Da m□t b□ s□m, nám là n□i lo c□a nhi□u ng□□i, nh□t là ch□ em ph□ n□ v□a m□i sinh, ho□c nh□ng ng□□i ph□i làm vi□c ngoài tr□i n□ng nóng, môi tr□□ng ô nhi□m, đi l□i nhi□u. Ngoài ra, ch□ng nám da là ch□ □ bì phu, nh□t là vùng m□t xu□t hi□n t□ng n□t hoặc t□ng m□ng có màu nâu s□m, không n□i cao h□n da, s□ vào không v□□ng. S□m da hay nám da là tình tr□ng r□t th□□ng g□p.

Trên lâm sàng th□□ng g□p các d□ng sau:

Âm h□

Nguyên nhân do âm h□, h□a b□c lên vùng m□t gây huy□t táo.

Phép tr□: t□ âm giáng h□a ho□t huy□t: đan bì 10g, b□ch linh 10g, tr□ch t□ 10g, th□c đ□a 20g, s□n thù 10g, hoài s□n 15g, quy đ□u 12g, b□ch th□□c 12g, k□ t□ 12g, cúc hoa 12g, thiên hoa 12g, táo 9g, h□ khô th□o 8g, sinh kh□□ng 8g, ngũ v□ 4g, m□ch môn 10g, ng□u t□t 10g.

Huy□t h□ □ nhi□t

Tri□u ch□ng: m□t ph□ n□ n□i ban vàng s□m, nh□t ho□c đ□m, n□i t□ng n□t ho□c t□ng m□ng to nh□ không đ□u, kèm ch□ng kinh s□m.

Lý: huy□t h□ □ nhi□t.

Phép tr□: d□□ng huy□t ho□t huy□t l□□ng huy□t.

Bài: tiêu ban m□ dung thang: Đ□□ng quy 10g, xích th□□c 10g, th□c đ□a 15g, trinh n□ t□ 15g, xuyên khung 10g, sinh đ□a 15g, b□ch ch□ 10g, t□ th□o 10g.

Chú ý: nên ăn nhi□u rau qu□, tránh n□ng, kh□ng ch□ ch□t tanh.

Khí tr□ huy□t □

Tri□u ch□ng: s□c ban s□m, lâu ngày không tiêu tr□, ch□t l□□i tía t□i là do khí tr□ huy□t □.

Lý: khí tr□ huy□t □.

Phép tr□: lý khí ho□t huy□t tiêu ban.

Bài: l□u th□ kh□ ban ph□□ng:

Sài h□ 6g, xích th□□c 9g, sinh đ□a 15g, ch□ xác 9g, xuyên khung 6g, tr□ch lan 9g, chích th□o 6g, qui đ□u 9g, b□ch th□□c 9g, m□c h□□ng 6g, đ□ng sâm 9g, ích m□u 15g, ng□u t□t 15g.

Gia gi□m: n□u kiêm th□p tà nung n□u gia: cù m□ch, tr□ch t□, m□c thông.

N□u th□ l□c y□u, khí tr□ huy□t □ kiêm nhi□t tà nung n□u gia: hoàng bá.

Huy□t □ n□ng dùng ngoài

S□c ban đen s□m thu□c lo□i huy□t □ n□ng.

Phép tr□: hành khí ho□t huy□t hóa □ tiêu ban.

Ph□□ng: t□ th□o t□y ph□□ng:

T□ th□o 30g, b□ch ch□ 15g, tô m□c 15g, h□u phác 15g, m□c thông 15g, thi□n th□o 15g, xích th□□c 15g, h□ng hoa 15g, ty qua l□c 15g.

Âm h□ huy□t □

Ban s□m, kiêm phi□n nhi□t h□i h□p, l□□i bóng không có rêu là âm h□ huy□t tr□.

Ph□□ng: kh□ ám mĩ dung thang:

Qui đ□u 10g, th□c đ□a 10g, xích th□□c 10g, t□t lê 10g, đông qua t□ 15g, sinh đ□a 10g, xuyên khung 10g, b□ch th□□c 10g, c□□ng t□m 10g.

Cách s□c (n□u) nh□ng bài thu□c trên: n□□c th□ nh□t cho các v□ thu□c vào cùng 4 chén n□□c, n□u còn l□i 1 chén.

N□□c hai cho vào 3 chén n□□c, n□u còn n□a chén. Hòa hai n□□c l□i chia làm 3 l□n dùng trong ngày.

Ngoài dùng: nghi□n b□t thiên hoa tr□n lòng tr□ng tr□ng gà thành cao, tr□□c khi dùng l□y n□□c nóng r□a s□ch ch□ da nám, l□y khăn bông t□m n□□c nóng lau s□ch vào da, sau đó bôi cao lên ch□ da nám m□i ngày tr□□c khi ng□ tr□a ho□c ng□ t□i, bôi t□ 1 - 3 tháng.

H□n ch□ th□c ăn cay nóng, bia, r□□u, cà phê, thu□c la…

L□□ng y PH□M NH□ TÁ