

Hu h t các lo i qu dùng làm m t T t nh bí đao, h t sen, qu t, d a, táo... đ u là nh ng đ c th o. Ch ng h n, bí đao có tác đ ng l i ti u, tiêu phù, thanh nhi t, tiêu viêm. Qu và v bí đao ch a đá r t, đá đ c, m n nh t. Ngày dùng 30-40 g qu t i s c u ng ho c n u ăn.

H t sen



H t sen là tên th ng g i, nh ng th c ra đó là qu sen đã bóc b v ngoài và b m m xanh l i gi a, g i là liên nh c. Ph n m m xanh n m trong h t sen g i là tâm sen hay liên tâm. Qu sen đ nguyên c v g i là liên th ch. T tâm sen, ng i ta đã chi t đ c liensinin và m t s ho t ch t khác có tác đ ng h huy t áp và ch ng co th t c tr n. Tâm sen có tác đ ng an th n, ch ng thao cu ng kích đ ng, c ch tr ng thái lo n th n kinh gây hưng đ và tăng v n đ ng.

Trong y h c c truy n, h t sen dùng đ u tr t h , tiêu ch y lâu, đá r t, di m ng tinh, khí h , h i h p, m t ng , c th suy nh c, kém ăn, ít ng . Ngày dùng 12-20 g, có th đ n 100 g, đ i đ ng thu c s c ho c hoàn tán; th ng ph i h p v i các v thu c khác. Ng i b táo bón, không nên dùng. Tâm sen ch a tim h i h p, lo l ng, tăng huy t áp, ít ng . Ngày dùng 2-4 g đ ng thu c s c, h m ho c hoàn tán, th ng ph i h p v i các v thu c khác.

Qu t

Qu t có ngu n g c Trung Qu c và Nh t B n, đã đ c tr ng t lâu đ i n c ta đ l y qu ăn và làm cây c nh, nh t là trong đ p T t Nguyên đán. Dùng qu và h t thu hái khi qu chín đ làm thu c. Qu qu t đ c dùng làm thu c ch a ho, làm n c gi i khát, giúp tiêu hóa. H t qu t đ c m máu, ch ng nôn, gi m ho.

D a

Nhiệt độ da có nhiệt độ cao, da nóng và khô, khát, chàm sởi, tiêu chảy, kiết lỵ, đau dạ dày. Nhiệt độ da làm lên men có thể phát triển các mầm bệnh. Dùng nhiệt độ cao chữa tóc làm tóc mềm, bóng và đen; trị nọc độc ép tỏi tây bôi lên da là thuốc chữa ngứa da. Củi da chữa đau vùng thắt lưng và khớp ép lấy dầu da chữa bệnh, môn nhọt. Dầu da tinh chế để làm thuốc phẩm thay màu nhuộm vải, là chất béo để tiêu hóa phòng ngừa và xa xỉ nhuộm màu.

Phốt pho

Quả phốt pho để chữa đau bụng đói và trướng, đau dạ dày, nôn mửa, chán ăn, ho dai dẳng có nhiệt độ ấm. Liều dùng hàng ngày: 8-10 g củi quýt khô đun thuốc sắc, hoặc dùng vỏ quýt ngâm rượu uống.

Đốt chữa viêm dạ dày môn tính, đau dây thần kinh vùng bụng: lấy củi và vỏ quả phốt pho 10-15 g hoặc khô 6 g thái lát mỏng, ngâm trong nước sôi và uống thay trà. Ở Ấn Độ, đốt ép củi phốt pho để chữa bệnh thiếu vitamin C, chữa khát, hạ sốt. Nhiệt độ cao và quả có tác dụng an thần, chữa nhức đầu, hạ sốt.

Táo ta

Quả và nhân hạt táo (toan táo nhân) để chữa làm thuốc. Táo nhân có các tác dụng dược lý: an thần, gây ngủ, giảm đau, chữa cơ giết, hạ nhiệt, hạ huyết áp và trị bệnh. Trong y học cổ truyền, nhân hạt táo để chữa khó ngủ, ho khan, đánh trống ngực, phiền khát, mất hơi thở, dùng riêng nghiền thành bột uống hoặc phối hợp với các thuốc khác. Liều dùng hàng ngày: 0,8 g-1,2 g thuốc đun sôi và uống 15-20 phút. Nếu dùng liều cao (khoảng 6-10 g) thì phải sao đen (có lẽ đây là một cách thức để giảm độc).

Các bài thuốc

Chữa đái rớt, đái đờ: Vỏ bí đao sắc để uống, uống nhiều lần.

Ch a phù thũng, c mình, m t, m t đ u phù Bí đao t i, đ u đ , m i th 40 g. S c u ng h ng ngày.

B t, ch a r i lo n tiêu hóa, tiêu ch y kéo dài tr em H t sen, ý dĩ, hoài s n, đ ng sâm, b ch bi n đ u m i th 100 g; c c nha (m m m lúa) 30 g tán b t m n; sa nhân, tr n bì, nh c đ u kh u, m i v 20 g, s c l y n c đ c, cùng v i các thu c trên luy n v i m t ong v a đ làm thành đ ng c m. Ngày u ng 20-30 g.

Thu c b t giúp ăn ng ngon, đ i t i u t i n d dàng H t sen, hà th ô, hoài s n, ý dĩ, c x c, râu mèo m i v 12 g. S c u ng ngày m t thang. Ho c: H t sen 16 g, sâm b chính 12 g, hoài s n 12 g, tán b t, viên v i m t ong, u ng m i ngày 20-30 g. Ho c dùng h t sen, c mài v i long nhãn, n u chè ăn.

Ch a suy nh c th n kinh, m t ng: H t sen, th c đ a, hoài s n, tang ký sinh, hà th ô, kim anh m i v 12 g; quy b n, k t, th ty t, ng u t t, đ ng quy, táo nhân m i v 8 g. S c u ng ngày m t thang. Ho c: Táo nhân (sao đen) 6 g, ph c linh 5 g, tri m u 4 g, xuyên khung 3 g, cam th o 2 g. S c và chia làm 3 l n u ng trong ngày.

Ch a đái tháo đ ng: Tâm sen 8 g, th ch cao 20 g, sa sâm, thiên môn, m ch môn, hoài s n, b ch bi n đ u, ý dĩ m i v 12 g. S c u ng ngày m t thang.

Ch a ho: Qu qu t chín, hoa h ng b ch, h t chanh m i v 10 g. T t c r a s ch, cho vào m t bát cùng v i ít đ ng ho c m t ong, đ m h p c m trong 15-20 phút. Nghi n nát, đ ngu i, cho tr u ng 3 l n trong ngày. Dùng 3-4 ngày. Ho c: H t qu t, lá x ng b , h t chanh m i v 10 g, m t gà đen m t cái. T t c đ t i, giã nh , thêm đ ng, h p c m, chia làm 2-3 l n u ng trong ngày.

Ch a viêm ph qu n m n tính, ho đ m Nhai cùi l n v ph t th , nu t n c. Ho c ph t th và bán h (ch v i g ng) m i v 6 g, s c thêm đ ng u ng.

Ch a nôn ra máu: H t qu t m t chén nh , b v , sao vàng, giã nh , s c v i n c và chia u ng làm 2-3 l n trong ngày.

Chữa đau dạ dày: Nấu cẩu a (tươi quỳ cẩu a già) 200 ml, trộn với bột bí ngô 150 g, đun nhỏ lửa cho chín, rồi ăn.

Chữa ho, ỉa chảy, buồn nôn, ngạt hay mê sảng Táo nhân (sao đen) 6 g; long nhãn, mạch môn, hạt sen, sinh địa, thỏ quy tẩm minh mị 12 g. Sắc nước hoặc làm viên uống trong ngày.

Chữa đờ m, hôi trộm. Táo nhân (sao đen), nhân sâm, phôi linh, liêu u liêu ng bồng nhau, nghiền thành bột mịn, mị i liêu ng 15 g với nước cháo.

GS Đoàn Thế Nhu, Sĩc Khế & Đới Sĩng