

Nếu bạn gặp đ c s n, có th l y khoai lang g t v , giã nát, thêm n c, v t l y n c c t u ng n a gi m t l n. Còn khi b bắng huyết, hãy l y rau khoai lang t i 1 n m, giã l y n c c t u ng. Sau đây là mọt số bài thu c khác t khoai lang: - Gi i s t c m cúm:

+ Khoai lang tr ng lu c ăn ph ho c ăn thay c m; cũng có th n u khoai lang v i c i b xanh ăn thay c m. + Khoai lang tr ng khô 1 n m, ngh 1 c , gi m n a chén con s c u ng nóng.

+ Khoai lang tr ng t i lu c chín đ xông, sau đó ăn khoai nóng, u ng n c lu c khoai nóng cho ra m hôi.

- Thanh nhi t, gi i đ c: Khoai lang 1 c 400 g, g o 200 g, đ u xanh n a bát c m. Mã th y 4 c , c c i 1 c , t i 3 nhánh, th t gà 150 g, tôm nõn 70 g, gia v . Các th giã nát ho c thái nh , n u nh , riêng đ u xanh và mã th y cho vào sau, n u nh ti p.

- Ch a m n nh t: Khoai lang c 40 g, lá b công anh 40 g, đ ng ho c m t mía giã nhuy n, b c vào v i đ đ p.

- Hút m nh t đã v : Lá khoai lang non 50 g, đ u xanh 12 g, thêm chút mu i, giã nhuy n, b c vào v i đ p.

BS Phó Th Thu H ng, S c Kh e & Đ i S ng Thêm mọt số bài thu c t khoai lang