Chữa lỵ, đi ngoài ra máu, mụn nhọt, tắc tia sữa.
- D - Chữa vết thương ngoài da.
- E - Tất cả các ý trên.

Bài số 12

THUỐC HÀNH KHÍ HOẠT HUYẾT, CHỮA HO, CẨM MÁU, AN THẦN, LỢI TIỂU, NHUẬN TRÀNG, CHỈ TẨ

Mục tiêu học tập

1. Kể được tên các vị thuốc đã học trong bài thuộc các nhóm thuốc: Hành khí hoạt huyết; chữa ho; cầm máu; an thần; lợi niệu; nhuận tràng; chỉ tẩ.
2. Trình bày được bộ phận dùng, công dụng, liều dùng, cách dùng các vị thuốc đã được học.
3. Hướng dẫn sử dụng đúng trong cộng đồng các vị thuốc có tác dụng hành khí hoạt huyết, chữa ho, cầm máu, an thần, lợi niệu, nhuận tràng, chỉ tẩ.

HÀNH KHÍ HOẠT HUYẾT

1. Trần bì (Vỏ quýt)

- Bộ phận dùng: Dùng vỏ quýt chín phơi khô để lâu năm.
- Tính năng: Vị cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Kiện tỳ, hành khí, tiêu đờm, chữa chứng nôn mửa, đầy bụng, đau bụng do lạnh; chữa chứng nhiều đờm.
- Liều dùng: 6g - 8g /24h.

2. Mộc hương

- Bộ phận dùng: Thân rễ, thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, hơi cay, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Hành khí, giải uất, chữa chứng đau dạ dày, đau bụng, ngực tức hai mang sườn; chứng đầy chướng, chậm tiêu, co thắt ống tiêu hoá.
- Liều dùng: 4g - 6g /24h.

3. Nghệ vàng (Khương hoàng, uất kim)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị cay đắng, tính cay ấm.
- Công dụng: Hành khí, khứ ứ. Chữa các chứng: Đau nhức hai mảng sườn, bể kinh, kinh nguyệt không đều, đái ra máu, nôn ra máu, chảy máu cam, chứng động kinh, đau dạ dày, ợ hơi, ợ chua.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

4. Ngưu tất (Cỏ xước)

- Bộ phận dùng: Dùng thân rễ, rửa sạch phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt hơi chua, tính bình.
- Công dụng: Hoạt huyết, lợi tiểu, chữa kinh nguyệt không đều, thống kinh, rong kinh. Chữa đau mỏi xương khớp. Chữa đái buốt, đái rắt.
- Liều dùng: 8g - 12g/ngày.

5. Hương phụ (Củ gấu)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ phơi khô, tự chế.
- Tính năng: Vị đắng ngọt, mùi thơm, tính ấm.
- Công dụng: Chữa thống kinh, kinh nguyệt không đều, viêm phần phụ. Chữa chứng đầy chướng, ợ hơi, ợ chua, nôn mửa.
- Liều dùng: 6g - 12g/ngày.



Hình 30: Củ gấu

6. Ích mẫu

- Bộ phận dùng: Dùng thân, lá hoa phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính mát.
- Công dụng: Chữa kinh nguyệt không đều, rong kinh, thống kinh. Chữa chứng mụn nhọt, viêm tuyến vú, tắc tia sữa.
- Liều dùng: từ 12 - 16/g/ngày.

THUỐC CHỮA HO

7. Húng chanh

- Bộ phận dùng: Dùng lá tươi giã nát vắt lấy nước.
- Tính năng: Vị chua, đắng, tính ấm.
- Công dụng: Chữa ho do cảm mạo, chữa ho; chữa viêm phế quản.
- Liều dùng: Từ 10 - 16/ngày

8. Tang bạch bì

- Bộ phận dùng: Dùng vỏ rễ cây dâu cao sạch vỏ đỏ ngoài phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính mát lạnh.
- Công dụng: Chữa ho viêm họng, viêm phế quản, viêm amidan, ho ra máu, ho gà, hen phế quản. Chữa phù thũng, tiểu tiện khó (dùng sống).
- Liều dùng: từ 8 - 12/ngày.

9. Hẹ

- Bộ phận dùng: Dùng toàn cây tươi.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi cay, tính ấm.
- Công dụng: Chữa trẻ em, dùng lá hấp cách thuỷ với mật. Chữa tiểu tiện ra máu.
- Liều dùng: Từ 3g - 6g/ngày(củ); 8g - 12g/ngày (lá).

CẨM MÁU

10. Cỏ nhọ nồi

- Bộ phận dùng: Dùng cả cây tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị mặn, hơi ngọt, tính mát.
- Công dụng: Mát huyết, cầm máu. Chữa trĩ ra máu, xuất huyết dưới da; giảm đau tiêu viêm. Chữa rong kinh, rong huyết, hạ nhiệt.
- Liều dùng: Từ 10 - 20/ngày; 20g - 40g tươi/ngày.



Hình 31: Nhọ nồi

11. Trắc bách diệp

- Bộ phận dùng: Dùng cành, lá, hạt gọi là bá tử nhân phơi khô, sao đen.
- Tính năng: Vị đắng, tính mát.
- Công dụng:
 - + Của trắc bách diệp: Mát huyết. Sao đen có tác dụng cầm máu trong các trường hợp: Chảy máu cam, nôn ra máu, tiểu tiện ra máu, trĩ chảy máu, rong kinh, rong huyết, chữa ho ra máu.
 - + Của bá tử nhân có tác dụng an thần.
- Liều dùng: Từ 12 - 16/ngày, hạt dùng từ 6g - 8g/ngày có tác dụng an thần.

THUỐC AN THẦN

12. Lá vông

- Bộ phận dùng: Dùng lá tươi hoặc phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, nhạt, tính bình.
- Công dụng: An thần, dưỡng tâm, chữa chứng hối hộp mất ngủ, chứng cảm mạo, gây mất ngủ; chữa chứng phong thấp gây lở ngứa.
- Liều dùng: từ 8 - 16/ngày.

13. Lạc tiên

- Bộ phận dùng: Dùng cả cây bỏ rễ cắt ngắn, phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, tính mát.
- Công dụng: Chữa chứng mất ngủ, hối hộp buồn phiền. Chữa sốt cao, mất nước. Dưỡng tâm, mát huyết, an thần.
- Liều dùng: Từ 20 - 40/ngày.



Hình 32: Lạc tiên

THUỐC LỢI TIỂU VÀ NHUẬN TRÀNG

14. Mã đê

- Bộ phận dùng: Dùng cả cây phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, tính mát.
- Công dụng: Chữa phù thũng, viêm đường tiết niệu, sỏi đường tiết niệu; chữa ỉa chảy, kiết lỵ do thuỷ thấp.
- Liều dùng: từ 12 - 20g/ngày.



Hình 33: Mã đê

15. Tỳ giải

- Bộ phận dùng: Dùng thân rễ thái mỏng, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính bình.
- Công dụng: Chữa đái buốt, đái rắt, đái ra máu, đái ra dưỡng chắp; chữa chứng phù thũng, viêm bàng quang, viêm cầu thận.
- Liều dùng: từ 6g - 12g/ngày.



Hình 34: Vừng đen

17. Muồng trâu

- Bộ phận dùng: Dùng cành lá và hạt gọi là thảo quyết minh phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, mùi hắc, tính mát.
- Công dụng: Nhuận tràng, sát trùng, chữa táo bón do huyết nhiệt, chữa hắc lào: dùng lá tươi vò xát vào chỗ hắc lào.
- Liều dùng: Từ 10 - 12/g/ngày (lá); 8g - 12g/ngày (hạt).

THUỐC CHỈ TẨ

18. Búp ổi

- Bộ phận dùng: Dùng lá non của cây ổi.
- Tính năng: Vị đắng, mùi hắc, tính mát.
- Công dụng: Cầm ỉa chảy giảm đau bụng do lạnh.
- Liều dùng: Từ 10g - 15g/ngày (khô); 20g - 30g/ngày (tươi).

19. Tô mộc

- Bộ phận dùng: Dùng thân, cành gỗ thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt mặn, tính bình.
- Công dụng: Cầm ỉa chảy tiêu viêm. Chữa chứng huyết ứ tụ máu.
- Liều dùng: Từ 6g - 12g/ngày.

Tự lượng giá

* Trả lời ngắn các câu từ 1 đến 6 bằng cách điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào chỗ trống:

1. Trần bì: bộ phận dùng(A)....., liều dùng(B)....ngày.

A

B

2. Mộc hương có tính năng ... (A) ..., mùi thơm, tính ấm, liều dùng ... (B)....ngày.

A

B

3. Nghệ vàng chữa các chứng:

- A đau tức mạn sườn
- B kinh nguyệt không đều
- C q hơi, q chua.

4. Ngưu tất bộ phận dùng ... (A)....liều dùng ..(B)..... ngày

- A
- B

5. Hương phụ chữa các chứng(A).... chữa chứng đầy chướng ... (B).....

- A
- B

6. Ích mẫu chữa ... (A).... liều dùng(B)...

- A
- B

* Phân biệt đúng sai các câu từ 7 đến 12 bằng cách đánh dấu V vào cột A cho câu đúng, cột B cho câu sai:

TT	Nội dung	A	B
7	Húng chanh bộ phận dùng là lá.		
8	Tang bạch bì vị đắng, tính mát lạnh.		
9	Hệ bộ phận dùng toàn cây tươi.		
10	Cỏ nhọ nỗi vị ngọt, tính nóng.		
11	Trắc bá diệp bộ phận dùng rễ.		
12	Lá vông vị ngọt, nhạt, tính bình.		

* Chọn 1 câu trả lời đúng nhất cho các câu từ 13 đến 16 bằng cách khoanh tròn vào chữ cái đầu câu trả lời được chọn:

13. Mã đề có tác dụng:

- A - Chữa rong kinh, băng huyết, bế kinh.
- B - Chữa chứng mất ngủ.
- C - Chữa viêm đường tiết niệu.
- D - Chữa vàng da, vàng mắt.
- E - Tất cả các ý trên.

14. Tỳ giải có tác dụng:

- A - Chữa đái buốt, đái dắt..
- B - Chữa đái ra máu.
- C - Chữa viêm thận.
- D - Chữa dị ứng lở ngứa.
- E - Tất cả các ý trên.

15. Vừng đen có tác dụng:

- A - Chữa chứng hồi hộp, mất ngủ.
- B - Chữa đau bụng, ăn chậm tiêu.
- C - Chữa chứng táo bón do âm hư, tân dịch kiệt.
- D - Chữa đau dạ dày.
- E - Chữa đau mắt đỏ.

16. Búp ổi có tác dụng:

- A - Chữa cảm phong hàn.
- B - Chữa ỉa chảy.
- C - Chữa say nắng, huyết nhiệt.
- D - Chữa sốt cao.
- E - Tất cả các ý trên.

Bài số 13
THUỐC BỔ DƯỠNG

Mục tiêu học tập

1. Kể được tên các vị thuốc có tác dụng bổ dưỡng đã được học trong bài.
2. Trình bày được bộ phận dùng, công dụng, liều dùng, cách dùng các vị thuốc đã học.
3. Hướng dẫn sử dụng đúng trong cộng đồng các vị thuốc có tác dụng bổ dưỡng.

1. Mạch môn

- Bộ phận dùng: Dùng củ bò lôi, sấy khô, sao cháy xém.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi đắng, tính mát.
- Công dụng: Bổ tâm huyết, chữa ho long đờm, chữa ho có sốt về chiều. Bổ phế, chỉ khái (ho); chữa chứng chảy máu cam do huyết nhiệt. Chữa chứng hối hộp, sốt về ban đêm, ho âm hư.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.



Hình 35: Mạch môn

2. Bổ cốt toái

- Bộ phận dùng: Dùng thân rễ, thái mỏng, phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính ấm.
- Công dụng: Bổ thận dương, mạnh gân xương, chữa chứng đau lưng mỏi gối, đau khớp, đi tiểu đêm, chữa chứng di tinh, cơ thể suy nhược.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.

3. Thủ ty tử

- Bộ phận dùng: Dùng hạt của cây to hồng phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi cay, tính ấm.

- Công dụng: Bổ dương; chữa chứng đau lưng, mỏi gối, vô sinh, di tinh; chữa chứng quáng gà, sẩy thai đẻ non, làm mạnh gân xương.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.

4. Đỗ trọng

- Bộ phận dùng: Dùng vỏ thân, rễ muối phơi khô, thái mỏng.
- Tính năng: Vị đắng, mặn, tính âm.
- Công dụng: Bổ can thận dương, chữa chứng đau lưng mỏi gối liệt dương, tiểu tiện đêm nhiều. Chứng động thai, đau bụng ra huyết.
- Liều dùng: từ 8g - 12g/ngày.



Hình 36: Đỗ trọng

5. Hoài sơn (Củ mài)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái mỏng, phơi khô, sao vàng.
- Tính năng: Vị ngọt đậm, tính bình (để sống thì tính mát).
- Công dụng: Kiện tỳ, bổ khí chữa khí phế hư, ho hen, Chữa chứng di tinh, kinh nguyệt không đều do khí hư; chữa chứng đầy, khó tiêu, chỉ khái.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.



Hình 37: Củ mài

6. Cam thảo

- Bộ phận dùng: Dùng lá thân, rễ phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, tính bình.
- Công dụng: Bổ trung, ích khí. Chữa chứng ho long đờm, giải độc điêu hoa các vị thuốc. Chữa cơn đau co thắt nội tạng.
- Liều dùng: Từ 12g - 16g/ngày.

7. Hà thủ ô

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính bình.
- Công dụng: Bổ can huyết, mạnh gân cốt. Chữa chứng suy nhược thiếu máu, làm đen tóc; chữa chứng ra mồ hôi trộm.
- Liều dùng: Từ 12g - 16g/ngày.

8. Tang thầm

- Bộ phận dùng: Dùng quả dâu chín nấu cao đóng bánh hoặc chế sirô.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi chua, tính ấm.
- Công dụng: Bổ can thận, dưỡng huyết, chữa chứng thiếu máu gây sút. Chữa táo bón do huyết hư.
- Liều dùng: Từ 12g - 20g/ngày.

9. Huyết đằng

- Bộ phận dùng: Dùng thân thái mỏng phơi khô.
- Tính năng: Vị đắng, tính ấm.
- Công dụng: Bổ huyết, hoạt huyết, thông kinh lạc, mạnh gân xương, chữa chứng té mỏi gân cơ. Kinh nguyệt không đều.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.

10. Thực địa

- Bộ phận dùng: Dùng củ địa hoàng củu chung, củuさい.
- Tính năng: Vị ngọt, tính ấm.
- Công dụng: Bổ huyết dưỡng âm, chữa chứng Âm hư, huyết hư, chứng hoa mắt, chóng mặt, chữa di tinh, sinh tân chỉ khát.
- Liều dùng: Từ 8g - 10g/ngày.

11. Dương quy (Xuyên quy)

- Bộ phận dùng: Dùng rễ củ thái mỏng, phơi khô.
- Tính năng: Vị ngọt, hơi cay, tính ấm.
- Công dụng: Bổ huyết, hoạt huyết, chữa chứng thiếu máu suy kiệt. Phụ nữ sau đẻ. Chữa sang chấn, tụ máu. Chữa thống kinh, bế kinh, táo bón, huyết hư.
- Liều dùng: Từ 8g - 12g/ngày.



Hình 38: Dương quy

10. Thực địa có tác dụng:

- A - Chữa đái buốt, đái dắt.
- B - Chữa chứng Âm hư, huyết hư.
- C - Chữa viêm thận.
- D - Chữa đau bụng đi ngoài.
- E - Tất cả các ý trên.

11. Hoài sơn có tác dụng:

- A - Kiện Tỳ, bổ Khí.
- B - Chữa ho hen.
- C - Chữa chứng di tinh, kinh nguyệt không đều.
- D - Chữa chứng đầy bụng, khó tiêu, chỉ khái.
- E - Tất cả các ý trên.

12. Đỗ trọng có tác dụng:

- A - Bổ Âm.
- B - Bổ Can Thận Dương.
- C - Chữa chứng ra mồ hôi trộm.
- D - Chữa đau tức vùng ngực.
- E - Tất cả các ý trên.

ĐÁP ÁN CÁC CÂU HỎI TỰ LUONG GIÁ

BÀI SỐ 1

1. A: Triết học cổ đại phương Đông.
B: Nguyên nhân phát sinh phát triển.
2. A: Cho 2 yếu tố cơ bản.
B: Hiện tượng có mối quan hệ với nhau.
3. A: Phía dưới, bên trong, yên tĩnh.
B: Phía trên, bên ngoài, hoạt động, phân tán.
4. A: Âm Dương đối lập.
B: Âm Dương hổ căn.
C: Âm Dương tiêu trưởng.
D: Âm Dương bình hành.
5. A: Hai phần đen trắng.
B: Vòng tròn nhỏ màu đen.
6. A: Dùng thuốc nóng ấm.
B: Dùng thuốc mát lạnh
7. A: Mát lạnh.
B: Nóng ấm.
8. A: Tập động và tập tĩnh.
B: Luyện cơ, gân, khớp và luyện tập nội tạng.
9. A; 10. B; 11. A; 12. B; 13. A; 14. A;
15. E; 16. A; 17. A; 18. C; 19. A; 20. E;

BÀI SỐ 2

1. A: Ngoại nhân.
B: Bất nội ngoại nhân.
 2. A: Thủ.
B: Táo.
 3. A: Dương tà hay đi lên và ra ngoài.
B: Ở phần trên và phần ngoài cơ thể.
 4. A: Làm tổn hại đến Dương khí.
B: Mùa đông.
 5. A: Mùa hạ
B: Âm dịch.
- | | | | | |
|--------|--------|--------|--------|--------|
| 6. A; | 7. B; | 8. A; | 9. A; | 10. A; |
| 11. A; | 12. A; | 13. C; | 14. E; | 15. C; |

BÀI SỐ 3

1. A: Tạng Can.
B: Tạng Tỵ.
2. A: Âm.
B: Biểu, Lý.
3. A: Chủ về thân chí.
B: Như sự minh mẫn.
4. A: Sơ tiết.
B: Khí, huyết.
5. A: Cơ nhục.
B: Đi đúng trong lòng mạch.

6. B; 7. A; 8. A; 9. B; 10. A; 11. A; 12. A;
13. C; 14. E; 15. C; 16. E; 17. C; 18. C.

BÀI SỐ 4

1. A: Vọng.
B: Vấn.
2. A: Hạ.
B: Tiêu.
3. A: Hàn.
B: Thực.
4. A; 5. A; 6. A; 7. A; 8. B; 9. A; 10. B;
11. A; 12. B; 13. E; 14. A; 15. E; 16. B; 17. E;

BÀI SỐ 5

1. A: Một bộ phận lý luận của Y học cổ truyền.
B: Điều trị bệnh, đặc biệt điều trị bệnh bằng châm cứu.
2. A: Chạy dọc
B: Đường ngang.
3. A: Sáu kinh Âm và sáu kinh Dương
B: Mạch Nhâm, mạch Đốc.
4. A: Nằm trên da
B: Hay ngoài đường kinh.
5. A; 6. B; 7. B; 8. A; 9. B; 10. A; 11. B;
12. A; 13. A; 14. A; 15. A; 16. B; 17. A; 18. A;
19. C; 20. D; 21. A; 22. C.

BÀI SỐ 6

1. A: Dùng kim.
B: Dùng mồi ngải cứu.
2. A: Điều hoà khí huyết.
B: Lập lại cân bằng Âm Dương.
3. A: Hư châm bỏ.
B: Thực châm tả.
C: Hàn phải cứu.
D: Nhiệt phải tả hoặc châm nặn máu.
4. A; 5. A; 6. B; 7. B; 8. A;
9. D; 10. D; 11. E; 12. A;

BÀI SỐ 7

1. A: Cảm mạo.
B: Thần kinh.
2. A: Đau bại chi dưới
B: Thấp khớp
3. A: VII
B: Mạch máu não
4. A; 5. B; 6. B; 7. A; 8. A; 9. A;
10. A; 11. A; 12. D;

BÀI SỐ 8

1. A: Khí huyết.
B: Dinh dưỡng.
2. A: Nhẹ nhàng.
B: Thấm dần sâu.

3. A;

7. E;

4. B;

8. E;

5. A;

9. E;

6. A:

10. A.

BÀI SỐ 9

1. A: Phong hàn

B: Phong nhiệt.

2. A: Làm ra mồ hôi (giải biểu)

B: Làm nóng đỏ da (khu phong tán hàn)

3. A: Īa chảy

B: Người già yếu.

4. A;

5. A;

6. B;

7. A;

8. A;

9. B;

10. E;

11. E;

12. A;

BÀI SỐ 10

1. A: Rẽ củ

B: Phơi khô

2. A: Rẽ củ

B: 4 - 8g

3. A: Lá

B: Cành.

4. A: Hạt

B: 20 - 30 g/ngày

5. A: Phong thấp

B: Đái buốt, đái dắt

C: Thấp khớp cấp, mạn tính.

6. A: Quả giã phơi khô sao vàng
B: 12 - 16g
7. A; 8. A; 9. A; 10. B; 11. A; 12. A;
13. E; 14. A; 15. A; 16. C; 17. A; 18. E.

BÀI SỐ 11

1. A: Thân, lá
B: 8 - 16g/ngày C: 20 - 40g/ngày
2. A: Vị ngọt, đắng, lạnh
B: 12 - 16 g/ngày.
3. A: Lở ngứa
B: Hẹt sốt.
4. A: Rễ, củ
B: 8 - 12 g/ngày.
5. A: Chữa mụn, nhọt
B: Tắc tia sữa.
6. A: 30 - 40g/ ngày
B: 16 - 20g/ngày.
7. B; 8. A; 9. A; 10. B; 11. B; 12. A;
13. D; 14. E; 15. B; 16. C; 17. E; 18. C;

BÀI SỐ 12

1. A: Vỏ quýt chín
B: 6 - 8 g/ngày.
2. A: Vị đắng cay
B: 6 - 8g/ngày.

3. A: Hành khí, khí ứ
B: Bế kinh
C: Chữa đau dạ dày
4. A: Thân, rễ
B: 8 - 12g/ ngày
5. A: Chữa các bệnh phụ nữ
B: Q hơi, q chua, nôn mửa
6. A: Rối loạn kinh nguyệt
B: 12 - 16g/ngày.
7. A; 8. A; 9. A; 10. B; 11. B; 12. A;
13. C; 14. E; 15. C; 16. B.

BÀI SỐ 13

1. A: Củ bồ lõi
B: 8 - 12g/ngày.
2. A: Vị đắng, tính ấm
B: 8 - 12g/ ngày.
3. A: Chữa đau lung.
B: Hay sảy thai
4. A: Vỏ thân
B: 8 - 12g/ ngày.
5. A; 6. A; 7. A; 8. B;
9. E; 10. B; 11. E; 12. B.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- 1 - *Bài giảng Y học cổ truyền* - Khoa Y học cổ truyền - Bộ môn Y học cổ truyền - Đại học Y Hà Nội- Nhà xuất bản Y học năm 1987.
- 2 - *Châm cứu học* - Nhà xuất bản Y học năm 1992.
- 3 - GS. Trần Thúy, GS. Hoàng Bảo Châu, GS. Phạm Duy Nhạc. *Y học cổ truyền*. Nhà xuất bản Y học năm 1997.
- 4 - *Giáo trình Y học cổ truyền* dùng cho các Trường Trung học y tế, Nhà xuất bản Y học năm 1993.
- 5 - Hải thượng Lãn Ông Lê Hữu Trác. *Hải thượng Y tông tâm linh* Nhà xuất bản Y học năm 1997.
- 6 - Nguyễn Văn Hưởng, BS. Huỳnh Uyển Liên. *Phương pháp dưỡng sinh*. Khoa dưỡng sinh và câu lạc bộ dưỡng sinh - Viện Y dược học dân tộc. Nhà xuất bản Y học, chi nhánh TP Hồ Chí Minh năm 1995.
- 7- Nguyễn Tài Thu. *Châm cứu chữa bệnh*. Nhà xuất bản Y học 1991.

MỤC LỤC

<i>Lời giới thiệu.....</i>	3
<i>Lời nói đầu.....</i>	5
Chương 1. LÝ LUẬN CHUNG	
<i>Bài số 1: Học thuyết âm dương ngũ hành và ứng dụng trong y học cổ truyền.</i>	9
<i>Bài số 2: Nguyên nhân gây bệnh theo y học cổ truyền.....</i>	17
<i>Bài số 3: Học thuyết tạng phủ khí, huyết, tinh, thận, tân dịch.....</i>	22
<i>Bài số 4: Các phương pháp chẩn đoán bệnh và chữa bệnh theo y học cổ truyền</i>	28
Chương 2. CÁC PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ KHÔNG DÙNG THUỐC	
<i>Bài số 5: Đại cương về kinh lạc và huyệt, cách xác định vị trí và tác dụng của một số huyệt thông thường.....</i>	36
<i>Bài số 6: Kỹ thuật châm cứu.....</i>	50
<i>Bài số 7: Công thức huyệt vị chữa một số bệnh thông thường bằng châm cứu</i>	59
<i>Bài số 8: Xoa bóp bấm huyệt chữa một số bệnh thông thường.....</i>	63
<i>Bài số 9: Phương pháp chữa cảm mạo trong dân gian.....</i>	72
Chương 3. THUỐC Y HỌC CỔ TRUYỀN	
<i>Bài số 10: Thuốc giải cảm và phong thấp.....</i>	77
<i>Bài số 11: Thuốc thanh nhiệt - trừ hàn.....</i>	84
<i>Bài số 12: Thuốc hành khí hoạt huyết, chữa ho, cảm máu, an thần, lợi tiểu, nhuận tràng, chỉ tà.....</i>	91
<i>Bài số 13: Thuốc bổ dưỡng.....</i>	99
<i>Đáp án.....</i>	104
<i>Tài liệu tham khảo.....</i>	111

**BỘ GIÁO TRÌNH XUẤT BẢN NĂM 2005
KHỐI TRƯỜNG TRUNG HỌC Y TẾ**

1. GIẢI PHẪU SINH LÝ
2. VI SINH - KÝ SINH Y HỌC
3. DƯỢC LÝ
4. DINH DƯỠNG
5. KỸ NĂNG GIAO TIẾP - GIÁO DỤC SỨC KHỎE
6. ĐIỀU DƯỠNG CƠ BẢN
7. KỸ THUẬT ĐIỀU DƯỠNG
8. ĐIỀU DƯỠNG NỘI KHOA
9. ĐIỀU DƯỠNG NGOẠI KHOA
10. ĐIỀU DƯỠNG NHI KHOA
11. ĐIỀU DƯỠNG BỆNH TRUYỀN NHIỄM
12. PHỤC HỒI CHỨC NĂNG - VẬT LÝ TRỊ LIỆU
13. ĐIỀU DƯỠNG CỘNG ĐỒNG
14. VỆ SINH PHÒNG BỆNH
15. ĐIỀU DƯỠNG BỆNH CHUYÊN KHOA
16. Y HỌC CỔ TRUYỀN
17. CẤP CỨU BAN ĐẦU

Thuocdongduoc.vn

