

Hà Sơn

SỨC KHỎE LÀ VÀNG

Bách hợp

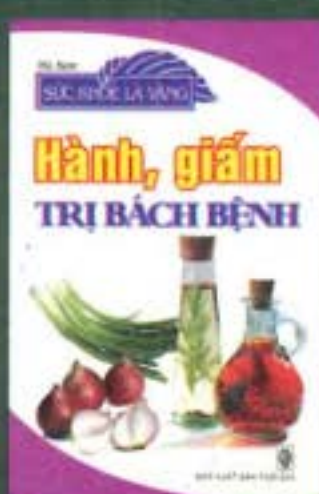
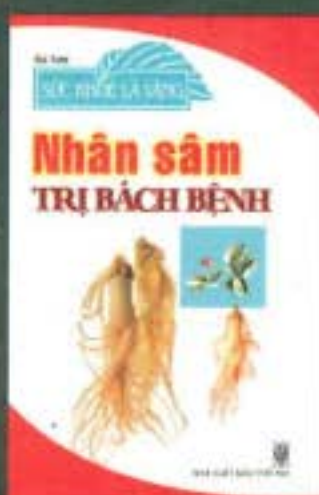
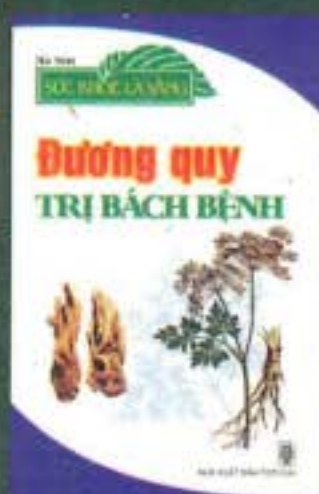
TRỊ BÁCH BỆNH



NHA XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

Hà Sơn

SỨC KHỎE LÀ VÀNG



SÁCH GIẢM GIÁ



Giá: 10,000 VND

Giá: 35.000đ

BÁCH HỢP TRỊ BÁCH BỆNH

HÀ SƠN

BÁCH HỢP TRỊ BÁCH BỆNH

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

Lời nói đầu

Sức khỏe là tài sản vô giá của mỗi chúng ta. Ai cũng mong muốn sống khỏe, sống thọ, sống có ích. Tuy nhiên, qua kết quả điều tra gần đây cho thấy hầu hết mọi người đều ít quan tâm tìm hiểu: Tại sao sức khỏe ngày càng suy yếu? Tại sao cơ thể mình bị bệnh?

Theo số liệu điều tra, 95% người bị tử vong là do bị bệnh, chỉ 5% là do tai nạn và các nguyên nhân khác. Nghiên cứu của các chuyên gia cho thấy, nguyên nhân sinh ra bệnh tật là do các cơ quan trong cơ thể bị mất cân bằng (hệ tiêu hóa, hệ tuần hoàn, hệ hô hấp...), hệ miễn dịch không thể bảo vệ được cơ thể trước sự tấn công của các loại vi khuẩn, virus gây bệnh. Nguyên nhân sâu xa hơn là do các tế bào, đơn vị nhỏ nhất cấu thành nên cơ thể của chúng ta bị thiếu dưỡng chất trong thời gian dài.

Theo y học cổ truyền, thuốc (dược vật) luôn tồn tại tứ khí (tứ tính) là hàn, lương, ôn, nhiệt để nói lên mức độ nóng (nhiệt) lạnh (hàn) của chúng. Còn bệnh tật của con người cũng được phân làm bệnh nhiệt hay hàn và cơ địa con người cũng vậy thuộc nhiệt hay hàn. Về nguyên lý chữa bệnh thì bệnh hoặc cơ địa nhiệt thì phải dùng thuốc có tính hàn để lập lại cân bằng âm dương và ngược lại. Xuất phát từ quan niệm ấy, phương pháp chữa bệnh của y học cổ truyền có những ưu thế vượt trội trong việc chữa trị

các căn bệnh cũng như duy trì bảo vệ sức khỏe. Ngày càng có nhiều người lựa chọn các loại dược thảo để thay thế các loại thuốc Tây để bảo vệ sức khỏe của mình.

Bách hợp là một trong những loại dược liệu được sử dụng rộng rãi trong Đông y. Theo tài liệu cổ, bách hợp có vị đắng, tính hơi hàn, vào 2 kinh tâm và phế, có tác dụng nhuận phế, trừ ho, ho có đờm, viêm khí quản, thổ huyết, ho lao, thần kinh suy nhược, hư phiền, hồi hộp, tim đập nhanh, định tâm, an thần, thanh nhiệt, lợi tiểu... Tác dụng kỳ diệu của bách hợp được tổng hợp đầy đủ trong cuốn **Bách hợp trị bách bệnh** mà bạn đọc đang cầm trên tay, xin được trân trọng giới thiệu với bạn đọc như một món quà cho sức khỏe của bạn. Hy vọng cuốn sách sẽ trở thành người đồng hành hữu ích của bạn trong cuộc sống.

Chúc các bạn sức khỏe, niềm vui!

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI

1. Đặc tính sinh vật học của Bách hợp

- Tập tính sinh trưởng của Bách hợp:

Khả năng thích nghi của bách hợp tương đối tốt, vì vậy có thể trồng được ở rất nhiều nơi. Bách hợp ưa khí hậu có nhiệt độ ấm, lạnh mát, khô, thuộc thực vật bán ẩm, có khả năng chịu hạn, chịu lạnh, sợ ngập úng. Nhiệt độ sinh trưởng thích hợp của Bách hợp là 5 - 25°C, thân gân chìm, ở trong đất lạnh có thể chịu đựng được nhiệt độ âm 10°C. Bách hợp không yêu cầu nghiêm khắc với đất đất đai. Đất dùng để trồng các loại đậu, rau hoặc các loại dưa ở vụ trước, sau đó dùng trồng Bách hợp là thích hợp nhất, không sử dụng riêng một loại đất trồng mà thường luôn phiên trồng kèm các loại cây rau khác.

- Đặc trưng hình thái của cây Bách hợp:

Bách hợp thuộc thực vật có rễ của ngành Bách hợp nhiều năm sinh sống. Mùa đông, những bộ phận ở phía trên mặt đất của cây Bách hợp đều khô chết, nhưng thân bẹ ở trong đất càng lạnh thì tính chịu lạnh càng mạnh. Rễ Bách hợp là rễ chùm, râu rễ ít. Rễ sống ở gần thân bẹ tương đối to mập gọi là “rễ thịt”. Mùa xuân gần thân bẹ sống nhờ thân nổi để qua mùa đông, không phân cành, cứng cáp đứng thẳng, lá che hình kim hoặc hình dải. Cuối mùa hè Bách hợp nở hoa hình loa kèn, quả khô, ra quả rất ít. Phần trong đất của phần thân nổi, gốc hình sợi sống, gọi là “rễ chùm”, có chức năng hấp thụ và cố định phần nổi. Thân bẹ Bách hợp sống ở phần thân nổi, mọc ra hình tròn hoặc hình tròn dẹt. Do rất nhiều thịt bẹ được xếp vào loại xoáy ốc, được

tạo thành lớp lớp ôm lấy thân. Vùng bẹ trắng hoặc hơi vàng, dẹt phẳng, mập, dày hoặc hiện ra hình cái môi là một khí quản tàng trữ, là bộ phận sản phẩm quan trọng. Phần thân cây ngoài tác dụng sinh thân bẹ to ra, có giống phần trong đất của phần thân nổi sinh ra thân bẹ nhỏ; có giống giữa nách lá của thân nổi sinh ra thân bẹ sống, gọi là mầm cây. Thân bẹ nhỏ và mầm cây đều có thể dùng để để nhân giống. Cũng có giống không sinh ra mầm cây và thân bẹ nhỏ.

2. Kỹ thuật nuôi trồng Bách hợp

- Chọn đất: Chọn nơi thế đất cao, đất đai phì nhiêu, chất đất tơi xốp, đất cứng hoặc đất mùn để dẫn được nước, lật sâu 25cm trở lên, mỗi 666,7m² có thể làm 2.000kg phân ủ hoặc phân chuồng mục ải, thêm 50kg phốt-pho, vôi sống, cào kỹ, bằng phẳng, làm bờ cao rộng 100 - 150cm, mặt bờ tạo thành hình sóng ngói, giữa bờ giữ lại đường tác nghiệp 30 - 50cm, mở rãnh giữ nước.

- Cách nhân giống:

+ Nhân giống bẹ: Mùa thu thu hoạch chọn thân bẹ của cây khỏe mạnh, không có bệnh, tước bỏ bẹ khô và các bẹ chất lượng kém, chọn bẹ có bề trong to mập ngâm trong dung dịch sunfammid 30 phút, lấy ra phơi khô, cách 15cm theo hàng cây (3 - 6cm), đem phần chính đâm vào bờ khoảng 1/2 - 2/3 và lấp cỏ giữ ẩm khoảng 20 ngày đủ mọc ra 1 - 2 thân bẹ nhỏ. Mùa xuân năm thứ 2 bẹ sinh rễ nảy mầm, tháng 9 - 10 đào ra làm giống. Trước khi trồng, đầu tiên mang thân cây giống rải ra trong phòng, lấp cỏ lên phơi giống 5 - 7 ngày, làm cho nước ở mặt ngoài thân cây giống bay hơi. Mở rãnh cách

40cm theo hàng, rãnh sâu 3 - 4cm, giữa cách 15cm, đem thân cây giống trồng vào rãnh lấp đất dày, để đầu thân bẹ cách đất khoảng 3,5cm là được, sau đó ấn chặt thêm một chút. Qua 2 năm chăm sóc thì có thể thu hái.

+ Nhân giống thân bẹ nhỏ: Khi thu hoạch giữ thân bẹ nhỏ, cách 15 - 10cm theo hàng cây mở rãnh trồng, rãnh gieo giống sâu 3 - 5cm. Mùa thu năm thứ 2 thu hoạch thân bẹ làm giống trồng đạt 30 - 40g.

+ Nhân giống mầm cây: Mùa hè khi thu hái mầm cây trưởng thành, dùng bùn non sạch trộn đều, đặt vào nơi ẩm mát, khô ráo cất giữ. Tháng 9 - 10, trên mặt bờ cách 10 - 15cm theo hàng mở rãnh, rãnh sâu 3 - 4cm. Ở trong rãnh mỗi 5cm gieo một hạt mầm cây, lấp đất lấp cỏ, phòng lạnh giữ ẩm. Mầm năm đó ra rễ, mùa xuân năm thứ 2 ra mầm. Lúc này vén sạch cỏ dại. Mùa thu sau khi thân bẹ khô héo thì thu hoạch làm giống trồng.

+ Nhân hạt giống: Tháng 9 - 10 thu hoạch hạt giống và tùy hái tùy gieo. Trong bờ còn tốt, cách 15cm theo hàng mở rãnh, rãnh sâu 3 - 4cm. Mang hạt giống rắc đều vào trong rãnh, lấp đất và nén một. Chú ý thường xuyên giữ đất đai ẩm ướt. Mùa xuân năm thứ 2 ra mầm, mùa thu có thể sinh thân bẹ nhỏ.

- Quản lý ruộng đồng:

+ Cày sáo diệt cỏ: Sau khi mầm mọc đều và trước khi nở hoa cần phải cày sáo diệt cỏ một lần. Sau khi nở hoa, thân bẹ Bách hợp đi vào thời gian nghỉ ngơi, không phải cày sáo diệt cỏ nữa. Cày sáo cần phải nông để tránh làm tổn thương thân bẹ.

+ Bón thúc: Lần thứ 1 là vào trung tuần, đầu tháng 4, cứ 666,7m² cho 1.500kg phân đồng mục ải, cho thêm

20kg lân và kaly. Lần thứ 2 là vào thượng tuần tháng 5, mỗi 666,7m² thêm 1.500kg nước tiểu, phân chuồng. Lần thứ 3 là vào hạ tuần giữa tháng 6, mỗi 666,7m² thêm 15 - 20kg phân potassium, lân.

+ Tưới nước: Trong thời kỳ mầm của mùa xuân, đất đai quá khô có thể tưới nước với lượng thích hợp; tháng 7 - 8 là thời gian sinh trưởng của thân bẹ, để giữ đất đai khô, tưới xấp.

+ Cắt ngọn, hái mầm: Ngoài làm ruộng ra, hạ tuần tháng 5 đến thượng tuần tháng 6 là thời gian xuất hiện rễ cây quấn nhau, cần phải kịp thời cắt ngọn vào; thượng tuần tháng 6, vặt bỏ mầm cây phân hóa và trưởng thành có thể thúc đẩy sự hình thành và sinh trưởng của thân bẹ chìm.

+ Phủ cỏ trồng xen: Sau khi Bách hợp ra mầm nên phủ rơm cỏ hoặc trồng xen các cây như: ngô, rau xanh... có thể phòng mưa to bào mòn, giảm bớt cỏ tạp, không làm cho bề mặt đông kết. Đồng thời có thể phòng chống nhiệt độ cao của mùa hè dẫn đến Bách hợp thối rễ.

- Phòng và trị sâu bệnh:

+ Bệnh hại: Bách hợp thường hay bị các bệnh đốm lá và bệnh virus. Bệnh đốm lá là hại thân, lá. Lá bị hại xuất hiện những đốm tròn màu đỏ sẫm hoặc màu đen, khi nghiêm trọng sẽ làm lá cây khô chết. Bệnh virus là bệnh hại cả cây. Lá nhiễm bệnh xuất hiện lá xoắn, cong, cây trồng sinh trưởng không tốt. Phòng úng và giữ thông gió, đủ ánh sáng có thể giảm nhẹ bệnh đốm lá phát sinh.

+ Sâu hại: Các loại chủ yếu có rệp, ruồi và giun đất. Rệp chích hút chất nước của lá, thân, làm cho lá vàng khô, cây khô ngọn và dễ mắc các bệnh hại. Ruồi (một

loại ruồi nhặng) dựa vào sâu con để hại thân bẹ, dẫn đến thân bẹ thối rữa.

- Thu hoạch:

Năm thứ 2 sau khi trồng cây, phần nổi của Bách hợp hoàn toàn khô chết, thân bẹ chìm hoàn toàn trưởng thành thì thu hoạch. Khi thu hoạch nên chọn ngày trời quang để làm, lúc đào cần phải nhẹ nhàng để phòng chống thân bẹ bị tổn thương. Sau khi thu hoạch lập tức cắt bỏ cành, làm sạch bùn đất, cắt bỏ rễ chùm. Dem quả to và quả nhỏ, quả giữ làm giống và quả không giữ làm giống, quả khỏe và quả có bệnh phân biệt ra để vào rổ. Khi làm chú ý phải cầm nhẹ và đặt nhẹ. Bách hợp thu hoạch nên lập tức vận chuyển vào trong nhà, tất cả không thể phơi ở dưới ánh nắng mặt trời để tránh bề ngoài gân khô và biến sắc, ảnh hưởng đến mỹ quan. Thông thường sản xuất thân bẹ tươi đạt 750 - 1.000kg, cao sản có thể đạt 1.500kg trở lên.

3. Kiến thức Đông y về Bách hợp

Bách hợp vị ngọt, hơi lạnh, thuộc về phổi, lõi sợi, có công hiệu dưỡng âm, nhuận phổi, thanh tâm, an thần. Bách hợp thích hợp với những người ho khan, âm hư, ho lâu, ho mệt mỏi, đờm máu, giảm buồn phiền, sợ hãi, mất ngủ, mơ nhiều, tinh thần hoảng hốt... Nghiên cứu hiện đại cho thấy, Bách hợp có tác dụng tăng cao tỷ lệ tế bào, nâng cao tỷ lệ chuyển hóa tế bào hạch và tăng chức năng miễn dịch của dịch thể, chống ung thư hiệu quả. Vì vậy lâm sàng thường dùng Bách hợp để điều trị bệnh ung thư như: bệnh máu trắng, ung thư da, ung thư khoang mũi, ung thư tuyến vú, ung thư cổ tử cung...

Tác dụng dược liệu của Bách hợp được ghi sớm nhất ở *Thần nông bản thảo kinh*, ghi là: “Bách hợp chủ yếu là trị tà khí bụng sưng, tim đau, lợi cho đại tiểu tiện, bổ trung, ích khí”. Trong *Danh y biệt lục* ghi chép là: “Bách hợp chữa phù thũng, tắc ruột, sốt rét, toàn thân đau nhức, họng tê, viêm tuyến lệ, viêm tuyến sữa...”. *Kim quỹ yếu lược* lấy Bách hợp làm thuốc chính, bao gồm mấy trăm phương thuốc, chủ yếu chữa trị các bệnh sốt. Đới Đường, *Dược tính luận* ghi chép: “Chủ bách tà quỷ my, khốc lóc không ngừng, loại bỏ lo lắng, đầy hơi, đau, chữa cước khí, ho sốt ngược”. Đây là ghi chép sớm nhất về việc Bách hợp có thể chữa ho.

Cũng có nhiều bài đánh giá nhận xét về tính chất ngọt, lạnh, trơn, có ích và công hiệu trừ tà an chính của Bách hợp. Như trong *Bản thảo kinh sơ* ghi chép: “Bách hợp, chủ yếu là chủ tà khí phục thũng, gọi là tà khí, tức là tà nhiệt. Tà nhiệt ở bụng, vì vậy bụng sưng. Làm hết tà nhiệt thì xung biến mất. Giải lợi tà nhiệt của tim thì tim đau tự khỏi. Thận chủ yếu về đường đại tiểu tiện, thận và đại tràng có nhiệt tà thì không thông lợi, làm sạch tà nhiệt của 2 đường thì có lợi cho đại tiểu tiện. Phương thuốc xưa lấy Bách hợp, khoản đông hoa cùng nấu thành cao, gọi là bách hoa cao, chữa bệnh ho lâu có máu ở đờm, cũng có thể âm hư hỏa vượng, thượng lạc táo kim. Ngoài ra, cũng có bài viết Bách hợp hạn chế tác dụng của phổi.

Lượng thường dùng của Bách hợp là 10 - 30g.

Chương một

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NỘI KHOA

1. Nhiễm khuẩn đường hô hấp trên

Cháo đậu xanh bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 50g, đậu xanh 50g, gạo 100g.

- Cách chế biến: Đậu xanh, bách hợp rửa sạch tạt chút, bỏ vào nồi, cho nước vào nấu trước đến khi nhừ, cho gạo đã vo sạch vào cùng nấu thành cháo loãng.

- Công dụng:

+ Giảm sốt, giải độc, lợi cho ruột, ngắt cơn ho, tốt cho tim, hết mệt mỏi.

+ Thích hợp chữa trị những bệnh do nhiễm khuẩn đường hô hấp trên.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 1 thang. Những người đã bị cảm phong hàn kiêng dùng bài thuốc này.

Cháo một dược, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp, một dược, sa sâm, sâm thái tử mỗi loại 30g, hoa cúc 12g, gạo 60g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ 5 vị thuốc đầu tiên cho nước vào đun sôi, sắc lấy nước.

+ Cho gạo đã vo sạch vào nước thuốc nấu thành cháo, cho đường phèn vào khuấy đều để điều hòa gia vị.

- Công dụng:
- + Có lợi cho khí cổ đánh gió.
- + Thích hợp dùng cho các bệnh nhiễm đường hô hấp trên.

- Cách dùng: Dùng ăn vào buổi sáng và buổi tối.

2. Bệnh viêm đường khí quản mạn tính

Bán hạ tâm tử bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp, bán hạ, tang bạch bì, trần bì, bạch giới tử, khoản đông hoa mỗi loại 12g, thái phục tử 24g, ma hoàng, hạnh nhân, xuyên bối mỗi loại 10g, mạch đông, tử tô diệp, viễn chí mỗi loại 15g, đại táo 5 quả.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên rửa sạch, sắc lấy nước uống.

- Công dụng:

+ Giải đờm thông tiện, ngắt cơn ho, nhuận phổi, dưỡng âm bình xuyên.

+ Thích hợp với bệnh viêm đường khí quản loại thở gấp.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Trí bối bách hợp a giao

- Nguyên liệu: Trí mẫu, bối mẫu, thiên đông, mạch đông, khoản đông hoa mỗi loại 10g, bột thiên hoa, hạt ý dĩ, ngũ vị tử mỗi loại 6g, mã đầu linh, bách hợp, cát cánh mỗi loại 3g, a giao, đương quy, địa hoàng mỗi loại 6g, tử tô, bạc hà mỗi loại 3g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên rửa sạch, thêm 3 lát gừng tươi sắc lấy nước, bỏ bã.

- Công dụng:
- + Bổ trung, ích khí, giải đờm, ngắt cơn ho.
- + Thích hợp dùng với bệnh viêm đường khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Cho 1 thìa đường mạch nha vào trong nước thuốc, hòa nước với rượu hoặc nước lọc để uống, mỗi ngày 3 lần, uống sau khi ăn.

Hoàng tinh, song sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng tinh 12g, sa sâm, đan sâm, phục linh, bối mẫu, uất kim, sơn dược, bách hợp mỗi loại 9g, sa nhân 3g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên sắc lấy nước, bỏ bã.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ, ích phổi, dưỡng âm, ngắt cơn ho.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm đường khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 3 tháng là 1 quá trình điều trị.

Sinh địa, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa, mạch đông, bạch thược, bách hợp, sa sâm mỗi loại 6g, phục linh 5g, sinh cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên sắc lấy nước, bỏ bã.

- Công dụng:
- + Dưỡng âm, nhuận phổi.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm đường phế quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Cao lê tuyết, bách hợp

- Nguyên liệu: Lê tuyết 500g, bách hợp 250g, đường phèn 200g.

- Cách chế biến:

+ Lê tuyết rửa sạch, bỏ vỏ, bỏ hạt, cắt lát; bách hợp rửa sạch, sau khi ngâm vớt ra để ráo, giã nát.

+ Cho lê và bách hợp vào nồi, cho đường phèn, hầm cách thủy đến khi thành cao là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, nhuận phổi, ngắt cơn ho, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính, tiện bí...

- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 1 thìa nhỏ (khoảng 20g), uống với nước ấm.

Cao sinh địa, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa 300g, mạch đông 200g, sơn dược 200g, thiên đông 150g, ngọc trúc 150g, khoản đông hoa 100g, bạch dược 100g, bách hợp 100g, trí mẫu 50g, trần bì 50g, xuyên bối mẫu 50g, mật ong 250ml.

- Cách chế biến:

+ Xuyên bối mẫu bỏ lõi, nghiền thành bột nhỏ, để dùng dự phòng.

+ Lấy 12 vị thuốc đầu tiên cùng sắc 3 lần, lọc bỏ bã, cô thành cao sạch, cho mật ong vào, sau 7 ngày thì đem bột xuyên bối mẫu phối hợp dần dần với nhau, khuấy đều, cất giữ.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 25g.

Lô căn, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, lô căn tươi 90g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, lô căn tươi cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp vào đun sôi, bỏ bã lấy nước, cho đường trắng vào khuấy đều để hòa vị.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải độc, nhuận phế giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản loại sốt có đờm ở phổi.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Linh chi, sa sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Linh chi 10g, nam sa sâm 6g, bắc sa sâm 6g, bách hợp 10g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị trên rửa sạch, sắc lấy nước, bỏ bã.

- Công dụng:

+ Bổ hư, cường thân, trấn ho, bình suyễn.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính thuộc loại khô nóng làm tổn thương phổi. Với người ho khô, tâm lý bất an cũng rất thích hợp.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Lê tuyết, bách hợp

- Nguyên liệu: Lê tuyết 1 quả, bách hợp 30g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lê tuyết rửa sạch, bỏ vỏ và hạt, cắt thành miếng nhỏ; bách hợp rửa sạch.

+ Cùng bỏ lê tuyết và bách hợp vào nồi, cho nước vào đun sôi, bỏ một lượng đường phèn thích hợp vào hấp 40 phút là được.

- Công dụng:

+ Thanh tâm, nhuận phổi, ngắt cơn ho, tiêu đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Thanh mai hấp bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 150g, thanh mai (cắt thành hình chữ T) 30g, đường phèn 150g, đường trắng 50g, đường quế qua một lượng nhỏ.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô dùng nước sôi ngâm, bỏ vào lồng hấp và hấp thành bột, lọc bỏ nước.

+ Dùng một nồi khác cho, thêm một lượng nước thích hợp, cho đường phèn, đường trắng vào nấu đến khi đường chảy ra, đổ vào bách hợp, vặn lửa nhỏ hầm cho đến khi thành dạng đặc, rắc thanh mai, đường quế hoa vào là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh tâm, nhuận phổi, ngắt cơn ho, bổ dưỡng ngũ tạng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 2 - 3 thìa.

Mật bạch quả, ngũ vị tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Bạch quả 100g, ngũ vị tử 100g, bách hợp khô 50g, mật ong 1.000ml.

- Cách chế biến:

+ Bạch quả rửa sạch, đập vỡ; ngũ vị tử, bách hợp khô rửa sạch, để ráo.

+ Bạch quả, ngũ vị tử, bách hợp khô dùng nước lạnh ngâm trong 1 giờ, rửa sạch, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp vào đun sôi, vặn lửa nhỏ đun trong 30 - 60 phút, lọc lấy nước thuốc.

+ Sắc tiếp lần thứ 2 lấy nước thuốc, cho mật ong vào, đậy nắp để tránh không khí lọt vào, dùng lửa to hấp cách thủy trong 2 giờ, để nguội, cho vào bình.

- Công dụng:

+ Liên phổi, ích khí, giải đờm, ổn định cơn ho, ổn định nhịp thở, nhuận tràng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm phế quản mạn tính loại thận phổi suy yếu.

- Cách dùng: Mỗi ngày sau khi ăn cơm uống khoảng 10g.

Canh bách hợp, tỳ bà, ngó sen

- Nguyên liệu: Bách hợp (tươi) 30g, tỳ bà 30g, ngó sen tươi 30g (rửa sạch, cắt lát), bột mì một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, lõi quả tỳ bà và lát ngó sen cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, đun đến khi sắp chín thì bỏ vào một lượng bột mì thích hợp hòa đều thành canh, khi ăn cho một chút đường.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, giảm sốt, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Không hạn chế giờ ăn.

Canh bách hợp bột tề lê tuyết

- Nguyên liệu: Bách hợp, bột tề mỗi loại 30g, lê tuyết 1 quả, một chút đường phèn.

- Cách chế biến: Bột tề rửa sạch, bỏ vỏ, giã nát; lê tuyết rửa sạch, bỏ hạt cắt ngâm rượu, cùng đun nước với bách hợp, đến khi chín nhừ thì cho thêm một chút đường phèn vào hấp trong ít phút là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, thanh nhiệt, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại sốt triệu chứng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, dùng liên tục trong 10 - 15 ngày là 1 quá trình điều trị.

Canh thịt, bách hợp, liên tử

- Nguyên liệu: Thịt ba chỉ ba 250g, bách hợp, liên tử mỗi loại 30g, muối trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Thịt ba chỉ rửa sạch, bỏ vào nồi đất, cho 1.000ml nước vào đun sôi, cho thêm bách hợp, liên tử, dùng lửa nhỏ ninh nhừ, cho một ít muối tinh vào để điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, nhuận phổi, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ phổi lưỡng hư.

- Cách dùng: Chia 2 lần uống.

Cháo hạt hach đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt hach đào, bách hợp mỗi loại 30g, gạo 100g.

- Cách chế biến: Hạt hạch đào, bách hợp, gạo cùng nấu thành cháo.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, bổ tỳ, nhuận tràng, thông tiện.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ thận lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng uống vào bữa sáng và bữa tối.

Tỳ bà bách hợp khô táo lê

- Nguyên liệu: Lá tỳ bà tươi 250g, lê 2 quả, đại táo 250g, bách hợp khô 1.000g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Lê bỏ vỏ và hạt; lá tỳ bà tươi cho nước vào đun thành dạng đặc, vắt bỏ bã lấy nước, cho thêm lê, đại táo, bách hợp khô, mật ong vào, tiếp tục dùng lửa nhỏ hấp đến khi bách hợp khô chín nhừ.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích phổi, ngắt cơn ho, ổn định hơi thở.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ phổi lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng uống lúc ấm.

Canh thị bình bách hợp

- Nguyên liệu: Thị bình 3 cây, bách hợp 20g, mật ong 25ml.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch; thị bình bỏ gốc, rửa sạch, cho thị bình, mật ong, bách hợp vào, cho thêm một lượng nước thích hợp, nấu nhừ là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, thanh phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính, khí quản mở rộng, lao phổi.

- Cách dùng: Dùng uống trong bữa điểm tâm.

Dưa hấu, bách hợp, mật ong

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, lõi đỏ dưa hấu 50g, đường trắng 50g, mật ong 50ml.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô rửa sạch, bỏ vào bát, cho nước sạch và đường trắng vào, bỏ vào lồng hấp chín.

+ Trong nồi cho thêm 100ml nước sạch, đem canh ban đầu hấp bách hợp đổ vào, đổ mật ong vào nấu thành dạng đặc, cho thêm bách hợp, miếng lõi dưa hấu là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, bổ trung, ích khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Song bách mao căn

- Nguyên liệu: Bách bộ, bách hợp mỗi loại 20g, mao căn mỗi loại 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên sắc lấy nước thuốc, bỏ bã.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải độc, ngắt cơn ho, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại sốt có đờm ở phổi.

- Cách dùng: Uống thay trà, mỗi ngày 1 thang.

Bách hợp nước mật

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 500g, sơn tra cao 25g, đường quế hoa 10g, đường trắng 100g, mật ong 100ml, mỡ 15g, bột quán chúng 25g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp cắt bỏ râu, rễ, bỏ vỏ ngoài, rửa sạch, vỏ ngoài và lõi phân biệt ra để cất giữ; sơn tra cao cắt thành lát có hình củ ấu.

+ Nồi sắc rửa sạch, đặt trên lửa to, thêm nước sạch đun sôi, đầu tiên bột vỏ ngoài của bách hợp, sau khi nước sôi, lại bột lõi bách hợp, đun thêm ít phút thì vớt ra lọc khô nước.

+ Lấy một bát to, thành bát bôi xoa mỡ, đem lõi bách hợp cắt ra, lưỡi dao hướng về đáy bát tạo thành hình cánh hoa, vỏ ngoài đặt ở mặt trên, cho nước sôi, mật ong, đường trắng, bịt kín miệng bát, đặt lên lồng hấp hấp trên lửa to trong khoảng nửa giờ, lấy ra lật úp trong nồi canh.

+ Trong nồi sắc đổ vào nước canh trong bát bách hợp, cho thêm đường trắng, đường quế hoa, đun lửa to, bột quán chúng nhào đều và rưới lên nguyên liệu, thêm vào lát sơn tra là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, thanh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Làm cơm dùng ăn.

Lá tỳ bà hấp bách hợp khô

- Nguyên liệu: Lá tỳ bà tươi 250g, lê 2 quả, đại táo 250g, bách hợp khô 100g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lê bỏ vỏ và hạt; lá tỳ bà tươi cho nước vào đun thành dạng đặc, bỏ bã lấy nước.

+ Cho lê, đại táo, bách hợp khô, mật ong vào nước lá tỳ bà, dùng lửa nhỏ đun đến khi bách hợp khô chín nhừ là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích phổi, ngắt cơn ho, ổn định nhịp thở.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ phổi lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng ăn lúc ấm và nóng.

Canh ngân nhĩ, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Ngân nhĩ 8g, sơn dược 25g, bách hợp khô 15g, trứng gà 3 quả, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô bỏ vào trong bát, dùng nước ấm ngâm khoảng nửa giờ; ngân nhĩ bỏ vào bát to, dùng nước ấm ngâm, nhặt bỏ tạp vật, cắt hết rễ già, rửa sạch, xé thành miếng nhỏ; sơn dược bỏ vào trong bát nước sôi ngâm mềm, rửa sạch.

+ Cho ngân nhĩ, bách hợp, sơn dược vào nồi, thêm lượng nước thích hợp đun đến khi chín nhừ, đánh trứng vào khuấy đều, đun trong ít phút rồi cho đường phèn vào là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, bổ khí, kiện tỳ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ phổi lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Phục linh, ngó sen

- Nguyên liệu: Phục linh 12g, ngó sen 120g, sơn dược 12g, bách hợp 10g, đại táo 10g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Phục linh rửa sạch, cắt lát; ngó sen rửa sạch, cắt lát; sơn dược cắt lát; đại táo bỏ hạt.

+ Tất cả các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi nhôm với bách hợp, thêm một lượng nước thích hợp, đặt lên bếp lửa to đun sôi, sau đó dùng lửa nhỏ đun sục 30 - 40 phút, lọc bỏ bã thuốc, cho đường trắng vào khuấy đều, đựng vào trong bình là được.

- Công dụng:

+ Tư dưỡng phổi âm, bổ ích tỳ khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính

- Cách dùng: Uống thay trà, thời gian tùy ý.

Lê, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 9g, lê 1 quả, đường trắng 15g.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch; lê rửa sạch, cắt thành lát nhỏ, cùng bỏ vào bát với đường trắng, hấp đến khi bách hợp chín là được.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, lợi khí, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Canh thị bình, bách hợp

- Nguyên liệu: Thị bình 3 cây, mật ong 30ml, bách hợp 10g.

- Cách chế biến: Cho tất cả các nguyên liệu trên vào nồi, thêm lượng nước thích hợp vào đun đến khi chín nhừ.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, thanh nhiệt, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, liên tục trong 7 ngày.

Bách hợp, thanh mai, sơn tra

- Nguyên liệu: Xuyên tâm liên, bách hợp, bột tề thái, bạch quả, hạt hạch đào, thanh mai, đào khô, bánh sơn tra, đại táo, táo mỗi loại 30g, đường trắng 50g.

- Cách chế biến:

+ Xuyên tâm liên ngâm trong nước lạnh; bột tề, táo, bánh sơn tra cắt thành hình chữ J; đại táo bỏ hạt.

+ Trong nồi cho nước sạch vào đun sôi, đem xuyên tâm liên, bách hợp, bột tề thái, bạch quả, hạt hạch đào, thanh mai, đào khô, đại táo cùng cho vào nồi chần qua rồi đổ ra.

+ Trong nồi cho 250ml nước sạch, bỏ đường trắng vào, bắc nồi ra, vớt bỏ lớp váng, cho tất cả nguyên liệu vào, bắc nồi ra, vớt hết váng.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại tỳ phổi lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng và bữa tối.

Canh rùa đen, bách hợp, đại táo

- Nguyên liệu: Rùa đen 1 con, bách hợp 50g, đại táo 30g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Dem rùa đen bỏ vào chậu, đổ nước nóng khoảng 40°C vào làm nó ra hết nước tiểu, chặt bỏ đầu, chân, mõ mai rùa, bỏ nội tạng, rửa sạch, thái thành miếng.

+ Cho rùa vào trong nồi, dùng nước sạch đun sôi, sau đó cho bách hợp, đại táo vào, tiếp tục đun đến khi thịt rùa chín nhừ, thêm một ít đường phèn vào, nấu chảy đường ra là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận táo, dưỡng huyết, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt rùa và đại táo, ăn hết trong 1 ngày, mỗi tuần ăn 2 - 3 lần.

Canh bách hợp dưỡng phổi

- Nguyên liệu: Bách hợp một lượng thích hợp, đường trắng, mỡ mỗi loại một ít.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch, ở trên bếp bỏ vào một lượng đường thích hợp, đầu ngọn cho một ít mỡ đặt trong lồng hấp, hấp trong 10 phút.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, tiêu đờm, bổ hư, cường thân.

+ Thích hợp với bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Công dụng: Ăn bách hợp, uống canh.

Canh phổi lợn, bách hợp, đảng sâm

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, phổi lợn 1 cái (rửa sạch), đảng sâm 20g.

- Cách chế biến: Các nguyên liệu trên rửa sạch, cho vào nồi, thêm một lượng nước thích hợp, đun hấp nhỏ lửa đến khi phổi lợn chín giòn là được.

- Công dụng:
 - + Nhuận phổi, ngắt cơn ho, thanh tâm, an thần.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.
- Cách dùng: Các buổi sáng, buổi tối mỗi ngày uống 1 thìa canh.

Anh đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Anh đào 10 quả, liên tử, bách hợp tươi mỗi loại 200g, đường trắng 50g.
- Cách chế biến:
 - + Liên tử, bách hợp rửa sạch, dùng nước nóng chần qua, vớt ra, lấy một bát hấp, đáy bát bỏ một ít liên tử, bách hợp bày ở xung quanh liên tử, phần liên tử và bách hợp còn lại cùng đựng vào trong bát, cho thêm đường trắng, nước sạch, đặt lên lồng hấp, hấp trong ít phút thì lấy ra.
 - + Nồi rửa sạch, đặt lên bếp, cho một lượng nước sạch thích hợp, cho đường trắng vào, sau khi đun sôi (đường trắng chảy nước) rưới từ từ lên nồi canh, mặt trên rải 10 hạt anh đào là được.

- Công dụng:
 - + Bổ phổi, kiện tỳ, chăm sóc sắc đẹp.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh các chứng bệnh như viêm phế quản mạn tính, lao phổi.
- Cách dùng: Dùng uống vào bữa điểm tâm.

Hạ phương xuyên bối lê

- Nguyên liệu: Xuyên bối mẫu 6g, bách hợp 15g, bột tề 50g, đường phèn 15g, lê 1 - 2 quả.

- Cách chế biến: Tất cả các nguyên liệu trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, nấu chín nhừ.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải đờm, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại sốt có đờm ở phổi.

- Cách dùng: Lê, bột tề, bách hợp và nước cùng dùng uống.

Xuyên bối, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 20g, bột xuyên bối 3g, mật ong 20ml.

- Cách chế biến: Bách hợp và bột xuyên bối bỏ vào bát, hấp chín, sau khi nguội đổ một chút mật ong vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, ninh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính phổi thận lưỡng hư

- Cách dùng: Uống thay trà, mỗi ngày 2 lần.

Bách hợp, thị bình, trứng bồ câu

- Nguyên liệu: Bách hợp 80g, thị bình 2 cây, trứng bồ câu 12 quả.

- Cách chế biến:

+ Trứng bồ câu luộc chín, bóc vỏ; bách hợp rửa sạch, ngâm trong ít phút; thị bình rửa sạch, cắt thành miếng nhỏ.

+ Tất cả các nguyên liệu trên bỏ vào nồi, cho một lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó lại dùng lửa nhỏ nấu đến khi bách hợp chín nhừ,

cho một lượng đường phèn thích hợp, điều hòa thành canh ngọt.

- Công dụng:

+ Ích phổi, nhuận táo, kiện tỳ, dưỡng tâm, thanh đờm hỏa.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, với người ít đờm, ho xuyên hoặc dạ dày có nhiều dịch acid không nên dùng bài thuốc này.

Cháo đậu đỏ, hạnh nhân, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạnh nhân 6g, bách hợp 30g, đậu đỏ 60g, gạo 100g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hạnh nhân, bách hợp, đậu đỏ, gạo rửa sạch.

+ Các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển sang lửa nhỏ nấu thành cháo loãng, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, ngắt cơn ho, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại phổi thận lưỡng hư.

- Cách dùng: Ăn vào bữa sáng và bữa tối.

Bách hợp nấu trứng gà

- Nguyên liệu: Bách hợp 7 quả và lòng đỏ trứng gà 2 quả.

- Cách chế biến: Bách hợp ngâm nước trong một tối, rửa sạch, lấy 400ml nước sạch khác nấu cho đến

khi còn 200ml, bỏ bã, sau cho lòng đỏ trứng gà vào khuấy đều.

- Công dụng:

+ Ninh tâm, ích thận, nhuận phổi, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại phổi thận lưỡng hư.

- Cách dùng: Uống vào thời gian cố định, mỗi ngày uống 1 lần.

Canh dương sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Tây dương sâm 3g, lê tuyết 1 quả, bột tề 5 quả, bách hợp 20g, đường phèn 30g.

- Cách chế biến: Bột tề dùng nước rửa sạch, bỏ vỏ đập nát; lê tuyết bỏ vỏ và hạt, cắt thành miếng nhỏ; bách hợp rửa sạch; tây dương sâm nghiền thành bột. Đem bách hợp, bột tề, lê tuyết bỏ vào nồi, cho lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ đun trong 50 phút, đến khi các nguyên liệu chín như thành dạng keo thì cho thêm đường phèn, bột tây dương sâm vào khuấy đều, sau đó cho vào bình thủy tinh sạch.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, ngắt cơn ho, giải đờm, thanh nhiệt, giảm mệt mỏi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính

- Cách dùng: Mỗi lần 1 - 2 thìa canh, mỗi ngày uống 3 lần.

Bách hợp, lê mật

- Nguyên liệu: Bách hợp 60g, bạch lê 300g, mật ong 50ml, đường phèn 30g, bột quán chúng 50g, đậu ván 10g.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch, bỏ vào đĩa nhỏ, cho mật ong vào khuấy đều, đặt lên ngăn hấp, hấp chín,

lấy ra dùng dự phòng; bạch lê bỏ vỏ và hạt, cắt thành hình cánh cam; đường phèn bỏ vào trong nồi, cho 500ml nước sôi làm đường phèn tan ra, cho thêm bạch lê, đậu ván, đổ vào bách hợp đã hấp chín, sau khi mở nồi dùng bột quán chúng nhào lộn đều là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, thanh nhiệt, ninh tâm.
+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính loại khô nóng làm tổn thương phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn tùy ý.

Cao dưa hấu, trần bì, bách hợp

- Nguyên liệu: Dưa hấu 15kg, trần bì 60g, thạch cao sống 30g, bán hạ 30g, sa tô tử 30g, bách hợp 30g, hạnh nhân 15g, a giao 15g, cam thảo 30g, ngũ vị tử 9g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Các vị thuốc và những nguyên liệu trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu thành dạng cao, chú ý lọc lấy khoảng 500ml nước để dùng. Mỗi 500g cao sạch cho 1.500ml mật ong phối hợp đều, đựng vào bình.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải đờm, ngắt cơn ho, sinh nước bọt, giải khát.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi lần uống 30g, uống cùng nước sôi. Những người bị cảm ho, ngoại phong hàn không dùng bài thuốc này.

Canh thị bình, cá diếc, bách hợp

- Nguyên liệu: Cá diếc một con, thị bình 2 quả, bách hợp 30g, dầu vừng 10g, muối tinh 3g.

- Cách chế biến: Bách hợp, thị bình dùng nước ấm ngâm mềm, rửa sạch; cá diếc giết sống, bỏ vảy, mang và nội tạng, dùng nước rửa sạch. Tất cả các nguyên liệu trên cùng bỏ vào trong nồi, cho một lượng nước thích hợp, vặn lửa to đun sôi, cho dầu vừng, muối tinh vào, vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong khoảng 1 giờ là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng phổi, ngắt cơn ho, ích khí cầm máu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính.

- Cách dùng: Làm cơm dùng ăn.

3. Bệnh khí quản mở rộng

Canh cát cánh, bạch cúc, bách hợp

- Nguyên liệu: Cát cánh, bách bộ, bạch cúc mỗi loại 20g, bách hợp, ngư tinh thảo, đông qua nhân, hạt ý dĩ mỗi loại 30g, tiền hồ, hạnh nhân, xuyên bách mẫu mỗi loại 10g, cam thảo 5g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên rửa sạch, cho nhiều nước, sắc lấy nước thuốc, bỏ bã.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải đờm, nghị phổi, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 7 thang là một quá trình điều trị, thường là 2 - 3 quá trình điều trị sẽ có hiệu quả rõ rệt.

Canh sinh sâm chỉ huyết

- Nguyên liệu: Sinh địa, sâm thái tử mỗi loại 30g, bách hợp, bạch cập mỗi loại 15g, tang bạch bì 12g, a giao (nấu chảy), than trắc bá diệp mỗi loại 10g, ngẫu tiết 7 cây.

- Cách chế biến: Tất cả những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Chỉ huyết.

+ Thích hợp dùng cho các thời kỳ phát tác khạc ra máu do khí quản mở rộng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 1 tháng là 1 quá trình điều trị, có thể uống liên tục 2 - 3 tháng.

Bách hợp, tam thất

- Nguyên liệu: Sinh địa, a giao, mỗi loại 60g, sâm thái tử, tang bạch bì, sa sâm, mạch đông, bách hợp, bạch cập mỗi loại 30g, tam thất, xuyên bối mẫu mỗi loại 20g.

- Cách chế biến: Các vị thuốc trên nghiền nhỏ, nhào mật làm thuốc viên.

- Công dụng:

+ Thêm bổ gan thận, dưỡng âm, bổ phổi, tán ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng khạc ra máu.

- Cách dùng: Mỗi lần 10g, sáng tối mỗi lần ăn một lần, 1 tháng là 1 quá trình điều trị, có thể uống liên 2 - 3 tháng.

Tam thất, bồ hoàng tán

- Nguyên liệu: Tam thất, bột bồ hoàng, khoản đông hoa, xuyên bối, quất bạch, quất lạc, a giao (nấu chảy), đảng sâm mỗi loại 15g, bách hợp, bạch thuật, mẫu lệ mỗi loại 30g, gạo tẻ 60g, bạch cập 120g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên cùng nghiền thành bột nhỏ.

- Công dụng:
- + Nhuận phổi, ngắt ho, giải đờm, cầm máu.
- + Thích hợp dùng cho bệnh người có khí quản mở rộng, khạc ra máu.
- Cách dùng: Mỗi ngày 15g, chia 2 lần ăn.

Sinh địa, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa hoàng, mạch đông, bách hợp, tiên hạc thảo mỗi loại 15g, bạch thược, đương quy, huyền sâm mỗi loại 12g, bạch mao căn 20g, xuyên bối, cam thảo 6g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
- + Thanh nhiệt, nhuận phổi, mát máu, cầm máu.
- + Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng, khạc ra máu.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần ăn, người khạc ra máu nghiêm trọng thêm bột tam thất (hòa uống).

Cao đẳng sâm, bán hạ

- Nguyên liệu: Đẳng sâm, toàn phúc hoa, mạch đông, mỗi loại 90g, bách hợp, sinh địa hoàng, mỗi loại 120g, trúc lịch, bán hạ, mã đầu linh mỗi loại 60g, ngũ vị tử 30g, trần bì, cam thảo mỗi loại 45g, a giao 150g, bột tam thất, 2,4g, bột xuyên bối, 4,5g, đường phèn 250g.
- Cách chế biến: 15 vị thuốc đầu tiên cho nước sắc đặc 2 lần, bỏ bã, lấy nước thuốc, cho a giao 150g, bột tam thất 2,4g, bột xuyên bối 4,5g, đường phèn 250g, lấy cao, đựng vào chum sứ.

- Công dụng:
- + Liên phổi, cầm máu.
- + Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng.
- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần vào sau bữa sáng, bữa tối mỗi lần ăn 2 thìa canh.

Canh sa sâm, mạch đông

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm, thiên thảo mỗi loại 20g, mạch đông, sinh địa hoàng mỗi loại 15g, đan bì, bách hợp mỗi loại 10g, đại kế, tiểu kế, tiên hạc thảo, bạch mao căn, hạn liên thảo mỗi loại 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Nhuận phổi, mát máu, cầm máu.
- + Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng khạc ra máu loại âm hư hỏa vượng.

Canh nhĩ bách cát, cánh, bạch cập

- Nguyên liệu: Cát cánh, bách bộ, bạch cập mỗi loại 20g, bách hợp, ngư tinh thảo, hạt bí, hạt ý dĩ mỗi loại 30g, tiên hồ, hạnh nhân, xuyên bối mỗi loại 10g, cam thảo 5g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Thanh phổi, nhuận táo, ngắt cơn ho, giải đờm.
- + Thích hợp dùng cho bệnh chứng khí quản mở rộng.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia làm 2 lần uống vào bữa sáng và bữa tối.

Canh thị bình, cá diếc, bách hợp

- Nguyên liệu: Cá diếc 1 con (nặng khoảng 200g), bách hợp 50g, thị bình 2 quả, đường phèn 50g, hoàng tửu 1 thìa.

- Cách chế biến: Thị bình cắt thành hình chữ J nhỏ; cá diếc bỏ vảy, mang và nội tạng, sau khi rửa sạch cho vào nồi đất, cho lượng nước thích hợp vào đun sôi, cho hoàng tửu, thị bình và bách hợp vào, vặn nhỏ lửa đun trong 1 giờ, cho đường phèn vào nấu chảy ra là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng phổi, ngắt cơn ho, ích khí, cầm máu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng khạc ra máu.

- Cách dùng: Mỗi ngày chia làm 2 lần ăn, dùng liên tục trong 5 - 7 ngày là một quá trình điều trị.

Bách hợp, trùng thảo hấp thai bàn

- Nguyên liệu: Đông trùng hạ thảo 10 - 15g, bách hợp 15g, ngó sen tươi 50g, thai bàn tươi nửa cái.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên rửa sạch, cho vào nồi hấp cách thủy.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, bổ phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản mở rộng.

- Cách dùng: Cách 1 ngày dùng 1 lần, liên tục trong 10 - 15 ngày là 1 quá trình điều trị.

4. Bệnh khí quản thở khò khè

Canh ngư tinh thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Hải qua tử, da cóc, ngư tinh thảo mỗi loại 30g, bách hợp, sinh địa, huyền sâm, bối mẫu mỗi

loại 15g, bạch hoa, tiền hồ, nam sa sâm, bắc sa sâm mỗi loại 10g, cát cánh, cam thảo mỗi loại 5g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, dưỡng âm, hạ khí, bình xuyên.

+ Thích hợp dùng cho người ho thở dẫn đến sinh ra khí não.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang.

Canh bách hợp, bạch thuật

- Nguyên liệu: Bách hợp, bạch thuật, cát cánh, gạo rang mỗi loại 15g, hồng sâm, hạnh nhân, bán hạ, cam thảo mỗi loại 10g, sinh hoàng kỳ, sơn dược mỗi loại 20g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước uống.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, định xuyên.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản khô khè loại phổi khí hư.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Cháo yến mạch, bách hợp

- Nguyên liệu: Yến mạch 100g, bách hợp 25g.

- Cách chế biến: Bách hợp cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu chín, rắc bột yến mạch vào khuấy đều, nấu sôi khoảng 3 - 5 phút là có thể dùng ăn.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, bổ hư, hạn chế mồ hôi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính, khí quản thở khô khè, toát mồ hôi trộm, ung thư phổi.

- Cách dùng: Ngày dùng 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Trà táo, thị bình, bách hợp

- Nguyên liệu: Thị bình 2 quả, bách hợp 20g, đại táo 10 quả.

- Cách chế biến: Dem thị bình, bách hợp, đại táo sau khi rửa sạch, cho vào trong nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu thành canh là được.

- Công dụng:

+ Bổ trung, ích khí, dưỡng huyết, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh thiếu máu, viêm dạ dày cấp tính, khí quản thở khò khè, lao phổi...

- Cách dùng: Ngày dùng 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Gà bát bảo

- Nguyên liệu: Gà mái 1 con, gạo 60g, bách hợp khô, nấm hương mỗi loại 20g, thịt tôm 15g, đậu ván 75g, hạt ý dĩ, thịt giò nướng, khiếm thực mỗi loại 30g, gia vị, bột hồ tiêu, bột thủy đậu mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Gà làm sạch, bỏ nội tạng; gạo vo sạch, ngâm cho nở; thịt giò nướng thái miếng, sau đó đem hạt ý dĩ, khiếm thực, đậu ván, thịt tôm, nấm hương, bách hợp khô và gạo bỏ vào trong bụng gà, thịt giò nướng dùng muối, gia vị bột hồ tiêu, bột thủy đậu trộn đều, cũng bỏ vào bụng gà, nơi vết mổ dùng chỉ khâu lại.

+ Đặt gà vào lồng hấp, hấp cách thủy trong 2 giờ cho đến khi thịt gà chín mềm là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, khử thấp, tư thận, ích phổi, ngắt cơn ho, ổn định nhịp thở.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản thở khò khè.

- Cách dùng: Thịt gà thái ra cho vào đĩa, thịt, thuốc cùng ăn, mỗi ngày chia 2 - 3 lần, cách 3 ngày sau liệu tình hình lại dùng.

Canh dừa, bách hợp

- Nguyên liệu: Dừa 1 quả (nặng khoảng 500g), bách hợp 50g, đường trắng 10g.

- Cách chế biến: Dừa bỏ vỏ, lấy cùi cho vào nồi nước cùng với bách hợp và đường trắng nấu thành canh.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, nhuận phổi, ổn định nhịp thở.

+ Thích hợp dùng cho bệnh khí quản thở khô khè.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, liên tục trong 9 ngày.

Cháo hạnh nhân, đậu đỏ, bách hợp

- Nguyên liệu: Đậu đỏ 60g, bách hợp 30g, hạnh nhân 15g.

- Cách chế biến: Dem đậu đỏ nấu cho đến khi tái, sau đó cùng với bách hợp, hạnh nhân nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, lợi thấp, tiêu thũng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản mạn tính, khí quản thở khô khè, viêm khe họng mạn tính, dinh dưỡng không tốt, thủy thũng, viêm thận mạn tính, tiện bí theo thói quen...

- Cách dùng: Ngày dùng 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

5. Viêm phổi

Lô căn, bách hợp

- Nguyên liệu: Lô căn, bách hợp mỗi loại 30g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, lô căn cùng cho vào nồi sắc trước, bỏ bã lấy nước, sau đó cho đường vào trắng nấu chảy đường ra là được.

- Công dụng:

+ Thanh phổi, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi thời kỳ đầu, ho đờm nhiều, đờm vàng, đặc, đọng, đục.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Canh sâm cấp kỳ long

- Nguyên liệu: Nhân sâm, tắc kè, địa long mỗi loại 6g, thỏ ty tử, bạch quả nướng mỗi loại 30g, bách hợp nướng, hoàng kỳ, hạt hạch đào, cầu kỷ tử, mỗi loại 15g, ngũ vị tử 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, thận, cố bản, định xuyên.

+ Thích hợp dùng cho bệnh di chứng sau khi viêm phổi virus.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Lê mật, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 60g, bạch lê 300g, mật ong 50ml, đường phèn 30g, bột khiếm thực 50g, đậu ván 10g.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch, cho vào đĩa nhỏ, cho mật ong vào trộn đều, đặt lên vỉ hấp chín; bạch lê bỏ vỏ và hạt, cắt thành hình cánh hoa cam; đường phèn bỏ vào trong nồi cho 500ml nước sôi làm đường phèn bị nấu chảy, cho thêm bạch lê, đậu ván vào, đổ bách hợp đã hấp vào, sau khi bắc nồi ra dùng nước bột khiếm thực nhào đều là được.

- Công dụng:
- + Nhuận phổi, ngắt cơn ho, thanh nhiệt, ninh tâm.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi.
- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Cháo mạch môn đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Mạch môn đông 30g, bách hợp 20g, gạo tẻ 100g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Mạch môn đông, bách hợp rửa sạch, cùng sắc lấy nước thuốc, dùng nước đó thêm gạo tẻ nấu thành cháo, khi cháo gần được thì cho đường phèn vào nấu chảy là được.

- Công dụng:
- + Thanh nhiệt, mát máu, nhuận phổi, ngắt cơn ho.
- + Thích hợp dùng cho bệnh người phổi âm không đủ của viêm phổi, ho không có sức, ít đờm, họng khô, đờm có lẫn máu, thậm chí khạc ra máu, tiện khô, lưỡi đỏ, ít nước bọt.
- Cách dùng: Ngày dùng 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

Sơn dược, bách hợp hấp bồ câu

- Nguyên liệu: Sơn dược 30g, bách hợp 30g, bồ câu 1 - 2 con (khoảng 250g), muối tinh, gia vị, mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bồ câu làm sạch, chặt miếng, cùng với bách hợp, sơn dược và một lượng thích hợp nước sạch thích hợp, hấp cách thủy đến khi chín, cho một lượng thích hợp gia vị, muối tinh vào điều hòa vị.

- Công dụng:
- + Bổ phổi, kiện tỳ, tư âm, nhuận táo.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi lâu ngày thận phổi đều hư, ho khan ít đờm, trong đờm có máu, sốt theo cơn, toát mồ hôi trộm, thần kinh suy nhược, mệt mỏi, thiếu sức.

- Cách dùng: Ăn thịt bồ câu, uống canh.

Bách hợp, bách bộ thiên đông, mật ong

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 300g (bách hợp khô 200g), bách bộ 200g, thiên đông 100g, mật ong 500ml.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp, bách bộ, thiên đông rửa sạch, đổ vào nồi đất to, dùng nước lạnh ngâm trong 30 phút, dùng lửa nhỏ sắc trong 1 giờ, lọc lấy nước thuốc, cho nước vào sắc lại.

+ Hai nước gộp lại làm một, đổ vào trong nồi, cho mật ong, đập vung, tiếp tục đun nhỏ lửa trong 2 giờ, sau đó để nguội rồi cho vào bình.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận táo, thanh phổi, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần uống 10g, sau khi ăn dùng nước ấm uống kèm.

6. Lao phổi

Tam bạch tán

- Nguyên liệu: Bách hợp 250g, bạch cập 250g, bách bộ 250g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng nghiền nhỏ thành dạng bột.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, nhuận phổi, ngăn ứ máu, thanh nhiệt, cầm máu, ngắt cơn ho, giải đờm.

- + Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi, ho ra máu.
- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 6g, uống kèm nước sôi ấm.

Canh thực địa hoàng, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa hoàng, thực địa hoàng, bách hợp, mạch đông, mẫu đơn bì, a giao (nấu chảy), bạch cập, bách bộ mỗi loại 15g, tiên hạc thảo mỗi loại 30g, bột tam thất (kèm) 5g, cam thảo 10g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi đất, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Dưỡng âm, nhuận phổi, cầm máu, giải ứ đọng.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi, khạc ra máu.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia làm 2 lần uống.

Canh bách hợp huyền sâm

- Nguyên liệu: Bách hợp 18g, mạch đông, sinh địa, thực địa mỗi loại 15g, huyền sâm, bạch thược mỗi loại 12g, cam thảo 6g, xuyên bối, cát cánh, đương quy mỗi loại 9g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Ích khí, bổ huyết, dưỡng âm, nhuận táo.
- Liều dùng: Dùng thích hợp cho lao phổi.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia làm 2 lần uống.

Sa sâm nhị bách dưỡng âm

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm, mạch đông, sinh địa, huyền sâm, bách hợp, bách bộ mỗi loại 12g, đơn bì,

hoàng tinh, trần bì, nguyên hồ sách mỗi loại 10g, cam thảo 4g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, thanh hỏa, phù chính, diệt vi trùng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia làm 2 lần uống.

Trà bách hợp, trí mẫu

- Nguyên liệu: Bách hợp 5g, trí mẫu 2g, hoa trà 1g,

- Cách chế biến: Dùng 300ml nước sắc của bách hợp và trí mẫu pha trà dùng uống.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, thanh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Sa sâm, bách hợp hầm thịt vịt

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm 30g, bách hợp 30g, thịt vịt béo 150g.

- Cách chế biến: Bắc sa sâm, bách hợp, thịt vịt rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, trước tiên dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ hầm cho đến khi thịt vịt chín nhừ.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, nhuận phổi, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi, khạc ra máu của loại âm hư.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt vịt.

Sơn dược, bách hợp hầm cá sộp

- Nguyên liệu: Cá sộp 250g, sơn dược 100g, bách hợp 30g, hoàng tửu, muối tinh, lát gừng tươi, đường trắng, mỡ lợn, bột hồ tiêu mỗi loại một lượng thích hợp.

Cách chế biến:

+ Cá sộp mổ bụng, bỏ nội tạng, dùng nước nóng rửa màng dịch nhiều lần, cắt thành sợi dài 6mm, cho vào chảo mỡ chiên cho đến khi có màu vàng, vớt ra đợi dùng; sơn dược, bách hợp rửa sạch.

+ Trong nồi thêm vào một lượng nước thích hợp, cho thịt cá sộp, sơn dược, bách hợp, hoàng tửu, muối tinh, hành, gừng tươi, đường trắng vào, dùng lửa to đun sôi, vớt bỏ váng nổi, vặn lửa nhỏ tiếp tục đun cho đến khi thịt chín nhừ, ngâm vào mỡ lợn, rắc lên bột hồ tiêu là được.

- Công dụng:

+ Tư phổi, thanh tâm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Canh xuyên bối, bách hợp

- Nguyên liệu: Cá sộp 1 con (khoảng 500g), xuyên bối 6g, bách hợp 15g, bách bộ 6g, mao căn 10g.

- Cách chế biến: Cá sộp làm sạch, bỏ nội tạng, cùng cho vào nồi với xuyên bối, bách hợp, bách bộ, thêm lượng nước thích hợp đun sôi, đợi cá chín thì vớt bỏ bã thuốc, điều hòa gia vị.

- Công dụng:

+ Tư âm, bổ phổi, nhuận táo, diệt khuẩn.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Ăn cá uống canh.

Trứng, ngư tinh thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Ngư tinh thảo 30g, bách hợp 15g, trứng gà 1 quả.

- Cách chế biến: 2 vị thuốc đầu tiên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước đặc, trứng gà đập vào trong bát, lấy nước thuốc nóng hòa chín.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải độc, ích khí, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 1 lần, uống liên tục trong 15 ngày.

Canh thịt rùa, bách hợp

- Nguyên liệu: Rùa nước (rùa sinh ra ở hồ nước ngọt) khoảng 1.000g), bách hợp 125g, hoàng tửu 100ml, muối tinh, gia vị mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Rùa làm sạch, lấy thịt thái miếng, bỏ vào trong nồi, cho một lượng nước thích hợp đun sôi, bỏ hoàng tửu, muối tinh vào, đun nhỏ lửa trong 2 giờ, sau đó cho bách hợp vào, tiếp tục đun trong 2 giờ cho đến khi thịt rùa chín như là được.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, ích thận.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi loại phổi thận bị tổn thương.

- Cách dùng: Ăn thịt, uống canh, mỗi ngày 2 lần, mỗi một lần 1 bát nhỏ, liên tục trong 2 - 3 ngày.

Canh ngọc trúc, tắc kè, bách hợp

- Nguyên liệu: Thịt tắc kè 50g, bách hợp, ngọc trúc, sơn dược mỗi loại 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho nước thích hợp, nấu canh.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, dùng nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Sơn dược, bách hợp, cá sộp

- Nguyên liệu: Cá sộp 1 con (khoảng 250g), sơn dược, bách hợp mỗi loại 30g.

- Cách chế biến: Cá sộp bỏ trường ruột tạp, cùng bỏ vào nồi đất hấp cách thủy với sơn dược, bách hợp, đến khi cá chín thì thêm gia vị vừa ăn.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt cơn ho, thanh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi, sốt nhẹ, tâm lý bất an, nôn nóng, chán ăn, thần kinh suy nhược.

- Cách dùng: Ăn uống kèm với cơm.

Cháo bách bộ, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp, bách bộ mỗi loại 30g, đường phèn, gạo mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, bách bộ, đường phèn và gạo cho vào nồi thêm một lượng nước thích hợp nấu thành cháo loãng.

- Công dụng:

+ Diệt vi khuẩn, ngắt cơn ho, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối, lúc uống bỏ bã thuốc bách bộ.

Lê tuyết, bách hợp

- Nguyên liệu: Lê tuyết 1 quả, bách hợp 30g, bách bộ 12g.

- Cách chế biến: Lê tuyết rửa sạch, cắt miếng cùng với lê tuyết bỏ vào nồi với bách hợp, bách bộ, cho một lượng nước thích hợp, đun sôi thành canh trong 40 phút là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi.

- Cách dùng: Có thể ăn uống tùy ý không hạn định thời gian.

Canh thịt vịt, bách hợp

- Nguyên liệu: Tây dương sâm 4g, bách hợp 30g, thịt vịt béo 200g, hành, gừng tươi mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt vịt rửa sạch, thái thành miếng nhỏ.

+ Cho thịt vịt, tây dương sâm, bách hợp, gừng tươi vào trong nồi, cho khoảng 1.000ml nước vào, nấu cho đến khi thịt vịt chín, cho muối tinh vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, nhuận phổi, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho người bị ho, ho đờm mệt mỏi, trong đờm có máu của loại âm hư hỏa vượng bị suy kiệt. Ngoài ra vị thuốc này cũng có thể làm thức ăn bồi bổ sức khỏe và có tác dụng trị liệu cho người bị lao phổi.

- Cách dùng: Ăn thịt, uống canh, mỗi ngày hoặc cách ngày 1 thang.

7. Phổi sưng có mủ

Canh bách hợp, bạch tửu

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 30 - 60g, một ít bạch tửu.
- Cách chế biến: Bách hợp giã nát, vắt lấy nước, hòa lẫn với bạch tửu là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, nhuận phổi, giải độc, trừ mủ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh phổi sưng có mủ.

- Cách dùng: Uống cùng nước ấm.

Canh nhân sâm, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Nhân sâm 9g, bách hợp khô 15g, đường phèn 30g.

- Cách chế biến: Nhân sâm và bách hợp khô đặt vào trong bát, cho một lượng nước thích hợp ngâm cho đến khi sạch, cho đường phèn vào, đặt trong nồi hấp, hấp cách thủy khoảng 1 giờ, gạn lấy nước là được.

- Công dụng:

+ Đại bổ nguyên khí, cố thoát sinh tân.

+ Thích hợp dùng cho bệnh nguyên khí bị mất của bệnh phổi sưng có mủ, cơ thể suy nhược khí yếu, thiếu sức, thần kinh suy nhược, dễ mất mồ hôi, tình hình bệnh tương đối nghiêm trọng, cũng có thể dùng ở người ốm lâu cơ thể suy nhược.

- Cách dùng: Mỗi ngày một thang, chia 2 lần uống.

Canh hạt ý dĩ, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt ý dĩ 120g, bách hợp 30g.

- Cách chế biến: Hạt ý dĩ, bách hợp cho vào nồi, thêm 5 bát nước, nấu đến khi còn lại 3 bát nước là được.

- Công dụng:
- + Thanh nhiệt, nhuận phổi, giải độc, tiêu sưng.
- + Thích hợp dùng cho bệnh phổi sưng có mủ.
- Cách dùng: Chia 3 lần uống trong 1 ngày.

8. Phổi sưng tắc mạn tính

Nước bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 200 - 250g, đường phèn một lượng thích hợp.
- Cách chế biến: Bách hợp tươi vắt lấy nước, đổ đường phèn vào khuấy đều đến khi là đường tan là có thể uống.
- Công dụng:
- + Nhuận phổi, ngắt cơn ho.
- + Thích hợp dùng cho bệnh chứng thể chất suy nhược, viêm khí quản mạn tính, sưng phổi, lao phổi, khí quản mở rộng, ho, khạc ra máu.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 hoặc 2 lần, lấy khoảng 1 chén nhỏ, sau khi thêm nước sôi ấm một chút thì dùng 5 - 7 ngày là một quá trình điều trị.

Canh phổi lợn, trùng thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Phổi lợn 1 cái, bách hợp 30g, đông trùng thảo 10g.
- Cách chế biến: Phổi lợn làm sạch, thái miếng, bỏ vào nồi cùng với bách hợp đã rửa sạch và đông trùng thảo, thêm một lượng nước thích hợp, nấu cho đến khi thịt lợn chín như là được.
- Công dụng:
- + Bổ phổi, ích thận, ổn định hơi thở, tốt cho tim.

- + Thích hợp dùng cho bệnh phổi thận suy yếu.
- Cách dùng: Ăn cùng với cơm.

Canh bách hợp, táo chua

- Nguyên liệu: Bách hợp 60g, toan táo nhân 30g, lòng đỏ trứng gà 2 cái, đường lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, toan táo nhân cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc, cho lòng đỏ trứng gà đã đánh đều vào, thêm đường đun sôi là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh phổi sưng tắc mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

9. Tiêu hóa kém

Bột ngó sen, lạc nhân bát bảo

- Nguyên liệu: Bột ngó sen, bạch phục linh, đậu cove trắng (sào trước), bách hợp khô, xuyên bối mẫu (bỏ lõi), sơn dược (sao vàng), lạc nhân (rang chín, bỏ vỏ), bột sữa mỗi loại 125g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bạch phục linh, đậu cove trắng, bách hợp khô, xuyên bối mẫu, sơn dược, lạc nhân cùng nghiền nhỏ thành bột, cùng với bột ngó sen tươi, bột sữa trộn đều, cất trong bình dùng dự phòng. Mỗi lần lấy 20g, lắc đều, cho mật ong vào điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Ích vị, kiện tỳ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn trong bữa điểm tâm, mỗi ngày 1 lần.

Cháo bách hợp, mè gà

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 25g, mè gà 2g, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g, muối tinh, dầu vừng mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô rửa sạch, cắt vỡ; mè gà rửa sạch.

+ Cho nguyên liệu trên vào nồi, thêm một lượng nước thích hợp, nấu trong 5 phút, cho đại mễ, tiểu mễ đã vo sạch vào nấu nhừ thành cháo, cho muối tinh, dầu vừng vào là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, khai vị, hỗ trợ tiêu hóa.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng, mỗi ngày 1 lần.

Cháo bách hợp, tam nhân

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, lạc nhân 30g, hạt hạch đào 20g, cam thạch 15g, hoàng đậu 40g, bã ngô, tiểu mễ mỗi loại 50g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô ngâm trong nước; lạc nhân, hạt hạch đào, cam thạch, tiểu mễ rửa sạch, cho nước cùng nghiền thành dịch thể đậm đặc, lọc nước, bỏ bã, dùng dự phòng.

+ Bách hợp khô, bã ngô, tiểu mễ bỏ vào nồi, thêm một lượng nước thích hợp nấu thành cháo đặc, cho lạc nhân, hạt hạch đào, cam thạch, hoàng đậu vào, tiếp tục dùng lửa nhỏ đun thành cháo loãng.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, hòa vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần ăn.

Cháo lạp tử, bách hợp, khô sơn dược

- Nguyên liệu: Lạp tử 50g, bách hợp khô 30g, sơn dược 20g, mè gà 10g, gạo tẻ, đường đỏ mỗi loại một lượng thích hợp.

Cách chế biến: Lạp tử, bách hợp khô, sơn dược, mè gà rửa sạch; gạo tẻ vo đãi sạch, cho vào trong nồi, cho nước, cho lạp tử, bách hợp khô, sơn dược, mè gà vào cùng nấu thành cháo, sau khi cháo chín thì cho đường đỏ điều hòa vị.

- Công dụng:

- + Kiện tỳ vị, ngăn đi ngoài, làm tăng cảm giác thèm ăn.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

Canh thịt lợn, lạp tử, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Lạp tử 100g, thịt lợn 150g, bách hợp khô, hạt hạch đào mỗi loại 50g, muối tinh, gia vị mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lạp tử dùng dao cắt đôi, bỏ vào nước ấm ngâm, bỏ vỏ và da, rửa sạch; hạt hạch đào dùng nước nóng ngâm, đổi nước lạnh, rửa lớp vỏ ngoài; thịt lợn dùng nước sạch rửa sạch.

+ Các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi đất với nhân lạp tử, bách hợp khô, hạt hạch đào, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ om nóng trong khoảng 3 giờ, bỏ muối tinh, gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

- + Tư dưỡng tỳ vị, điều hòa ngũ tạng.
- + Dùng hợp cho tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang.

Cháo laps tử, sơn dược

- Nguyên liệu: Laps tử 100g, sơn dược 25g, đậu đỏ, hạt ý dĩ, bách hợp khô, hắc chi ma mỗi loại 10g, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g, đại táo 10 quả, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Laps tử cắt ra làm đôi, bỏ vào nước ấm ngâm, bỏ vỏ và bì, cắt thành miếng nhỏ.

+ Dem các nguyên liệu nói trên (ngoài đường trắng) phân ra rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho nước một lượng thích hợp nấu thành cháo, sau khi cháo chín cho đường trắng vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, dưỡng vị, điều hòa ngũ tạng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: 1 thang chia làm 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Cháo laps tử ích thọ

- Nguyên liệu: Nhân laps tử, sơn tra, trần bì, phục linh, đại táo, hạnh nhân, bách hợp khô, hạt hạch đào, gạo mỗi loại 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Nhân laps tử, sơn tra, trần bì, phục linh, đại táo, hạnh nhân, bách hợp khô, hạt hạch đào rửa sạch, ngâm trong 4 giờ, cùng bỏ vào nồi với gạo đã vo sạch, thêm lượng nước thích hợp nấu thành cháo, sau khi cháo chín thì cho đường trắng vào hòa vị.

- Công dụng:

+ Dưỡng tỳ vị, trợ tiêu hóa, làm tăng cảm giác thèm ăn.

- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Ngày dùng 1 thang, chia làm 2 lần ăn vào bữa sáng và bữa tối.

Canh mật ong, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô, hạt hạch đào mỗi loại 50g, mật ong 50ml.
- Cách chế biến:
 - + Bách hợp khô ngâm trong nước cho mềm; hạt hạch đào dùng nước nóng ngâm qua, bỏ vỏ.
 - + Bách hợp khô, hạt hạch đào cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 50 phút, cho mật ong vào hòa đều là được.
- Công dụng:
 - + Dưỡng âm, kiện tỳ.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, hạt hạch đào, uống canh.

Cháo hạch đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, hạch đào 10 - 15 quả, gạo 100g.
- Cách chế biến:
 - + Bách hợp khô ngâm mềm; hạch đào bỏ vỏ lấy nhân, giã vỡ.
 - + Bách hợp khô, nhân hạch đào, gạo cùng bỏ vào trong nồi, cho một lượng nước thích hợp, vặn lửa to đun sôi, sau đó chuyển lửa nhỏ nấu thành cháo.
- Công dụng:
 - + Dưỡng vị, kiện tỳ.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 - 2 lần.

Cháo sơn dược, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 40g, sơn dược 20g, mè gà 10g, gạo tẻ, đường đỏ mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Gạo tẻ vo sạch, bỏ vào trong nồi đất; bách hợp khô, sơn dược rửa sạch, cùng với gạo tẻ và mè gà nấu thành cháo, sau khi cháo chín cho đường đỏ vào để điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ vị, ngăn đi ngoài, tăng cảm giác thèm ăn.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng, bữa tối, mỗi ngày 1 thang.

Bách hợp xào thịt lợn bấp

- Nguyên liệu: Thịt lợn bấp 1 cái (khoảng 1.000g), bách hợp khô 50g, bạch tửu, mỡ lợn chín, muối tinh, hoa tiêu, bột hồ tiêu, bột quán chúng, miếng gừng tươi, giấm mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt lợn bấp rửa sạch, cho vào nồi nước nóng chần qua, bóc bỏ màng trong, rửa sạch; hành, gừng rửa sạch, gừng đập nát, hành cắt đoạn dài; bách hợp khô rửa sạch, ngâm nở, bỏ lõi và vỏ màng.

+ Đặt nồi lên bếp, cho thịt lợn bấp, miếng gừng sống, hoa tiêu, bạch tửu và giấm vào đun, vớt bỏ lớp bọt, nấu chín 7 phần thì bắc nồi ra, để nguội.

+ Dem thịt bấp thái thành sợi dài, bỏ vào sợi thịt, bách hợp khô, bột hồ tiêu, dầu rán, đun đến khi bách hợp khô chín nhừ, cho muối tinh vào điều hòa vị, dùng bột quán chúng nhào đều, cho vào bát, bách hợp khô bày ở xung quanh sợi thịt bấp.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ, dưỡng vị.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Mạch nha, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, mạch nha 30g, đường đỏ 20g.

- Cách chế biến: Mạch nha rửa sạch, bỏ tạp chất, cùng bỏ vào nồi hấp với bách hợp khô, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 30 phút, cho đường đỏ vào khuấy đều là được.

- Công dụng:
- + Hỗ trợ tiêu hóa, ngăn đi ngoài.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Dùng uống thay trà.

Canh bách hợp ích vị

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, đường đỏ một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô rửa sạch, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 45 phút, cho đường đỏ vào khuấy đều là được.

- Công dụng:
- + Ích vị, hòa trung, ngăn đi ngoài.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, uống canh thay trà.

Bánh khiếm thực, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Khiếm thực, bách hợp khô 100g, đường đỏ 50g.

- Cách chế biến: Khiếm thực, bách hợp khô nghiền thành bột nhỏ, cho đường đỏ vào hòa đều chế thành bánh, đem bánh đặt lên lồng hấp, dùng lửa to hấp trong 20 phút là được.

- Công dụng:

+ Kiên tỳ, hòa vị, ngăn đi ngoài.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần, dùng uống lúc ăn cơm.

Cháo ngân nhĩ, khiếm thực, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Khiếm thực 5g, bách hợp khô, ngân nhĩ mỗi loại 25g, sơn dược 15g, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g.

- Cách chế biến: Khiếm thực, bách hợp khô, sơn dược, ngân nhĩ và đại mễ, tiểu mễ rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp nấu thành cháo.

Công hiệu: Kiên tỳ, ngăn đi ngoài.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng vào bữa sáng và bữa tối, mỗi ngày 1 thang.

Cháo bách hợp, sơn dược

- Nguyên liệu: Sơn dược 200g, bách hợp khô 30g, gạo 50g, đường đỏ một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô ngâm mềm; sơn dược rửa sạch, bỏ vỏ, cắt miếng.

+ Bách hợp khô, sơn dược cùng cho vào nồi, thêm một lượng nước thích hợp nấu thành cháo với gạo, cho đường trắng vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:
- + Dưỡng vị, kiện tỳ.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa tối, mỗi ngày 1 lần.

Cháo sơn tra, trần bì, bách hợp

- Nguyên liệu: Sơn tra, trần bì, bách hợp khô, phục linh, đại táo, hạnh nhân mỗi loại 30g, gạo 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Dem 6 nguyên liệu đầu tiên rửa sạch, ngâm trong ít phút, cùng bỏ vào trong nồi, cho gạo, thêm lượng nước thích hợp nấu thành cháo, sau khi cháo chín xong cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ vị, hỗ trợ tiêu hóa, làm tăng cảm giác thèm ăn.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa tối, mỗi ngày 1 lần.

Canh sơn tra, lạp tử, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Lạp tử 150g, bách hợp khô 50g, sơn tra 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:
- + Lạp tử dùng dao cắt đôi, cho vào nước ấm ngâm, bỏ vỏ và bì, rửa sạch, cắt thành miếng nhỏ; bách hợp khô ngâm mềm; sơn tra rửa sạch, cắt lát.
- + Lạp tử, bách hợp khô, sơn tra bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 50 phút, cho đường trắng vào khuấy đều.

- Công dụng:
- + Kiến tỳ, tiêu thực.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Uống thay trà.

Canh ngân nhĩ, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, ngân nhĩ 15g, đường phèn 150g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, nhân nhĩ ngâm nước, rửa sạch, sau đó cùng bỏ vào bát với đường phèn, cho một lượng nước sôi thích hợp, bỏ vào lồng hấp, dùng lửa to hấp trong khoảng 1 giờ, bắc ra là được.

- Công dụng:
- + Kiến tỳ, dưỡng vị.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.
- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm, ăn nguội hay ăn nóng đều được.

Bơ bột táo, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Bột táo 250g, bách hợp khô 50g, sơn dược 50g, bột mì 500g, mỡ lợn chín, dầu thực vật, đường trắng mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

- + Bách hợp khô ngâm mềm, hấp chín, đập vỡ tán nhuyễn, cho vào bột táo chín, sơn dược chế thành nhân, lấy 200g bột mì đặt lên tấm gỗ, cho mỡ lợn chín vào, quấy đều thành bơ khô.

- + Đem bột mì còn thừa đặt lên tấm gỗ, cho mỡ lợn chín, đường trắng và lượng nước thích hợp chế thành nắm mì dầu nước, đem bơ khô gói vào mì dầu nước cuộn

thành ống, theo mỗi 50g mì dầu nước làm thành 2 bánh bơ bột tảo.

+ Dùng dao cắt thành một nắm mì, nặn thành vỏ tròn, sau đó dùng tay trái bó vỏ lại, tay phải nhét nhân bột tảo vào trong vỏ, hãm vết chặt, xoa thành hình bầu dục.

+ Đặt nồi lên bếp, cho dầu thực vật vào đun sôi đến 6 phần, bỏ bánh vào chiên cho đến khi nhìn thấy bơ nổi lên mặt có màu vàng là được.

- Công dụng:

+ Bổ tỳ thận, hòa vị khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Bột hắc chi ma, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Chi ma 50g, bách hợp khô 50g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, hắc chi ma rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu đến khi nhừ là được.

- Công dụng:

+ Điều hòa tỳ vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Mỗi ngày dùng 1 lần.

Cháo đậu cove, hạt ý dĩ, bách hợp

- Nguyên liệu: Đậu cove, hạt ý dĩ, bách hợp khô mỗi loại 25g, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Đậu cove, hạt ý dĩ, bách hợp khô, đại mễ, tiểu mễ rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp nấu thành cháo, cho mật ong khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích vị, cường thân tráng thể.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, ăn vào bữa tối.

Rượu hạch đào, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Hạch đào xanh 600g, bách hợp khô 50g, bạch tửu 1.500ml, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: 2 nguyên liệu đầu giã vỡ, để vào nồi đựng, cho bạch tửu, đường phèn, mật ong vào ngâm trong 20 ngày, đợi rượu biến thành màu vàng đen, mở nắp ra và lọc bỏ bã là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, hòa vị.

+ Dùng thích hợp với bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Mỗi lần uống 10ml, mỗi ngày 1 lần.

Lạp tử, khoai tây hấp

- Nguyên liệu: Lạp tử 100g, bách hợp khô, lạc nhân, hắc chi ma mỗi loại 20g, xích tiểu đậu 50g, khoai tây 500g, đường trắng, mật ong, bột quán chúng mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lạp tử dùng dao cắt đôi, ngâm trong nước ấm, bỏ vỏ bì, rửa sạch, dùng nồi nước sôi nấu chín, cắt thành miếng nhỏ; bách hợp khô ngâm mềm; khoai tây nấu chín, bỏ vỏ, cắt thành miếng nhỏ, ép thành bột, trộn đều với nhân lạp tử, xích tiểu đậu, đường trắng, mật ong.

+ Bách hợp khô, lạc nhân bỏ vỏ, cho vào nồi cùng chiên với hắc chi ma, cho thêm khoai tây, lạp tử, xích

tiểu đậu, cho một lượng nước thích hợp và bột quán chúng hòa khuấy đều, bỏ vào phen lồng hấp chín.

- Công dụng:

+ Điều dưỡng vị tràng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Hồ bách hợp, sơn dược

- Nguyên liệu: Bách hợp khô, sơn dược, đại mễ, phục linh mỗi loại một lượng bằng nhau, đường đỏ một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: 4 nguyên liệu đầu tiên nghiền thành bột nhỏ, đựng vào bình dùng dự phòng, mỗi lần lấy 50g, cho đường đỏ, lượng nước lượng thích hợp hòa đều tạo thành dạng hồ loãng, nấu chín là được.

- Công dụng:

+ Hỗ trợ tiêu hóa, ngăn tiêu chảy.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Ăn trước khi đi ngủ vào buổi tối.

Cháo đậu, hạt sen, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt sen, bách hợp, đậu xanh mỗi loại 10g, gạo nếp 50g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hạt sen, bách hợp, đậu xanh rửa sạch, sau đó cho một lượng nước thích hợp nấu mềm.

+ Cho gạo tẻ đã vo sạch vào nấu thành cháo đặc, cho đường phèn nấu một chút là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, dưỡng vị, bồi bổ cơ thể.

+ Thích hợp dùng cho bệnh các chứng bệnh như: tỳ vị suy yếu, sưng bụng, buồn nôn, chán ăn, dinh dưỡng không đủ, cơ thể suy yếu, thiếu lực.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng hoặc bữa tối, mỗi ngày 1 lần.

Cháo đậu đỏ, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô, 50g, đậu đỏ 30g, đại mễ 100g, đường đỏ 10g.

- Cách chế biến:

+ Đậu đỏ rửa sạch, bỏ tạp chất; đại mễ vo đãi sạch.

+ Dem bách hợp khô, đậu đỏ, gạo cùng bỏ vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 50 phút, cho đường đỏ vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ hòa vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng hoặc bữa tối, mỗi ngày 1 lần.

Bánh bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 100g, bột gạo nếp, bột đại mễ mỗi loại 300g, đường đỏ 100g, bột lên men một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô rửa sạch, bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp đun sôi, vớt ra, giã nát như bột.

+ Trong nồi bỏ bột lên men vào, dùng nước ấm quấy đều, cho bột gạo nếp, bột đại mễ vào nhào trộn đều thành vát mì, sau khi vát mì lên men cho bột bách hợp

khô, đường đổ vào, làm thành bánh, bỏ lên lồng hấp hấp trong 15 phút là được.

- Công dụng:

- + Kiện tỳ, hòa vị.

- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng, mỗi ngày 1 lần.

Canh bách hợp, hạch đào, sơn tra

- Nguyên liệu: Hạt hạch đào 150g, bách hợp khô 50g, sơn tra 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

- + Hạt hạch đào, bách hợp khô cho một ít nước, vò nát, bỏ vào bình đựng, lại cho một lượng nước sôi để nguội hòa thành nước tương.

- + Sơn tra rửa sạch, bỏ hạt, cắt lát, bỏ vào nồi, cho 500ml nước sắc nấu trong 30 phút, lọc lấy nước, sau đó lại cho 500ml nước sắc nấu 1 lần, nước sơn tra 2 lần gộp lại với nhau, đặt lại lên lửa, cho đường trắng vào khuấy đều đến khi chảy ra, từ từ đổ hạt hạch nhân, nước tương bách hợp khô vào, vừa đổ vừa khuấy đều, đun đến khi sôi lăn tăn là được.

- Công dụng:

- + Kiện tỳ vị, tiêu thực tích.

- + Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Dùng uống lượng thích hợp.

Trà bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô, mạch nha chiên mỗi loại 10g, xuyên khung, tô tử, mỗi loại 6g, gừng già 15g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Dem 5 vị thuốc đầu tiên nấu thành canh, cho gừng già, đường trắng vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Hành khí hòa vị, kiện tỳ tiêu thực.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Uống lúc nóng, mỗi ngày 2 lần.

Đầu dê, bách hợp

- Nguyên liệu: Đầu dê 1 cái, bách hợp khô 50g, đảng sâm 15g, trần bì 10g, sơn dược 60g, vỏ trứng gà 3 cái, muối tinh, gia vị mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đảng sâm rửa sạch; sơn dược rửa sạch, dùng nước ngâm mềm, cắt lát; đầu dê dùng lửa đốt bỏ lông, bỏ vào nước ấm cạo rửa sạch, chặt thành 2 nửa, bỏ óc dê, rửa sạch máu.

+ Cho đầu dê vào trong nồi, cho vỏ trứng gà và nước sạch, nấu đến khi chín, vớt đầu dê ra rửa sạch.

+ Lại cho đầu dê vào nồi khác, cho nước sạch, bỏ trần bì vào, dùng lửa to đun sôi, vớt bỏ lớp bọt nổi, mở nhỏ, vặn lửa nhỏ hấp đến khi thịt chín nhừ, lấy đầu dê ra, lọc bỏ xương, đem thịt đầu dê thái thành miếng dạng sợi, bỏ vào trong nồi, đặt thịt đầu dê đặt lên trên, bách hợp khô, đảng sâm, sơn dược đặt lên thịt dê, đập vung vào hấp trong khoảng 1 giờ, dùng muối tinh, gia vị để điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiêu hóa kém.

- Cách dùng: Ăn lúc ấm nóng, ăn kèm với cơm hoặc ăn không đều được.

loại 9g, xuyên khung, hoàng liên mỗi loại 1,5g, duyên hồ sách sao 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ôn tỳ, kiện vị, sơ gan, lý khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống.

Canh vị dương

- Nguyên liệu: Sài hồ 12g, bách hợp 15g, xuyên khung, hoàng liên mỗi loại 6g, sơn thù du 5g, sâm thái tử 15g, đơn sâm 10g, tô diệp 6g, duyên hồ sách 10g, bạch cập 15g, bạch thược 10g, cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Sơ gan, hòa vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, uống lúc đói vào buổi sáng và buổi tối.

Canh tam hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp, ngọc hồ điệp, bồ công anh, đơn sâm mỗi loại 30g, trầm hương 6g, sa nhân 3g, hương phụ, ô dược, gừng mỗi loại 9g, huyết dư thán 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Giáng khí, hòa vị, hành khí, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 1 tháng là 1 quá trình điều trị.

Canh ô dược, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 40g, bạch cập, ô dược mỗi loại 15g, bồ công anh 30g, bạch thược 20g, trần bì, chỉ xác mỗi loại 12g, cam thảo 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ hòa vị, lý khí, chỉ thống, tiêu thũng sinh cơ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia làm 2 bữa vào buổi sáng và buổi tối.

Canh bồ công anh, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ 40g, bồ công anh, bạch thược mỗi loại 30g, đơn sâm, bách hợp mỗi loại 20g, cam thảo nướng 15g, nhục quế, ô dược mỗi loại 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, ôn trung, thanh nhiệt, giải độc, hoạt huyết, lý khí, hoãn cấp, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống, 40 ngày là 1 quá trình điều trị.

Canh nhũ hương xuyên hợp

- Nguyên liệu: Nhũ hương 9g, một dược 9g, xuyên khung 12g, bách hợp 30g, duyên hồ sách 12g, đơn sâm 30g, linh chi 9g, sa nhân 6g, ô dược 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, kiện tỳ, thanh nhiệt, giải độc, lý khí, thông giáng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 4 tuần là 1 quá trình điều trị, nếu có triệu chứng lưỡi màu vàng rêu, ngấy cho hoàng liên, bán hạ mỗi loại 10g; bụng nhỏ sưng cho phát thủ, hương duyên mỗi loại 15g; bụng đau đói cho 5g nhục quế viên.

Cháo gạo nếp, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 60 - 90g, đường đỏ 25g, gạo nếp 100g.

- Cách chế biến: Bách hợp bỏ ngọn, rửa sạch, cùng cho vào nồi nấu thành cháo với gạo nếp đã vo đãi sạch, khi cháo sắp chín thì hòa đường đỏ vào là được.

- Công dụng:

+ Hoạt huyết, lý khí, hòa vị, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày cấp tính.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Canh ô dược luyện tử bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp sống 40g, xuyên luyện tử 20g, hạt vải thiều, ô dược mỗi loại 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên dùng một lượng nước sạch thích hợp ngâm trong 30 phút, đặt lên bếp lửa đun sắc trong 30 phút, mỗi thang sắc 3 lần.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, lý khí, hòa vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày cấp tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, đem nước thuốc 3 lần sắc ra trộn với nhau, nửa tiếng trước bữa cơm sáng hoặc trước khi ngủ giữa buổi tối uống 1 lần.

12. Viêm dạ dày mạn tính

Canh sa nhân, bách hợp

- Nguyên liệu: Gừng, bạch đậu khấu, sa nhân, trầm hương mỗi loại 6g, bách hợp 20g, hương phụ 15g, ngô thù du 3g, đài ô dược, mạch đông, hoàng tinh mỗi loại 12g, xuyên luyện tử 10g, tử đơn sâm 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ôn trung, hòa vị, hoạt huyết, giải ứ đọng, lý khí, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 3 tháng là một quá trình điều trị.

Canh bách hợp, ô dược

- Nguyên liệu: Bách hợp, đại phúc bì mỗi loại 30g, ô dược, chỉ xác, xuyên luyện tử, duyên hồ sách, bạch dược mỗi loại 15g, hương phụ, trần bì, bạch thuật mỗi loại 12g, tử tô 10g, bồ công anh 20g, cam thảo nướng 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Lý khí, hòa trung.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày cấp tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 20 thang là 1 quá trình điều trị.

Canh sài hồ, phát thủ, bách hợp

- Nguyên liệu: Sài hồ, duyên hồ sách, uất kim, phát thủ mỗi loại 15g, bách hợp, bán hạ, bạch thuật mỗi loại 10g, thăng ma 6g, cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thư gan, lý khí, ích khí, dưỡng vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày cấp tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bồ công anh, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, bồ công anh 20g, hoàng kỳ nướng, linh chi, đơn sâm mỗi loại 15g, ô dược, chỉ xác, bán hạ, cam thảo nướng mỗi loại 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích âm, thanh nhiệt, hòa vị, giải ứ đọng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày suy thoái loại âm hư mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống, 3 tháng là 1 quá trình điều trị.

Canh bách hợp, hoàng liên

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, ô dược 10g, hoàng liên 3g, ngô thù du 1g, bạch thược 20g, phát thủ, mạch nha sao, cốt nha sao mỗi loại 15g, cam thảo 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Giải uất, thanh nhiệt, dưỡng âm, hòa trung.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 30 ngày là 1 quá trình điều trị.

Canh đẳng sâm, bách hợp, cam thảo

- Nguyên liệu: Đẳng sâm 15 - 30g, bách hợp 15 - 30g, bạch thuật 15g, phục linh 15g, bạch cập 12g, uất kim 10g, cam thảo nướng 5g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ, bổ khí, dưỡng âm, hòa vị.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh đơn sâm, nga truật

- Nguyên liệu: Đơn sâm, nga truật, sơn tra, bách hợp, bồ công anh, sâm thái tử, hạt ý dĩ sao, bạch dược mỗi loại 15g, phật thủ, ô dược mỗi loại 10g, bạch hoa xà thiệt thảo 30g, cam thảo 6g.

Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Tiêu ứ đọng, thông lạc, lý khí, tán trệ.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 3 tháng là 1 quá trình điều trị.

Canh kỳ quy, sơn tra, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ 15g, hạt ý dĩ 30g, đương quy, sơn tra, bách hợp, ô dược, đơn sâm, nga truật, chỉ

xác, thanh mộc hương mỗi loại 10g, mật ong (kèm) 10ml, hoàng liên 2g, lát chế phụ, cam thảo mỗi loại 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước uống.

- Công dụng:

+ Ôn trung, ích khí, dưỡng vị, sinh nước bọt, lý khí, tiêu tắc, hoạt huyết, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống ấm trước bữa cơm.

Canh nhĩ phân mộc qua

- Nguyên liệu: Mộc qua, xích thước mỗi loại 20g, bột bạch cập 3g (kèm), bột tam thất 2g (kèm), bách hợp, triết bối mẫu, bạch chỉ, bạch đậu khấu, ô tặc cốt mỗi loại 15g, hạt ý dĩ 30g, cam thảo 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, hóa trọc, hoạt huyết, tán kết, liễm thương, sinh cơ, kiện tỳ, hòa vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 4 tuần là 1 quá trình điều trị.

Ích vị tán

- Nguyên liệu: Sơn dược, sâm thái tử mỗi loại 60g, bạch thuật 20g, bạch thước, duyên hồ sách, nhân trần, sơn tra, mề gà mỗi loại 40g, bán hạ 30g, thạch hộc, bách hợp mỗi loại 50g, cam thảo nướng 25g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng nghiền thành bột nhỏ.

- Công dụng:

+ Nhuận vị, ích tỳ, giáng nghịch, bình xung, tán thấp, hóa ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần 9g, uống trước khi ăn cơm, 1 tháng là 1 quá trình điều trị. Người khí trì huyết ứ thêm 30g bồ hoàng; người tỳ vị hư hàn bỏ bách hợp, cho 30g quế chi; người vị nhiệt rõ ràng cho 40g bồ công anh; người âm hư vị táo cho sinh địa, huyền sâm mỗi loại 40g; người đi đại tiện ra máu cho 20g bột tam thất.

Canh lương khương bách hợp

- Nguyên liệu: Gừng, hương phụ mỗi loại 6 - 10g, bách hợp, đơn sâm mỗi loại 30g, ô dược 9 - 12g, trầm hương 6g, sa nhân 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên sắc đặc lấy 250ml nước thuốc.

- Công dụng:

+ Hòa vị, chỉ thống.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống, liên tục trong 2 tuần. Người dạ dày lạnh nhiều, đơn sâm giảm là 20g, cho sa nhân 6g, gừng 10g, ngô thù du, gừng khô mỗi loại 5g; người trung thấp bất hóa, phán ác thanh thủy tiện đường cho 10g trần bì, 9g bán hạ, 12g bạch phục linh, 10g mộc hương; người gan uất phạm vị dùng số lượng ít gừng, dùng nhiều hương phụ, cho sài

hồ 9g, bạch thược và trầm hương 9g; nếu người xuất hiện “ngọn nóng gốc lạnh” cho xuyên liên sao 6g, hoàng linh sao 9g, thiên niên kiện 12g, giảm sa nhân; người trung tiêu khí hóa bất lợi cho trí mẫu, cát căn mỗi loại 9g, tam tiêu mỗi loại 15g; nếu người nhìn thấy phân đen cho bạch cập 9g, tro tây thảo 12g, giảm gừng là 5g; nếu người vị âm bất túc giảm gừng cao lương đến 3g, sa nhân 3g, sa sâm 9g, mạch đông 6g, trí mẫu 10g, bạch mai hoa 3g.

Canh đơn sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng liên 6g, bồ công anh 24g, đơn sâm, duyên hồ sách mỗi loại 15g, bách hợp, kê huyết đằng mỗi loại 30g, phát thủ 12g, ngô thù du, cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên sắc đặc lấy 250ml nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, chống vi khuẩn, kiện tỳ, hộ vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính, loét đường tiêu hóa.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia uống trong 3 lần, liên tục uống thuốc 3 - 4 tuần.

Canh tiên mao, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ, đơn sâm mỗi loại 20g, đảng sâm, tiên mao, bách hợp mỗi loại 15g, nga truật, bồ công anh mỗi loại 12g, dâm dương hoắc, bạch thuật sao, bạch thược mỗi loại 10g, ô dược 5g, cam thảo nướng 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
 - + Bổ hư, kiện vận, hoạt huyết, tiêu ứ, sinh cơ, phục uy.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 3 tháng là 1 quá trình điều trị.

Canh chỉ xác, bách hợp

- Nguyên liệu: Đảng sâm, hoàng kỳ mỗi loại 40g, chỉ xác, nga truật, uất kim, vân linh, phụ tử mỗi loại 15g, bạch thuật 20g, trần bì, cam thảo mỗi loại 10g, bách hợp 30g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm nước sắc 2 lần lấy 200ml nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Bổ tỳ, ích khí, dưỡng vị, tiêu ứ, sinh tân.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm dạ dày mạn tính.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống; người lạnh toát bỏ bách hợp, cho bạch đậu khấu, lương khương mỗi loại 10g.

13. Viêm thực quản trào ngược

Đơn sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Đơn sâm 15 - 30g, bách hợp 12 - 24g, đài ô dược 12g, trầm hương 10 - 15g, sa nhân 6 - 10g, cam thảo 6g, tiên linh tỳ 15g, ngư bàng tử 10g,
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho 500ml nước sắc đặc lấy 200ml nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Tiêu đờm, giải tắc, thanh nhiệt, tiêu ứ.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm thực quản trào ngược.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống, liên tục uống trong 3 tuần là 1 quá trình điều trị. Nếu người ăn nuốt bị nghẹn, trong cổ có đờm, hoành cách mô của ngực bí thì cho bán hạ, hậu phác mỗi loại 10g; nếu người có xương dưới ngực bị bỏng và bị đâm đau, ăn vào lập tức nôn ra, nước uống khó trôi, đại tiện bị táo bón cho ngũ linh chi, bồ hoàng mỗi loại 10g; nếu người cổ nuốt thô ráp mà đau, miệng khô, cổ họng khô, ngũ tâm mệt mỏi nóng, cơ thể gầy thì cho sa sâm, sinh địa mỗi loại 15g; nếu ăn uống khó trôi trong thời gian dài, cơ thể tay lạnh, tinh thần mệt mỏi, hơi thở ngắn, nôn, bụng và chân sưng thì cho lát xuyên phụ 30g, nhục quế 6g.

Cháo lạc, sơn dược, bách hợp

- Nguyên liệu: Lạc nhân 45g (không bỏ vỏ), gạo 100g, sơn dược 30g, bách hợp 15g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Gạo vo đãi sạch, cùng bỏ vào nồi với lạc nhân, sơn dược, bách hợp, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, đổi dùng lửa nhỏ tiếp tục đun thành cháo đặc, khi cháo gần được thì hòa đường phèn đập nát vào, đợi đường tan ra là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích khí, hòa trung, chống đi ngoài.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản trào ngược loại tỳ hư.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Mật đơn sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, đơn sâm 20g, trầm hương 3g, sa nhân 3g, cam thảo 3g, mật ong 20ml.

- Cách chế biến: Bách hợp, đơn sâm, cam thảo rửa sạch, sau đó bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, đổi dùng lửa nhỏ tiếp tục đun trong 30 phút, lại cho sa nhân, trầm hương vào đun trong 5 phút, bỏ bã lấy nước, đợi nước thuốc ấm thì đổ mật ong vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, hành khí, hoạt huyết.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm thực quản trào ngược loại âm hư. Những người khí huyết động tác rất thích hợp dùng bài thuốc này.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

14. Tiện bí

Cao hậu phác, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 120g, hậu phác 60g, hạnh nhân 60g, tang bạch bì 60g, thiên đông 60g, mật ong một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Các vị thuốc trên cho nước sắc, cho mật ong vào lấy cao.

- Công dụng:

+ Nhuận tràng, thông tiện.

+ Thích hợp dùng cho bệnh trường táo, tiện bí.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 30g.

Cháo gạo nếp, du nhục, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 60g, lõi sơn thù du 45g, gạo nếp 100g.

- Cách chế biến: 3 vị trên rửa sạch, sau đó cùng bỏ vào nồi và thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu thành cháo là được.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ, bổ thận, an thai, cầm máu.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiện bí.
- Cách dùng: Ăn uống lúc ấm nóng.

Canh bách hợp, đông qua, đại thanh

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, đông qua tươi 100g, đại thanh 1 quả, muối tinh, gia vị, dầu thơm mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp và đông qua bỏ vào nước sôi, nấu đến khi nước sôi lại thì cho đại thanh vào nồi, sau đó cho muối tinh, gia vị và một chút dầu thơm là được.

- Công dụng:
- + Thanh lương, tiêu sốt, phòng cảm nắng.
- + Thích hợp dùng cho bệnh tiện bí.
- Cách dùng: Ăn ngay lúc ấm nóng.

Bánh mẫu lệ, bách hợp

- Nguyên liệu: Mẫu lệ 250g, bách hợp tươi 50g, bột mì 500g, dầu vừng 50g, bột gừng 15g, bột hương thái 15g, muối tinh, gia vị, mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Mẫu lệ bỏ sạch vỏ, rửa sạch, vắt nước, cắt nhỏ; bách hợp tươi tách bẹ, rửa sạch, dùng nước sôi đun nóng một chút, tước vỏ.

+ Mẫu lệ bỏ vào trong chậu, cho bột bách hợp, bột hương thái, bột gừng khuấy đều, thêm muối tinh, gia vị, dầu vừng khuấy trộn đều làm nhân.

+ Bột mì cho một ít muối tinh, cho nước vào nhào trộn đều, uốn đều, đập thêm vài ướt, để ở trên bàn, chia thành sợi dài, chia thành 8 nắm bột mì nhỏ 50g, sau đó nặn thành vỏ hình tròn dày một chút ở giữa.

+ Dem nhân bánh gói vào vỏ bánh, nặn thành hình bánh chèo. Bắc nồi lên bếp, sau khi nước sôi bỏ bánh chèo, dùng môi lọc khuấy động nhẹ cho đến khi bánh chèo nổi lên mặt nước, nước sôi lại thì cho 2 lần nước nguội, lại đun sôi là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, dưỡng huyết, thanh nhiệt, thông tiện.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiện bí.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

15. Viêm gan virus cấp tính

Cháo tề thái, bách hợp, hạt sen

- Nguyên liệu: Hạt sen 50g, tề thái 100g, bách hợp 30g, đại mễ 150g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Tề thái rửa sạch, bỏ đất cát; bách hợp rửa sạch, tước thành hình cánh; đại mễ vo sạch.

+ Tất cả các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, đặt lên lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu trong 35 phút, cho tề thái và đường trắng vào đun sôi là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, thanh nhiệt, giải độc, mát máu, lợi tiểu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan cấp tính, sốt cao, tiểu tiện ngắn.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng và bữa tối.

Cháo nhĩ đậu bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 30g, đậu đỏ, đậu xanh mỗi loại 50g, đại mễ 100g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô, đậu xanh, đậu đỏ loại bỏ tạp chất, vo rửa sạch, dùng nước sạch ngâm trong 2 giờ; đại mễ vo sạch.

+ Đem bách hợp khô, đậu đỏ, đậu xanh cùng bỏ vào trong nồi, cho một lượng nước sạch thích hợp, nấu 30 phút, sau đó cho đại mễ, lại dùng lửa nhỏ nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

Bình gan, lợi thủy, trừ thấp, tiêu sưng, giải độc.

Kê cốt thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, kê cốt thảo 20g, đường trắng 10g.

- Cách chế biến:

+ Kê cốt thảo rửa sạch, cắt đoạn dài 5cm.

+ Đem bách hợp khô, kê cốt thảo bỏ vào nồi hấp, cho một lượng nước sạch thích hợp dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 30 phút, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, lợi mật, thư gân, giảm đau, giải tích tụ, lợi tiểu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan virus cấp tính.

- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, uống canh, chia 2 lần ăn.

Canh tam đông bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, mạch đông, thiên đông 15g, gừng, hành, muối tinh, dầu thực vật mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ gừng, hành rửa sạch, thái nhỏ; bách hợp rửa sạch; mạch đông, thiên đông rửa sạch, bỏ tạp chất.

+ Đem nồi sao đặt lên lửa to đun nóng, cho dầu thực vật vào đun nóng 6 phần, cho gừng, hành vào phi thơm, thêm 500ml nước sạch, cho bách hợp khô, thiên đông, mạch đông, muối tinh vào đun sôi, vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 30 phút, bắc nồi ra là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, tư âm, lợi thấp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan loại da vàng cấp tính.

- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, uống canh, chia 2 lần uống, mỗi ngày 1 thang.

Canh đuôi lợn, sinh địa, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, sinh địa hoàng 30g, đuôi lợn 150g, hành, gừng, muối tinh một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đuôi lợn rửa sạch, chặt thành đoạn dài 4cm; sinh địa hoàng rửa sạch, cắt lát; gừng, hành rửa sạch, đập nát.

+ Đem bách hợp khô, sinh địa hoàng, đuôi lợn cùng gừng, hành, muối tinh bỏ vào nồi hấp, cho 1.000ml nước, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ hấp trong 1 giờ là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, tư âm, lương huyết, thanh nhiệt, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan cấp tính, mạn tính.

- Cách dùng: Dùng ăn cùng với cơm, ngày 1 lần.

Cháo diên cơ hoàng, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, diên cơ hoàng 30g, đại mễ 100g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Diên cơ hoàng rửa sạch, cắt đoạn dài 5cm; bách hợp khô, đại mễ vo đãi sạch, bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, đặt lên lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun trong 30 phút, cho diên cơ hoàng, đường trắng vào, dùng lửa nhỏ đun thêm 15 phút là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, thanh nhiệt, giải độc, tiêu sưng, tiêu ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan virus cấp tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần vào bữa sáng.

Cành diên thông, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 20g, thịt diên thông 100g, gừng, hành, muối tinh, dầu thực vật mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô rửa sạch, nấu chín, vớt ra; diên thông dùng nước sạch dội bỏ bùn, rửa sạch, cắt lát; gừng rửa sạch, bỏ vỏ, cắt lát; hành tước rửa sạch, thái đoạn.

+ Đem nồi sao đặt lên lửa to đun nóng, cho dầu thực vật vào, đun nóng 6 phần thì bỏ gừng, hành vào phi thơm.

+ Cho diên thông vào chiên, thêm 500ml nước sạch, dùng lửa to nấu sôi, cho bách hợp khô, muối tinh, dùng lửa nhỏ nấu thêm một lúc là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, bổ thận, thanh nhiệt, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan, bệnh gan vàng ửng cấp tính.

- Cách dùng: Ăn dần thông, bách hợp khô, uống canh, chia làm 2 lần, mỗi ngày 1 thang.

16. Viêm gan virus mạn tính

Canh bạch thược, bách hợp

- Nguyên liệu: Viễn chí, bách hợp, đương quy, mỗi loại 12g, bắc sa sâm, bạch thược, thổ ty tử, nữ trình tử mỗi loại 15g, ngũ vị tử, hà thủ ô, hoàng tinh, cam thảo mỗi loại 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư bổ gan thận.

+ Thích hợp dùng cho người viêm gan mạn tính thay đổi chậm, chức năng gan không bình thường trong thời gian dài, xác minh thuộc gan thận âm hư, lao lực, vùng gan đau, mất ngủ, nhiều mộng, tinh thần mệt mỏi, chóng mặt mắt hoa, có lúc ra mồ hôi trộm, lưỡi sạch không rêu hoặc lưỡi đỏ, mạch chìm đập nhẹ.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Xa tiền, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, xa tiền thảo 30g, đường trắng 20g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, xa tiền thảo rửa sạch, bỏ vào nồi, cho 200ml nước, đặt nồi lên bếp, vặn lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ đun sặc, cho đường trắng vào là được.

- Công dụng:
- + Bình gan, thanh nhiệt, khử thấp, tiêu sưng, lợi tiểu, thông lâm.
- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan virus.
- Cách dùng: Uống thay trà.

Bách hợp, đơn sâm, hãm móng lợn

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, hạt ý dĩ 30g, đơn sâm 9g, móng lợn 2 cái, hoàng tửu, muối tinh, gừng, thông bạch mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đơn sâm ngâm mềm, cắt lát; hạt ý dĩ rửa sạch, bỏ tạp chất; móng lợn dùng nhíp nhổ bỏ lông sót lại, rửa sạch, chặt thành 2 nửa; gừng rửa sạch, bỏ vỏ đập vụn; thông bạch cắt đoạn.

+ Đem móng lợn, bách hợp khô, hạt ý dĩ, đơn sâm, hành, gừng, muối tinh, hoàng tửu cùng bỏ vào chậu ngâm trong 30 phút, sau đó bỏ vào nồi hấp, thêm một lượng nước sạch thích hợp đặt lên bếp lửa to hấp trong 90 phút là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, hoạt huyết, giải ứ, lợi thấp, tiêu sưng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính, phong thấp đau nhức.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, mỗi lần ăn nửa cái móng lợn, tùy lượng ăn bách hợp, uống canh.

Canh đại táo, cầu kỷ tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, cầu kỷ tử 30g, đại táo 10 quả.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, cầu kỷ tử, đại táo rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu trong 1 giờ là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, bổ thận, sinh tân nhuận táo, dưỡng huyết, kiện tỳ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính, tổn thương gan thận do xơ gan, tỳ vị suy nhược.

- Cách dùng: Uống canh, mỗi ngày 2 lần.

Ngũ vị tử, bách hợp khô hầm đường phèn

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, ngũ vị tử 10g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Ngũ vị tử, bách hợp khô rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, bỏ đường phèn vào đun trong 40 - 50 phút là được.

- Công dụng:

+ Bình bổ gan thận.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính, thận suy.

- Cách dùng: Uống canh, ăn bách hợp khô, mỗi ngày 2 lần, uống liên tục 1 tháng.

Trà bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 3g, trà xanh 3g.

- Cách chế biến: Đem 2 nguyên liệu trên bỏ vào cốc, ngâm trà như cách thông thường.

- Công dụng:

+ Thanh tâm, lương huyết.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính loại gan mật thấp nhiệt.

- Cách dùng: Dùng uống thay trà, có thể liên tục ngâm 3 - 5 lần, uống trong ngày.

Canh kim ngân hoa, bách hợp

- Nguyên liệu: Kim ngân hoa 25g, bách hợp khô 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Kim ngân hoa rửa sạch; bách hợp khô dùng nước ấm ngâm rửa sạch, bỏ vào nồi đất, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu cho đến khi bách hợp chín nhừ, bỏ kim ngân hoa vào, nấu thêm trong 5 phút sau đó cho đường trắng vào, hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt hóa thấp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính loại gan mật thấp nhiệt.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối, người tỳ vị yếu lạnh và khí hư u nhọt sưng loét kiêng dùng.

Bánh phục linh, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô, phục linh, mạch đông mỗi loại 500g, đường trắng, quế hoa mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, phục linh, mạch đông cùng nghiền thành bột nhỏ, cho đường trắng, quế hoa vào trộn đều, sau đó trộn với bột mì, nhào đều với nước thành dạng bột, nặn thành bánh và hấp chín.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, trừ thấp, ninh tâm, kiện tỳ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính loại gan mật thấp nhiệt.

- Cách dùng: Mỗi lần ăn 50 - 100g, vào buổi sáng.

Bánh phục linh, sơn dược, bách hợp

- Nguyên liệu: Phục linh 10g, bách hợp 10g, sơn dược 10g, khiếm thực 10g, đại mễ 1.000g, đường trắng 100g.

- Cách chế biến: Phục linh, bách hợp khô, sơn dược, khiếm thực, đại mễ, đường trắng trộn vào nhau cùng nghiền thành bột, bỏ vào chậu, cho một lượng nước sạch thích hợp, nhào trộn đều thành bột, nặn thành bánh sống, đem bánh để vào lồng, dùng lửa to hấp khoảng 25 phút là được.

- Công dụng:

+ Bổ hư tổn, ích tỳ vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan mạn tính loại gan uất tỳ hư.

17. Xơ gan

Cháo ngũ vị tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 30g, ngũ vị tử 10g, đại mễ 100g.

- Cách chế biến: Đại mễ vo đãi sạch, đem đại mễ, bách hợp khô, ngũ vị tử bỏ vào nồi, cho một lượng nước sạch thích hợp, đặt nồi lên bếp lửa to đun sôi, hớt bỏ lớp bọt nổi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu trong 40 phút là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, ích khí, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho bệnh xơ gan.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, dùng ăn kèm với cơm.

Cháo xa tiền tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Đại mễ 100g, bách hợp khô 50g, tang thầm 30g, xa tiền tử 10g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, đại mễ vo rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, đặt lên bếp lửa nấu cho đến khi gần chín, cho thêm tang thâm, xa tiền tử nấu chín là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, tư âm, lợi thủy.

+ Thích hợp dùng cho bệnh bụng nước, xơ gan.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa chính.

Canh hạt sen, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt sen 30g, bách hợp 30g, thịt lợn nạc 200g, gừng, hành, muối tinh, gia vị mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hạt sen, bách hợp rửa sạch; thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng nhỏ.

+ Các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi đất với hạt sen, bách hợp, gừng, hành, cho một lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu cho đến khi thịt nhừ, canh thơm, nêm muối tinh, gia vị vào nấu qua là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, tư âm, bổ ích, khí huyết.

+ Thích hợp dùng cho bệnh xơ gan loại gan thận âm hư.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt.

Canh thịt nạc, khiếm thực, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, khiếm thực 50g, thịt lợn nạc 200g, muối tinh, gia vị mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô, khiếm thực dùng nước ấm ngâm mềm; thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng nhỏ.

+ Các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi đất với bách hợp khô, khiếm thực, thêm một lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó dùng lửa nhỏ nấu cho đến khi thịt nhừ và canh tỏa mùi hương thơm, cho thêm gia vị, muối tinh là được.

- Công dụng:

+ Bổ tỳ, cố tinh.

+ Thích hợp dùng cho bệnh xơ gan loại tỳ thận âm hư.

18. Gan nhiễm mỡ

Canh sơn tra, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, sơn tra 50g, đường trắng một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô ngâm mềm; sơn tra rửa sạch, cắt lát.

+ Bách hợp khô, sơn tra bỏ vào nồi, cho một lượng nước sạch nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu 50 phút, cho đường trắng vào khuấy đều.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, tiêu thực, bình gan, tiên dương.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp, gan nhiễm mỡ.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Bách hợp nấu mì sợi

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi, cam lộ tử tươi mỗi loại 50g, sợi mì nước 150g, hương thái 10g, hành, bột gừng

mỗi loại 3g, bột sơn dược 20g, muối tinh 0,5g, hoàng tửu, dầu hoa tiêu mỗi loại 3g, xì dầu 5g, dầu lạc 500g (dùng lạc nhân là 20g).

- Cách chế biến:

+ Bách hợp và hương thái rửa sạch, hương thái cắt đoạn 5cm, đem bách hợp tách thành cánh nhỏ; mì sợi rửa sạch, cắt thành miếng nhỏ bằng với những cánh bách hợp (hoặc dùng tay tước) bỏ vào bát canh, cho bột sơn dược làm tương.

+ Đặt nồi lên bếp lửa, đổ dầu lạc vào đun nóng 6 phần, bỏ vào miếng mì sợi hoạt tán, đổ dầu ra, cho hành, bột gừng, muối tinh vào, tiếp theo cho xì dầu, hoàng tửu, 100ml nước và bách hợp, cam lộ vào đun chín, lại bỏ vào hương thái, dầu hoa tiêu chiên đều, múc ra đĩa là được.

- Công dụng:

+ Giảm đường, giảm mỡ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh gan nhiễm mỡ.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Tam thất, bách hợp nướng thịt thỏ

- Nguyên liệu: Tam thất 5g, bách hợp 30g, thịt thỏ 250g, thông hoa, bột gừng, muối tinh, gia vị, bột ngũ hương lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Tam thất rửa sạch, sau khi cắt miếng phơi khô hoặc sấy khô, nghiền thành bột nhỏ; bách hợp nhặt sạch, sau đó rửa sạch.

+ Cho thịt thỏ vào trong nước sạch ngâm một lát, đợi dùng; thịt thỏ rửa sạch, thái thành miếng nhỏ, bỏ vào

nồi đất, dùng lửa to đun sôi, sau đó hớt bỏ bọt nổi, cho cánh bách hợp, hoàng tửu, thông hoa, bột gừng, dùng lửa nhỏ đun cho đến khi thịt thỏ, bách hợp chín nhừ, giòn bở, hòa bột tam thất, cho muối tinh, gia vị, bột ngũ hương vào là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giảm mệt mỏi, giải đờm; giảm lắng đọng, hoạt huyết, giảm mỡ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh gan nhiễm mỡ.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, uống canh, ăn thịt thỏ, ăn bách hợp.

19. Cao huyết áp

Canh hạch đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt hạch đào, bách hợp, lạc tử mỗi loại 50g, đường phèn 10g.

- Cách chế biến:

+ Hạt hạch đào chiên thơm; bách hợp khô ngâm mềm; lạc tử bỏ vỏ, chiên thơm.

+ Hạt hạch đào, bách hợp khô, lạc tử cùng bỏ vào nồi, cho 300ml nước, đặt lên bếp lửa to đun sôi, sau đó dùng lửa nhỏ tiếp tục đun trong 1 giờ.

+ Đem đường phèn giã thành bột, bỏ vào nồi chiên, cho 50ml nước, đặt lên bếp lửa nấu thành nước đường, đổ nước đường vào canh bách hợp, hạch đào, lạc tử, khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Bổ tim thận, hạ huyết áp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, mỗi lần ăn khoảng 50g.

Cháo hoa cúc, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, hoa cúc, hạt hạch đào mỗi loại 15g, đại mễ 100g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô, hoa cúc, hạt hạch đào rửa sạch; đại mễ vo đãi sạch.

+ Đem đại mễ, bách hợp khô, hoa cúc, hạt hạch đào cùng bỏ vào nồi, cho nước một lượng nước thích hợp, đặt nồi lên bếp lửa to đun sôi, sau đó dùng lửa nhỏ đun trong 45 phút là được.

- Công dụng:

+ Tán phong nhiệt, bổ tim thận, hạ huyết áp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp, chức năng tim thận giảm.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, dùng ăn kèm với cơm.

Hạch đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, hạt hạch đào, sơn tra mỗi loại 50g, đường phèn 10g.

- Cách chế biến:

+ Hạt hạch đào dùng nước sôi ngâm mềm bỏ vỏ; sơn tra cắt lát; đường phèn giã thành bột.

+ Bách hợp khô, hạt hạch đào, lát sơn tra, đường phèn cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước thích hợp, đun sôi trong lửa to, sau đó dùng lửa nhỏ tiếp tục đun trong 20 phút là được.

- Công dụng:

+ Bổ khí huyết, hạ huyết áp, bảo vệ tim não.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, dùng ăn vào bữa sáng.

Canh thịt lợn, long tu, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 40g, long tu thái 45g, thịt lợn nạc 100g, gia vị một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Long tu ngâm mềm, cắt nhỏ; thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng, cùng bỏ vào nồi với bách hợp khô, cho một lượng nước thích hợp nấu thành canh, nêm gia vị vào là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, lý trường, hạ huyết áp, giảm mỡ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp.

- Cách dùng: Mỗi ngày chia 2 lần, dùng liên tục trong 20 - 30 ngày.

Canh chuối, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 150g, chuối 500g, hạt hạch đào, lạc nhân mỗi loại 50g, đường phèn một lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Chuối bóc vỏ, cắt thành đoạn dài 2cm; bách hợp khô, hạt hạch đào, lạc nhân rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, cho một lượng nước sạch thích hợp, nấu đến khi chín nhừ, bỏ chuối vào, bỏ đường phèn vào, đun sôi lăn tăn cho đến khi đường phèn chảy ra là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng tim thận, thông mạch máu, lấp tinh tủy.

+ Thích hợp dùng cho bệnh sưng tim, cao huyết áp, xơ cứng động mạch.

- Cách dùng: Ăn một lượng thích hợp trong thời gian tùy ý.

Canh hạch đào, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 250g, hạt hạch đào 100g, hắc chi ma, đường phèn mỗi loại 120g, nữ trình

tử, sinh địa hoàng mỗi loại 50g, hoàng tửu 4 thìa, mật ong 120ml.

- Cách chế biến:

+ Nữ trinh tử, sinh địa hoàng rửa sạch, cùng bỏ vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc, bỏ bã.

+ Bách hợp khô, hạt hạch đào dùng nước ấm ngâm trong 1 giờ, sau đó cho vào nồi nước sạch, sau khi đun sôi chuyển lửa nhỏ nấu trong 40 phút, đổ nước thuốc cho vào, tiếp tục nấu trong 30 phút, sau đó cho đường phèn, mật ong vào, cho hoàng tửu, nấu trong 15 phút, sau đó cho hắc chi ma vào, không ngừng khuấy trộn để tránh bị cháy ở đáy nồi, đun thêm khoảng 15 phút là được.

- Công dụng:

+ Hoạt huyết, hạ huyết áp, bổ tim, ích não.

+ Thích hợp dùng cho bệnh cao huyết áp, sưng tim.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Chương hai

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NHI KHOA

1. Ho lâu ngày

Cao lê xuyên bối

- Nguyên liệu: Lê tuyết 1.000g, khoản đông hoa, bách hợp, mạch đông, xuyên bối mỗi loại 30g, đường phèn 50g, mật ong 200ml.

- Cách chế biến: Lấy 5 vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc đặc, lọc bỏ bã, dùng lửa nhỏ sắc cô thành cao sạch, cho đường phèn và mật ong vào hòa đều, đun sắc lấy cao là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, lợi họng, sinh nước bọt, ngắt cơn ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ho lâu ngày.

- Cách dùng: Mỗi lần uống 15g, mỗi ngày uống 2 lần, uống với nước sôi ấm.

Sa sâm, bách hợp hầm gà

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm 50g, bách hợp 50g, gà 1 con (nặng khoảng 1.000g), thông bạch, lát gừng mỗi loại 15g, muối tinh 4g, gia vị 2g, hoàng tửu 10g, xì dầu 15g, bột hồ tiêu 2g, đường trắng 5g.

- Cách chế biến:

+ Sa sâm rửa sạch, cắt đoạn; bách hợp bỏ tạp chất, rửa sạch; gà làm sạch, bỏ nội tạng.

+ Gà bỏ vào trong nồi, cho bắc sa sâm, bách hợp, hoàng tửu, muối tinh, xì dầu, hành, gừng, đường trắng

- Công dụng:
+ Tư bổ nhuận phổi, thanh táo, ngắt ho, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi ở trẻ em.

- Cách dùng: Trẻ em mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 10g, uống kèm nước sôi ấm. Những người đờm ứ, ruột trơn, tiêu chảy tuyệt đối không dùng món ăn này.

Cháo bách hợp, gạo nếp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 10g, gạo nếp 50g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô rửa sạch, để ráo nước, nghiền thành bột, cùng bỏ vào nồi đất với gạo nếp đã vo sạch, cho 500ml nước, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun thành cháo loãng là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ngắt ho, thanh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh lao phổi ở trẻ em.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần, uống lúc nóng ấm, 10 ngày là 1 quá trình điều trị.

3. Viêm tủy sống ở trẻ em

Canh ngũ vị, bách hợp

- Nguyên liệu: Lá bạc hà 12g, liên tử 10g, bách hợp 6g, ngũ vị tử 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, đun sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ khí, hoạt huyết, thông lạc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm tủy sống ở trẻ.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 1 - 2 lần uống.

4. Bệnh sởi ở trẻ em

Cháo bột bách hợp

- Nguyên liệu: Bột bách hợp 30g, đại mễ 50g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bột bách hợp và gạo nếp đã vo sạch cùng cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, nấu thành cháo, khi cháo chín thì cho đường trắng vào là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho bệnh sởi ở trẻ.

- Cách dùng: Uống lúc ấm nóng.

Canh đậu xanh, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 100g, đậu xanh 50g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp, đậu xanh rửa sạch.

+ Các nguyên liệu trên cùng cho vào nồi đất, thêm lượng nước sạch thích hợp, nấu đến khi đậu xanh chín nhừ, cho đường phèn vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Giải cảm, giải nhiệt, ích khí, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh sởi ở trẻ, triệu chứng dễ thấy là sau khi sởi ra đều, sốt dần giảm, ho giảm nhẹ, tinh thần chuyển biến tốt, lưỡi rêu sạch, mỏng, ít nước bọt...

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần vào buổi sáng hoặc buổi tối, uống ấm.

5. Bệnh thủy đậu

Cháo bách hợp, hạnh nhân, đậu đỏ

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, hạnh nhân 6g, đậu đỏ 60g, tiểu mễ 100g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: 4 vị thuốc đầu tiên vo rửa sạch, cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun sục thành cháo loãng, thêm đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, lợi thấp, tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh thủy đậu trong giai đoạn đang khôi phục.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, dùng lúc ấm nóng.

6. Sốt phát ban

Bách hợp, dã quỳ

- Nguyên liệu: Tang diệp 10g, dã quỳ 10g, bách hợp 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải độc, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh sốt phát ban.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

7. Sốt vào mùa hè ở trẻ em

Canh bách hợp, đông qua

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, đông qua tươi 150g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Đông qua cắt lát, cùng cho vào nồi với bách hợp thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó vặn lửa nhỏ tiếp tục đun đến khi đông qua nhừ, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, dưỡng tâm, dưỡng vị, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho chứng bệnh chán ăn vào mùa hè ở trẻ, thể trọng giảm nhẹ, miệng khát, ít tiểu.

- Cách dùng: Uống canh, ăn đông qua và bách hợp, mỗi ngày 1 thang, chia nhiều lần uống, dùng hết trong ngày, liên tục trong 3 - 5 ngày.

Thập cẩm tây qua

- Nguyên liệu: Tây qua 1 quả, liên tử, nho khô, bách hợp, đường quế hoa, anh đào, bánh sơn tra, bạch quả, đường phèn mỗi loại một lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Tây qua rửa sạch, dùng dao mũi dài cắt 1 nắp tròn ở cuống quả, móc ra lõi quả, gọt bỏ vỏ; liên tử ngâm, bỏ vỏ, bỏ lõi; bạch quả bỏ vỏ, bỏ lõi; bách hợp dùng nước sạch ngâm mềm.

+ Tây qua, liên tử, bách hợp cùng bỏ vào bát, cho lên lồng hấp, hấp chín, lấy ra.

+ Bánh sơn tra cắt nhỏ, bỏ vào trong nồi, cho lõi tây qua, nho khô, liên tử, bạch quả, bách hợp, đường trắng, đường phèn, đường quế hoa vào khuấy đều, chế thành nhân, cho vào quả tây qua đã bỏ lõi, mặt trên bày anh đào, dâu vung, cho lên lồng hấp, hấp chín là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, khai vị, sinh nước bọt, giải khát, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh sốt trong mùa hè ở trẻ em, đồng thời có thể điều dưỡng tâm thần.

- Cách dùng: Uống theo lượng.

8. Viêm khí quản ở trẻ em

Nước bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 300g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp tươi bỏ vào máy ép, ép lấy nước nguyên chất, đổ vào cốc; đường phèn dùng nước sôi nấu chảy, đợi nguội, sau đó cho vào cốc nước bách hợp, hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, bổ phổi, ngắt ho, định xuyên.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Dùng làm đồ uống.

Nước nho, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 400g, nho tươi 200g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp rửa sạch; nho rửa sạch, bỏ vỏ và hạt, cùng cho vào máy ép hoa quả, cho lượng nước sôi để nguội thích hợp, lọc nén ép thành sinh tố, đổ vào cốc.

+ Đường phèn dùng nước sôi nấu chảy, đợi nguội, sau đó đổ hỗn hợp nước bách hợp, nho, hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Dùng làm đồ uống.

Canh bách hợp, sa sâm

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, bắc sa sâm 15g, quả la hán 1/3 quả.

- Cách chế biến: Cho 3 nguyên liệu trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp đun sôi, tiếp tục đun nhỏ lửa trong 50 phút cho đến khi các nguyên liệu chín nhừ là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận táo, bổ thận.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Uống lúc ấm nóng.

Cháo bách hợp, tang bạch bì

- Nguyên liệu: Bách hợp 3g, tang bạch bì 3g, khoản đông hoa 3g, la bắc tử 2g, đường phèn 4g, đại mễ 50g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp, tang bạch bì, khoản đông hoa, la bắc tử cho vào nồi, thêm 200ml nước sắc cho đến khi còn lại 100ml.

+ Đổ canh ra, cho thêm 200ml nước, nấu trong khoảng 10 phút, lọc bỏ bã thuốc, nước canh 2 lần sắc gộp lại, đổ vào nồi với đại mễ đã vo sạch và đường phèn, cùng nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Thanh phổi, nhuận táo, tiêu sưng, ngắt ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 1 thang vào buổi sáng và buổi tối, uống liên tục trong 3 - 4 ngày.

Bách hợp, sa sâm, mật ong

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, sa sâm 12g, mật ong 20ml.

- Cách chế biến: Bách hợp, sa sâm cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước đặc, cho thêm mật ong vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, sinh nước bọt, ngắt ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Uống thay trà, mỗi ngày 3 lần.

Sa sâm, xuyên bối, bách hợp

- Nguyên liệu: Sa sâm 9g, xuyên bối 3g, bách hợp 9g.

- Cách chế biến: 3 vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thành phổi, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Trứng gà, sa sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Sa sâm 25g, bách hợp 25g, ngọc trúc 25g, liên tử 25g, trứng gà 1 quả.

- Cách chế biến: 4 vị thuốc đầu tiên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu trong 90 phút; trứng gà đập vào bát, đổ vào nồi cùng với các vị thuốc, đun tiếp trong 30 phút là được.

- Công dụng:

+ Ngắt ho, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ.

- Cách dùng: Uống canh, ăn trứng.

Cao lê, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Lê 1.400g, mạch đông 20g, bách hợp 20g, xuyên bối mẫu 20g, khoản đông hoa 14g, mật ong lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ 5 vị thuốc đầu tiên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc đặc, lọc bỏ bã lấy nước thuốc, tiếp tục dùng lửa nhỏ cô sắc thành cao.

+ Cho đường phèn và mật ong vào hòa đều, tiếp tục đun sắc lấy cao là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, lợi họng, sinh nước bọt, ngắt ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Mỗi lần uống 15g, mỗi ngày uống 2 lần, uống cùng nước sôi ấm.

Phương tiên hoa bách hợp

- Nguyên liệu: Phương tiên hoa 12g, tang diệp 6g, bách hợp 6g, rễ cầu kỷ tử 12g, trứng gà 1 quả, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Các vị thuốc trên cùng nghiền thành bột nhỏ, bỏ vào trứng gà, cho một chút đường phèn, hấp chín sau đó cùng uống.

- Công dụng:

+ Thanh phổi, giải đờm, ngắt ho, bình xuyên.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khí quản ở trẻ em.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang.

9. Viêm phổi ở trẻ em

Canh ngân hạnh, bách hợp

- Nguyên liệu: Thanh đại 3g, ngân hạnh 4 - 6g, mộc qua 6 - 9g, thảo đậu khấu 6 - 9g, bách hợp 6 - 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Nghi phổi, giảm nghịch, kiện tỳ, hòa vị, thanh nhiệt, dưỡng âm.

- + Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi ở trẻ em.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 3 - 5 ngày là 1 quá trình điều trị, thông thường 1 - 2 quá trình điều trị sẽ có hiệu quả.

Nhân sâm, sinh địa, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa 10g, mạch đông 10g, bách hợp 10g, ngũ vị tử 10g, nhân sâm 6g.
- Cách chế biến: 5 vị thuốc trên cùng nghiền thành bột nhỏ, khi dùng lấy lượng bột thuốc thích hợp hòa đều với nước.
- Công dụng:
 - + Ích khí, dưỡng âm, nhuận phổi, ngắt ho.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh ho ở trẻ em mà khí ẩm không đủ, triệu chứng nhìn thấy là ho khô hoặc ho ít đờm, dễ tức giận, lưỡi đỏ, ban ít, mạch nhỏ...
- Cách dùng: Dùng vải xô đắp thuốc vào ngực, dùng thêm vải cao xu cố định, mỗi ngày thay thuốc 1 lần.

Nước la bạc tử, liên tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 24g, liên tử 30g, nước la bạc tử 100g.
- Cách chế biến: Bách hợp, liên tử dùng nước sôi ầm ngâm mềm, giã nát, đổ nước la bạc tử vào trộn đều, đặt vào nồi cách thủy hấp chín, sau khi nguội có thể uống.
- Công dụng:
 - + Thanh nhiệt, nghi phổi, sạch đờm, định xuyên.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm phổi ở trẻ em loại sốt đờm đầy phổi.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, uống hết trong 1 lần, liên tục trong 7 - 10 ngày.

Chương ba

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH PHỤ KHOA

1. Các triệu chứng trước chu kỳ kinh nguyệt

Trà ngó sen, bách hợp, đảng sâm

- Nguyên liệu: Bách bách hợp khô 10g, đảng sâm 10g, lát ngó sen 10g.

- Cách chế biến: 3 vị thuốc trên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp cùng sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, bổ khí, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ trước thời kỳ kinh nguyệt loại khí hư.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Cháo bách hợp, hạt ý dĩ, cầu kỷ tử

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 15g, hạt ý dĩ 15g, cầu kỷ tử 9g, đại mễ lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, hạt ý dĩ, cầu kỷ tử rửa sạch, cùng cho vào nồi với đại mễ đã vo đãi sạch, thêm lượng nước thích hợp, đầu tiên dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển lửa nhỏ tiếp tục nấu đến khi thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, dưỡng tâm, ích gan.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ trước thời kỳ kinh nguyệt loại gan tỳ lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng và bữa tối.

2. Kinh nguyệt quá ít

Tim lợn, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 15g, tim lợn 1 quả, hành, gừng, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô rửa sạch, dùng nước ấm ngâm mềm; hành thái đoạn; gừng cắt lát; tim lợn rửa sạch, bỏ màng gân, mỡ.

+ Bách hợp khô nhét vào tim lợn, sau đó cho vào nồi đất, thêm lượng nước thích hợp, cho hành, gừng vào dùng lửa lớn đun sôi, hớt bỏ bọt, đổi dùng lửa nhỏ nấu đến khi tim lợn chín nhừ, phối hợp muối tinh và gia vị là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng tâm, an thần, kiện tỳ.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ kinh nguyệt quá ít.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, ăn tim lợn, bách hợp khô, uống canh.

3. Tắc kinh

Đơn sâm, bách hợp, sơn tra

- Nguyên liệu: Đơn sâm 500g, bách hợp khô 250g, sơn tra 200g, mật ong 1.000ml, đường phèn 60g.

- Cách chế biến: 3 vị thuốc trên dùng nước ngâm trong 2 giờ, sau đó sắc lấy nước thuốc, bỏ bã, cho mật ong, đường phèn vào nước thuốc, dùng lửa nhỏ nấu sôi trong 30 phút đến khi nước đặc dính thì bỏ lửa, khi nguội cho vào bình đựng đóng kín nắp là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, bổ vị, hoạt huyết, giải ứ, chống ứ, thông kinh.

+ Thích hợp dùng cho bệnh gan thận hư tổn, máu ứ khí đọng, kinh nguyệt không điều hòa, tắt kinh.

- Cách dùng: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 thìa, uống với nước sôi ấm, có thể uống trong thời gian dài.

Canh bách hợp, mẫu lệ, phục linh

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, mẫu lệ sống 12g (sắc trước), vỏ phục linh 12g, hạt quất sao muối nước 9g, ô dược 9g, thần khúc 9g, từ thạch 9g, nhân trần 3g, chỉ xác sao 4,5g, xuyên ngư tất 6g, vỏ mẫu đơn sao 3g, hợp hoan hoa 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Điều khí, tỉnh trung, chống ứ, thông kinh.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tắc kinh.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

4. Ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt

Cháo hạt ý dĩ, liên tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Hạt ý dĩ 50g, liên tử (bỏ lõi) 30g, bách hợp 20g, đại mễ 60g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Hạt ý dĩ, liên tử, bách hợp rửa sạch, cho vào trong nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu nhừ, sau đó cùng với đại mễ nấu thành cháo, cho đường phèn vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, bổ hư, kiện tỳ, chống đi ngoài.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

Bách hợp sao rau cần

- Nguyên liệu: Rau cần 500g, bách hợp tươi 200g, ớt cay đỏ khô 2 quả, muối tinh, gia vị mỗi loại 2g, đường trắng 10g, hoàng tửu 5g, dầu thực vật 10g, thông bạch, bột gừng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Rau cần bỏ rễ và lá già, rửa sạch, cho vào nồi nước sôi chần qua, vắt sạch nước; bách hợp bỏ tạp chất, rửa sạch, thái thành lát; ớt cay đỏ khô bỏ cuống; bỏ hạt, rửa sạch, cắt thành sợi nhỏ.

+ Bắc nồi sao lên bếp, cho dầu vào đun nóng, cho thông bạch, bột gừng vào phi thơm, cho bách hợp, rau cần vào tiếp tục sao tái, cho hoàng tửu, một chút đường trắng, muối tinh và nước sạch, sao lật đều trong ít phút là được.

- Công dụng:

+ Hạ huyết áp, an thần, dưỡng âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt.

Ngó sen, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, sen dước 50g, đại táo 20g, mỡ lá lợn 2 mảnh, đường phèn, bột mì, sữa, mật ong mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp rửa sạch, bỏ cánh, dùng nước sạch ngâm mềm, sau đó vớt ra, vắt nước, thái vụn; sen dước rửa sạch, bỏ nồi nấu chín, bỏ vỏ, nghiền thành bột; đại táo bỏ hạt, cắt miếng nhỏ.

+ Bách hợp, sen dước, đại táo cùng cho vào trong bát, cho bột mì, sữa, mật ong vào trộn đều, cắt một đầu

ngó sen ra, rửa sạch, nhồi hỗn hợp bách hợp đầy ngó sen, cố định lại vào trong nồi đất nấu chín, vớt ra, tước bỏ vỏ, cắt thành lát dày.

+ Mỡ lá rửa sạch, để vào đáy bát, xếp lát ngó sen, cho đường phèn, phủ thêm mỡ lá, đặt lên lồng hấp, dùng lửa to hấp trong ít phút, lấy ra bỏ mỡ lá, cho vào đĩa là được.

- Công dụng:

+ Tư dưỡng nhuận phổi, bổ ích tỳ vị, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Bách hợp, liên tử nấu thịt nạc

- Nguyên liệu: Thịt lợn nạc 250g, bách hợp 50g, liên tử 50g, muối tinh 3g, hoàng tửu 10ml, gia vị 1g, thông bạch, gừng lát mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt lợn rửa sạch, thái miếng; liên tử rửa sạch; bách hợp rửa sạch.

+ Cho tất cả các nguyên liệu trên vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, cho thêm thông bạch, gừng lát, muối tinh, hoàng tửu, dùng lửa lớn đun sôi sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun cho đến khi các nguyên liệu chín nhừ, cho gia vị vào là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Cháo bách hợp, thanh mai

- Nguyên liệu: Đậu cô ve trong 15g, hạt ý dĩ 15g, bách hợp khô 15g, đại táo 15g, hạt hạch đào 15g, quế viên nhục 15g, đường thanh mai 5 quả, gạo nếp 150g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đậu cô ve trắng, hạt ý dĩ, bách hợp khô, đại táo rửa sạch, lấy nước ầm ngâm; hạt hạch đào giã vỡ; gạo nếp vo sạch.

+ Tất cả nguyên liệu trên cùng cho vào nồi, thêm 1.500ml nước, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun sặc thành cháo loãng là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, dưỡng tâm, bổ khí, ích thận, dưỡng huyết, an thần.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ngủ không yên giấc trong kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

Canh ngân nhĩ, bách hợp

- Nguyên liệu: Ngân nhĩ 25g, bách hợp 50g, liên tử 50g, đường phèn 50g.

- Cách chế biến: Bách hợp và liên tử cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp vào đun sôi, cho thêm ngân nhĩ đã ngâm rửa sạch vào, dùng lửa nhỏ nấu đến khi nước canh dính đặc, cho đường phèn vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ An thần, kiện não.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ngủ không ngon giấc kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Canh quế viên, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 30g, quế viên nhục 30g, đại táo 20g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô dùng nước ngâm, cùng bỏ vào nồi đất với quế viên nhục, đại táo.

+ Cho một lượng nước thích hợp, nấu sắc đến khi bách hợp khô xốp nhừ, cho đường phèn vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ tâm huyết, kiện tỳ vị.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ngủ không ngon giấc kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Uống canh, ăn bách hợp khô, đại táo, quế viên nhục, uống trước khi đi ngủ, mỗi tuần uống 1 - 2 lần, có thể dùng thường xuyên.

5. Nôn mửa trong kỳ kinh nguyệt

Chim cút, bách hợp, bạch cập

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, ngọc trúc 30g, bạch cập 15g, chim cút 1 con, đại táo 10 quả, muối tinh, hoàng tửu lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Chim cút làm sạch, cùng cho vào nồi với bách hợp, ngọc trúc, bạch cập, đại táo, thêm hoàng tửu và lượng nước sạch thích hợp, đầu tiên dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ tiếp tục đun đến khi thịt chim cút chín nhừ, cho muối tinh điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, hạ hỏa, chỉ huyết.

+ Thích hợp dùng cho chứng nôn mửa trong kỳ kinh nguyệt loại âm hư phổi táo.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt chim cút.

6. Tiêu chảy trong kỳ kinh nguyệt

Cháo bách hợp, khiếm thực

- Nguyên liệu: Khiếm thực, bách hợp mỗi loại 60g, đại mễ 50g.

- Cách chế biến: Khiếm thực, bách hợp rửa sạch, cùng cho vào nồi với đại mễ đã vo sạch, thêm lượng nước thích hợp, cùng nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, chống đi ngoài.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ bị đi ngoài trong kỳ kinh nguyệt loại tỳ hư.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng và bữa tối.

Canh khiếm thực, bách hợp, thịt nạc

- Nguyên liệu: Thịt lợn nạc 300g, bách hợp khô 50g, lõi khiếm thực 50g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt nạc rửa sạch, thái miếng, cùng cho vào nồi với bách hợp khô và khiếm thực.

+ Cho thêm lượng nước sạch thích hợp đun sôi, sau khi chín cho một chút muối tinh vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ thận, cố tỳ, ninh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ bị tiêu chảy trong kỳ kinh nguyệt.

- Cách dùng: Không hạn chế giờ ăn.

7. Đau bụng khi mang thai

Canh lòng đỏ, liên tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Liên tử 30g, bách hợp 30g, đại táo 4 quả, trứng gà 2 quả.

- Cách chế biến: Liên tử, đại táo rửa sạch, đại táo bỏ hạt, cùng cho vào nồi với bách hợp, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi dùng lửa nhỏ tiếp tục đun trong khoảng 1 giờ, đập trứng gà, lấy lòng đỏ bỏ vào canh, khi lòng đỏ vừa chín thì bắc nồi ra là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng tâm, ổn định tâm lý, an thần, cố thai.

+ Thích hợp dùng cho chứng đau bụng khi mang thai.

8. Các triệu chứng hậu sản

Cháo bách hợp, đại táo, thận dê

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, thận dê 1 cặp, đại táo 20 quả, đại mễ 100g, hành, gừng, muối tinh, gia vị, dầu vừng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hành, gừng rửa sạch, thái vụn; thận dê bỏ ra rửa sạch, bỏ tuyến hôi, màng mỡ, thái miếng.

+ Thận dê đại mễ, bách hợp khô, đại táo cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu nhừ thành cháo, cho hành, gừng, muối tinh, dầu vừng vào điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Bổ thận, dưỡng huyết, an thai.

+ Thích hợp dùng cho các triệu chứng hậu sản, thiếu máu.

- Cách dùng: Chia lần dùng uống.

Canh bách hợp, quế viên

- Nguyên liệu: Rùa đen 2 con (khoảng 500g), bách hợp khô 50g, thổ phục linh 150g, cầu kỷ tử 30g, quế viên nhục 60g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Rùa đen bỏ vào chậu, dùng nước nóng làm sạch nước tiểu, rửa sạch, bỏ nội tạng, đầu, móng, rửa sạch; bách hợp khô, thổ phục linh, cầu kỷ tử, quế viên nhục rửa sạch.

+ Cho tất cả các nguyên liệu vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ tiếp tục đun trong khoảng 3 giờ, cho muối tinh vào điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, bổ huyết, an thai.

+ Thích hợp dùng cho bệnh âm hư nhiệt thịnh, suy dinh dưỡng, thiếu máu, các triệu chứng hậu sản...

- Cách dùng: Ăn thịt rùa, bách hợp khô, quế viên nhục, uống canh, chia lần uống hết trong ngày.

Canh bách hợp, a giao

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, cầu kỷ tử 30g, dương quy 15g, a giao 12g, bạch thược 10g, khoai lang lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Cầu kỷ tử, dương quy, bạch thược rửa sạch, dùng vải xô gói lại, cùng cho vào nồi với bách

hợp, đun sắc tron 50 phút, bỏ gói thuốc, cho a giao vào nấu chảy, cho đường đỏ vào quấy đều là được.

- Công dụng:

+ Ích âm, bổ huyết, an thai.

+ Thích hợp dùng cho bệnh âm huyết không đủ, các triệu chứng hậu sản, thiếu máu.

- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, uống canh, ăn lúc ấm nóng.

Canh gà ác, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Gà ác 1 con, bách hợp khô 50g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Gà ác giết mổ, bỏ nội tạng, rửa sạch, chặt miếng, cùng cho vào nồi với bách hợp, cho muối tinh chặt, nước thích hợp, đun đến khi thịt gà chín nhừ là được.

- Công dụng:

+ Bổ huyết, an thai.

+ Thích hợp dùng cho các triệu chứng hậu sản, thiếu máu.

- Cách dùng: Ăn thịt gà ác, bách hợp khô, uống canh.

Cháo bách hợp, ngũ đậu

- Nguyên liệu: Đậu, hoàng đậu, xích tiểu đậu, mỗi loại 20g, bách hợp khô 30g, tiểu mễ 50g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Tất cả các loại đậu dùng nước sạch ngâm rửa sạch, sau đó cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, cho bách hợp khô cùng tiểu mễ vào nấu chín nhừ thành cháo, cho đường đỏ vào điều hòa vị là có thể ăn.

- Công dụng:
- + An thai.
- + Thích hợp dùng cho triệu chứng hậu sản, thiếu máu.
- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa sáng và bữa tối, mỗi ngày 1 lần, dùng liên tục 30 ngày.

Quy kỳ sâm linh kê

- Nguyên liệu: Dương quy 12g, hoàng kỳ 25g, đảng sâm 30g, phục linh 20g, bạch thuật 20g, bách hợp khô 20g, đơn dược 30g, hạt ý dĩ 30g, phụ tử 10g, thực địa 15g, đậu cove 20g, cầu kỷ tử 30g, đỗ trọng 20g, quế viên nhục 30g, gà ác 1 con.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên dùng nước ấm rửa sạch; gà ác làm sạch, bỏ nội tạng, nhồi các vị thuốc trên vào trong bụng gà, cho 1.500ml nước vào, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển lửa nhỏ đun trong 40 phút là được.

- Công dụng:
- + Kiện tỳ, bổ huyết, an thai.
- + Thích hợp dùng cho các triệu chứng hậu sản.
- Cách dùng: Lúc bụng đói ăn thịt gà uống canh.

Cháo đa vị bách hợp

- Nguyên liệu: Đại táo 10 quả, liên tử 20g, cầu kỷ tử, bách hợp mỗi loại 5g, quế viên nhục 25g, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g, đường trắng lượng thích hợp.

Cách chế biến:

+ Đại táo, bách hợp, cầu kỷ tử rửa sạch; liên tử rửa sạch, bỏ lõi; đại mễ, tiểu mễ vo sạch.

+ Toàn bộ nguyên liệu trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, đặt lên bếp lửa to đun sôi, sau đó dùng

nhỏ nấu thành cháo, khi cháo chín thì cho đường phèn vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ An cung, bảo thai.

+ Thích hợp dùng cho bệnh thiếu máu, các triệu chứng hậu sản.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

9. Viêm đường tiết niệu khi mang thai

Canh cam thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, cam thảo 10g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô và cam thảo cùng cho vào nồi, thêm 500ml nước, dùng lửa nhỏ đun sục đến khi bách hợp khô chín mềm, cho một chút đường phèn vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Lợi tiểu, thông lâm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm đường tiết niệu khi có thai.

- Cách dùng: Ăn bách hợp khô, uống canh.

10. Chứng tiện bí khi mang thai

Canh bách hợp, quất ngọt

- Nguyên liệu: Quất ngọt 300g, bách hợp khô 150g, đường trắng, bột quán chúng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Quất ngọt rửa sạch, bỏ vỏ, bỏ gân, tách múi, bách hợp khô đựng vào bát, đặt lên lồng hấp, hấp chín, sau đó lấy ra.

+ Đặt nồi lên bếp lửa to, cho nước sạch, đường trắng vào đun sôi, hớt bỏ bọt, dùng bột quán chúng nhào đều, cho bách hợp khô, quất ngọt vào quấy đều, bắc nồi ra, múc canh ra bát là được.

- Công dụng:

+ Khai vị, kiện tỳ, nhuận tràng, thông tiện.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ bị tiện bí khi mang thai.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

11. Ho khi mang thai

Uống bách hợp khoản đông

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, khoản đông hoa 10g, mật ong lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, khoản đông hoa rửa sạch, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc, bỏ bã cho mật ong vào nước thuốc hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, nhuận phổi, giải đờm, chống ho.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ bị ho khi mang thai.

- Cách dùng: Uống thay trà, uống hết trong 1 ngày. Những người bị sốt đờm phạm phổi kiêng dùng.

Canh địa hoàng, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Sinh địa, thực địa mỗi loại 12g, mạch đông, bách hợp, bạch thược mỗi loại 9g, đương quy, xuyên khung mỗi loại 6g, cam thảo 4,5g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, nhuận phổi, chống ho.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ bị ho khi mang thai.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, xuyên bối mẫu

- Nguyên liệu: Sinh địa, thực địa mỗi loại 12g, thiên đông, mạch đông mỗi loại 10g, xuyên bối mẫu 9g, bách hợp 9g, bạch thược 9g, đảng sâm 9g, bắc sa sâm 9g, huyền sâm 9g, tang diệp 12g, cam thảo 5g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, nhuận phổi, chống ho, an thai.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ bị ho khi mang thai loại âm hư phổi táo.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống. Những người trong đờm có máu, thêm hoàng linh 10g, bạch mao căn 15g; người thai động không yên cho 2 quả nam qua tử.

12. Thai nhi phát triển chậm

Cháo bách hợp

- Nguyên liệu: Đảng sâm, hoàng kỳ, đương quy, thực địa hoàng, quế chi, phục linh, mẫu đơn bì, hạt đào, thược dược mỗi loại 3g, bách hợp khô 50g, đại mễ 100g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ 9 vị thuốc đầu tiên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước, bỏ bã.

+ Bách hợp khô, đại mễ vo rửa sạch, cho vào nồi nước thuốc nấu cháo, khi cháo chín thì cho đường phèn vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư bổ khí, dưỡng huyết, an thai.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ mang thai mà thai nhi sinh trưởng chậm.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, liên tục trong 10 ngày.

Bách hợp, sơn dược hầm gà

- Nguyên liệu: Gà nửa con, sơn dược 30g, bách hợp khô 50g, gừng nhiều lát, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Gừng cho vào nồi, thêm nước vào đun sôi, cho gà đã chặt miếng vào chần qua, sau đó đổ vào nồi hầm, cho sơn dược, bách hợp khô và lượng nước sôi thích hợp, dùng lửa nhỏ hầm khoảng 1 giờ, cho muối tinh vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Ích huyết, bổ hư, an thai.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ mang thai mà thai nhi phát triển chậm.

- Cách dùng: Chia lần uống, có thể dùng thường xuyên.

13. Tử cung phục hồi không trọn vẹn sau khi sinh

Cháo bách hợp, đại mạch

- Nguyên liệu: Hạt đại mạch 50g, bột bách hợp khô 50g.

- Cách chế biến: Hạt đại mạch đã vo sạch cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu cháo, khi cháo gần chín thì cho bột bách hợp khô vào hòa đều, nấu thêm một lúc là được.

- Công dụng:

+ Bổ khí, hấp thụ máu.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ có tử cung phục hồi không hoàn chỉnh sau khi sinh loại khí hư.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống ấm nóng lúc bụng đói.

Cháo nhân sâm, bách hợp, đại táo

- Nguyên liệu: Nhân sâm 3g, bách hợp khô 50g, đại táo 10 quả, gạo nếp 50g.

- Cách chế biến:

+ Nhân sâm nhặt bỏ tạp chất, rửa sạch, phơi khô hoặc sấy khô, nghiền thành bột nhỏ; bách hợp khô, đại táo nhặt tạp chất, rửa sạch, cho vào nồi đất.

+ Cho thêm lượng nước sạch thích hợp, đun đến khi bách hợp khô xốp nhừ, cho gạo nếp đã vo sạch vào, nấu với lửa nhỏ đến khi đặc dính, khi cháo sắp được thì hòa bột nhân sâm vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Bổ khí, kiện tỳ, hấp thụ máu, cố xung.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ có tử cung không khôi phục hoàn toàn sau khi sinh do khí hư dẫn tới.

- Cách dùng: Ăn cháo gạo nếp, bách hợp khô, đại táo, ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

14. Chứng co giật sau khi sinh

Canh bách hợp, hoàng kỳ

- Nguyên liệu: Bách hợp 13g, hoàng kỳ 16g, đương quy, song kê, bạch thược, bạch tật lê, ngư tử, mạch đông, trúc nhự mỗi loại 10g, mộc qua 7g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng huyết, hoạt lạc, thư cơ.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ bị chứng co giật sau khi sinh.

15. Choáng ngất sau khi sinh

Cháo bột bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 15g, đại mễ 30g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô nghiền thành bột nhỏ, mỗi lần lấy 15g, cùng bỏ vào nồi nấu cháo với đại mễ, khi cháo chín thì hòa lượng đường đỏ thích hợp vào là được.

- Công dụng:

+ Ích khí cố thoát.

+ Thích hợp dùng cho phụ nữ bị choáng ngất sau khi sinh mà huyết hư khí thoát.

- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

Cháo bách hợp, a giao

- Nguyên liệu: Quế viên nhục 10g, a giao, đại mễ, tiểu mễ mỗi loại 30g, bách hợp khô, lạc nhân mỗi loại 20g, đại táo 15g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Quế viên nhục, đại táo rửa sạch, bỏ hạt.

+ Lạc nhân, bách hợp khô, đại mễ, tiểu mễ cho vào nồi nấu cháo, khi cháo gần chín thì cho a giao giã nát

vào vừa nấu vừa khuấy đều, cho đường đỏ vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Phù chính, bổ hư, tráng thể, cường thân.

+ Thích hợp dùng cho bệnh thiếu máu sau khi sinh dẫn đến choáng ngất.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối.

16. Chứng đau đầu sau khi sinh

Gà đại mễ bách hợp

- Nguyên liệu: Gà mái 1 con, bách hợp 60g, đại mễ 60g, gừng, hoa tiêu, muối, xì dầu mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, đại mễ nhồi vào bụng gà, khâu lại, cho gừng, hoa tiêu, muối, xì dầu, dùng nước nấu chín như là được.

- Công dụng:

+ Ích tỳ, dưỡng tâm, bổ huyết.

+ Thích hợp dùng cho chứng đau đầu, tâm lý bất an, hư thiếu khí sau khi sinh.

- Cách dùng: Mổ bụng lấy bách hợp, đại mễ làm cơm, đồng thời uống canh, ăn thịt.

17. Khó thở sau khi sinh

Cháo bách hợp hạnh nhân

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 50g, hạnh nhân 10g, đại mễ 50g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Hạnh nhân bỏ vỏ, ngọn, đập vỡ, cùng nấu làm cháo loãng với bách hợp tươi, đại mễ, cho đường trắng điều hòa gia vị.

- Công dụng:
 - + Nhuận phổi, chống ho, thanh tâm, an thần.
 - + Thích hợp dùng cho chứng khó thở ở phụ nữ sau khi sinh mà âm hư.
- Cách dùng: Dùng ăn lúc ấm và nóng vào bữa sáng và bữa tối.

Bách hợp, cát cánh

- Nguyên liệu: Rễ bách hợp, cát cánh mỗi loại 6g, tang bạch bì 12g, bách hợp, phục linh mỗi loại 8g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Tư âm, thanh phổi.
 - + Thích hợp dùng cho phụ nữ bị khó thở sau khi sinh mà phổi táo.
- Cách dùng: Uống thay trà, mỗi ngày 1 thang.

18. Ống dẫn niệu bất thường sau khi sinh

Cá chép om bách hợp

- Nguyên liệu: Cá chép 1 con (nặng khoảng 500g), bách hợp khô, gạo nếp mỗi loại 30g, gừng 4 lát, bột hồ tiêu lượng thích hợp.
- Cách chế biến:
 - + Bách hợp khô; gừng rửa sạch; gạo nếp vo sạch, dùng nước sạch ngâm trong ít phút; cá chép bỏ mang, ngạnh, tràng tạp, bách hợp khô, gạo nếp cùng nhồi vào bụng cá.
 - + Bắc nồi dầu lên bếp đun nóng, cho gừng vào phi thơm, lấy gừng ra, cho cả gừng và cá vào nồi hấp, thêm

lượng nước sôi thích hợp, đập vung lại, hầm trong 2 - 3 giờ, bỏ bột hồ tiêu vào điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, lợi thủy.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tiểu tiện không thông sau khi sinh.

- Cách dùng: Uống canh, ăn cá.

19. Đi ngoài sau khi sinh

Cháo ngân hoa, bách hợp

- Nguyên liệu: Ngân hoa 15g, bách hợp khô 10g, đại mễ 50 - 100g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Ngân hoa cho vào nồi, thêm nước sắc lấy nước thuốc, bỏ bã.

+ Dùng nước ngân hoa, thêm lượng thích hợp nước sạch, cùng nấu cháo với bách hợp khô, đại mễ, khi cháo gần chín thì cho đường trắng vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt trừ thấp.

+ Dùng hợp với phụ nữ đi ngoài sau khi sinh.

20. Ngủ không ngon giấc sau khi sinh

Cháo bát bảo

- Nguyên liệu: Khiếm thực, hạt ý dĩ, đậu cove trắng, liên tử, sơn dược, đại táo, quế viên nhục, bách hợp mỗi loại 6g, đại mễ 150g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Các vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc trong 40 phút, bỏ bã, lấy nước thuốc.

+ Đại mễ vo sạch cho vào nồi nước thuốc nấu thành cháo, khi cháo gần chín thì cho đường đỏ vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ vị, bổ thận, ích khí, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho những phụ nữ ngủ không ngon giấc sau khi sinh.

- Cách dùng: Chia bữa dùng ăn, liên tục trong 3 - 4 ngày.

Chương Bốn **BÁCH HỢP CHỮA CÁC BỆNH CỦA NAM GIỚI**

1. Tinh trùng yếu

Canh bách hợp, địa hoàng, sơn thù du

- Nguyên liệu: Bách hợp 20g, sinh địa 15g, thực địa 15g, sơn thù du 10g, thiên đông 10g, mạch đông 10g, đương quy 10g, đơn sâm 10g, toan táo nhân 6g, hạt bách tử 10g, phục thần 10g, xương bồ 6g, viễn chí 6g, ngũ vị tử 10g, trăn châu mẫu 30g (sắc trước), 50g (giã), quy giáp 15g (sắc trước), hoàng liên 6g, nhục quế 3g (cho sau).

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư dưỡng tâm thận.

+ Thích hợp dùng cho nam giới tinh trùng yếu loại tâm thận bất giao.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, long mẫu

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, long cốt 30g, sơn thù du 10g, mẫu lệ 30g, nhũ tiểu mạch 10g, quy giáp 15g, ngư tất 15g, ngũ vị tử 15g, sơn dược 20g, toan táo nhân 15g, phục linh 10g, sinh địa 15g.

- Cách chế biến: Các vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:
- + Dưỡng tâm, an thần.
- + Thích hợp dùng cho nam giới có tinh trùng yếu.
- Cách dùng: Uống mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

2. Chứng thiếu tinh

Canh bách hợp, thung dung, chim cút

- Nguyên liệu: Chim cút 2 con (khoảng 120g), bách hợp khô, nhục thung dung, cầu kỷ tử mỗi loại 30g, ngũ vị tử 20g, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Chim cút làm sạch, chặt miếng; bách hợp khô, nhục thung dung, ngũ vị tử, cầu kỷ tử rửa sạch.

+ Đem toàn bộ nguyên liệu trên cùng cho vào trong nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ nấu 2 giờ, cho muối tinh, gia vị điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ thận, ích tinh, điền tủy tăng trí, ninh thần, vinh não.

+ Thích hợp dùng cho chứng thiếu tinh.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Bách hợp, sa uyển tử hầm gà trống

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, sa uyển tử 30g, gà trống 1 con, muối tinh, gừng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô, sa uyển tử rửa sạch; gừng rửa sạch, bỏ vỏ, đập nát; gà trống giết mổ bỏ lông, mổ bụng, bỏ nội tạng, rửa sạch, chặt miếng.

+ Bách hợp khô, sa uyển tử và gà cùng bỏ vào nồi, cho gừng, muối tinh và lượng nước thích hợp, đậy kín vung, dùng lửa nhỏ hầm cách thủy trong 2 giờ là được.

- Công dụng:

+ Bổ thận, ích tinh.

+ Thích hợp dùng cho chứng thiếu tinh ở nam giới.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

3. Chứng huyết tinh

Canh dương sâm, sinh địa, bách hợp

- Nguyên liệu: Tây dương sâm 12g, sinh địa, mạch đông, a giao (hấp thay đổi uống), hỏa ma nhân, hoàng tinh, nữ trinh tử, hạ liên thảo, mẫu đơn bì, hạ khô thảo, bách hợp, bạch cập mỗi loại 25g, quy giáp 35g, toan táo nhân 20g, cam thảo nướng 15g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc, bỏ bã.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh hỏa, ích khí, thấp thụ máu.

+ Thích hợp dùng cho chứng huyết tinh ở nam giới.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

4. Chứng tinh dịch bất thường

Canh thận dê, cầu kỷ tử, bách hợp

- Nguyên liệu: Thận dê 1 cặp, bách hợp khô, nội tông dung mỗi loại 50g, cầu kỷ tử 15g, hoa tiêu, thông bạch, muối tinh, gừng, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thận dê bóc bỏ lớp mỡ, mỗi cặp mổ thành 2 nửa, bỏ hết lớp tanh, thái thành lát mỏng; thông bạch cắt đoạn; gừng cắt lát; hoa tiêu dùng vải xô gói.

+ Thận dê, bách hợp khô, nhục thung dung, cầu kỷ tử, hoa tiêu cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu thành canh, cho thông bạch, muối tinh, gừng lát, gia vị vào là được.

- Công dụng:

+ Bổ thận, ích tinh.

+ Thích hợp dùng cho bệnh tinh dịch khác thường ở nam giới, tinh ít, loãng, lưng đau, gối mềm.

- Cách dùng: Ăn thận dê, bách hợp khô, cầu kỷ tử, uống canh, mỗi ngày 1 lần, dùng liên tục trong 1 tháng.

5. Chứng tinh dịch suy giảm

Bách hợp om dạ dày lợn

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 90g (bỏ lõi), dạ dày lợn 1 cái, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô, dạ dày lợn rửa sạch, dạ dày lợn thái miếng nhỏ.

+ Bách hợp khô, dạ dày lợn cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu thành canh, cho muối tinh điều hòa vị.

- Công dụng:

+ Bổ thận hư, ích tinh huyết.

+ Thích hợp dùng cho bệnh chứng tinh dịch mỏng và ít.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Canh thịt dê, trùng thảo, bách hợp

- Nguyên liệu: Thịt dê 750g, bách hợp khô 50g, đông trùng hạ thảo 20g, sơn dược 30g, cầu kỷ tử 15g,

gừng 4 lát, mật táo 4 quả, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Thịt dê rửa sạch, thái miếng, dùng nước sôi chần qua; bách hợp khô, đông trùng hạ thảo, sơn dược, cầu kỷ tử rửa sạch, cùng bỏ vào nồi với thịt dê, gừng, táo, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau dùng lửa nhỏ đun trong 3 giờ, cho muối tinh, gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Ôn bổ gan thận, ích tinh, tráng dương..

+ Thích hợp dùng cho bệnh tinh dịch ít mỏng.

- Cách dùng: Chia bữa dùng ăn.

6. Ống dẫn tinh ngắn, nhỏ

Bách hợp quế viên hãm thận chó

- Nguyên liệu: Thận chó 1 cặp, quế viên nhục 30g, bách hợp khô 50g, đại táo 10 quả, gừng, muối tinh mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thận chó dùng nước ngâm mềm, rửa sạch, thái miếng; quế viên nhục, bách hợp khô; gừng (cắt lát), đại táo (bỏ hạt) rửa sạch.

+ Toàn bộ nguyên liệu trên cùng cho vào trong nồi hấp, cho lượng nước sôi thích hợp, dùng lửa nhỏ hãm cách thủy trong 2 giờ.

+ An thần, định chí, bổ thận, tráng dương..

+ Thích hợp dùng cho nam giới có ống dẫn tinh ngắn nhỏ.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

7. Viêm tinh hoàn

Canh hạt ý dĩ, ngân hoa, thịt nạc

- Nguyên liệu: Thịt lợn nạc 180g, kim ngân hoa 30g, sơn dược 9g, hạt ý dĩ 9g, ngọc trúc 6g, khiếm thực 9g, bách hợp 9g, liên tử 9g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Các nguyên liệu trên rửa sạch; thịt lợn nạc thái miếng nhỏ.

+ Tất cả các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi thêm lượng nước thích hợp, nấu khoảng 2 giờ, cho một ít muối tinh điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Thanh lương, tán nhiệt, tư âm, bổ dịch.

+ Thích hợp dùng cho người thấp nhiệt nội ôn, bại thương tinh hoàn mà dẫn tới viêm tinh hoàn.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

8. Viêm tuyến tiền liệt mạn tính

Canh ma hoàng, bách hợp

- Nguyên liệu: Ma hoàng 6g, hạnh nhân, tiền hồ, sa tử uyển, khoản đông hoa, mạch đông, cát cánh, trạch tả mỗi loại 10g, bách hợp 15g, ngũ vị tử 6g, hạt ý dĩ 30g, phục linh 20g, cam thảo 6g.

- Cách chế biến: Tất cả các vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Nghi phổi, khai uất, thông lâm, lợi tiểu.

+ Thích hợp dùng cho chứng sưng tuyến tiền liệt, phổi khí tắc, mỡ không thông, tiểu nhiều, rơi rớt khó ra, lưỡi đỏ, ban vàng, mạch đập nhanh.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Bách hợp hầm sách bò

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, sách bò 1 bộ, gừng, hành, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Gừng rửa sạch, bỏ vỏ, cắt lát; sách bò dùng nước nóng ngâm, từ giữa mỡ ra, cạo rửa sạch.

+ Cho sách bò vào nồi, thêm lát gừng, muối tinh, cùng hầm cách thủy chín với bách hợp khô, khi sách bò chín mềm thì cho gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ thận, cố tinh.

+ Thích hợp dùng cho chứng viêm tuyến tiền liệt.

- Cách dùng: Ăn sách bò, bách hợp khô, uống canh.

Chương năm **BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NGOẠI KHOA**

1. Sưng tuyến giáp trạng

Canh nhị tử

- Nguyên liệu: Bạch giới tử 20g, ngư bàng 20g, hoàng linh 15g, trí mẫu 15g, bách hợp 15g, sinh địa 15g, hạ khô thảo 15g, triết bối mẫu 15g, huyền sâm 15g, liên tử 10g, xuyên khung 10g, đương quy 10g, trần bì 10g, hương phụ 10g, mẫu lệ 30g, (sắc trước), cam thảo 6g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Tiêu đờm, tán kết, lý hóa đờm, thanh nhiệt, tiêu sưng.
 - + Thích hợp dùng cho người ít ngủ, buồn phiền, dễ nổi nóng loại sưng tuyến giáp trạng.

2. Bệnh trĩ

Canh bách hợp, lòng lợn

- Nguyên liệu: Lòng lợn (lòng già) 250g, bách hợp khô 50g, thực địa hoàng 25g, đại táo 5 quả, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.
- Cách chế biến:
 - + Bách hợp khô, thực địa hoàng, đại táo (bỏ hạt) rửa sạch, lòng lợn rửa sạch, cắt đoạn nhỏ.
 - + Toàn bộ nguyên liệu dùng bỏ vào nồi cho nước sạch lượng thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi lửa

nhỏ nấu trong 3 giờ, dùng muối tinh, gia vị điều hòa vị là được.

- Công dụng:
 - + Kiện tỳ, bổ hư, điều hòa trường vị.
 - + Thích hợp dùng cho những người bị bệnh trĩ.
- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

3. Viêm tủy xương

Bách hợp, ngân hoa

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, kim ngân hoa 20g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, kim ngân hoa, đường phèn cùng cho vào nồi đất, cho 1.000ml nước, sắc sôi khoảng 5 phút, lấy nước thuốc là được.

- Công dụng:
 - + Thanh nhiệt, lợi thấp, dưỡng âm, tiêu độc.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm tủy xương loại âm dịch tổn hại. Với người miệng khô khát, lưỡi đỏ, ít nước bọt rất thích hợp dùng dùng món canh này.

- Cách dùng: Dùng uống thay trà, có thể dùng thường xuyên.

4. Viêm Đại Động mạch đa phát

Canh hoàng kỳ, quế chi

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ, quế chi, kê huyết đằng mỗi loại 50g, xích thược, bách hợp, đảng sâm mỗi loại 30g, xuyên khung 15g, đơn sâm 50g, đại táo 10 quả.

- Cách chế biến: Những thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ khí, dưỡng tâm, hoạt huyết, thông lạc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm đại động mạch đa phát ở thời kỳ tương đối muộn và cải biến của tim, thận, tâm tỳ lưỡng hư, ứ máu khí đoản, ăn không ngon miệng, chóng mặt, mắt hoa, chân thiếu lực, lạnh và tê, sắc mặt không sáng, mạch nhỏ, yếu hoặc không có mạch, lưỡi nhạt, rêu trắng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 liều, chia 2 - 3 lần uống, 30 ngày là 1 quá trình điều trị.

5. Khí huyết không lưu thông

Canh bách hợp, hoa hồng

- Nguyên liệu: Bách hợp 20g, hoa hồng 3g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp cho vào nồi, thêm nước đun sôi 10 phút, sau đó cho hoa hồng vào nấu thêm 10 phút, lấy nước bỏ bã, cho đường đỏ vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Hoạt huyết, giải ứ, giảm đau.

+ Thích hợp dùng cho người bị viêm mạch quản dẫn đến tắc nghẽn, đau rõ rệt.

- Cách dùng: Uống tùy lúc.

6. Chứng loãng xương

Bách hợp lác đậu phụ

- Nguyên liệu: Đậu phụ 250g, bách hợp khô, la bắc tử, mỗi loại 30g, kê đàn thanh 1 quả, dầu thực vật, dầu vừng, xì dầu, muối tinh, hoàng tửu, giấm, đường trắng,

gia vị, tương ớt, tỏi, hành, gừng, bột hoa tiêu, bột quán chúng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô ngâm nước, sau đó hấp chín; đậu phụ rửa sạch, cắt nhỏ, bỏ vào trong bát, cho kê đàn thanh, bột quán chúng vào quấy đều làm tương; la bạc tử rửa sạch, cắt nhỏ; hành rửa sạch, thái nhỏ; gừng rửa sạch, nghiền thành bột; tỏi bóc vỏ, rửa sạch cắt lát.

+ Lấy 1 bát nhỏ, cho xì dầu, muối tinh, đường trắng, giấm, gia vị, bột quán chúng, hoàng tửu và một ít tiên thang hòa đều thành nước vị.

+ Đặt nồi lên bếp, cho dầu vào đun nóng 6 phần, cho đậu phụ tương, đun đến khi 6 - 7 phần nóng, cho hành, bột gừng, lát tỏi, sau đó cho la bạc tử vào điều hòa vị, cho bách hợp khô vào đảo đều, đổ dầu vừng, rắc lên bột hoa tiêu là có thể bắc nồi ra.

- Công dụng:

+ Cường thân, kiện thể, bổ hư, chống tà.

+ Thích hợp dùng cho chứng loãng xương.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Nước sữa tươi, bách hợp

- Nguyên liệu: Sữa tươi 400g, bách hợp khô 50g, đường trắng, bột quán chúng mỗi loại 50g.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô dùng nước sạch ngâm, bỏ vào bát to, dùng lửa vừa hấp trong nửa giờ, cho lượng đường trắng thích hợp hấp thêm ít phút, bách hợp khô xộp như lấy ra.

+ Đặt nồi lên bếp, thêm lượng nước thích hợp, cho vào chút đường trắng đun sôi, đổ vào sữa tươi, bách hợp

khô, đun đến khi sôi lăn tăn, dùng bột quán chúng nhào đều, quấy đều, đổ vào bát canh là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, an thần, dễ ngủ.

+ Thích hợp dùng cho chứng loãng xương mà tâm tỳ lưỡng hư.

- Cách dùng: Dùng trước khi đi ngủ.

Canh bách hợp, trí mẫu, mẫu lệ

- Nguyên liệu: Lõi mẫu lệ 100g, vỏ mẫu lệ tươi 20g, trí mẫu 6g, bách hợp khô 30g.

- Cách chế biến: Vỏ mẫu lệ tươi, trí mẫu cùng bỏ vào nồi đất, thêm nước nấu trong 30 phút, bỏ bã lấy nước.

+ Đem nước thuốc, bách hợp khô, lõi mẫu lệ cùng bỏ nồi, nấu hỏ lửa trong khoảng 1 giờ cho đến khi bách hợp, lõi mẫu lệ xốp như là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, giáng hỏa, ninh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho chứng loãng xương mà âm hư hỏa vượng.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Đậu phụ, bách hợp

- Nguyên liệu: Đậu phụ 200g, thịt gà 50g, hạt hạch đào chín 20g, liên tử, bách hợp, cầu kỷ tử, đại táo mỗi loại 15g, kê đàn thanh 1 quả, dầu thực vật, muối tinh, gia vị, nước hoa tiêu, hoàng tửu, thông bạch, bột gừng, bột quán chúng, tiên thang mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đậu phụ rửa sạch, cho vào trong bát tán thành bột, cho đàn thanh, bột quán chúng vào khuấy đều thành dạng hồ; thịt gà rửa sạch, chặt miếng.

+ Lấy 1 cái đĩa, xoa 1 lớp dầu lên trên, đem bột đậu phụ rải lên trên, rắc lên liên tử, hạt hạch đào chín, bách hợp, cầu kỷ tử, thịt gà, đại táo, nước hoa tiêu, hoàng tửu, gia vị, thông bạch, bột gừng, muối tinh, dùng lửa vừa hấp đến khi có mùi thơm thì lấy ra.

+ Trong nồi bỏ tiên thang, đun sôi, bỏ dầu thực vật chín, muối tinh, gia vị, điều hòa khẩu vị, dùng bột quán chúng nhào đều, tưới lên đậu phụ bát bảo là được.

- Công dụng:

+ Bổ hư, chống tà.

+ Thích hợp dùng cho chứng loãng xương, thiếu máu.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Chương sáu
**BÁCH HỢP CHỮA BỆNH TAI,
MẮT, MŨI, HỌNG**

1. Viêm tắc mũi

Canh huyền sâm, bách hợp, sinh địa

- Nguyên liệu: Sinh địa 15g, bách hợp 12g, huyền sâm 15g, bạc hà 10g, hoàng linh 10g, bạch thược 15g, xuyên bối 9g, tang bạch bì 15g, đương quy 10g, sa sâm 15g, cát cánh 12g, thực địa 12g, vân linh 15g, sơn dược 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước vào sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, dưỡng âm, sinh nước bọt, nhuận táo.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm tắc mũi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Bách hợp, nữ trình tử

- Nguyên liệu: sinh địa, huyền sâm, mạch đông, trí mẫu, liên kiều mỗi loại 9g, kim ngân hoa, bách hợp, nữ trình tử, tang thâm, quy bản, đơn bì mỗi loại 12g, địa cốt bì mỗi loại 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm thanh nhiệt.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm tắc mũi loại phổi thận âm hư.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, 1 tháng là 1 quá trình điều trị.

Bách hợp, kim ngân hoa, ngọc trúc

- Nguyên liệu: Kim ngân hoa 30g, huyền sâm 10g, mạch đông 10g, bột thiên hoa 10g, sơn dược 10g, sinh địa 10g, thạch hộc 10g, cát cánh 10g, ngọc trúc 10g, bách hợp 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm tắc mũi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống, 3 tuần là 1 quá trình điều trị.

2. Chảy máu cam

Cháo bạch mao căn, bách hợp, đậu xanh

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, đậu xanh 50g, bạch mao căn 100g, đại mễ 100g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bạch mao căn rửa sạch thái vụn, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc nấu 20 phút, bỏ bã lấy nước.

+ Cho bách hợp đã rửa sạch, đậu xanh vào, cùng nấu đến khi đậu xanh nở, lại cho đại mễ đã vo rửa sạch, vào nồi nấu đến khi cháo đặc, cho đường trắng lượng thích hợp vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:
 - + Thanh nhiệt, giải độc, mát máu, cầm máu.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh chảy máu cam.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống vào buổi sáng và buổi tối uống ấm.

Canh bách hợp, lê tuyết, ba thái căn

- Nguyên liệu: Lê tuyết 1 quả, ba thái căn 30g, bách hợp 30g.
- Cách chế biến:
 - + Lê tuyết rửa sạch, cắt miếng; ba thái căn cắt đoạn.
 - + Các nguyên liệu trên cùng bỏ vào nồi với cánh bách hợp, cho lượng nước sạch thích hợp, nấu thành canh là được.
- Công dụng:
 - + Tư âm, nhuận phổi.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh chảy máu cam, thiếu máu.
- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

3. Viêm màng bồ đào

Canh huyền sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 12g, huyền sâm, mạch đông, kim ngân hoa, liên tử, trí mẫu, thần khúc mỗi loại 9g, cát cánh 6g, cam thảo 3g.
- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước sắc lấy nước thuốc.
- Công dụng:
 - + Thanh nhiệt, giải độc, lợi yết, tiêu sưng, giảm đau.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh viêm màng bồ đào.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống.

4. Viêm họng mạn tính

Trà bách hợp, sinh địa, cát cánh

- Nguyên liệu: Bách hợp 5g, sinh địa 3g, đương quy 2g, xuyên bối 1g, cát cánh 2g, hoa trà 3g.

- Cách chế biến: Dùng 450ml nước sắc bách hợp, sinh địa, đương quy, xuyên bối, cát cánh đến khi nước sôi, hòa ngâm hoa trà dùng uống.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm họng mạn tính.

- Cách dùng: Uống thay trà.

Nước chuối, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, chuối bỏ vỏ 2 quả, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Những nguyên liệu trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp hấp chín.

- Công dụng:

+ Thanh lợi yết hầu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm họng mạn tính.

- Cách dùng: Từ từ uống nước.

Canh bách hợp, đậu xanh

- Nguyên liệu: Đậu xanh 20g, bách hợp 15g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp và đậu xanh cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp đun đến khi đậu xanh chín nhừ, cho đường phèn vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, nhuận hầu.

+ Thích hợp dùng cho người mắc bệnh cổ họng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần.

Cam lộ, bách hợp

- Nguyên liệu: Huyền sâm, đơn sâm, hợp hoan hoa mỗi loại 15g, bách hợp 20g, sài hồ, hạ khô thảo, mẫu lệ, tảo biển mỗi loại 12g, triết bối 10g, hạt đào, bán hạ mỗi loại 9g, nhục quế 2g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm, bổ thận, thanh nhiệt, lợi yết, thư gan, lý khí, hoạt huyết, giải ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm họng mạn tính, viêm màng bồ đào.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Nước củ cải, bách hợp

- Nguyên liệu: Nước mía 100g, nước củ cải 100g, bách hợp 50g.

- Cách chế biến: Bách hợp rửa sạch, nấu nhừ, cho nước mía, nước củ cải vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, nhuận phổi, chống ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm họng mạn tính mà phổi âm không đủ dẫn tới.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

5. Ho nhiều

Ngũ vị tử, ô mai, bách hợp

- Nguyên liệu: Ngũ vị tử, ô mai, ngân hoa, bách hợp mỗi loại lượng bằng nhau.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cùng nghiền thành bột thô.

- Công dụng:

+ Giải đờm, tán kết, nhuận hầu, hết tê liệt.

+ Thích hợp dùng cho chứng ho nhiều.

- Cách dùng: Mỗi lần dùng 10g, cho đường trắng lượng thích hợp, ngâm trong cốc trà, từ từ uống, mỗi ngày 2 - 3 lần, uống liên tục 7 ngày là 1 quá trình điều trị.

Bạch thược, bách hợp

- Nguyên liệu: Bạch thược sống, bách hợp mỗi loại 9g, lục ngọc mai, cát cánh, mỗi loại 45g, nam sa sâm 10g, cam thảo sống 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Lý khí, giải uất, điều trị gan phổi, tá dĩ lợi họng.

+ Thích hợp dùng cho chứng ho lâu ngày, ho nhiều.

Canh lê, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Lê tuyết 1 quả, bách hợp, mạch đông mỗi loại 10g, bàng đại hải 5 quả.

- Cách chế biến: Lê tuyết rửa sạch, cắt thành miếng hình củ ấu, cho vào nồi cùng bách hợp, mạch đông, bàng đại hải, đọi lê 8 phần chín thì cho vào đường phèn lượng thích hợp, trước khi ăn đem lê, bàng đại hải bỏ vào bát.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, sinh nước bọt, nhuận phổi, ích âm thanh nhiệt, lợi yết.

+ Thích hợp dùng cho chứng ho lâu ngày, ho nhiều.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

6. Viêm họng mạn tính

Bách hợp, cam thảo

- Nguyên liệu: Bách hợp 9g, sinh địa 9g, thiên đông 9g, mạch đông 9g, nhân sâm 9g, sa sâm 9g, bồi mẫu 6g, bàng đại hải 3g, cát cánh 4,5g, cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư dưỡng phổi thận, khai âm lợi hầu.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm họng mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày dùng 1 thang, chia làm 3 lần và uống.

7. Hôi miện

Canh thịt lợn, bách hợp, sơn dược

- Nguyên liệu: Thịt lợn nạc 180g, sơn dược 9g, hạt ý dĩ, khiếm thực, bách hợp, liên tử mỗi loại 9g, ngọc trúc 6g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng nhỏ; các nguyên liệu còn lại rửa sạch.

+ Cho 3000ml nước sạch vào nồi, cho tất cả các nguyên liệu vào, dùng lửa vừa nấu khoảng 2 giờ, cho một ít muối tinh vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Thanh lương, tán nhiệt, tư âm, bổ dịch.

+ Thích hợp dùng cho bệnh hôi miện.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

8. Loét miệng

Canh thạch hậu, sinh địa, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, sinh địa 25g, thạch hộc 30g, sa sâm 15g, hoàng liên 15g, nguyên sâm 30g, bồ công anh 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh hỏa, ích vị, lợi thấp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét miệng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Cháo điệp hạ châu, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 15 quả, điệp hạ châu 30g, hoa cúc, cam thảo mỗi loại 3g, đại mễ 100g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, điệp hạ châu, hoa cúc, cam thảo cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc nấu; bỏ bã lấy nước, đại mễ vo sạch, cho vào nồi nước thuốc nấu thành cháo, khi cháo gần chín cho đường phèn vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, giải độc.

+ Dùng cho bệnh loét miệng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia uống vào buổi sáng và buổi tối.

Tây qua, thịt gà hấp bách hợp khô

- Nguyên liệu: Tây qua 1 quả, thịt gà 100g, giò nướng 50g, bách hợp khô 50g, quế viên nhục 50g, hạt hạch đào 30g, hạt tòng tử 20g, hạnh nhân 20g.

- Cách chế biến:

+ Tây qua rửa sạch, ở dưới gốc cắt ra làm nắp, khoét bỏ nhân tây qua; thịt gà, giò nướng thái miếng nhỏ.

+ Cho thịt gà, giò nướng bách hợp khô, quế viên nhục, hạt hạch đào, hạt tùng tử, hạnh nhân vào tây qua, đậy tây qua lại, cho vào nồi hấp cách thủy khoảng 3 giờ là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, bổ thận, thanh nhiệt, giải độc, trừ phiền, chống khát.

+ Thích hợp dùng cho bệnh loét miệng.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Chương bảy

BÁCH HỢP PHÒNG CHỐNG UNG THƯ

1. Ung thư họng

Canh thạch hộc, song sâm, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, sâm thái tử 15g, sa sâm 12g, mạch đông 10g, thạch hộc 12g, sinh địa 9g, hoàng kỳ 15g, hoàng tinh 12g, cầu kỷ tử 12g, xuyên bối 6g, phục linh 10g, bạch mao đẳng 20g, tiên hạc thảo 20g, cam thảo 3g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm, phù chính, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư họng.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Đông trùng hạ thảo nấu thịt vịt già

- Nguyên liệu: Đông trùng hạ thảo 5g, thịt vịt già 100g, đại táo 10 quả, bách hợp 10g, gừng sợi, dầu vừng, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đông trùng hạ thảo dùng nước ấm ngâm rửa sạch; thịt vịt rửa sạch, chặt miếng dày; đại táo, bách hợp rửa sạch.

+ Cho tất cả các nguyên liệu vào bát sứ, cho dầu vừng, muối tinh, gia vị, gừng sợi vào trộn đều, hấp cách thủy đến khi thịt vịt chín mềm là được.

- Công dụng:
- + Ích phổi, điền tinh, phù chính, chống ung thư.
- + Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi, ung thư thực quản, ung thư họng.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt vịt, dùng ăn tùy ý.

Trùng thảo, bách hợp hầm vịt già

- Nguyên liệu: Thịt vịt già 100g, đông trùng hạ thảo 5g, bách hợp 10g, gừng sợi, dầu thực vật, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Đông trùng hạ thảo dùng nước ấm ngâm rửa sạch, vớt ra; thịt vịt rửa sạch, chặt miếng dày; đại táo, bách hợp rửa sạch.

+ Đem đông trùng hạ thảo, bách hợp, gừng sợi, thịt vịt cho vào bát sứ, cho dầu thực vật, muối tinh, gia vị vào trộn đều, hầm cách thủy đến khi thịt vịt chín nhừ là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, điền tinh, bổ thận ích phổi, nhuận phổi định xuyên.

+ Thích hợp dùng cho người ung thư họng khí âm lưỡng hư.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt vịt, thường xuyên dùng uống.

2. Ung thư khoang mũi

Canh song sâm bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 12g, huyền sâm, sinh địa, mạch đông, sa sâm mỗi loại 15g, cát cánh 9g.

- Cách chế biến: 6 vị thuốc trên rửa sạch, cắt vụn, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, đun sắc 2 lần, mỗi lần 30 phút, lọc lấy nước là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khoang mũi sau khi hóa liệu, miệng khô, môi khô, nuốt vào khó khăn, vùng lưỡi hoặc lưỡi đỏ, lưỡi hết trơn không ban và có nếp nhăn lớn.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống vào buổi sáng và buổi tối.

Canh thạch xương bồ, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, huyền sâm 15g, sinh địa 15g, sâm thái tử 15g, cát cánh 15g, thạch xương bồ 30g, hoa cúc đại 15g, liên kiều 12g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm, dưỡng vị, thanh nhiệt, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm khoang mũi sau khi bỏ trị liệu, nước bọt nhiều, hư hỏa, cơ thể mệt mỏi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh sơn dược, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Sơn dược, bách hợp khô, hạt ý dĩ mỗi loại 30g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Sơn dược, bách hợp khô, hạt ý dĩ rửa sạch, cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đổi dùng lửa nhỏ đun chín, cho đường trắng vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:
 - + Kiện tỳ, thẩm thấp, ích khí, chống ung thư.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khoang mũi.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, 1 lần uống xong, có thể thường xuyên dùng uống.

Canh bách hợp, liên tử thịt lợn

- Nguyên liệu: Bách hợp, liên tử mỗi loại 50g, thịt lợn nạc 250g, thông bái, gừng, muối tinh, dầu vừng, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:
 - + Bách hợp; thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng.
 - + Đem bách hợp, liên tử, thịt lợn cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to nấu sôi, cho thông bái, gừng lát, muối tinh, đổi dùng lửa nhỏ nấu đến khi các nguyên liệu chín nhừ, cho dầu vừng, gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:
 - + Bổ tỳ, ích vị, tư âm, nhuận phổi.
 - + Thích hợp dùng dự phòng ung thư khoang mũi.
- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt, bách hợp và liên tử, có thể thường xuyên dùng ăn.

Canh ngân nhĩ, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, ngân nhĩ 30g, đường phèn 100g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, ngân nhĩ dùng nước sạch ngâm, vớt ra, cùng với đường phèn cho vào bát, thêm lượng nước sạch thích hợp, đặt vào lồng hấp, dùng lửa to hầm 1 giờ là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích vị, nhuận phổi, dưỡng vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khoang mũi, triệu chứng là trong nước mũi có máu đờm có máu.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang vào buổi sáng hoặc buổi tối, uống liên tục trong 5 - 7 ngày.

Bách hợp hãm chân gà

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, chân gà 2 cái, hương cô 2 bó, xì dầu, đường phèn, dầu vừng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Chân gà rửa sạch; hương cô rửa sạch, ngâm mềm, bỏ rễ; bách hợp khô rửa sạch.

+ Đem chân gà, hương cô, bách hợp khô bỏ vào trong nồi, cho xì dầu và lượng nước sạch thích hợp, đậy vung, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi dùng lửa nhỏ nấu trong 20 phút, bỏ lửa, để trong ít phút, cho đường phèn, dầu vừng, mở vung, dùng lửa vừa nấu đến khi nước gần cạn là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích khí, thanh tâm, khai vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khoang mũi, triệu chứng là ăn không ngon miệng, chóng mặt, sốt nhẹ.

- Cách dùng: Ăn chân gà, bách hợp khô, có thể dùng thường xuyên.

Bách hợp, liên tử hãm thịt

- Nguyên liệu: Liên tử 30g, bách hợp 30g, thịt lợn nạc 250g, thông bạch, dầu thực vật, muối tinh mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt lợn nạc rửa sạch, thái miếng nhỏ; liên tử, bách hợp rửa sạch.

+ Dem thịt lợn, liên tử, bách hợp cho vào trong nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau dùng lửa vừa hầm đến khi thịt chín nhừ, cho thông bạch, dầu thực vật, muối tinh vào điều hòa vị là có thể dùng được.

- Công dụng:

+ Ích tỳ vị, dưỡng tâm thần, nhuận phổi táo.

+ Thích hợp dùng bổ trợ và chữa trị cho người ung thư khoang mũi sau phẫu thuật và hóa liệu sau khi bỏ chữa phổi vị âm thương.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, uống liên tục trong 5 - 7 ngày.

3. Ung thư phổi

Canh bách hợp, sâm kỳ, tam thất

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, hoàng kỳ nướng 30g, nam sa sâm, bắc sa sâm mỗi loại 12g, tam thất 10g, huyền sâm 10g, mạch đông 10g, lô căn 15g, nga truật 15g, rết 3g, cát cánh 8g, trần bì 6g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi thời kỳ giữa và cuối.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, địa hoàng

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, thực địa 10g, sinh địa 10g, huyền sâm 10g, đương quy 10g, mạch đông 10g,

bạch thược 10g, nam sa sâm, bắc sa sâm mỗi loại 15g, tang bạch bì 15g, hoàng linh 10g, mẫu đơn 30g, thất diệp nhất chi hoa 30g, bạch hoa xà thiệt thảo 30g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khí quản nguyên phát.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống, uống liên tục 2 tháng là 1 quá trình điều trị.

Bách hợp, thảo hà sa

- Nguyên liệu: Thảo hà sa 20g, hạ khô thảo 30g, trần bì 20g, hạt ý dĩ 20g, nga truật 20g, bách hợp 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khí quản nguyên phát.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh sinh địa, mao căn, sơn ngô

- Nguyên liệu: Sinh địa tươi 30g, bạch mao căn tươi 30g, tro đơn bì 12g, bắc sa sâm 12g, mạch đông 12g, xuyên bối 9g, bách hợp 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Mát máu, cầm máu, tư âm, ích phổi.

+ Thích hợp dùng cho người ung thư phổi vì nhiệt thương âm lạc, máu chảy tràn ra tương đối nhiều.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp song đông

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, thiên đông, mạch đông, hạt ý dĩ, ngư tinh thảo mỗi loại 30g, liên tử, tân lang, hạnh nhân sao, a giao (nấu chảy) mỗi loại 20g, xuyên bối mẫu, bạch cập, đàn nam tinh mỗi loại 15g, tiên hạc thảo, tam thất mỗi loại 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, thanh nhiệt, giải đờm.

+ Thích hợp dùng cho người âm hư đờm nhiệt của ung thư phổi thời kỳ cuối.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, hoàng kỳ, sinh địa

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, hoàng kỳ, sinh địa, thực địa, thiên đông, mạch đông, huyền sâm, lô căn mỗi loại 20g, tây dương sâm, đông trùng hạ thảo mỗi loại 6g, hạt ý dĩ 40g, cam thảo 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm, phù chính, cố thể.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, dương sâm, a giao

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, tây dương sâm 12g, a giao 12g (nấu chảy), sa sâm 30g, xuyên bối mẫu 10g, cát cánh 10g, xích thược 10g, ngọc trúc 15g, huyền sâm 15g, đơn sâm 18g, bột hạc nhân 6g, cam thảo 6g, bột toàn hạt 10g (hòa), bột ngô 10g (hòa).

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm, nghi phổi, giải ứ đọng, trừ độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư khí quản phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh sa sâm, bách hợp, song đông

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm 30g, bách hợp 30g, thiên đông 12g, mạch đông 12g, trúc nhự 12g, bột thiên hoa 24g, huyền sâm 18g, hoàng linh 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ thận, ích tỳ, nhuận phổi, chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho người phổi, tỳ thận đều hư do ung thư phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh sâm kỳ, đương quy, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ 30g, đảng sâm 15g, đương quy 10g, bách hợp 10g, mạch đông 20g, triết bối mẫu 12g, tam thất 3g, phục linh 15g, tang bạch bì 15g, sa uyển tử 10g, đông trùng hạ thảo 2g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Bổ phổi, dưỡng âm, nghi phổi, giải đờm, hoạt huyết, giải ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi thời kỳ cuối.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh bách hợp, bách bộ giáp

- Nguyên liệu: Bách hợp 12g, địa cốt bì 12g, phục linh 12g, bách bộ 12g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, ích khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Tề thái sao bách hợp

- Nguyên liệu: Tề thái 100g, bách hợp 50g, dầu thực vật, muối tinh, đường trắng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Tề thái rửa sạch, cắt nhỏ; bách hợp rửa sạch, tách cánh.

+ Đặt nồi lên bếp cho dầu vào đun nóng, đổ bách hợp vào sao đến khi gần chín, cho bột tề thái vào cùng sao đến khi chín, cho muối, đường trắng lượng thích hợp vào là được.

- Công dụng:

+ Phòng chống ung thư, trừ đờm, trấn ho, bình xuyên.

+ Thích hợp dùng cho người ung thư phổi ho thở hoặc ho máu.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, liên tục trong 7 ngày.

Canh bách hợp, ngân nhĩ

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, ngân nhĩ 25g, đường phèn 25g.

- Cách chế biến: Bách hợp, ngân nhĩ dùng nước ấm ngâm 1 giờ, rửa sạch, cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu đến khi nước canh đặc dính, cho đường phèn vào là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, chống ho, phòng chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho người ung thư phổi có âm hư, ho.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, uống ấm trước khi ngủ.

Cao bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi, khoản đông hoa mỗi loại một phần bằng nhau, mật ong lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp tươi giã nát, cùng sắc thành cao với khoản đông hoa, cho lượng mật ong thích hợp vào là được.

- Công dụng:

+ Chống ho, giải đờm, nhuận phổi, chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho người ung thư phổi, ho lâu, đờm có máu.

- Cách dùng: Mỗi ngày 2 lần, liên tục trong 15 ngày.

Uống bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp tươi 100g.

- Cách chế biến: Bách hợp tươi tước bỏ bẹ, rửa sạch, cho vào nước sôi ấm ngâm trong 10 phút, giã thành bột hồ là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, chống ho, thanh nhiệt và chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi loại âm hư nội nhiệt.

- Cách dùng: Chia ăn vào buổi sáng và buổi tối. Tính chất của bách hợp tương đối mát, nhuận, người phổi hư tiện loãng kiêng dùng.

Canh quả la hán, bách hợp

- Nguyên liệu: Sơn dược 20g, ngọc trúc 20g, bách hợp khô 20g, hạt ý dĩ 10g, quế viên nhục 12g, đại táo 20g, quả la hán 5g, cầu kỷ tử 10g, xương sườn lợn 300g, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Sơn dược, ngọc trúc, bách hợp khô, hạt ý dĩ, quế viên nhục, đại táo, quả la hán, cầu kỷ tử cho vào trong nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp nấu sắc lấy nước, bỏ bã.

+ Cho xương sườn vào nồi nước thuốc, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ nấu đến khi thịt chín nhừ, cho muối tinh, gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, ích khí, chống ho, nhuận phổi.

+ Thích hợp dùng dự phòng ung thư phổi.

- Cách dùng: Ăn thịt, uống canh, mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống có thể thường xuyên dùng ăn.

Canh ngân nhĩ, bách hợp nấu xương sườn

- Nguyên liệu: Ngân nhĩ 15g, liên tử 35g, bách hợp 35g, cầu kỷ tử 30g, quế viên nhục 15g, xương sườn lợn 300g, trúc tôm khô 20g.

- Cách chế biến:

+ Xương sườn lợn rửa sạch, chặt miếng; ngân nhĩ dùng nước sạch ngâm.

+ Ngân nhĩ, trúc tôm, liên tử, bách hợp, quế viên nhục, cầu kỷ tử, xương sườn cùng cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu khoảng 2 giờ là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, chống ho, bổ ích khí huyết.

+ Thích hợp dùng cho nhân ung thư phổi điều lý sau khi phẫu thuật.

- Cách dùng: 2 ngày 1 lần, mỗi lần 1 bát nhỏ, 1 thang có thể ăn 3 lần, liên tục trong 7 - 10 ngày.

Dạ dày lợn nấu bách hợp

- Nguyên liệu: Dạ dày lợn 150g, phổi lợn 1 bộ, giò nướng 50g, bách hợp 50g, các gia vị lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Dạ dày lợn, phổi lợn rửa sạch, rửa kỹ, thái miếng, cho vào nồi với lát giò nướng.

+ Cho thêm lượng nước thích hợp nấu đến khi tái, cho miếng bách hợp đã rửa sạch vào tiếp tục đun đến khi các nguyên liệu chín nhừ, cho gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Phù chính, bổ hư, kiện tỳ, ích phổi, nhuận phổi, chống ho, phòng chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho người mắc ung thư phổi trước và sau phẫu thuật hoặc trước sau nghỉ chữa dùng ăn.

- Cách dùng: Uống canh, ăn thịt bưng, phổi, giò nướng, bách hợp, mỗi ngày 1 lần, liên tục trong 7 ngày.

Canh bách hợp, bột tề thái

- Nguyên liệu: Bách hợp 100g, bột tề thái 200g, mật táo 10 quả, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp rửa sạch, nhặt bỏ tạp chất; mật táo bỏ hạt.

+ Tất cả các nguyên liệu trên cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa nhỏ nấu trong 1 giờ, cho lượng đường phèn thích hợp vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, thanh nhiệt, nhuận phổi, giải ứ.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư phổi.

- Cách dùng: Dùng ăn theo lượng vào bữa điểm tâm.

4. Ung thư tuyến vú

Canh bách hợp, trứng gà

- Nguyên liệu: Bách hợp 50g, trứng gà 1 quả, đường trắng 25g.

- Cách chế biến: Bách hợp ngâm qua đêm, vớt ra, cho vào trong nồi, thêm lượng nước thích hợp đun sôi, đập trứng vào, khuấy đều, đun thêm ít phút, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, chống ho, phòng chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư tuyến vú.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, uống canh, ăn trứng, liên tục trong 7 ngày.

Canh linh chi, hương cô, thịt nạc

- Nguyên liệu: Linh chi 10g, bách hợp 15g, hương cô 30g, thịt lợn nạc 300g, dầu thực vật, muối tinh, gia vị, thông bạch mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hương cô rửa sạch, cắt sợi; thịt lợn rửa sạch, thái miếng dài mỏng.

+ Linh chi bỏ vào nồi đất, cho 2.500ml nước sạch, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi dùng lửa nhỏ nấu 30 phút, đến khi nước thuốc còn 2.000ml thì cho hương cô, bách hợp, thịt lợn nạc vào, đun thêm 20 phút, cho dầu thực vật, muối tinh, gia vị, thông bạch vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ ích khí huyết, giải độc, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư tuyến vú, khí huyết không đủ, mất ngủ.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, liên tục trong 3 - 5 ngày.

Canh bách hợp, sơn dược, lòng lợn

- Nguyên liệu: Lòng lợn (lòng già) 500g, bách hợp khô 75g, sơn dược 80g, hạt ý dĩ 40g, khiếm thực 25g, phục linh 10g, muối tinh lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lòng lợn bỏ mỡ, rửa sạch, lật lại, dùng muối tinh rửa dịch tràng, dùng nước sôi chần qua.

+ Cho lòng lợn vào nồi đất, cho vào sơn dược, phục linh, bách hợp khô, hạt ý dĩ, khiếm thực và lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng

lửa nhỏ nấu đến khi lòng lợn chín nhừ, cho muối tinh vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, chống đi ngoài, tăng cảm giác thèm ăn.

+ Thích hợp dùng cho người sau khi phẫu thuật ung thư tuyến vú đại tiện dạng hồ.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, 1 lần hoặc chia 2 lần ăn, liên tục trong 5 - 7 ngày.

5. Ung thư thực quản

Canh sa sâm, bách hợp, bồi mẫu

- Nguyên liệu: Bắc sa sâm 30g, bách hợp 30g, bồi mẫu 15g, sơn dược 30g, đơn sâm 15g, uất kim 9g, thạch đầu 30g, vân linh 15g, mạch đông 15g, toàn phúc hoa (gói ngoài) 9g, bạch hoa xà thiệt thảo 30g, bán chi liên 15g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Nhuận táo, giải uất, tư âm, dưỡng vị.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư thực quản.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Canh sa sâm, mạch đông, bách hợp

- Nguyên liệu: Sa sâm, mạch đông, bách hợp, ngọc trúc, hạnh nhân, cát cánh, tang diệp, lá tỳ bà nướng, huyền sâm, hoàng linh mỗi loại 10g, xuyên bồi mẫu 3g (nuốt).

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, thanh phổi, giải đờm, chống ho.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ho sau khi phẫu thuật ung thư thực quản.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Cháo đại mễ, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, đại mễ 100g, đường trắng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp khô, đại mễ chia ra vo rửa sạch cùng cho vào nồi, thêm 1.000ml nước, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ nấu thành cháo, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Dưỡng âm, thanh nhiệt, nhuận phổi, điều trung, trấn tĩnh, chống ho, phòng chống ung thư.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

6. Ung thư dạ dày

Cháo tề thái hoa, bách hợp, ngó sen

- Nguyên liệu: Tề thái hoa 30g, ngó sen 15g, bách hợp khô 12g, đại mễ 60g.

- Cách chế biến: Đại mễ vo rửa sạch, cùng cho vào nồi đất với tề thái hoa, ngó sen, bách hợp khô, thêm lượng nước sạch thích hợp nấu thành cháo loãng là có thể dùng được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, dưỡng âm, cầm máu.

+ Thích hợp dùng cho người sau khi phẫu thuật ung thư dạ dày hoặc nghỉ chữa hóa liệu, trung âm hư nội nhiệt.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần vào buổi sáng và buổi tối, có thể thường xuyên dùng ăn.

7. Ung thư gan nguyên phát

Canh bách hợp, miết giáp, ngọc trúc

- Nguyên liệu: Miết giáp nướng 30g, ngọc trúc 30g, bách hợp 30g, đảng sâm sao 12g, bột thiên hoa 15g, sinh địa 15g, bạch thược 12g, thạch đầu 15g, cam thảo sống 10g, địa cốt bì 10g, sa sâm 30g, sơn dược 10g, đậu cove 10g, hoàng tinh 15g, thiên đông 12g, mạch đông 12g, huyền sâm 12g, trí mẫu 10g, nữ trinh tử 15g, quất bì 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm, tư bổ gan thận.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư gan loại khí âm lưỡng hư.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

8. Ung thư tuyến tụy

Thịt thỏ om bách hợp

- Nguyên liệu: Thịt thỏ 250g, liên tử 20g, sa sâm 20g, bách hợp 30g, dầu thực vật, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt thỏ rửa sạch, thái thành miếng nhỏ, cùng cho vào nồi cùng với liên tử đã rửa sạch, sa sâm, bách hợp.

+ Cho thêm lượng nước sạch thích hợp om chín, cho đầu thực vật, muối tinh, gia vị vào điều hòa vị là có thể dùng được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, ổn định tâm lý, lợi thấp, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh âm hư nội nhiệt sau khi hóa liệu hoặc nghỉ chữa về ung thư tuyến tụy, buồn phiền, ngủ không ngon giấc.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, 1 lần hoặc chia 2 lần uống, liên tục trong 3 - 5 ngày.

9. Ung thư đại tràng

Cháo bách hợp, đậu cove

- Nguyên liệu: Khiếm thực, sơn dược, phục linh, bách hợp khô, hạt ý dĩ, đậu cove trắng, đảng sâm, bạch thuật mỗi loại 10g, đại mễ 150g, đường đỏ lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Sơn dược, phục linh, đảng sâm, bạch thuật cho vào trong nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp sắc lấy nước thuốc.

+ Khiếm thực, bách hợp khô, hạt ý dĩ, đậu cove trắng rửa sạch, cho vào trong nồi nấu chín, vớt ra.

+ Đại mễ vo rửa sạch, cùng cho vào nồi với khiếm thực, bách hợp, hạt ý dĩ, đậu cove trắng, cho nước thuốc, đường đỏ và lượng nước sạch thích hợp nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Bổ ích tỳ thận, sơ ruột, lợi thủy.

+ Thích hợp dùng cho người sau khi phẫu thuật ung thư đại tràng hoặc đi ngoài trong thời gian nghỉ chữa hóa liệu, bụng sưng và chi dưới sưng nổi.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, 1 lần hoặc chia 2 lần ăn, liên tục trong 5 - 7 ngày.

10. Ung thư thận

Cháo bách hợp, hạt ý dĩ

- Nguyên liệu: Bách hợp 30g, quế viên nhục 30g, hạt ý dĩ 30g, mật ong lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, hạt ý dĩ cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp ngâm trong 12 giờ cho quế viên nhục, dùng lửa nhỏ nấu thành cháo, cho mật ong vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ ích khí huyết, thanh nhiệt, lợi thấp.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm thận, ung thư thận.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, 1 lần hoặc chia 2 lần ăn, có thể dùng thường xuyên.

Cơm bát bảo

- Nguyên liệu: Hạt ý dĩ 50g, đậu cove trắng 50g, bách hợp khô 50g, hạt hạch đào 50g, quế viên nhục 50g, đại táo 20 quả, đường 25g, gạo nếp 500g, đường trắng 100g, mỡ lợn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Gạo nếp vo sạch, cho vào chậu, thêm lượng nước sạch thích hợp nấu cơm theo cách nấu thông thường.

+ Lấy một bát to, bôi một lớp mỡ ở đáy, quế viên nhục, đại táo, hạt hạch đào, bách hợp khô, đậu cove

trắng, hạt ý dĩ, cuối cùng là cơm gạo nếp chín, cho vào nồi hấp, hấp cách thủy trong 20 phút, đem cơm bát bảo úp vào đĩa tròn, dùng thêm đường trắng đã đun thành nước, tưới lên cơm là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, dưỡng vị, tư âm, ích âm.

+ Thích hợp dùng cho bệnh viêm gan.

- Cách dùng: Có thể ăn tùy ý.

11. Ung thư bàng quang

Sa sâm, bách hợp khô, thịt bụng lợn om

- Nguyên liệu: Thịt bụng lợn 1.000g, bách hợp 20g, sa sâm 20g, dầu thực vật, muối tinh, hành bột mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt bụng rửa sạch, đem bách hợp khô, sa sâm cho thịt bụng, dùng chỉ cuốn lại.

+ Cho vào nồi, thêm lượng nước sạch thích hợp, hấp cho đến khi chín, để nguội một lúc thì lấy ra, cắt thịt bụng thành miếng nhỏ, cho vào bát, cho dầu thực vật, muối tinh, hành bột quấy đều là được.

- Công dụng:

+ Bổ tỳ, ích khí, dưỡng âm.

+ Thích hợp dùng cho người sau khi phẫu thuật ung thư bàng quang hoặc khí âm không đủ sau khi nghỉ chữa hóa liệu, triệu chứng là chóng mặt, thiếu sức, miệng khô, ăn không ngon miệng.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, có thể dùng thường xuyên.

12. Bệnh máu trắng

Canh bách hợp, thiên đông, đảng sâm

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, thiên đông 30g, đảng sâm 30g, thực địa 15g, địa cốt bì 15g, a giao 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, dưỡng âm, phù chính, chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho máu trắng mạn tính, cấp tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống.

Bột bách hợp, tỳ lợn

- Nguyên liệu: Bột bách hợp 0,25g, tỳ tạng lợn (nướng khô nghiền thành bột) 0,25g.

- Cách chế biến: 2 loại bột trên trộn đều với nhau, đựng vào túi cao su rộng là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận táo, phù chính, chống ung thư.

+ Thích hợp dùng cho bệnh máu trắng cấp và mạn tính.

- Cách dùng: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 2 - 3g.

Gan lợn, bách hợp

- Nguyên liệu: Gan lợn, bách hợp, đường trắng mỗi loại lượng thích hợp.

Chế biến: Gan lợn, bách hợp chia ra sấy khô, nghiền thành bột, mỗi loại lấy lượng bằng nhau, cho đường trắng vào khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Phòng chống ung thư, dưỡng huyết, bổ gan.

+ Thích hợp dùng cho máu trắng.

Cháo đại táo, quế viên nhục, bách hợp

- Nguyên liệu: Đại táo 10 quả, quế viên nhục 10 quả, bách hợp khô 20g, đại mễ 50g.

- Cách chế biến: Bách hợp khô rửa sạch, ngâm mềm, sau đó cho đại táo, quế viên nhục, đại mễ vào nấu thành cháo là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, hòa vị, dưỡng tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho người thời kỳ cuối của bệnh máu trắng, khí huyết đều hư.

- Cách dùng: Uống lúc ấm nóng, ngày 2 lần vào buổi sáng và buổi tối.

Sâm thái tử, bách hợp hấp ngân nhĩ

- Nguyên liệu: Bách hợp 15g, ngân nhĩ 12g, sâm thái tử 15g, đường phèn lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Ngân nhĩ dùng nước ngâm mềm, bỏ tạp chất, rửa sạch, cùng cho vào nồi đất với bách hợp, sâm thái tử đã rửa sạch.

+ Cho lượng nước thích hợp, đầu tiên dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun đến khi ngân nhĩ chín nhừ, cho đường phèn vào điều hòa vị là có thể dùng được.

- Công dụng:

+ Ích khí, bổ âm, thanh nhiệt, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho máu trắng loại khí âm lưỡng hư.

- Cách dùng: Mỗi ngày uống 1 thang, chia 2 lần uống ấm.

13. Ung thư cổ tử cung

Bách hợp, tam thất hấp thịt thỏ

- Nguyên liệu: Bách hợp 40g, tam thất 15g, thịt thỏ 250g, dầu vừng, muối tinh, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Thịt thỏ, tam thất rửa sạch, thái lát; bách hợp rửa sạch, dùng nước sạch ngâm 1 đêm, vớt ra.

+ Bách hợp, tam thất, thịt thỏ cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun đến khi chín nhừ, cho gia vị vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Bổ hư, chống ung thư, cầm máu, định thống.

+ Thích hợp dùng với người ung thư cổ tử cung ra máu không ngừng.

- Cách dùng: Ăn thịt, uống canh, lượng ăn không hạn chế.

Bách hợp, giáp ngư

- Nguyên liệu: Giáp ngư 1 con, bách hợp khô 75g, thịt lợn nạc 200g, trứng gà 1 quả, hương cô 10g, gừng bột, thông bạch, bột quán chúng, dầu thực vật, muối tinh, xì dầu mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Giáp ngư giết mổ, cho vào nước sôi ngâm rửa sạch, bỏ giáp xác, nội tạng, rửa sạch; thịt lợn bóc vớ; hương cô cắt nhỏ.

+ Cho nước, trứng gà, thông bạch, gừng bột, bột quán chúng, dầu thực vật, muối tinh, xì dầu vào bát to,

quấy đều, sau đó nhồi vào trong bụng giáp ngư, bách hợp khô bày ở trên nhân thịt, cho vào lồng hấp, dùng lửa nhỏ hấp cách thủy trong 1 giờ là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, dưỡng huyết, thanh nhiệt, chống ung thư.
+ Thích hợp dùng cho phụ nữ ung thư cổ tử cung, âm hư hỏa vượng (thường kèm theo sốt nhẹ).

- Cách dùng: Mỗi tuần 2 lần, mỗi lần 1 thang, liên tục trong 3 tuần.

14. Ung thư màng trong tử cung

Canh bạch quả, đông qua

- Nguyên liệu: Bạch quả 10 quả, đông qua 30g, bách hợp khô 15g, hồ tiêu 1g.

- Cách chế biến:

+ Những vị thuốc trên rửa sạch, cùng cho vào nồi.
+ Cho thêm 2.000ml nước, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ tiếp tục đun đến khi bạch quả, bách hợp khô chín như là có thể bắc nồi ra.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, lợi thấp, chỉ đới.
+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư màng trong tử cung, triệu chứng nhìn thấy là đới hạ bất chỉ.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 - 3 lần uống.

15. Ung thư da

Canh sâm kỳ, bạch thuật, bách hợp

- Nguyên liệu: Hoàng kỳ 30g, sâm thái tử 15g, bạch thuật 10g, bách hợp 20g, xích thược 10g, đương quy 12g,

hoa cúc đại 9g, bồ công anh 25g, bạch hoa xà thiệt thảo 30g, nhũ hương 9g, mộc dược 9g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc.

- Công dụng:

+ Ích khí, hoạt huyết, thanh nhiệt, giải độc.

+ Thích hợp dùng cho bệnh ung thư da về chính hư tà thịnh.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 2 lần uống.

Chương tám

BÁCH HỢP CHĂM SÓC SẮC ĐẸP

1. Giảm béo

Bách hợp, liên tâm

- Nguyên liệu: Bách hợp 40g, liên tử tâm 3g, mật ong 10ml.

- Cách chế biến: Bách hợp, liên tử tâm cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp nấu thành cháo, khi cháo chín cho mật ong vào khuấy đều.

- Công dụng:

+ Thanh tâm, an thần.

+ Thích hợp dùng cho bệnh béo phì.

- Cách dùng: Uống hết trong 1 ngày, có thể thường xuyên dùng uống.

Canh bách hợp, ngó sen tươi

- Nguyên liệu: Ngó sen tươi 60g, bách hợp 80g, đường phèn 15g.

- Cách chế biến:

+ Ngó sen rửa sạch; bách hợp rửa sạch, ngó sen tươi cắt lát.

+ Cho ngó sen và bách hợp vào nồi, thêm 1.000ml nước, dùng lửa nhỏ nấu sặc đến khi trong nồi còn lại khoảng 500ml, cho thêm đường phèn vào nấu chảy là dùng được.

- Công dụng:

+ Giảm mỡ, giảm béo, thanh nhiệt, giải đờm, an thần, cầm máu.

+ Dùng cho người béo phì.

- Cách dùng: Dùng làm đồ uống.

Bách hợp hấp thịt thỏ

- Nguyên liệu: Bách hợp 20g, tam thất 15g, thịt thỏ 300g, gia vị, muối tinh, gừng, hành mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp rửa sạch; tam thất cắt thành lát nhỏ; thịt thỏ rửa sạch, thái miếng.

+ 3 nguyên liệu trên cùng cho vào nồi đất, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó dùng lửa nhỏ đun đến khi chín, cho gia vị, muối tinh, gừng, hành mỗi loại lượng thích hợp vào điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Thanh nhiệt, tiêu sưng, tư âm, an thần, bổ trung, ích khí.

+ Thích hợp dùng cho bệnh đái tháo đường, bệnh cao huyết áp, bệnh sưng tim, chứng béo phì đơn thuần.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

Bách hợp nấu đậu phụ

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 25g, đậu phụ bì 3 mảnh, đậu phụ 100g, bột tề thái 50g, củ cải đỏ 100g, muối tinh 3g, gia vị 3g, gừng 5g, hoàng tửu 25ml, bột mì 100g, hành 10g, giấm 12ml, đường trắng 10g, bột lên men 2g, bột đại mễ 60g, dầu thực vật 1.000ml.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô cán bột, cho vào nồi, cho gừng, hành, hoàng tửu vào đun khoảng 15 phút, vớt gừng, hành canh không dùng.

+ Bột mì, bột đại mễ, đường trắng và dầu thực vật, bột lên men cho nước vào hòa thành hồ mì đặc, củ cải đỏ cho vào nồi nước sôi đun chín, giã vỡ; đậu phụ nén phẳng.

+ Cho bột bách hợp vào nồi đun qua, thêm muối tinh, gia vị quấy thành nhân; đậu phụ bì đặt lên bàn cắt thành miếng rộng 12cm, cho nhân vào cuốn lại, dán lên hồ mì đặc, cho vào lồng hấp, hấp 15 phút, lấy ra, cắt thành đoạn dài 4cm.

+ Đặt nồi lên bếp lửa to, cho dầu vào đun nóng, cho bách hợp cuốn vào chiên giòn đến khi có màu vàng, vớt ra, đựng vào đĩa, cho giấm là có thể dùng ăn.

- Công dụng:

+ Trừ thấp, khứ thấp, lợi tiểu, giảm béo.

+ Thích hợp dùng cho chứng béo phì, cao huyết áp.

- Cách dùng: Điều chỉnh lượng mỡ, dùng ăn kèm với cơm.

2. Da mặt khô nẻ

Bách hợp khương chỉ tán

- Nguyên liệu: Bách hợp 10g, gừng khô 10g, bạch chỉ 10g, hoàng linh 10g, dầu vừng lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp, gừng khô, bạch chỉ, hoàng linh sấy khô, nghiền thành bột, hòa vào dầu vừng quấy đều là được.

- Công dụng:
- + Thanh nhiệt, nhuận táo, vinh thần.
- + Thích hợp dùng cho bệnh nứt nẻ miệng, da mặt.
- Cách dùng: Mỗi ngày 1 lần, dùng liên tục 4 - 5 ngày.

3. Da mặt có nhiều mụn

Bách hợp, hạt ý dĩ

- Nguyên liệu: Bách hợp 6g, hạt ý dĩ 30g.
- Cách chế biến: Bách hợp và hạt ý dĩ rửa sạch, cho nước sạch lượng thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi dùng lửa nhỏ nấu trong 1 giờ.
- Công dụng:
- + Thanh nhiệt, lợi thấp, nhuận táo, trừ mụn.
- + Thích hợp dùng cho những người bị mụn ở mặt.
- Cách dùng: Dùng uống lúc bụng đói vào buổi sáng và buổi tối mỗi ngày, cũng có thể cho mật ong vào điều hòa vị.

Canh bách hợp, mật táo, phổi lợn

- Nguyên liệu: Phổi lợn 1 bộ, bách hợp 20g, hạnh nhân 25g, bạch cập 10g, mật táo 6 quả, muối tinh lượng thích hợp.
- Cách chế biến:
- + Phổi lợn dùng nước rửa sạch, vắt khô, thái thành miếng nhỏ.
- + Cho lượng nước thích hợp vào nồi, bỏ phổi lợn, bách hợp, hạnh nhân, bạch cập, mật táo dùng lửa nhỏ nấu khoảng 4 giờ, cho muối tinh vào điều hòa hương vị là được.
- Công dụng:
- + Nhuận phổi, giải nhiệt, tăng da non trắng.

+ Thích hợp dùng cho bệnh mụn màu vàng nhạt, với người âm hư phổi nhiệt rất thích hợp.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, mỗi ngày dùng 1 - 2 lần.

4. Mụn trứng cá

Canh bách hợp, tỳ bà

- Nguyên liệu: Tỳ bà tươi 100g, bách hợp tươi 50g, ngó sen tươi 30g, bột quán chúng, đường trắng, quế hoa mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Ngó sen tươi rửa sạch, cắt lát, cùng bỏ vào nồi với bách hợp, tỳ bà đã rửa sạch, thêm lượng nước thích hợp đun sôi, khi gần chín thì cho lượng bột quán chúng thích hợp hòa thành canh, khi ăn cho đường trắng và quế hoa vào, điều hòa vị là được.

- Công dụng:

+ Tư âm, nhuận phổi, thanh nhiệt, chống ho.

+ Thích hợp dùng hỗ trợ điều trị trứng cá.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

5. Râu tóc vàng khô

Bách hợp bồi tóc

- Nguyên liệu: Bách hợp lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Bách hợp nấu chín, giã nát, đập giũ nơi khô mát.

- Công dụng:

+ Tóc đen, bảo vệ tóc.

+ Thích hợp dùng cho những người tóc khô và vàng.

- Cách dùng: Bôi lên tóc.

6. Tóc đốm bạc

Canh bách hợp, hắc chi ma

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 20g, hắc chi ma 15g, đường trắng 20g.

- Cách chế biến: Hắc chi ma sao thơm, nghiền thành bột nhỏ; bách hợp khô cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó chuyển dùng lửa nhỏ đun chín, cho bột hắc chi ma và đường trắng vào, khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Bổ gan thận, nhuận da, đen tóc, mượt tóc.

+ Thích hợp dùng những người tóc đốm bạc.

- Cách dùng: Ngày 2 lần vào bữa sáng và bữa tối, mỗi lần uống 1 bát.

Cao lá tỳ bà, táo, lê, bách hợp

- Nguyên liệu: Lá tỳ bà 50 lá, đại táo 250g, lê 2 quả, bách hợp khô 120g, mật ong 150ml.

- Cách chế biến:

+ Lá tỳ bà cho vào nồi, thêm 1.000ml nước đun sôi khoảng 1 giờ, lấy nước thuốc, cho thêm 600ml nước đun thêm 30 phút, lọc nước thuốc, loại hết bỏ lông lá tỳ bà, hỗn tạp trong nước thuốc.

+ Lê bỏ vỏ và lõi, cắt miếng, cùng cho vào nồi với đại táo, bách hợp khô, mật ong, đổ nước thuốc vào nấu trong 30 phút là được.

- Công dụng:

+ Nhuận phổi, kiện tỳ, dưỡng da, dưỡng tóc.

+ Thích hợp dùng cho người có tóc bị đốm bạc.

- Cách dùng: Uống tùy ý, uống ấm.

Bách hợp đen tóc

- Nguyên liệu: Bách hợp 500g.
- Cách chế biến: Bách hợp nấu chín, giã nát, dùng bình sứ đựng đậy kín, treo ở nơi thông gió, khô thoáng.
- Công dụng:
 - + Đen tóc, mượt tóc.
 - + Thích hợp dùng cho người bị ốm bạc tóc.
- Cách dùng: Trước khi dùng thì nhổ bỏ hết tóc bạc, bôi thuốc bách hợp lên tóc, dùng thường xuyên trong thời gian dài sẽ thấy rõ hiệu quả.

7. Rụng tóc

Canh gà, đậu đen, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Đậu đen 150g, bách hợp khô 200g, gà mái già 1 con, đại táo 10 quả, gừng 5g, muối tinh lượng thích hợp.
- Cách chế biến:
 - + Đậu đen cho vào trong nồi sắt sao khô đến khi đậu đen nở ra, dùng nước sạch rửa lại, phơi khô; gà mái già giết mổ, bỏ lông, nội tạng và mỡ, rửa sạch; bách hợp khô, đại táo, gừng chia ra rửa sạch.
 - + Đặt nồi lên bếp, cho lượng nước sạch thích hợp, dùng lửa to đun sôi, cho đậu đen, bách hợp khô, gà mái già, đại táo, gừng, đổi dùng lửa vừa tiếp tục đun khoảng 3 giờ, cho lượng thích hợp muối tinh vào điều hòa là được.
- Công dụng:
 - + Dưỡng gan, bổ huyết, râu tóc đen mượt.
 - + Thích hợp dùng cho bệnh rụng tóc.
- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

8. Chống lão hóa

Canh nấm hương, mộc nhĩ đen, bách hợp

- Nguyên liệu: Nấm hương, mộc nhĩ đen, bách hợp mỗi loại 10g, muối tinh, dầu vừng, gia vị, hành, gừng, tỏi mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Nấm hương, mộc nhĩ đen, bách hợp, hải mễ chia ra ngâm, rửa sạch; hương cô, mộc nhĩ đen cắt miếng; hành rửa sạch, thái đoạn; gừng rửa sạch, cắt sợi, tỏi bỏ vỏ, rửa sạch, cắt lát.

+ Cho lượng nước sạch thích hợp vào nồi, cho mộc nhĩ đen, nấm hương, bách hợp vào nấu chín, cho muối tinh, gừng sợi, lát tỏi, gia vị, dầu vừng vào, khuấy đều là được.

- Công dụng:

+ Cường thân, chống lão hóa.

+ Thích hợp dùng cho người dinh dưỡng kém, khí huyết không đủ, cơ thể yếu, thiếu sức, lão hóa sớm.

- Cách dùng: Dùng ăn lượng thích hợp.

Bách hợp, sơn dược

- Nguyên liệu: Bách hợp, sơn dược, liên nhục, hạt ý dĩ, khiếm thực, bạch tật lê mỗi loại 500g (đều giã thành bột nhỏ), bột gạo tẻ, bột gạo nếp mỗi loại 300g, đường cát 500g (số lượng có thể theo tỷ lệ mà tăng hoặc giảm).

- Cách chế biến: Bột thuốc và bột gạo tẻ, bột gạo nếp, đường cát trộn quấy đều, hòa với nước sôi quấy đều thành dạng bột, nặn thành bánh, cho lên lồng hấp, hấp

chín là được (tỷ lệ của gạo tẻ, gạo nếp có thể theo khẩu vị của mỗi người để điều tiết, người bị đái tháo đường không cho đường).

- Công dụng:

+ Kiên tỳ, chống đi ngoài, tăng cảm giác thèm ăn, ích phổi, bổ thận, an thần, ninh tâm.

+ Thích hợp dùng cho người già thể chất suy nhược, ăn không ngon miệng, tỳ hư, đi ngoài.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Trứng cút, bách hợp

- Nguyên liệu: Liên tử 10g, bách hợp 10g, ngân nhĩ 3g, trứng chim cút 3 quả, đường phèn 30g.

- Cách chế biến:

+ Liên tử bỏ vỏ, lõi; bách hợp rửa sạch; ngân nhĩ ngâm mềm, trứng chim cút luộc chín; bóc vỏ.

+ Đặt nồi lên bếp, cho lượng nước sạch thích hợp đun sôi, cho liên tử, bách hợp, ngân nhĩ vào nấu chín nhừ, cho đường phèn vào đun chảy, cho trứng chim cút vào nấu thêm ít phút là được.

- Công dụng:

+ Kiên tỳ, khai vị, ích trí, an thần, bổ não, cường tâm.

+ Chống lão hóa, thích hợp dùng để bồi bổ cho sức khỏe suy nhược.

- Cách dùng: Ăn trứng, uống canh.

Canh đậu phụ, mộc nhĩ

- Nguyên liệu: Đậu phụ 200g, mộc nhĩ đen, liên tử, bách hợp, đậu ván mỗi loại 20g, la bặc tử (bỏ vỏ), khoai tây (bỏ vỏ), đại táo 10 quả, kê đàn thanh 2 cái, dầu

các nguyên liệu đều chín nhừ, bỏ đường trắng vào điều hòa khẩu vị.

- Công dụng:

+ Phù chính, trừ tà, tư âm, sinh nước bọt.

+ Thích hợp dùng cho các chứng bệnh như: âm hư dương mạnh, nước bọt không đủ, chính khí suy nhược.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa điểm tâm.

Cháo lạp tử, bách hợp, khoai lang

- Nguyên liệu: Lạp tử 100g, liên tử, bách hợp mỗi loại 30g, khoai lang 150g, tiểu mễ 50g, đường phèn, mật ong mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Lạp tử dùng dao cắt nhỏ, cho vào nước ấm ngâm, bỏ vỏ bì, rửa sạch, tiếp tục cắt thành miếng nhỏ; bách hợp ngâm mềm; khoai lang rửa sạch, bỏ vỏ, cắt miếng; tiểu mễ vo sạch, đường phèn giã vỡ.

+ Lạp tử, bách hợp, liên tử, khoai lang, tiểu mễ cùng cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp, dùng lửa to đun sôi, sau đó đổi dùng lửa nhỏ nấu chín, cho đường phèn, mật ong vào hòa đều là được.

- Công dụng:

+ Kiện tỳ, hà vị, nhuận trạch ngũ tạng.

+ Có tác dụng cường thân tráng thể, ích thọ, chống lão hóa.

- Cách dùng: Dùng ăn vào bữa tối, mỗi ngày 1 thang, có thể dùng thường xuyên.

Canh mộc nhĩ, bách hợp

- Nguyên liệu: Bách hợp 20g, mộc nhĩ đen, hương cô mỗi loại 15g, muối tinh, gia vị, dầu vừng mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Hương cô, mộc nhĩ đen chia ra ngâm rửa sạch; thái sợi nhỏ; bách hợp ngâm mềm.

+ Cho lượng nước thích hợp vào nồi, cho hương cô, mộc nhĩ đen, bách hợp vào, dùng lửa to đun sôi, chuyển dùng lửa nhỏ đun 5 phút, cho vào muối tinh, gia vị, tưới dầu vừng lên là được.

- Công dụng:

+ Phòng bệnh, trừ tà, ích thọ, chống lão hóa.

+ Thích hợp dùng cho triệu chứng bệnh như chính khí không đủ, thể chất cơ thể suy nhược, sức đề kháng yếu.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm.

9. Giảm thị lực

Bách hợp, sơn dược

- Nguyên liệu: Sơn dược 500g, đường trắng 200g, bột mì chín 100g, bách hợp khô chín, quế viên nhục mỗi loại 25g, mỡ lợn mật ong mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến: Sơn dược nghiền thành bột, nặn thành hình bánh tròn với đường trắng, bột mì chín, bách hợp khô, quế viên nhục rắc lên bề mặt, hầm 15 phút là được.

- Công dụng:

+ Ích gan, sáng mắt.

+ Thích hợp dùng cho người bị giảm thị lực.

- Cách dùng: Mỗi ngày chia ăn lượng thích hợp, trước khi ăn đem bánh hấp chín, dùng thêm mỡ lợn chín, mật ong nóng rưới lên bánh là được.

Canh gan trâu, bách hợp khô

- Nguyên liệu: Bách hợp khô 50g, cầu kỷ tử, tang thâm mỗi loại 12g, tim trâu 150g, trứng gà 1 quả, hoàng tửu, gừng, hành, muối tinh, xì dầu, bột quán chúng, đường trắng, dầu thực vật, gia vị mỗi loại lượng thích hợp.

- Cách chế biến:

+ Bách hợp khô ngâm rửa sạch, nấu chín; cầu kỷ tử, tang thâm bỏ tạp chất, rửa sạch; gan trâu rửa sạch, thái thành lát mỏng dài 5cm, rộng 3cm; gừng rửa sạch, bỏ vỏ, cắt lát; hành tước sạch, rửa sạch, thái đoạn.

+ Gan bò cho vào nồi, cho bột quán chúng, xì dầu, hoàng tửu, đường trắng, muối tinh, đập trứng gà vào, quấy đều để trong ít phút.

+ Đặt nồi lên bếp lửa to đun nóng, cho vào dầu thực vật đun nóng, 6 phần, cho gừng, hành vào phi thơm, thêm vào 300ml nước sạch đun sôi, cho bách hợp khô, cầu kỷ tử, tang thâm, gan trâu vào đun 10 phút, dùng gia vị điều hòa là được.

- Công dụng:

+ Bình gan, bổ thận, ích tinh thêm tủy.

+ Thích hợp dùng cho người thị lực suy giảm.

- Cách dùng: Dùng ăn kèm với cơm, ăn gan trâu, bách hợp khô, tang thâm, cầu kỷ tử, uống canh, mỗi ngày 1 lần.

Canh địa hoàng, bách hợp, đơn bì

- Nguyên liệu: Sinh địa, thực địa mỗi loại 10 - 12g, bách hợp, đơn bì, phục linh, trạch tả, nữ trình tử

mỗi loại dùng 12g, sơn thù du, câu kỷ tử, trí mẫu mỗi loại 10g.

- Cách chế biến: Những vị thuốc trên cho vào nồi, thêm lượng nước thích hợp sắc lấy nước thuốc là có thể dùng được.

- Công dụng:

+ Tư dưỡng gan thận.

+ Thích hợp dùng cho người bị suy giảm thị lực.

- Cách dùng: Mỗi ngày 1 thang, chia 3 lần uống.

MỤC LỤC

<i>Lời nói đầu</i>	5
1. Đặc tính sinh vật học của Bách hợp	7
2. Kỹ thuật nuôi trồng Bách hợp	8
3. Kiến thức Đông y về Bách hợp	11

Chương một

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NỘI KHOA

1. Nhiễm khuẩn đường hô hấp trên	13
2. Bệnh viêm đường khí quản mạn tính	14
3. Bệnh khí quản mở rộng	37
4. Bệnh khí quản thở khò khè	41
5. Viêm phổi	44
6. Lao phổi	47
7. Phổi sưng có mủ	54
8. Phổi sưng tắc mạn tính	55
9. Tiêu hóa kém	56
10. Loét đường tiêu hóa	73
11. Viêm dạ dày cấp tính	77
12. Viêm dạ dày mạn tính	79
13. Viêm thực quản trào ngược	85
14. Tịen bí	87
15. Viêm gan virus cấp tính	89
16. Viêm gan virus mạn tính	93
17. Xơ gan	97

18.	Gan nhiễm mỡ	99
19.	Cao huyết áp	101

Chương hai

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NHI KHOA

1.	Ho lâu ngày	105
2.	Bệnh lao phổi ở trẻ em	107
3.	Viêm tủy sống ở trẻ em	108
4.	Bệnh sởi ở trẻ em	109
5.	Bệnh thủy đậu	110
6.	Sốt phát ban	110
7.	Sốt vào mùa hè ở trẻ em	110
8.	Viêm khí quản ở trẻ em	112
9.	Viêm phổi ở trẻ em	115

Chương ba

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH PHỤ KHOA

1.	Các triệu chứng trước chu kỳ kinh nguyệt	117
2.	Kinh nguyệt quá ít	118
3.	Tắc kinh	118
4.	Ngủ không ngon giấc trong kỳ kinh nguyệt	119
5.	Nôn mửa trong kỳ kinh nguyệt	123
6.	Tiêu chảy trong kỳ kinh nguyệt	124
7.	Đau bụng khi mang thai	125
8.	Các triệu chứng hậu sản	125
9.	Viêm đường tiết niệu khi mang thai	129
10.	Chứng tiện bí khi mang thai	129
11.	Ho khi mang thai	130
12.	Thai nhi phát triển chậm	131

13.	Tử cung phục hồi không trọn vẹn sau khi sinh	132
14.	Chứng co giật sau khi sinh	133
15.	Choáng ngất sau khi sinh	134
16.	Chứng đau đầu sau khi sinh	135
17.	Khó thở sau khi sinh	135
18.	Ống dẫn niệu bất thường sau khi sinh	136
19.	Đi ngoài sau khi sinh	137
20.	Ngủ không ngon giấc sau khi sinh	137

Chương bốn

BÁCH HỢP CHỮA CÁC BỆNH CỦA NAM GIỚI

1.	Tinh trùng yếu	139
2.	Chứng thiếu tinh	140
3.	Chứng huyết tinh	141
4.	Chứng tinh dịch bất thường	141
5.	Chứng tinh dịch suy giảm	142
6.	Ống dẫn tinh ngắn, nhỏ	143
7.	Viêm tinh hoàn	144
8.	Viêm tuyến tiền liệt mạn tính	144

Chương năm

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH NGOẠI KHOA

1.	Sưng tuyến giáp trạng	146
2.	Bệnh trĩ	146
3.	Viêm tủy xương	147
4.	Viêm đại động mạch đa phát	147
5.	Khí huyết không lưu thông	148
6.	Chứng loãng xương	148

Chương sáu

BÁCH HỢP CHỮA BỆNH TAI, MẮT, MŨI, HỌNG

1.	Viêm tắc mũi	152
2.	Chảy máu cam	153
3.	Viêm màng bồ đào	154
4.	Viêm họng mạn tính	155
5.	Ho nhiều	156
6.	Viêm họng mạn tính	158
7.	Hôi miệng	158
8.	Loét miệng	159

Chương bảy

BÁCH HỢP PHÒNG CHỐNG UNG THƯ

1.	Ung thư họng	161
2.	Ung thư khoang mũi	162
3.	Ung thư phổi	166
4.	Ung thư tuyến vú	174
5.	Ung thư thực quản	176
6.	Ung thư dạ dày	177
7.	Ung thư gan nguyên phát	178
8.	Ung thư tuyến tụy	178
9.	Ung thư đại tràng	179
10.	Ung thư thận	180
11.	Ung thư bàng quang	181
12.	Bệnh máu trắng	182
13.	Ung thư cổ tử cung	184
14.	Ung thư màng trong tử cung	185
15.	Ung thư da	185

Chương tám

BÁCH HỢP CHĂM SÓC SẮC ĐẸP

1.	Giảm béo	187
2.	Da mặt khô nẻ	189
3.	Da mặt có nhiều mụn	190
4.	Mụn trứng cá	191
5.	Râu tóc vàng khô	191
6.	Tóc đổi bạc	192
7.	Rụng tóc	193
8.	Chống lão hóa	194
9.	Giảm thị lực	199

NHÀ XUẤT BẢN THỜI ĐẠI
Nhà B15, Mỹ Đình 1 - Từ Liêm - Hà Nội
ĐT: 04.62872630

* * *

BÁCH HỢP TRỊ BÁCH BỆNH
HÀ SƠN

* * *

Chịu trách nhiệm xuất bản:
BÙI VIỆT BẮC

Biên tập: NGUYỄN THẮNG
Vẽ bìa: NGUYỄN THẨM
Trình bày: SACHONLINE.COM.VN
Kỹ thuật vi tính: HASONBOOK
Sửa bản in: HÀ SƠN

* * *

In 1.500 cuốn khổ 13,5x20,5cm tại Xưởng SX – TH In
Trường Cao đẳng Công nghiệp In.
Số đăng ký KHXB: 186-2010/CXB/09/05-03/TĐ cấp ngày 25/2/2010
In xong và nộp lưu chiểu Quý II năm 2010.

