

Mỗi dịp Xuân về, ở miền Trung, nhiều nhà có thói quen ngâm sâm rau trầu thuốc để mồi chúc nhau. Nhà thì ngâm: rau bách nhét, rau cúc hoa, rau nho, rau dâu... Riêng gia đình tôi thường giặt thiến bún bènh hổng loài rau thuần đặc sản: rau thuần đắng sâm, rau tía đắng, rau hè thốt ô. Đặc biệt, là bài thuốc truyền thống mà thầy tôi (GS.TS. Đỗ Tự Lập) chỉ dạy nhiều năm đặc bún bènh a thích mồi khi Xuân về. Bài thuốc này có tác dụng bổ toàn thân, bổ tinh khí. Theo Đông y quan niệm: nhân (nhân), trái (thiên) và đất (đất) là mặt khái niệm nhât và do đó là 3 yếu tố (tài) của vũ trụ. Nay đi gấp 3 yếu tố đó trong mặt thang thuốc gởi: “rau tam tài”.

Thành phần gồm có 3 vị thuốc sau đây:

1. Nhân sâm: sâm Cao Ly (Panax ginseng). Nhân sâm có tác dụng bổ năm tạng: tâm, can,睥, phế, thận... Nhân sâm vị ngọt, hàn đắng, tính ôn, vào 2 kinh tạng và phế. Có tác dụng điều hòa nguyên khí, ích huyệt sinh tân, đynthia thận, ích trí. Dùng chữa phế hàn sinh ho suyễn, tạng hàn sinh tiết tạng, vị hàn sinh nôn mửa, bổ nhung lâu ngày khí hàn, sốt hãi, tiêu khát.



Đông y có thể dùng nhân sâm để tăng cường sức khỏe, cải thiện trí nhớ, giảm stress, tăng cường sinh lực và điều hòa nội tiết.



Đông y thường dùng thiên môn đông để bổ thận, tăng cường sinh lực, giảm stress, điều hòa nội tiết và hỗ trợ điều trị các bệnh về tim mạch.



Để giải quyết vấn đề này, chúng ta có thể áp dụng kỹ thuật **lấy mẫu** (sampling) để thu được thông tin về trạng thái của toàn bộ các phần tử.