Rôm là bệnh ngoài da thường xuất hiện vào mùa hè, nhất là ở trẻ nhỏ. Theo y học cổ truyền, rôm phát sinh do phong huyết nhiệt, thấp nhiệt và nhiệt độc gây nên. Rôm sảy tuy không đe dọa tính mạng nhưng gây phiền toái, khó chịu và ít nhiều ảnh hưởng đến sinh hoạt và sức khỏe của trẻ. Dưới đây là một số bài thuốc dùng để trị rôm cho trẻ.

Bài 1: Gừng tươi 70g (để cả vỏ) rửa sạch, giã nát, dùng bông thấm nước gừng, bôi thấm lên những chỗ da nổi rôm, ngứa ngáy. Ngày bôi 2 - 3 lần. Bôi trong 5 ngày. Hoặc 50g gừng tươi giã nhỏ, sắc với khoảng 2 lít nước. Đun sôi, để nước nguội thì tắm. Mỗi ngày tắm một lần vào buổi sáng. Tắm trong 3 ngày.

Bài 2: Lá dâu tằm 200g, rửa sạch cho vào túi vải, nấu với khoảng 5 lít nước, đun sôi, chờ đến nước ấm thì tắm. Tắm xong lau khô, rải bôi (hoặc rắc) bột đậu xanh vào những chỗ rôm mọc (đậu xanh cả vỏ, tán thành bột mịn, cho vào lọ nút kín dùng dần). Tắm liên tục 3 - 5 ngày là rôm hết mọc.

Bài 3: Lá bồ mầy tươi 70 - 100g, bạc hà 15g. Sắc lá bồ mầy lấy nước đặc, trước khi bạc ra thì cho bạc hà vào, đun sôi lại là được. Dùng nước bôi, rửa nơi có rôm, ngày 2-3 lần. Dùng trong khoảng 3 - 5 ngày. Hoặc lá bồ mầy tươi 30g, rửa sạch đem sắc với 500ml nước còn 200ml, chia 2 lần uống sáng và chiều tối; liên tục 3-5 ngày.

Quế mập đồng. Ảnh: T.V

Bài 4: Hai quả mướp đắng tươi, giã nát (có thể đun chín), cho vào miệng vải sạch, lọc vắt lấy nước để tắm. Tắm liên tục trong 5 ngày.

Bài 5: Sài đất tươi 300g nấu với nước để tắm hàng ngày. Hoặc dùng 100g sài đất tươi giã với ít muối, thêm 100ml nước đun sôi để nguội rồi vắt lấy nước, uống 2-3 lần trong ngày. Bã đắp vào nơi có rôm. Dùng trong 4 ngày.

Bài 6: 20g bột sắn dây pha với khoảng 200ml nước đun sôi để ấm (35oC), thêm ít đường cho dễ uống, uống liên tục trong 10 ngày. Nên uống vào buổi chiều hoặc sau giấc ngủ trưa.

Ngoài ra, để phòng rôm sảy cho trẻ cần thường xuyên tắm rửa sạch sẽ và giữ vệ sinh da tốt. Không nên cho trẻ ăn uống các thức ăn cay nóng như ớt, tỏi, hạt tiêu; không ăn nhiều đường, đồ nếp, hạn chế ăn các loại hoa quả gây nóng mít, xoài, nhãn, vải... BS. Nguyễn Phương