CK.0000067793

THANH HÀ
(Sưu tầm & Biên soạn)

Hiệu đính:
Lương y Lê Hồng Quang

TỦ SÁCH
Sức khoẻ Gia đình

CÂY HOA TRỊ BỆNH



GUYÊN
C LIỆU

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ

Biên mục trên xuất bản phẩm của Thư viện Quốc gia Việt Nam

Thanh Hà

Cây hoa trị bệnh / Thanh Hà s.t., b.s. ; Lê Hồng Quang h.đ. - H. : Phụ nữ ; Công ty Văn hoá Phương Bắc, 2013. - 187tr. : ảnh ; 21cm. - (Tủ sách Sức khoẻ gia đình)

ISBN 9786045617632

1. Cây hoa 2. Bài thuốc

615.8 - dc14

PNF0002p-CIP

THANH HÀ
(Sưu tầm & Biên soạn)
Hiệu đính: **Lương y LÊ HỒNG QUANG**

Sức khoẻ Gia đình

CÂY HOA TRỊ BỆNH



NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ

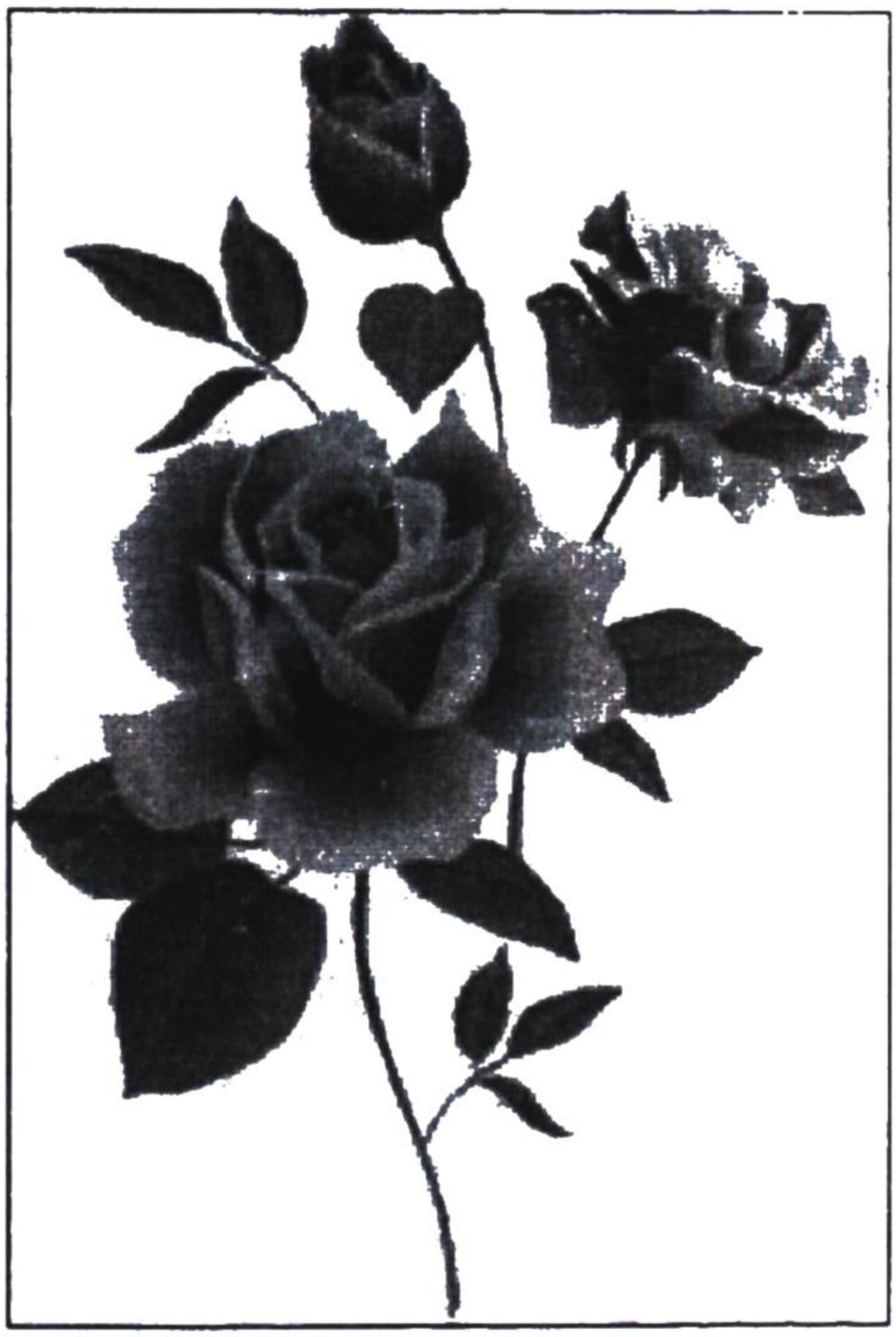
Lời nói đầu

Thế giới của các loài hoa muôn hình, muôn vẻ. Hoa có tác dụng làm đẹp cho cuộc sống, nhưng ít ai biết rằng hoa còn có giá trị chữa bệnh rất cao. Hơn nữa, những vị thuốc từ hoa rất dễ kiếm, dễ áp dụng, ít gây tác dụng phụ nên được dân gian rất tin dùng. Ngày nay, giá trị dược liệu của các loài hoa cũng đã được y học hiện đại chứng minh.

Để giúp bạn đọc hiểu rõ hơn, chúng tôi đã tổng hợp và biên soạn cuốn "**Cây hoa trị bệnh**".

Những bài thuốc của các loài hoa được liệt kê trong cuốn sách này có thể chữa được rất nhiều chứng bệnh, từ những chứng bệnh nhẹ như nhiệt miệng, khô miệng, chảy máu chân răng, đau lưng, mỏi gối đến những chứng bệnh nặng như cao huyết áp, tim mạch, ung thư, những bài thuốc phối hợp các loài hoa có thể đẩy lùi hoặc hỗ trợ điều trị một cách tốt nhất. Tuy nhiên, cần căn cứ vào thể trạng của mỗi người để có sự lựa chọn phù hợp.

Cây Hoa Hồng



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa hồng được tôn làm sứ giả của tình yêu nhờ vẻ đẹp thanh tú của nó. Hoa hồng có nhiều cánh, nhiều màu sắc như trắng, hồng, đỏ, vàng, hương thơm dịu và kín đáo.

Các bác sĩ thời cổ đại thường sử dụng nước chiết xuất từ hoa hồng để điều trị rối loạn dây thần kinh, xông hương cho những bệnh nhân mắc bệnh ung thư phổi, điều trị bệnh tim và thận. Y học hiện đại ngày nay đã phát hiện thêm vô số tác dụng kỳ diệu của loại hoa này.

Cánh của hoa hồng có chứa vtamin C, carotene, các loại vitamin nhóm B và vitamin K - chất cần thiết để điều trị bệnh ho ra máu (bệnh khái huyết).

Trong cánh hoa hồng có chứa canxi nên giúp cơ thể trao đổi chất tốt và giúp tiêu hoá các loại thức ăn. Kali trong cánh hoa hồng cũng có vai trò quan trọng cho hoạt động của tim, chất đồng giúp chống lại bệnh ho ra máu và cải thiện các tuyến nội tiết. Chất Iod tốt cho tuyến giáp cũng được phát hiện có trong cánh hoa hồng.

Người ta cho rằng, thu hoạch những cánh hoa hồng nở rộ vào buổi sớm tinh mơ khi không khí còn trong lành và ẩm, đặc biệt là những sáng có mưa nhiều và sương mù, có khả năng chữa bệnh rất tốt.

Sau khi ngắt những cánh hoa này, mang đi sao hoặc sấy khô hay sử dụng để điều trị bệnh luôn chứ

không được rửa vì khi rửa bằng nước, nó sẽ làm mất hết những thành phần chữa bệnh của cánh hoa. Cánh hoa hồng cũng có thể sắc lấy nước hoặc lấy tinh dầu để trị bệnh.

Các nhà nghiên cứu cho biết, hoa hồng là một loại dược phẩm hoàn hảo để chống lại các bệnh ở da. Cánh hoa hồng tươi còn có khả năng hạn chế mưng mủ vết thương và vết bỏng. Chúng cũng có thể làm dịu những vết ngứa do dị ứng gây ra.

Tinh dầu của hoa hồng là thành phần cơ bản của dược phẩm tự nhiên kỳ diệu, có tác dụng kích thích và cân bằng hệ miễn dịch cũng như hệ thần kinh.

Tinh dầu hoa hồng giúp cải thiện hoạt động của các tuyến nội tiết, loại bỏ rối loạn của các cơ quan và phục hồi các tế bào.

Ngoài ra nó cũng rất tốt cho đường tiêu hoá nhờ khả năng làm lành các màng nhầy bị tổn thương, chống lại các vi khuẩn và giúp lên men số men thiếu hụt ở trong ruột và dạ dày.

Trà chế biến từ cánh hoa hồng (khoảng một muỗng cánh hoa hồng phơi khô cho mỗi cốc nước) có khả năng chống cảm lạnh, viêm họng, viêm phế quản và chứng loạn thần kinh chức năng.

Đây cũng là loại nước uống nhiều vitamin. Mứt làm từ cánh hoa hồng là đơn thuốc tự nhiên tuyệt vời, đặc biệt là vào thời tiết lạnh.

Bột của cánh hoa hồng phơi khô trộn với mật ong là một phương thuốc hiệu nghiệm để chống lại bệnh viêm miệng, viêm lợi.

Đau đầu, ốm yếu và suy nhược cơ thể có thể điều trị bằng xông hương và tinh dầu của hoa hồng. Cách này cũng có tác dụng với những người có hệ miễn dịch yếu, dễ bị loạn dây thần kinh chức năng và thể lực kém. Tinh dầu hoa hồng cũng có thể làm khoẻ mạnh các cơ tim và đó là điều lý giải vì sao các bác sĩ thường sử dụng liệu pháp xông hương hoa hồng để điều trị bệnh.

Tắm bằng nước hoa hồng là một liệu pháp hoàn hảo chống lại các bệnh ở thần kinh, làm sạch da, làm dịu những lo lắng và mang lại sự thư thái, sảng khoái cho con người.

Bạn có thể dùng hoa hồng để chữa hôi miệng, ho, chán ăn. Chứng kinh nguyệt không đều cũng có thể khắc phục bằng hoa hồng.

Hoa hồng chứa tinh dầu có tác dụng kích thích, điều hòa hệ thần kinh, gia tăng hoạt động tuyến nội tiết, tái tạo tế bào cho con người. Trong Đông y, hoa hồng dùng để chữa trị một số bệnh khá hiệu nghiệm.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho trẻ em:

- Lấy cánh hoa hồng trắng tươi trộn với nước quất và 1/2 thìa nhỏ mật ong đem chưng cách thuỷ cho trẻ uống.

* Chữa ho ra máu:

- Dùng cánh hoa hồng sắc cùng với các loại lá nhọ nồi, lá huyết dụ đã sao đen.

* Chữa hôi miệng:

- Hoa hồng 5g, hãm nước sôi để nguội ngậm, súc, rồi nhổ. Hoặc rửa sạch hoa hồng 5g nhai ngậm rồi nhổ.

* Chữa viêm sưng tuyến vú:

- Hoa hồng 7 bông, đinh hương 7 nụ, cho cả hai vào nồi cùng một lượng rượu vừa đủ. Nấu lên rồi uống nước, bỏ cái. Uống lúc no.

- Hoặc: Hoa hồng 30 bông (bỏ nhuỵ, cuống) phơi trong bóng râm, cho vào một lượng rượu vừa đủ, nấu sôi chắt lấy nước uống hơi nóng, uống lúc no. Dùng sớm sẽ có công hiệu rõ hơn.

* Chữa chán ăn:

- Lấy một nắm to cánh hoa hồng đỏ, một nắm hoa cúc khô ngâm vào 2 lít nước sôi trong 25 phút rồi đem lọc lấy nước pha đường vừa đủ làm nước uống hoặc chế thành xirô đựng trong chai để chỗ râm mát, uống dần. Chú ý dùng hoa hồng đỏ tốt hơn hồng trắng.

* Chữa kinh nguyệt không đều:

- Hoa hồng 5g, hoa quế 3g, rượu 50ml. Chưng cách thuỷ hay hấp cơm, để nguội uống.

- Cánh hoa hồng 6 - 7g. Hãm nước sôi uống thay trà.

- Hoặc: Hoa hồng tươi 30 bông (bỏ nhuỵ, cuống), đường phèn 500g. Cho vào 1 lít nước sắc 3 lần (như sắc thuốc) rồi dồn 3 nước lại còn 500ml cho đường phèn khuấy cho tan đều, cô thành cao, để nguội cho vào bình đậy kín, bảo quản cẩn thận dùng dần. Mỗi lần dùng 2 - 3 thìa canh. Ngày 3 lần với nước ấm.

* Chữa rong kinh, băng huyết:

Ngâm 20 cánh hoa hồng trong 1 lít nước sôi trong 30 phút. Khi nước ngả màu đỏ thì cho thêm 50g đường, làm nước uống. Mỗi lần 200ml.

* Chữa mụn nhọt chưa vỡ:

- Lấy hoa hồng tươi và hoa đại giã nát đắp lên.

* Chữa cảm lạnh, viêm họng, viêm phế quản:

- Lấy cánh hoa hồng khô hãm như hãm trà để uống.

* Giảm viêm:

Hoa hồng phơi khô tán thành bột trộn với mật ong rồi bôi vào chỗ lợi bị viêm có tác dụng giảm viêm rất tốt.

* Giảm căng thẳng:

- Tinh dầu hoa hồng dùng để xông hơi cho cảm giác sạch da, thư giãn, giảm căng thẳng.

* Chữa chứng đau đầu:

- Tinh dầu hoa hồng kết hợp với tinh dầu đinh hương hòa vào cốc nước rồi xông hơi giảm đau đầu và làm cho thần kinh tỉnh táo.

Món ăn, nước uống từ hoa hồng

➢ Chè bột lọc bọc mứt hoa hồng

** Nguyên liệu:*

- Bột lọc 350g
- Đường đỏ 100g
- Mứt hoa hồng 50g
- Trà atisô túi lọc 1 gói
- Một vài quả sơri trang trí

** Cách làm:*

- Khâu quan trọng nhất của món ăn này nằm ở công đoạn nhào bột, bột đổ vào tô, dùng đũa chia làm hai phần, đun nước thật sôi đổ ướt 1 phần bột sau đó dùng đũa đảo trộn đều hai phần bột lại, chờ nguội một chút nhồi đều tay đến khi bột mịn dai màu trắng sữa là đạt yêu cầu.

- Tiếp đến, vắt bột thành từng viên tròn nhỏ, mứt hoa hồng xé sợi nhỏ, cán dẹt bột cho mứt hoa hồng vào, lưu ý đừng dùng lượng bột nhiều quá sẽ khiến viên chè bị cứng ăn không ngon đồng thời làm mất đi vị ngon giòn của mứt hoa hồng.

- Nấu một nồi nước sôi, thả từng viên bột đã nặn bọc nhân vào luộc đến khi nhìn viên bột có một

lớp màng trong bên ngoài nổi lơ lửng trong nước thì vớt ra rửa qua với nước lạnh có thêm vài viên đá nhỏ, đến khi bột đã nguội vớt ra để ráo.

- Cho một lượng nước khoảng 0,5 lít, một gói trà atiso túi lọc với lượng đường như trên, vừa nấu vừa đảo cho tan đều, sau đó cho viên bột đã chuẩn bị bên trên vào, nấu lửa nhỏ thêm 10 phút là có thể ăn được.

* Công dụng: có tác dụng chữa ho, hoạt huyết.

➢ Tim lợn nhúng nước sắc hoa hồng nướng

* *Nguyên liệu:*

- Hoa hồng tươi 50g (nếu khô dùng 15g)
- Tim lợn (hoặc thịt dê) 500g
- Muối tinh, gia vị, nước, vừa đủ.

* *Cách làm:*

- Cho hoa hồng và muối tinh vào nồi, đổ nước sắc trong 10 phút, để nguội.

- Tim lợn (hoặc thịt dê) rửa sạch, thái miếng, để ráo nước rồi nhúng vào nước hoa hồng nhiều lần, vừa nhúng vừa nướng trên bếp than hoặc lò nướng cho đến khi chín là được, ăn nóng.

* Công dụng: Chữa mất ngủ.

➢ Xirô hoa hồng

** Nguyên liệu:*

- Đường 200g
- Nước 80ml
- Cánh hoa hồng 100g
- Nửa quả chanh (vắt lấy nước).

** Cách làm:*

- Cho tất cả cánh hoa hồng, nước, nước chanh và đường vào nồi đun sôi. (Nước chanh có tác dụng làm cho xirô không bị lại đường).

- Khuấy đều một chút cho đường tan.

- Đun trong khoảng 30 phút hoặc có thể lâu hơn nếu muốn xirô có dạng hơi sánh.

- Lọc bỏ cánh hoa hồng. Nhưng bước này không bắt buộc, có thể để lẫn cả cánh ăn cũng được.

- Dùng xirô hoa hồng để pha trà hoặc nước, làm các món kem, bánh và thạch... Để trong lọ kín đã được khử trùng để bảo quản được lâu.

* Công dụng: Chữa ho, hoạt huyết, giảm căng thẳng thần kinh, suy nhược và mất ngủ.

➢ Trà hoa hồng, mật ong

** Nguyên liệu:*

Trà hoa hồng búp khô 1 thìa cà phê

Mật ong 1 thìa cà phê

Nước sôi 200ml.

** Cách làm:*

- Cho trà hoa hồng vào bình, rót ít nước nóng vào, lắc nhẹ, bỏ nước thứ nhất để loại bớt bụi bẩn. Bạn không nên để nước trong bình lâu quá vì sẽ làm mất hương hoa hồng.

- Cho 200ml nước sôi vào hãm trà khoảng 5 - 7 phút.

- Thêm ít mật ong, khuấy đều. Tùy khẩu vị, bạn gia giảm lượng mật ong cho thích hợp.

- Dùng nóng. Nếu muốn dùng lạnh, bạn ướp trà trong ngăn mát, không nên cho đá trực tiếp vào, trà sẽ bị nhạt, không còn đậm đà và ngon nữa.

* Công dụng: Hương hoa hồng thoang thoảng giúp tinh thần thư thái hơn, giảm căng thẳng.

Cây Hoa Hòe



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa hòe là một trong những vị thuốc quý và thông dụng ở nước ta, nhưng công dụng và cách dùng hoa hòe để chữa bệnh ra sao thì không phải ai cũng tường tận.

Theo dược học cổ truyền, hoa hòe vị đắng, tính hơi lạnh, có công dụng thanh nhiệt, lương huyết và chỉ huyết, thường được dùng để chữa các chứng bệnh như tràng phong tiện huyết (đại tiện ra máu), trĩ huyết (trĩ chảy máu), niệu huyết (tiểu tiện ra máu), huyết lâm (đái ra máu kèm theo cảm giác buốt rắt, bụng dưới trướng đau), băng lậu (băng huyết, băng kinh, rong huyết, rong kinh), nục huyết (chảy máu mũi hoặc chảy máu ở mắt, ở tai...), xích bạch lỵ (kiết lỵ phân ra màu trắng đỏ xen lẫn nhau), mụn nhọt, viêm loét... và dự phòng trúng phong.

Nghiên cứu dược học hiện đại cho thấy: Hoa hòe có các tác dụng nâng cao sức bền thành mạch, cầm máu; kháng khuẩn và chống viêm, chống co thắt cơ trơn ở đường ruột và phế quản; hưng phấn nhẹ và tăng cường sức co bóp cơ tim, hạ huyết áp, hạ mỡ máu và làm chậm quá trình xơ vữa động mạch; lợi niệu, chống phóng xạ, bình suyễn và chống viêm loét.

Hoa hòe có thể kết hợp với hạ khô thảo, xuyên khung, địa long, cúc hoa, câu đằng chữa cao huyết áp; kết hợp với trắc bá diệp, chỉ xác chữa đại tiện ra máu; kết hợp với bách thảo sương, mẫu lệ nung chữa băng huyết, khí hư; kết hợp với hoa kim ngân chữa viêm loét, mụn nhọt...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

Hoa hòe được dùng kết hợp với một số vị thuốc khác để chữa các chứng bệnh:

* Chữa cao huyết áp, bệnh mạch máu

- Hoa hòe, tang ký sinh mỗi thứ 25g, hạ khô thảo, cúc hoa, thảo quyết minh mỗi thứ 20g; xuyên khung, địa long mỗi thứ 15g, sắc uống.

+ Cao huyết áp kèm mất ngủ, thêm toan táo nhân sao 15g, dạ giao đằng 25g.

+ Cao huyết áp kèm đau ngực thêm đan sâm 20g, qua lâu nhân 25g. Có cơn đau thắt ngực thêm huyền hồ sách 12g, phật thủ 20g, bột tam thất 7,5g.

Hoặc thêm đảng sâm, hà thủ ô mỗi thứ 30g.

+ Di chứng tai biến mạch não thêm ngưu bàng tử 25g, câu đằng 30g.

+ Xơ vữa động mạch thêm trạch tả 20g. Hoa hòe, sung uý tử mỗi thứ 15g, cát căn 30g, sắc uống.

+ Tê tay chân thêm sơn tra 30g, địa long 10g. Tiểu đêm nhiều lần thêm sơn thù 10g, nhục thung dung 15g.

- Hoa hòe, hy thiêm thảo, mỗi thứ 20 - 40g. Sắc uống.

* Chữa đại tiện ra máu:

- Hoa hòe, trắc bá diệp, kinh giới tuệ và chỉ xác lượng bằng nhau, sấy khô, tán bột, mỗi lần uống 6g với nước cơm.

- Hoa hòe sống và hoa hoè sao đen mỗi thứ 15g, chi tử 30g tán bột, uống mỗi lần 6g.

- Hoa hòe 60g, địa du, thương truật mỗi thứ 45g, cam thảo 30g, sao thơm sấy khô, tán bột, uống mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 6g.

- Hoa hòe, chỉ xác, các vị bằng nhau sao tồn tính tán bột, lần uống 8g với nước.

- Hoa hòe, quả hòe, hoạt thạch mỗi thứ 15g, sinh địa, hoa kim ngân, đương quy mỗi thứ 12g, hoàng cầm, hoàng liên, hoàng bá mỗi thứ 10g, thăng ma, sài hồ, chỉ xác mỗi thứ 6g, cam thảo 3g, sắc uống.

- Hoa hòe nửa sống nửa sao đen 40g, sơn chi tử 20g, tán bột uống mỗi lần 8g với nước.

Nếu chảy máu nhiều, thêm kinh giới tuệ 10g, địa du, trắc bá diệp sao đen mỗi thứ 1g.

Thể trạng hư yếu thêm đảng sâm, hoàng kỳ, hoài sơn mỗi thứ 15g. Thiếu máu nhiều thêm hoàng kỳ 15g, thục địa 12g.

* Chữa tiểu tiện ra máu:

- Hoa hòe sao đen, uất kim mỗi thứ 30g, tán bột, uống mỗi lần 6g.

* Chữa rong kinh, băng huyết, khí hư:

- Hoa hòe lâu năm 30g, bách thảo sương 15g, tán bột, uống mỗi lần 9 - 12g với rượu ấm để chữa băng huyết, rong kinh.

- Hoa hòe sao, mẫu lệ nung lượng bằng nhau, tán bột, uống mỗi lần 9g với rượu ấm để chữa bạch đới (khí hư màu trắng).

* Chữa chảy máu mũi:

- Hoa hòe và ô tặc cốt lượng bằng nhau, nửa sống nửa sao, tán bột, mỗi lần lấy một ít thổi vào lỗ mũi.

* Chữa viêm loét:

- Hoa hòe, hoa kim ngân mỗi thứ 15g, sắc với 2 bát nước rồi thêm 1 chén rượu uống cho ra mồ hôi. Với tổn thương viêm loét về mùa hạ, có thể dùng hoa hòe 60g sắc đặc rồi dùng bông thấm dịch thuốc bôi lên nơi bị bệnh nhiều lần trong ngày.

Lưu ý: Hoa hòe tính hơi lạnh nên những người tỳ vị hư hàn (hay đau bụng do lạnh, thích chườm nóng, ăn kém, chậm tiêu, đại tiện thường xuyên lỏng nát) không được dùng vị thuốc này, nếu cần dùng thì phải phối hợp với các dược liệu có tính ấm nóng.

* Chữa kiết lỵ:

- Hoa hòe sao 9g, bạch thược sao 9g, chỉ xác 3g, cam thảo 1,5g, sắc uống.

* Chữa lao hạch cổ:

- Hoa hòe 2 phần, gạo nếp 1 phần, sao vàng, tán bột, mỗi sáng sớm uống 10g khi bụng còn đói, chú ý khi dùng thuốc không được ăn đường.

* Chữa bệnh ngoài da:

- Hoa hòe sống 30g, thổ phục linh 30g, cam thảo 9g, sắc hoặc hãm uống thay trà hàng ngày.

* Chữa viêm tuyến vú cấp tính:

- Hoa hòe sao vàng, tán bột, mỗi ngày uống 15g với rượu vàng pha loãng nửa rượu nửa nước.

* Chữa chảy máu không cầm:

- Hoa hòe, ô tặc cốt, lượng bằng nhau, để nửa sống nửa sao, tán bột thổi vào.

- Hoa hòe đốt tồn tính, bỏ một tí xạ hương vào, trộn đều. Mỗi lần dùng 12g uống với nước gạo nếp.

* Chữa ho ra máu, khạc ra máu:

- Hoa hòe sao, tán bột. Mỗi lần uống 12g với nước gạo nếp, cúi ngửa một lát thì đỡ.

* Chữa sốt cao đột ngột tiểu ra máu:

- Ruột lợn sống 1 cái rửa sạch phơi khô, lấy hoa hòe sao tán bột bỏ đầy vào trong ruột lợn, lấy giấm gạo ngâm trong hũ sành nấu chín, làm viên bằng

hạt đậu lớn phơi nắng, mỗi lần uống 1 viên lúc đói với rượu ngâm đương quy. Ngày uống 5 đến 6 lần

* Chữa lỵ ra máu, trĩ ra máu:

- Hoa hòe sao, tán bột, mỗi lần uống 12g với rượu, ngày uống 3 lần hoặc dùng vỏ trắng của cây hoa hòe sắc uống.

* Chữa trúng phong mất tiếng:

- Hoa hòe sao vàng, sau canh ba nằm ngửa nhai nuốt.

* Chữa u nhọt ở lưng (phát bối), nhiệt độc ở trong người, hoa mắt, đầu váng, miệng khô, lưỡi đắng, hồi hộp, lưng nóng, tay chân tê, có sưng ở sau lưng:

- Hoa hòe một mớ, sao cho thành màu nâu đen, ngâm với một bát rượu con, lúc rượu còn đang nóng thì uống, nếu chưa đỡ, uống tiếp, sau khi uống thì nhọt sẽ nhúm mủ lại.

* Chữa độc nhọt lở sưng tấy, tất cả các loại u nhọt, chẳng kể là có mủ hay chưa, nhưng có tấy sưng nóng đau:

- Hoa hòe sao qua, hạch đào nhân đều 80g, giấm 1 bát sắc uống. Nếu chưa đỡ thì uống 2 - 3 lần, đã vỡ mủ thì uống 1 - 2 lần sẽ thấy hiệu quả.

* Chữa phát bối tán huyết:

- Hoa hòe, bột đậu xanh, mỗi thứ 40g sao như màu ngà voi, tán bột, dùng 40g tế trà sắc còn 1 bát,

để ngoài sương một đêm, lấy 12g phết vào nhọt, chừa lỗ cho ra mủ.

* Chữa băng huyết, hạ huyết:

- Hoa hòe 40g, tông lư thán (cây cọ đốt tồn tính thành than) 8g, muối một ít, sắc với 3 bát nước còn nửa bát, uống.

* Chữa bạch đới không dứt:

- Hoa hòe (sao), mẫu lệ nung, các vị bằng nhau tán bột. Mỗi lần uống 12g với rượu.

* Chữa độc dương mai và độc do dương minh tích nhiệt gây ra:

- Dùng hoa hòe 4 lượng sao qua bỏ vào 2 bát rượu sắc uống nóng, người bị hư hàn cấm dùng.

* Chữa trường phong hạ huyết:

- Hoa hòe, trắc bá (đốt cháy), chỉ xác mỗi loại 12g, kinh giới 8g. Tán bột uống với nước.

Món ăn - bài thuốc

➢ Canh thịt gà, hoa hòe

** Nguyên liệu:*

- Hoa hòe tươi 250g
- Thịt gà 150g
- Cà chua 25g
- Tỏi 25g
- Lòng trắng trứng gà 1 quả

- Bột mỳ, rau mùi, dầu thực vật
- Gia vị vừa đủ.

** Cách làm:*

- Hoa hòe rửa sạch, chần qua nước sôi, để ráo nước; thịt gà loại bỏ gân thái chỉ rồi đem ướp với gia vị, lòng trắng trứng và bột mỳ. Rau thơm thái nhỏ, cà chua thái chỉ. Đổ dầu thực vật vào chảo, đun nóng già rồi phi tỏi băm nhỏ, cho thịt gà, hoa hòe vào đảo đều, khi gần chín cho cà chua vào đun thêm một lát là được, đổ ra đĩa, rải rau mùi lên trên, ăn nóng.

* Công dụng: Tư âm ích khí, lương huyết giáng áp, dùng để chữa trĩ xuất huyết, đau mắt đỏ, cao huyết áp.

➢ Hoa hòe chiên trứng

** Nguyên liệu:*

- Hoa hòe tươi 250g
- Trứng gà 3 quả
- Thịt hun khói 20g
- Hạt đậu Hà Lan luộc chín một ít
- Hành củ, mỡ lợn
- Gia vị vừa đủ.

** Cách làm:*

- Hoa hòe rửa sạch, chần qua nước sôi, để ráo nước; thịt hun khói thái vụn; trứng gà đập ra bát, cho gia vị, thịt hun khói và hoa hòe, đậu Hà Lan

vào khuấy đều. Đặt chảo lên bếp, bỏ mỡ lợn vào đun nóng và phi hành cho thơm rồi cho trứng gà và hoa hòe vào tráng chín, ăn nóng.

* Công dụng: Tư âm nhuận táo, lương huyết chỉ huyết, dùng để chữa trĩ xuất huyết.

➢ Thịt lợn hầm hoa hòe

* *Nguyên liệu:*

- Hoa hòe tươi 50g
- Thịt lợn nạc 120g
- Gia vị vừa đủ.

* *Cách làm:*

- Thịt lợn rửa sạch, thái miếng, ướp gia vị rồi đem hầm với hoa hòe, chia ăn vài lần trong ngày.

* Công dụng: Tư âm nhuận táo, lương huyết chỉ huyết, dùng để chữa trĩ xuất huyết do nhiệt thịnh.

➢ Nước hoa hòe, trắc bá

* *Nguyên liệu:*

- Hoa hòe 12g
- Trắc bá diệp sao đen 12g
- Kinh giới 8g
- Chỉ xác 12g.

* *Cách làm:*

- Tán bột mịn uống với nước sôi nguội hoặc làm thang uống.

* Công dụng: Thanh nhiệt tán phong, lương huyết chỉ huyết.

➢ Nước hoa hòe, hoa kinh giới

* *Nguyên liệu:*

- Hoa hòe 50g
- Hoa kinh giới 50g

Hai thứ đem sấy khô, tán bột, mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 5g với nước cơm hoặc nước cháo.

* Công dụng: Thanh nhiệt tán phong, lương huyết chỉ huyết, dùng để chữa trĩ viêm loét chảy máu, sa niêm mạc trực tràng xuất huyết.

Cây Hoa Đinh hương



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa đinh hương còn có tên khác là đinh tử hương, kệ tử hương. Hoa màu đỏ tươi.

Hoa đinh hương thường được dùng chữa các chứng bệnh như nấc, nôn, tiêu chảy, kiết lỵ, đau bụng do lạnh, đau răng... Nụ đinh hương có mùi thơm, màu hơi vàng nâu và rắn; loại màu đen và có mọt là kém hoặc đã để quá lâu.

Hoa đinh hương chứa nhiều tinh dầu với hàm lượng 15 - 20% ở nụ hoa, 5 - 6% ở cuống hoa, còn lại là ở lá. Tinh dầu hoa đinh hương là chất lỏng nặng hơn nước, không màu hoặc có màu vàng, mùi vị đặc trưng. Ngoài ra hoa đinh hương còn chứa protein, lipit, carbohydrat nên có tác dụng chữa trị đối với một số loại bệnh.

Theo Đông y, đinh hương vị cay, tính ấm, vào bốn đường kinh phế, tỳ, vị và thận, có công dụng ôn trung (làm ấm bụng), noãn thận (làm ấm thận), kích thích tiêu hoá.

Kết quả nghiên cứu hiện đại cho thấy đinh hương có tác dụng dược lý khá phong phú làm ức chế sự phát triển của nhiều vi khuẩn (như trực khuẩn lỵ, thương hàn, phó thương hàn, bạch hầu, than, tụ cầu vàng), chống viêm loét đường tiêu hoá, kích thích tiết dịch mật và dạ dày nên thúc đẩy quá trình tiêu hoá, giảm đau, chống viêm...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa xuất tinh sớm:

- Đinh hương 20g, tế tân 20g đem ngâm với 100ml rượu, sau nửa tháng thì dùng được. Khi dùng, lấy dịch thuốc xoa lên đầu dương vật, sau chừng vài phút có thể hành sự.

Chú ý: Không để thuốc thuốc đọng thành giọt gây bỏng rát.

* Chữa bệnh khớp:

- Đinh hương 20g, long não 12g, cồn 90 độ 250ml. Ngâm 7 ngày đêm, lọc bỏ bã. Khi dùng, lấy bông thấm thuốc bôi lên và nắn bóp nơi đau nhức, mỗi ngày 2 lần.

* Chữa hôi nách:

- Đinh hương 18g, hồng thăng đơn 27g, thạch cao 45g. Tất cả tán thành bột thật mịn, trộn đều, đựng trong lọ kín dùng dần. Mỗi ngày lấy một chút bột thuốc thoa đều vào nách, làm liên tục trong 5 ngày.

* Chữa sưng đau chân răng:

- Đinh hương, xuyên tiêu lượng bằng nhau, tán thành bột mịn, thêm ít băng phiến, trộn với mật ong, bôi hàng ngày.

* Chữa viêm loét miệng:

- Đinh hương 5g tán thành bột mịn, ngâm với nước sạch, sau 4 giờ thì dùng được, lấy tăm bông thấm dịch thuốc bôi vào vết loét.

* Chữa viêm xoang, hơi thở hôi, hắt hơi, sổ mũi:

- Dùng đinh hương bọc vào bông, thỉnh thoảng nút vào mũi.

* Chữa nứt đầu vú:

- Đinh hương 5g tán bột, đường đỏ 5g, hai thứ trộn đều, chế thêm 1 cốc rượu trắng; đem đun cho thật khô rồi lại tán mịn, hoà với dầu vừng, bôi lên vùng tổn thương.

* Chữa viêm nhiễm đường hô hấp, đặc biệt là vùng mũi, xoang mặt:

- Tinh dầu đinh hương, tinh dầu bạch đàn, menthol, trần bì, hạt mùi, natri bicarbonat, axit citric trộn đều, làm thành viên to. Mỗi lần xông họng 2 - 3g. Có thể hoà vào nước, ngậm súc để cho tinh dầu bay lên.

* Chữa nấc và nôn do hư hàn:

- Đinh hương, thị đế, nhân sâm, sinh khương mỗi vị 9g, sắc uống.

- Hoặc: Đường trắng 250g thêm một chút nước rồi đun nhỏ lửa cho tan hết, cho gừng tươi giã nát 30g, đinh hương 5g vào đun cho đến khi tạo thành dạng keo, sờ tay không dính là được. Đổ ra khay có thoa dầu lạc, đợi nguội rồi cắt thành 50 miếng nhỏ, mỗi ngày ăn một vài miếng sau bữa cơm.

* Chữa thổ tả:

- Đinh hương 2 nụ, rượu vàng 50ml, cho vào bát hấp cách thuỷ trong 10 phút, sau đó bỏ bã uống rượu.

* Chữa liệt ruột cơ năng:

- Đinh hương 30 - 60g tán bột, trộn với rượu mạnh hoặc nước rồi đắp vào vùng rốn (đường kính chừng 6 - 8cm), dùng băng cố định.

- Hoặc: Đinh hương, mộc hương, nhục quế, xạ hương tất cả tán bột, đắp vào rốn.

* Chữa đại tiện lỏng:

- Đinh hương 30g, hạt mã đề sao 20g, tất bạt 10g, hồ tiêu 5g, nhục quế 5g. Tất cả tán thành bột mịn, đựng trong lọ kín, mỗi lần lấy 100mg bột thuốc hoà nước đắp vào rốn, dùng băng cố định lại, 1 - 2 ngày thay thuốc một lần.

- Hoặc: Đinh hương 5 - 10g, nhục quế 4 - 6g, mộc hương 5 - 10g, tất cả tán thành bột mịn, đắp vào rốn. Hoặc: Đinh hương 3g, sa nhân 6g, bạch truật 12g, tán bột, uống mỗi lần 2 - 4g, ngày 2 - 3 lần.

* Chữa nám da và tàn nhang:

Bạch đinh hương, bạch cương tàm, bạch khiên ngưu, bạch tật lê, bạch cập mỗi thứ 110g; bạch chỉ 75g; bạch phụ tử 18g; bạch phục linh 18g; tạo giác thính 50g; đậu xanh một ít. Tất cả sấy khô rồi nghiền thành bột mịn, đựng trong lọ kín dùng dần, mỗi ngày lấy một ít bột thuốc hòa với nước sạch để rửa mặt.

* Giải độc, lợi thủy tiêu thũng, giảm béo:

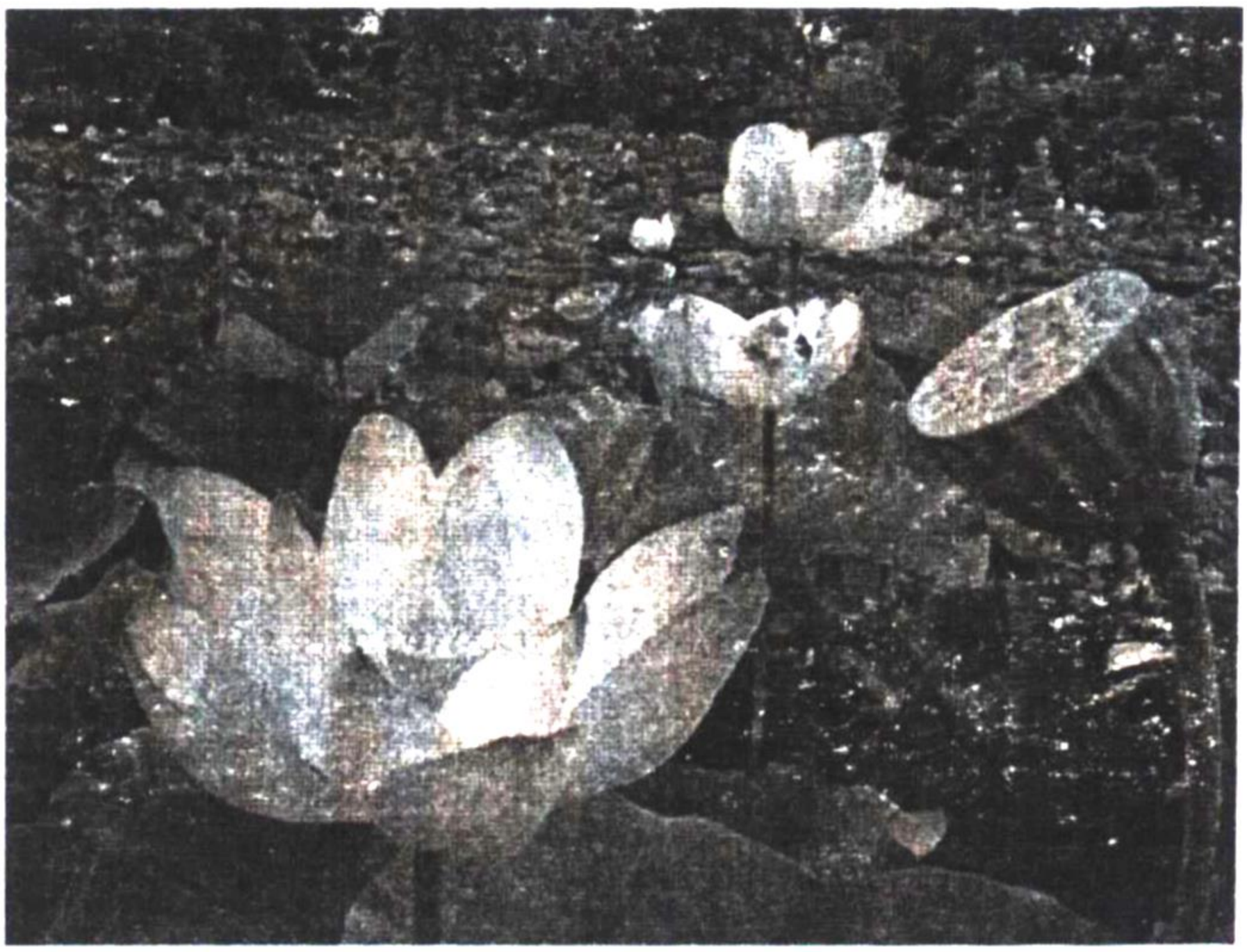
Bột đinh hương 1g; đậu phụ 200g; giá đỗ 100g; tôm rảo 10g; dầu thực vật và gia vị vừa đủ. Đậu phụ xắt miếng nhỏ, rán vàng; giá đỗ và tôm rửa sạch; cho

dầu vào chảo, phi hành tỏi cho thơm rồi bỏ giá đỗ và tôm vào xào to lửa, khi gần được cho tiếp đậu phụ, bột đinh hương và gia vị vừa đủ, ăn nóng.

* Khai vị bổ hư, nhuận da và dưỡng da:

Đinh hương 3g, thịt chân giò lợn 1.000g; hành, tỏi, gừng tươi, hạt tiêu, rượu vang và gia vị vừa đủ. Thịt chân giò rửa sạch, thái miếng, ướp nước gừng, tiêu, bột đinh hương và gia vị; cho dầu ăn vào chảo, phi hành tỏi cho thơm rồi bỏ thịt chân giò vào đảo qua, sau đó đổ nước vừa đủ, hầm thật nhừ, chế thêm một chút rượu vang là được.

Hoa Sen



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Theo Đông y, hoa sen vị ngọt, tính ấm, hơi đắng, quy kinh tâm, can, có tác dụng khai tâm, trấn tĩnh, làm cho tinh thần tỉnh táo, ích khí, thanh can, lương huyết, chỉ huyết, trừ thấp, khu phong, giải độc.

Hoa sen thường được ứng dụng trị các bệnh gồm: Suy nhược thần kinh, mất ngủ, cao huyết áp, máu, gan nhiễm mỡ, nhanh nhịp tim, thanh nhiệt, giải thử (giải cảm nắng), các chứng liên quan đến huyết như vết bầm thương tích, thổ huyết, chảy máu cam, các bệnh ngứa, đặc biệt là mụn nước, mụn có nước vàng...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa mất ngủ, cao huyết áp, suy nhược cơ thể, thiếu máu:

- Hoa sen khô 5 - 10g pha trà uống hàng ngày. Ngoài ra, có thể cho thêm đường phèn hoặc đường đỏ, chút nước cốt chanh tuỳ theo khẩu vị. Bài thuốc có tác dụng thanh can, lương huyết, trấn tâm an thần.

* Chữa mỡ trong máu cao, xơ vữa động mạch, chảy máu cam:

- Hoa sen, hoa hòe, thảo quyết minh, mỗi thứ 3 - 5g, pha trà uống hàng ngày, bài thuốc có tác dụng thanh can, lương huyết.

* Chữa mất ngủ, lo âu, rối loạn chức năng gan, viêm nhiễm đường tiểu, tiểu khó, tiểu buốt, tiểu rắt, háo khát, nóng trong:

- Hoa sen, rau ngô, mã đề mỗi thứ 5 - 7g pha trà uống hàng ngày có tác dụng, thanh tâm, lợi niệu, an thần.

* Chữa các chứng cao huyết áp, cải thiện triệu chứng tiền mãn kinh, viêm phổi, viêm phế quản cấp và mạn tính:

- Hoa sen, lá dâu, mỗi thứ 5 - 7g tất cả pha trà uống hàng ngày, bài thuốc có tác dụng thanh can, trấn kinh an thần.

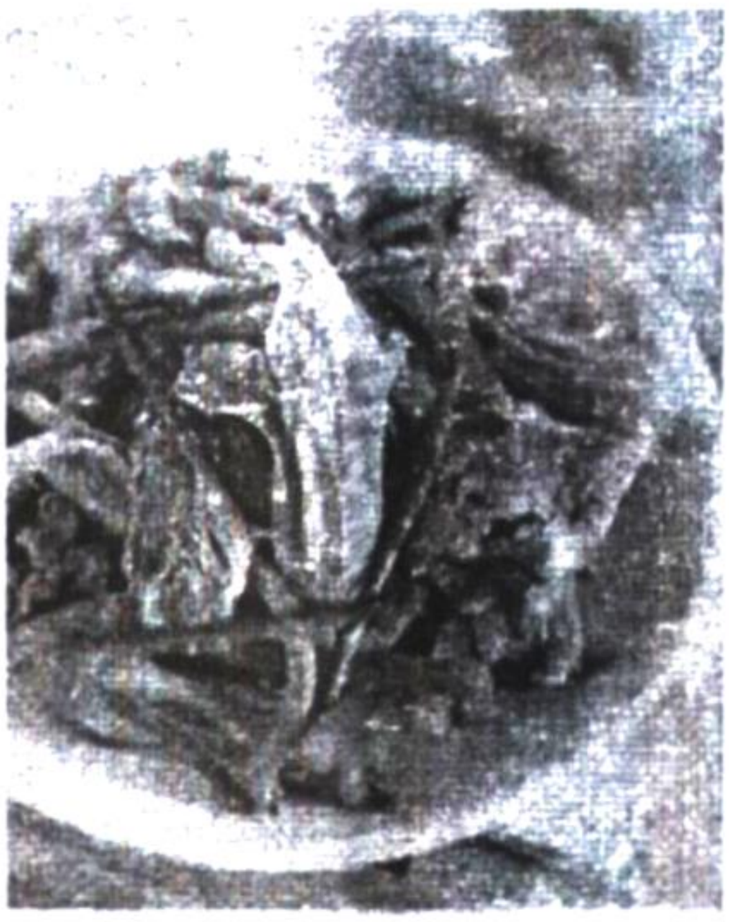
* Giải khát, giải nhiệt, làm sảng khoái tinh thần:

- Lấy một bông sen khô cho vào bình, đun sôi 2 bát nước (bát ăn cơm) rồi đổ vào bình. Sau khi các cánh hoa sen khô tách hết ra, trà có mùi thơm là uống được.

* Bổ huyết, chữa mất ngủ:

- Một đóa hoa sen khô, đường phèn 1 thìa nhỏ. Cho hoa sen vào bình, dùng nước sôi hãm, sau 2 phút, hoa sen giãn nở hết, thì cho đường phèn vào bình trên, dùng thìa nhẹ nhàng khuấy đều, uống thay nước trà.

Món ngon - bài thuốc:



➢ Hoa sen nấu với ruột lợn

** Nguyên liệu:*

- Ruột già lợn 500g
- Sen khô 5 bông
- Muối, gia vị vừa đủ.

** Cách làm:*

- Chà sạch ruột lợn bằng muối rồi nhúng qua nước sôi, vớt ra, rửa sạch, thái thành từng đoạn. Hoa sen để nguyên vẹn, dùng nước rửa nhanh và sạch, cho vào nồi cùng ruột lợn cùng với 4 bát nước ninh kỹ. Trước đun to lửa sau hạ bớt lửa, độ 40 phút, ruột lợn nhừ là được, nêm gia vị vừa ăn.

* Công dụng: Món này có công dụng chữa trị trĩ xuất huyết.

➢ Hoa sen xào thịt gà

** Nguyên liệu:*

- Sen tươi 2 bông
- Thịt lườn gà 300g
- Hồ tiêu 1/2 thìa cà phê
- Bột thái bạch 1 thìa to, xì dầu 1 thìa, gia vị.

** Cách làm:*

- Hoa sen tách từng cánh rửa sạch bằng nước muối, để ráo nước, thái nhỏ. Thịt gà rửa sạch, thái

nhỏ, thêm xì dầu và bột thái bạch vào trộn đều. Lúc chảo dầu nóng cho thịt gà vào xào, cho tiếp hoa sen, hồ tiêu, thêm nửa muỗng nước, gia vị, đảo nhanh tay.

* Công dụng: Món này có tác dụng an thai.

➢ Bánh thịt hoa sen

* *Nguyên liệu:*

- Sen tươi 2 bông
- Thịt băm 500g
- Xì dầu, bột thái bạch, tiêu bột, dầu, đường, gia vị.

* *Cách làm:*

- Hoa sen bóc từng cánh, dùng nước muối rửa sạch, để ráo, rồi thái nhỏ. Cho gia vị vào thịt rồi trộn đều với bột thái bạch, hoa sen vụn, nặn thành bánh thịt hoa sen hình tròn. Bắc chảo dầu nóng, đun nhỏ lửa, cho bánh thịt vào rán đến khi hai mặt đều có màu vàng tươi thì cho xì dầu, chút đường và nửa bát nước lã vào đun nhỏ lửa 5 phút là được.

* Công dụng: Món này có tác dụng bổ tâm thận, hoãn giải cơn đau lưng và eo.

➢ Trà hoa sen

* *Nguyên liệu:*

- Hoa sen khô 1 bông
- Nước sôi 2 bát

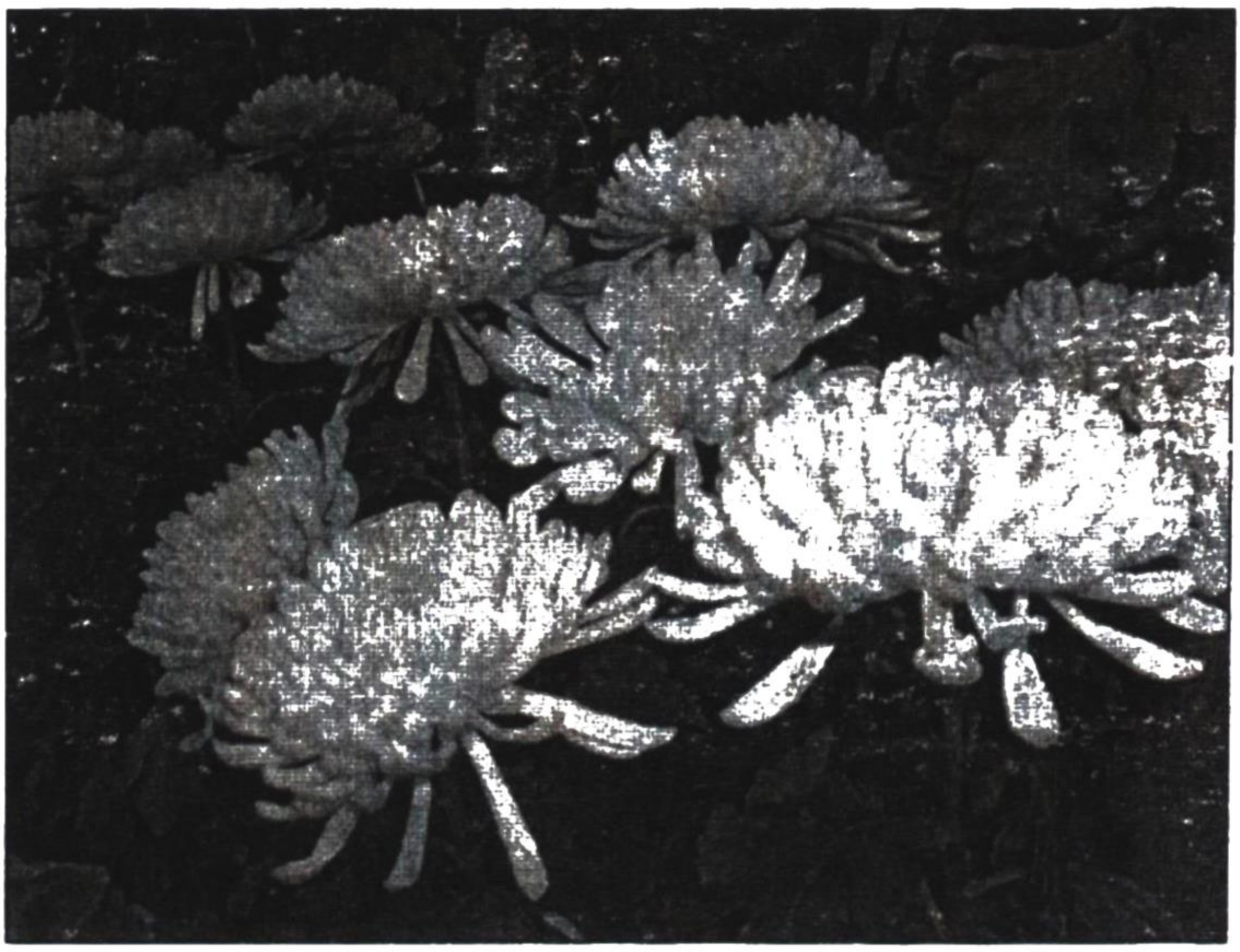
* Cách làm:

- Cho hoa sen vào bình, rót trực tiếp 2 bát nước sôi vào, hoa sen sẽ giãn nở tỏa mùi hương thơm, có thể ngửi hương thưởng trà.

* Công dụng: Tiêu thử thấp mùa hè (làm tiêu cái nóng và ẩm trong mùa hè), giải khát, di dưỡng tinh thần.



Cây Hoa Cúc



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa cúc có nhiều loại, mỗi loại có những tính năng chữa bệnh riêng:

Hoa cúc trắng:

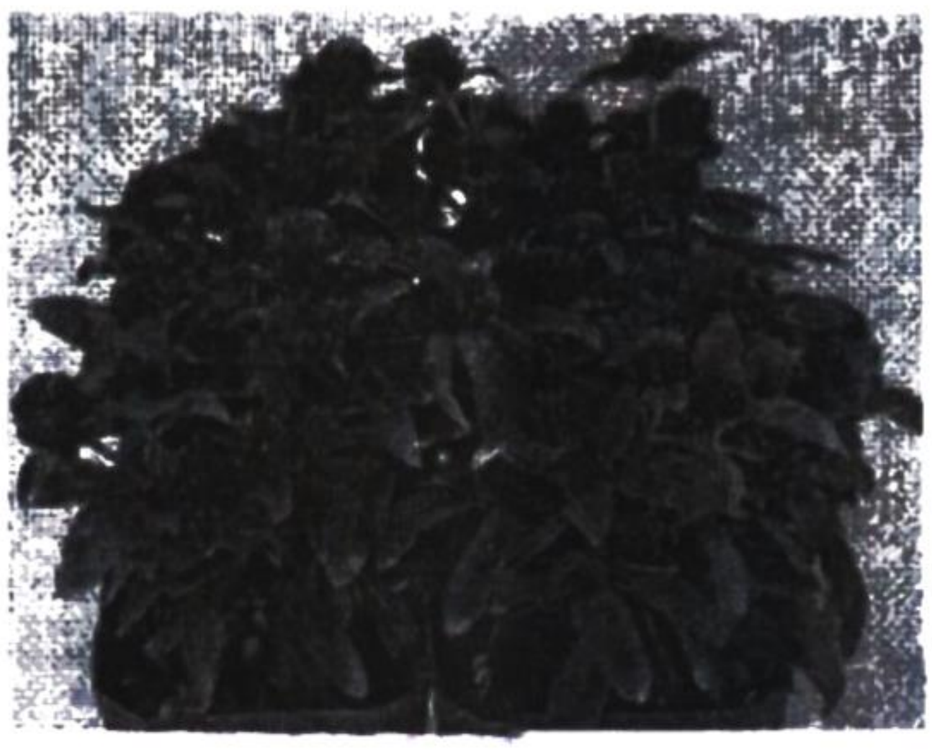
Theo y học cổ truyền, hoa cúc trắng có vị ngọt, đắng, tính hơi hàn, vào các kinh phế, can, thận. Có tác dụng phát tán phong nhiệt, giáng hỏa, giải độc, minh mục, chỉ thống.

Được dùng trong các bệnh cảm mạo phong nhiệt, đau đầu, đau mắt, nhức mắt, mắt mờ, cao huyết áp.

Hoa cúc vàng:

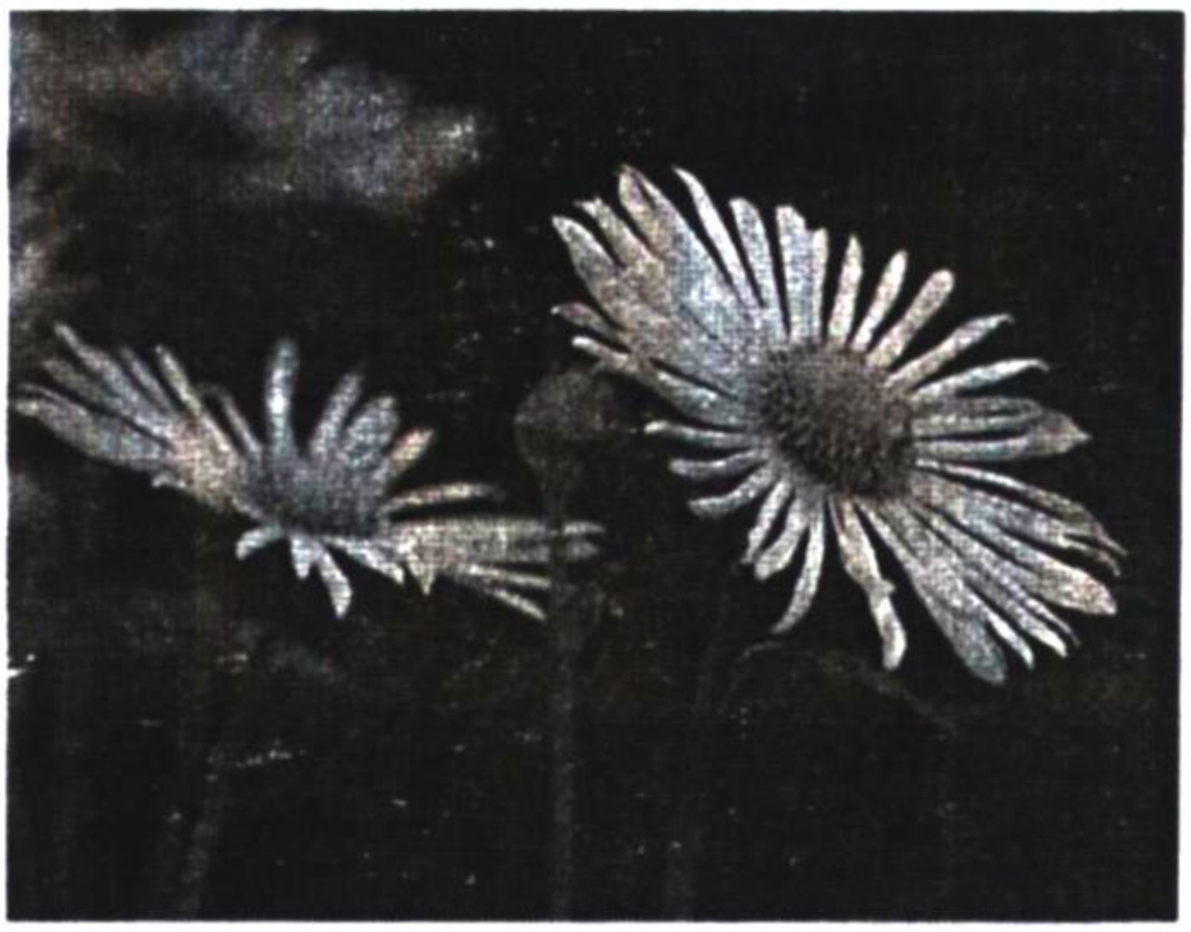
Theo y học cổ truyền, hoa cúc vàng có vị đắng, cay, tính bình, có tác dụng giải cảm nhiệt, biểu hiện đau đầu, đau mắt. Còn có tác dụng thanh can sáng mắt, mắt sưng thũng đỏ đau. Ngoài ra còn có tác dụng bình can hạ áp, giải độc, sát khuẩn.

Cúc bách nhật:



Cúc bách nhật có vị ngọt nhạt, hơi chát, tính bình, không độc, có tác dụng bình suyễn, khu đàm, chỉ khái, tiêu viêm, minh mục. Dùng trị ho, hen, ho ra máu, ho lao, đau mắt, đau đầu, đầy hơi, trướng bụng...

Kim cúc:



Theo Đông y, kim cúc vị đắng, cay tính mát, có tác dụng thanh nhiệt, giải nhiệt, chữa mụn nhọt sưng đau, đau mắt đỏ có sưng, đau đầu chóng mặt, chữa cảm lạnh, cúm, viêm mũi, viêm vú, hoa mắt, huyết áp cao, viêm gan, kiết lỵ... Nếu bị cảm mạo phong nhiệt, thì dùng kim cúc 20g, củ sắn dây 15g, lá dâu tằm 10g, rễ cây lau 8g, bạc hà, cam thảo mỗi vị 5g. Sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần.

Cúc vạn thọ:



Vốn mang sẵn ý nghĩa ngay trong chính tên của mình, cúc vạn thọ là hình ảnh trường sinh của cuộc sống. Người phương Đông coi cúc vạn thọ là biểu tượng của hạnh phúc vĩnh hằng. Tính lâu bền và thời gian lưu giữ vẻ đẹp của nó dài hơn nhiều loài hoa khác. Do đó hoa cúc vạn thọ thường được dùng

vào mục đích thờ cúng trang trí ngày Tết và làm đẹp. Trong y học cúc vạn thọ xứng đáng là một loài hoa xuân có nhiều đóng góp trong việc bảo vệ sức khỏe và phòng chống bệnh tật.

Cúc vạn thọ có vị đắng, mùi thơm, tính mát; có tác dụng tiêu viêm, làm long đờm, trị ho, thanh tâm, giáng hoả.

Sơn bạch cúc:



Sơn bạch cúc có tác dụng sơ phong thanh nhiệt, giải độc, trừ đờm, trấn ho, chữa trị cảm mạo phong nhiệt, viêm amiđan, viêm phế quản, nhọt sưng, rắn cắn, ong đốt.

Cúc mốc:



Cúc mốc vị cay, thơm, tính mát, được dùng chữa thổ huyết, chảy máu cam, chữa sởi, lở, ù tai, trị ho và làm thuốc điều kinh...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

Hoa cúc trắng:

* Chữa cao huyết áp kèm xơ vữa động mạch, chóng mặt, ù tai:

- Hoa cúc trắng 10g; sinh địa 25g; mẫu lệ 25g; hoài sơn 15g; phục linh, sơn thù du, mỗi vị 12g; mẫu đơn, tang diệp, mỗi vị 10g. Dùng dưới dạng thuốc sắc, ngày 1 thang. Uống nhiều ngày tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

* Chữa suy nhược, suy giảm trí nhớ, mất ngủ:

- Hoa cúc trắng 20g; hắc táo nhân 25g; đương quy, phục linh, sinh địa, kỷ tử, mỗi vị 20g; viễn chí, mạch môn, bạch truật, mỗi vị 15g; xuyên khung, hoàng bá, nhân sâm, mỗi vị 10g. Dùng dưới dạng thuốc sắc, ngày uống 2 - 3 lần. Uống nhiều ngày tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

Hoa cúc vàng:

* Chữa cảm mạo phong nhiệt, sốt cao, đau đầu, ho, háo nhiệt:

- Hoa cúc vàng, hạnh nhân, cát cánh, mỗi vị 8g; tang diệp 12g; liên kiều, bạc hà, đạm trúc diệp, cam thảo, mỗi vị 4g. Sắc uống ngày một thang, chia 2 lần trước bữa ăn cho tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

* Chữa đau mắt đỏ, sưng mắt, ngứa mắt, chảy nước mắt:

- Hoa cúc vàng, bạc hà, lá tre tươi, lá dâu, kinh giới, đồng lượng 4 - 6g. Đun sôi nhỏ lửa, nhân lúc

còn nóng, hướng hơi thuốc, xông nhẹ vào mắt đau. Uống ấm, ngày 2 lần. Lấy nước đun lần thứ 3, để hơi ấm, rửa vào nơi mắt ngứa đau.

* Chữa hoa mắt, chóng mặt, đau mắt đỏ, mũi ngạt tắc:

- Hoa cúc vàng, kinh giới, bạc hà, phòng phong, khương hoạt, bạch chỉ, tế tân, xuyên khung, hương phụ, cam thảo, bạch cương tàm, đồng lượng 6 - 10g, tán bột mịn, uống mỗi lần 4 - 6g, ngày 2 lần với nước ấm.

* Chữa mụn nhọt, đinh độc, da tê bì mất cảm giác:

- Hoa cúc vàng 16g, cam thảo 20g. Dùng dưới dạng thuốc hãm, ngày một thang. Uống 2 - 3 lần trong ngày tới khi hết các triệu chứng.

* Chữa chứng âm hư hỏa vượng, đau đầu, hoa mắt, hồi hộp, hay quên, huyết áp tăng:

- Hoa cúc vàng 8g; câu đằng, kỷ tử, hoài sơn, thục địa, sa sâm, mạch môn, mỗi vị 12g; trạch tả, sơn thù, mẫu đơn, bạch phục linh, táo nhân, bá tử nhân, mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang. Uống nhiều ngày tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

* Chữa sưng đau họng:

- Hoa cúc vàng rửa sạch, giã nát với ít muối ăn, bọc vào miếng vải sạch mà ngậm.

Ngoài ra có thể dùng rễ, cành lá hoa cúc vàng phối hợp với một số vị thuốc khác (rễ bưởi bung, rễ

vú bò, rễ độc lực, thiên niên kiện) làm thuốc chữa tê thấp, đau nhức xương cốt.

Cúc bách nhật:

*** Chữa hen suyễn, viêm phế quản:**

- Cúc bách nhật, tỳ bà diệp (tẩm mật ong, sao vàng), mỗi vị 6g, lá nhót 10g. Sắc uống ngày một thang, uống ấm 2 - 3 lần. Uống nhiều thang tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

*** Chữa ho ra máu, ho gà:**

- Cúc bách nhật 10g, long nha thảo (sao đen) 9g. Sắc uống ngày một thang. Uống tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

*** Chữa chứng khóc đêm ở trẻ em:**

- Cúc bách nhật 5g, cúc hoa vàng 2g, thuyền thoái (xác ve sầu, bỏ chân, cánh, sao thơm) 3g. Sắc uống nhiều lần trong ngày.

*** Chữa chứng đau đầu:**

- Lấy hoa cúc bách nhật, lá mùi tàu, mỗi vị 5g, ngải cứu 10g, lá chanh, hương nhu mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang, dùng trong 5 ngày liền.

*** Chữa viêm tuyến vú:**

- Lấy kim cúc 20g, kim ngân hoa, bồ công anh, cam thảo (mỗi vị 12g), sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần cho đến lúc khỏi. Bên ngoài dùng lá kim cúc cùng hành, muối, giã nhỏ đắp nơi đau ở vú một lần trong ngày.

* Giảm béo:

- Dùng kim cúc vừa nở đem phơi khô để pha trà uống đều đặn có tác dụng loại bỏ lượng mỡ dư thừa trong cơ thể đạt hiệu quả giảm béo mà không hề gây hại cho cơ thể.

* Chữa sáng mắt, trừ màng mộng mắt:

- Sử dụng cánh hoa cúc nấu canh cá trong bữa ăn, hoặc trộn cánh hoa tươi vào gạo thổi cơm (mỗi nồi cơm 2 bông).

Cúc vạn thọ:

* Ho gà:

- Hoa cúc vạn thọ 15g, đường phèn 10g. Sắc lấy 150ml chia 3 lần uống trong ngày. Uống liền 3 - 5 ngày.

* Đau răng:

- Hoa cúc vạn thọ 5 bông, lá nhãn 5 lá, muối ăn chừng 15 hạt. Rửa sạch giã nhỏ chia 3 phần đều nhau, mỗi lần đặt một phần thuốc vào nơi răng đau. Còn hai phần ngậm thay đổi mỗi lần một phần.

* Chữa đau mắt đỏ:

- Cúc vạn thọ 2 bông, lá dâu non 10 lá, rửa sạch cho vào ca đổ nước sôi vào và xông hơi nơi mắt đau (không để gần quá gây bỏng mắt). Ngày làm một lần trong 2 - 3 ngày.

* Mụn nhọt chưa vỡ: Cúc vạn thọ 10g, lá táo ta 15g, muối ăn 10 hạt. Rửa sạch, giã nhỏ, đắp vào nơi đau. Ngày thay 1 lần.

* Chữa hen suyễn:

- Cúc vạn thọ 20g phối hợp với rau cần trôi, củ tầm sét, thài lài tía, nhân trần mỗi thứ 10g thái nhỏ phơi khô sắc với 400ml nước, còn 100ml, uống làm 2 lần trong ngày.

* Bổ dưỡng, tăng cường thị lực:

- Hoa cúc vạn thọ 20g, gan gà 50g băm nhỏ nấu ăn.

* Chữa ho gà:

- Hoa cúc vạn thọ 20g, hoa đu đủ đực 10g, húng chanh 10g, đường phèn 20g. Tất cả dùng tươi rửa sạch giã nhỏ cho vào bát cùng đường phèn. Hấp cách thủy trong 10 - 15 phút. Để nguội nghiền nát thêm nước gạn uống làm 2 - 3 lần trong ngày.

* Chữa bỏng (nhẹ), mụn nhọt, đau tai:

- Lá cúc vạn thọ để tươi rửa sạch giã nát đắp chữa bỏng, mụn nhọt và ép lấy nước chữa đau tai.

* Chữa viêm vú:

- Hoa cúc vạn thọ phối hợp với kim ngân hoa, lá đại bi, lượng đều 30g, rửa sạch đắp vào nơi viêm.

Sơn bạch cúc:

* Chữa viêm tuyến vú:

- Sơn bạch cúc 40g, hoa kim ngân 20g, sắc uống.

* Chữa rắn cắn:

- Sơn bạch cúc ép lấy nước, hoặc nước sắc sơn bạch cúc khô mà đắp.

* Trừ ho tiêu đờm:

- Sơn bạch cúc 5 bông, mộc nhĩ trắng 10g, hạnh nhân 8g, hồng táo 6 quả, đường phèn 1 thìa to. Bạch cúc tách từng cánh, rửa sạch, để ráo, mộc nhĩ trắng ngâm nước cho mềm, cắt bỏ đầu thô, thái thành đoạn nhỏ, hạnh nhân rửa sạch, hồng táo ngâm mềm. Cho mộc nhĩ, hạnh nhân, hồng táo cùng 4 bát nước vào nồi ninh, khi táo đỏ mềm thì cho đường phèn vào hòa đều, để nguội, rắc hoa vào là ăn được, hoặc để trong tủ lạnh dùng dần.

Cúc mốc:

* Chữa ho:

- Lá cúc mốc 15g, lá húng chanh 20g, đem sắc uống ngày 1 thang, trong 5 ngày.

* Điều kinh:

- Lá cúc mốc 20g, lá ích mẫu 15g, ngải cứu 10g, đem sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần, uống thuốc lúc nóng.

Cây Hoa Sứ



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây sứ còn gọi là cây đại, bông sứ, miễn chi, kê đảm tử, thuộc họ trúc đào, là loài cây thân gỗ nhỏ, có thể cao đến 8 - 10m.

Lá mọc so le, bản to, hình bầu dục hay xoan thuôn, có mũi ngắn, không lông hoặc ít khi có lông ở mặt dưới. Tùy theo loài, hoa sứ có màu từ trắng, vàng tới hồng, đỏ và nở vào mùa xuân, mùa hè mùi rất thơm. Tuy nhiên, dùng loại hoa cánh trắng, tâm điểm vàng để làm thuốc mới có tác dụng.

Theo các thầy thuốc, các bộ phận của cây hoa sứ đều có thể dùng làm thuốc như vỏ thân, vỏ rễ, hoa, nụ hoa, lá tươi và nhựa cây, nhưng sử dụng nhiều nhất là hoa. Toàn cây có chứa một loại kháng sinh thực vật là fulvo plumierin, có tác dụng ức chế sự tăng sinh và phát triển của một số vi khuẩn Mycobacterium tuberculosis. Từng bộ phận khác nhau của cây có những công dụng khác nhau:

- Vỏ thân, vỏ rễ: Trong vỏ thân có glucozit là agoniadin và một chất đắng là plumierit. Vỏ thân và rễ hơi có độc, vị đắng, tính mát. Dân gian sử dụng để làm thuốc tẩy xổ (dùng 8 - 15g), nhuận tràng (dùng 3 - 5g), chữa táo bón (thay thế cho đại hoàng) và chữa thuỷ thũng. Người suy nhược, già yếu, phụ nữ có thai, tiêu chảy không nên dùng do các thành phần trong cây có tác dụng tẩy xổ khá

mạnh và hơi có độc. Cần tham vấn thầy thuốc trước khi sử dụng.

- Lá sứ: Kinh nghiệm dân gian dùng lá cây sứ chữa bong gân, sai khớp, mụn nhọt.

- Nhựa mủ: Thành phần chủ yếu là axít plumeric. Cũng có thể dùng nhựa mủ để tẩy xổ, nhưng liều thấp hơn nhiều so với vỏ thân, 0,5 - 0,7g/ngày dưới dạng nhũ dịch.

- Hoa: Hoa sứ có công dụng tiêu đờm, trừ ho, hạ huyết áp. Trong dân gian thường sử dụng hoa sứ phơi khô để làm thuốc chữa ho, kiết lỵ... Hoa khô có tác dụng mạnh hơn hoa tươi. Nên thu hái hoa khi vừa nở hết, phơi hay sấy khô dùng dần.

Lưu ý: Nếu bạn đang sử dụng thuốc điều trị bệnh mạn tính, cần tham khảo ý kiến thầy thuốc trước khi dùng hoa sứ. Người suy nhược, già yếu, phụ nữ có thai, tiêu chảy không nên dùng do các thành phần trong cây có tác dụng tẩy xổ khá mạnh.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

*** Chữa cao huyết áp**

- Hàng ngày sử dụng 12 - 20g hoa sứ (loại khô), đem sắc (nấu) lấy nước, uống thay trà trong ngày.

*** Chữa bong gân:**

- Dùng một nhúm lá tươi rửa sạch, giã nhuyễn, trộn với một ít muối ăn đắp lên chỗ sưng. Lại dùng một ít lá tươi khác, hơ lên lửa cho héo và đắp phía

ngoài rồi cố định bằng băng hoặc vải sạch. Ngày đắp 1 - 3 lần liên tục như vậy 1 - 2 ngày.

* Chữa ho:

- Sử dụng 4 - 12g hoa sứ khô, sắc lấy nước, uống thay trà trong ngày (dùng loại hoa cánh trắng, tâm điểm vàng).

* Chữa thũng nước

- Dùng 5 - 10g vỏ thân (hay vỏ rễ) đem sắc lấy nước đặc, chia ra 3 lần uống trong ngày. Cũng có thể chế vỏ cây thành cao đặc, sử dụng với liều 0,2 - 0,5g/ngày, có thể tăng dần lên tới 1 - 2g/ngày.

Cây Hoa Mào gà



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa mào gà còn có tên khác là kê quan hoa, kê công hoa, kê cốt tử hoa, mồng gà, lão lai thiểu. Hoa mào gà có đủ các chất béo, axit folic, vitamin B_1, B_2, B_4, B_{12}, C, D, E, K, các axit amin, nguyên tố vi lượng và nhiều loại men thiên nhiên bao gồm cả enzyme nên có tác dụng cầm máu và chữa các chứng viêm loét. Theo Đông y, hoa mào gà vị ngọt, tính mát, có công dụng thanh nhiệt, trừ thấp, lương huyết, chỉ huyết, thường được dùng để chữa các chứng bệnh như xích bạch lỵ (bệnh lỵ trực khuẩn hoặc amip), trĩ lậu hạ huyết (trĩ xuất huyết), thổ huyết (nôn ra máu), khái huyết (ho ra máu), tỵ nục (chảy máu mũi), huyết lâm (tiểu buốt và ra máu), băng lậu (rong huyết, rong kinh, băng huyết), đới hạ (khí hư), di tinh.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa cao huyết áp:

Hoa mào gà 3 - 4 bông, hồng táo 10 quả, sắc uống hàng ngày.

* Thổ huyết:

Hoa mào gà đỏ (dùng cả cây) lượng vừa đủ, sắc uống. Hoặc dùng hoa mào gà trắng tươi 15 - 24g (loại khô dùng 6 - 15g) hầm với phổi lợn lượng vừa đủ trong 1 giờ rồi chia ăn vài ba lần trong ngày.

* Ho ra máu:

Hoa mào gà trắng 30g, trắc bá diệp 30g, cỏ nhọ nồi 30g, sắc uống. Hoặc hoa mào gà tươi 24g, rễ cỏ tranh tươi 30g, sắc uống.

- Hoa mào gà đỏ 15g, lá huyết dụ 20g sao đen, lá trắc bá 20g sao đen, cỏ nhọ nồi 20g. Sắc uống ngày một thang.

* Lỵ trực khuẩn hoặc amip:

Dùng hoa mào gà sắc với rượu uống; nếu là xích lỵ (phân có máu) dùng hoa màu đỏ, bạch lỵ (phân chỉ có nhầy) dùng hoa màu trắng.

* Thoát giang hạ huyết (lòi dom chảy máu):

Hoa mào gà và phòng phong lượng bằng nhau, sấy khô tán bột, vo thành viên to bằng hạt ngô, mỗi ngày uống 70 viên với nước cơm khi đói. Hoặc dùng hoa mào gà trắng sao 30g, tông lư thán 30g, khương hoạt 30g, tán thành bột uống mỗi lần 6g với nước cơm.

* Tiểu buốt và ra máu:

Hoa mào gà trắng đốt tồn tính, mỗi ngày uống 15 - 20g với nước cơm hoặc dùng hoa mào gà 15g sắc uống.

* Di tinh:

Hoa mào gà trắng 30g, kim tiền thảo 15g, kim anh tử 15g, sắc uống.

* Nhọt độc vùng gáy:

Hoa mào gà tươi, lan nhất điểm hồng tươi và hạt sen thảo tươi lượng bằng nhau, rửa sạch giã nát, chế thêm một chút đường đỏ rồi đắp vào nhọt độc.

* Trị lở loét:

Hoa mào gà 3g, ngũ bội tử 3g, một chút băng phiến, tất cả tán bột, trộn với mật lợn rồi bôi lên vùng lở loét.

* Bế kinh:

Hoa mào gà tươi 24g hầm với 60g thịt lợn nạc, chia vài lần ăn trong ngày.

* Kinh nguyệt quá nhiều:

Hoa mào gà lượng vừa đủ, sấy khô tán bột, uống mỗi lần 6g khi đói với một chút rượu. Hoặc dùng bài hoa mào gà sao cháy tán bột, uống mỗi lần 6 - 9g với nước ấm.

* Kinh nguyệt không đều:

Hoa mào gà đỏ và trắng mỗi loại 9g sắc uống. Hoặc dùng hoa mào gà trắng 15g, long nhãn hoa 12g, ích mẫu thảo 9g, thịt lợn nạc lượng vừa đủ, hầm ăn, nếu có kèm khí hư thì gia thêm vỏ trắng rễ tần bì 9g.

* Khí hư:

Nếu là bạch đới (khí hư màu trắng) dùng hoa mào gà trắng, xích đới (khí hư có màu đỏ) dùng hoa mào gà đỏ, sấy khô tán bột, mỗi ngày uống 9g vào sáng sớm khi đói. Hoặc: Hoa mào gà trắng 15g,

bạch truật 9g, bạch linh 9g, hoa mã đề tươi 30g, trứng gà 2 quả, sắc uống.

* Thai lậu (có thai không đau bụng mà thỉnh thoảng ra máu):

Hoa mào gà trắng sao cháy, long nhãn 10g, sắc nửa rượu nửa nước uống.

* Rong huyết, rong kinh, băng huyết:

Hoa mào gà khô 24g sắc uống. Hoặc: Hoa mào gà trắng 15g, phòng phong 6g, tông lư thán 10g, sắc uống. Hoặc: Hoa mào gà và trắc bá diệp lượng bằng nhau, sao cháy tồn tính, mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 6g.

* Lên mề đay:

Hoa mào gà dùng cả cây sắc uống và ngâm rửa, nếu nốt sẩn màu đỏ thì dùng hoa màu đỏ, nếu sắc trắng thì dùng hoa màu trắng.

* Tiêu chảy:

Hoa mào gà 10g, vỏ dộp cây ổi 8g, vỏ quả lựu 10g. Sắc uống ngày một thang.

* Lỵ lâu ngày:

Hoa mào gà 20g, cỏ seo gà 20g, lá mơ lông 20g. Sắc uống ngày một thang.

* Sốt xuất huyết:

Hoa mào gà 20g, lá trắc bá sao đen 20g, hoa hoè sao đen 15g, ké đầu ngựa 15g, lá dâu 20g. Sắc uống ngày một thang.

Cây Hoa Râm bụt



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Râm bụt (còn gọi là bông bụt, bụp) được dùng phổ biến trong y học cổ truyền với tên thuốc là mộc cận. Râm bụt là loài hoa khá đẹp, nở rộ vào mùa hè và đầu mùa thu, hoa to xoè 5 cánh đỏ rực rỡ, trông tựa như cái dù, ở giữa vươn ra nhuỵ dài. Trẻ em thường lấy nhuỵ hoa râm bụt để ăn. Trong Nam dược thần hiệu của Tuệ Tĩnh và trong Lĩnh Nam bản thảo của Hải Thượng Lãn Ông có ghi: "Râm bụt có vị ngọt, tính bình, không độc, tính thông hoạt, trị lở ngứa, sưng đau, bạch đới, mất ngủ, giải khát". Hoa râm bụt thường được dùng làm thuốc chữa một số bệnh như mất ngủ, hồi hộp, nước tiểu đỏ. Trong hoa râm bụt có chứa các chất chống oxy hoá có tác dụng kiểm soát lượng cholesterol và giảm nguy cơ bệnh tim.

Lưu ý: Cần phân biệt râm bụt ta, với cây râm bụt Tây (có nguồn gốc từ Nam Mỹ) còn gọi râm bụt dấm, hoa có màu đỏ tía, cấu trúc hoa có khác khi nhìn gần. Loại cây này mới được du nhập vào trồng ở nước ta, những năm gần đây, cũng có nhiều lợi ích tốt; nhưng không thuộc vào các trị liệu nói trên.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Mụn nhọt:

Lấy hoa tươi và lá sạch, giã nát với một ít muối đắp lên những mụn nhọt đang mưng mủ (khô thuốc lại thay) cho đỡ đau nhức và chóng vỡ mủ. Hoặc dùng hoa râm bụt phối hợp với lá trầu không, lá thồm lồm (3 thứ lượng bằng nhau), đem giã nát, đắp lên mụn đang mưng mủ, cũng có công dụng tương tự.

* Khó ngủ, hồi hộp, nước tiểu đỏ:

Dùng hoa râm bụt phơi khô, hãm uống như uống nước trà.

* Kiết lỵ:

Bụng đau quặn, mót đại tiện nhiều lần, phân lầy nhầy như nước mũi, hoặc màu máu cá. Hái 10 hoa râm bụt bỏ cuống hoa, cho vào bát ăn cơm, thêm 1 thìa cà phê đường, đem hấp cơm. Khi cơm chín lấy bát thuốc ra ăn. Bài thuốc này không độc, trẻ em rất thích ăn, áp dụng cho cả người lớn và trẻ em.

- Vỏ thân râm bụt 40g (cạo vỏ ngoài, chỉ lấy lớp vỏ lụa), lá búp táo ta 40g, gừng tươi 5 lát. Vỏ thân râm bụt thái nhỏ, sao vàng, hạ thổ; lá táo sao vàng. Tất cả sắc lấy nước uống.

* Nhức đầu chóng mặt ở phụ nữ:

Lấy một nắm hoa râm bụt (khoảng 50g), 3 lát gừng tươi, tất cả đem sắc uống.

* Chữa di mộng tinh:

Lấy hoa và lá râm bụt, lá bấn hoa trắng (còn gọi là bạch đồng nữ), thài lài tía, mã đề; mỗi thứ một nắm bằng nhau (chừng 50g) đem sắc uống.

Với phụ nữ ra khí hư bạch đới như máu cá, hoặc tiểu buốt, tiểu dắt cũng dùng bài thuốc này để chữa trị.

* Quai bị:

Lá râm bụt 50g, hành củ 50g, giã nhỏ, hoà nước, gạn nước uống, lấy bã đắp.

* Chân đau nhức, đôi khi co cứng không đi lại được:

Lá râm bụt, lá cây si, lá đào, lá mận, lá thài lài tía mỗi thứ 30g phơi khô, thái nhỏ, sao qua, ngâm với ít rượu, dùng xoa bóp hàng ngày.

* Khí hư:

Vỏ thân râm bụt (cạo bỏ vỏ ngoài) 50g thái nhỏ, sao vàng, sắc uống. Dùng trong 5 ngày.

* Chữa các bệnh của phụ nữ: Lấy một nắm vỏ rễ râm bụt phơi khô, thái nhỏ sắc với 200ml nước. Mỗi ngày uống hai bát chữa được bệnh kinh nguyệt không đều. Ngoài ra, có thể sắc cùng với lá huyết dụ, uống trong 3 đến 5 ngày để chữa bệnh rong kinh, hành kinh nhiều hoặc lấy vỏ thân cây râm bụt, đem cạo bỏ vỏ ngoài, rửa sạch, lấy 50g thái nhỏ, sao vàng, sắc uống, chữa được bệnh khí hư (bạch đới) của phụ nữ.

* Chàm mặt:

Vỏ thân râm bụt 50g, bồ kết 10 quả (bỏ hạt), gừng tươi 20g. Tất cả thái nhỏ, sắc lấy nước rồi cô đặc sền sệt. Để nguội, bôi ngày hai lần.

Làm đẹp với hoa râm bụt

Làm đẹp tóc: Từ xa xưa, phụ nữ Ấn không chỉ dùng hoa râm bụt để tô điểm cho tóc mà còn sử dụng các chiết xuất từ loài hoa này để chăm sóc tóc.

Tinh chất pha trộn giữa lá, hoa râm bụt và dầu thảo dược khi đắp lên đầu sẽ có công dụng ngăn ngừa rụng tóc. Bên cạnh đó, nước ép của hoa râm bụt còn được trộn với thuốc nhuộm từ thiên nhiên như cây lá móng và cây chàm trong quá trình nhuộm.

Trị viêm da đầu: Do râm bụt có khả năng làm se và giảm bài tiết các tuyến nhờn trên da đầu nên nó có lợi trong việc điều trị chứng viêm da đầu.

Nhờ khả năng tẩy rửa tốt, chiết xuất của loại cây này còn giúp loại bỏ dễ dàng các chất bẩn và giảm tắc nghẽn lỗ chân lông, cải thiện vẻ bề ngoài và tình trạng xấu đi của tóc. Ngoài ra, râm bụt còn hạn chế được sự tróc vảy của da đầu, một trong những nguyên nhân khiến da đầu thường bị ngứa và đỏ.

Đó là chưa kể nhờ tính giảm nhiệt, râm bụt có tác dụng làm dịu và mát da. Vì thế, nó rất hiệu quả trong việc trị gàu và tóc yếu.

Kích thích lưu thông máu: Không chỉ giúp phục hồi sự cân bằng của axit kiềm thông thường, râm bụt còn loại bỏ các độc tố trên da đầu. Quá trình này đồng thời kích thích sự lưu thông máu ở da đầu và cung cấp các dưỡng chất cần thiết cho nang tóc.

Hàng ngày, bạn phải tiếp xúc thường xuyên với những hóa chất độc hại được thải ra từ môi trường. Những chất này không chỉ phá vỡ sự cân bằng bình thường mà còn gây nên tình trạng tóc bị xơ, rối, chẻ ngọn. Đây là một trong những nguyên nhân làm tóc và da đầu bị hư tổn. Gội đầu hoặc xả tóc với chiết xuất từ râm bụt là một cách bảo vệ lý tưởng giúp chống lại những tác hại từ môi trường bên ngoài.

Chế biến mỹ phẩm râm bụt tại nhà:

Với nước nóng: Đem hoa và lá râm bụt ngâm trong nước sôi từ 10 – 12 giờ. Sau đó vớt ra, lấy nước tinh chất đã ngâm dùng để gội đầu hoặc xả lại nước cuối sau khi bạn đã gội với dầu gội.

Với nước lạnh: Bạn cũng lấy hoa và lá râm bụt, đem ngâm trong nước lạnh qua đêm với tỉ lệ 1 - 6. Sau đó, đem hoa và lá râm bụt nghiền nhuyễn ra ủ lên tóc hoặc lọc lấy nước để gội đầu.

Tinh dầu râm bụt: Lấy hoa râm bụt nấu với dầu dừa hay dầu vừng rồi để nguội. Dùng hỗn hợp dầu này mátxa cho tóc rồi gội đầu lại bằng dầu gội nhẹ. Cách này ngăn tóc rụng và giúp tóc mọc nhanh hơn.

Hỗn hợp râm bụt: Để tóc mượt và bớt gàu, hãy nghiền nát hoa râm bụt và đắp lên tóc khoảng 30 phút sau đó gội lại bằng nước sạch.

Cây Hoa Tử Uy



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Tử uy thuộc họ núc nác, tên khác là đăng tiêu, lăng tiêu, nữ uy, là một loại dây leo với tán lá luôn xanh. Rễ chùm mọc từ thân cây. Cây được trồng làm cảnh bên hàng hiên của nhiều biệt thự ở các thành phố và trong vườn gia đình.

Trong y học cổ truyền, hoa tử uy là bộ phận dùng chủ yếu, được thu hái vào mùa hè thu, khi hoa mới nở, hoa có vị ngọt, tính hơi lạnh, không độc, có tác dụng ích khí, lương huyết, làm tan máu tụ, điều hòa kinh nguyệt, chủ trị các bệnh của phụ nữ.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

*** Chữa kinh nguyệt không đều:**

Hoa tử uy 40g, nga truật 20g, đương quy 20g. Tất cả thái nhỏ, phơi khô, tán bột, rây mịn. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 6 - 8g.

- Hoặc hoa tử uy 9g, hoa hồng 9g, ích mẫu 15g, rễ đan sâm 15g, hồng hoa 6g. Tất cả sắc với 400ml nước đến khi còn 100ml, uống làm 2 lần trong ngày.

*** Chữa tắc kinh, vô kinh:**

Hoa tử uy 5g, đương quy 10g, xuyên khung 5g, bạch thược 5g, hồng hoa 5g, thục địa 10g. Tất cả thái nhỏ, phơi khô, sắc uống trong ngày, dùng 7 - 10 ngày.

- Hoặc hoa tử uy, rễ gió, rễ mỏ quạ, rễ ý dĩ, rễ vú bò, rễ cây cói, tiểu hồi, mỗi vị 8g; hồng hoa 6g; quế tâm 4g. Sắc uống ngày một thang.

Cây Hoa Trang



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa trang còn được gọi là bông trang, có các màu đỏ, trắng, vàng. Hoa thường được người dân trong nước trồng trước nhà, dưới chân các bàn thiên (nơi thắp hương) ngoài sân. Hoa thường mọc tự nhiên ở những vùng đồi núi. Ở một số nước Đông Nam Á, như Thái Lan, hoa trang màu đỏ dạng thấp thường được trồng hai bên bờ rào.

Theo y học cổ truyền, hoa trang có tính bình, vị đắng, đi vào hai kinh của cơ thể là tâm và can. Hoa có công dụng điều kinh hoạt huyết, khư ứ hành trệ, thường được dùng chữa cho phụ nữ bị tình trạng trục trặc về kinh nguyệt, và còn được dùng chữa trật đả (trật tay chân) tổn thương, đau ở vùng lưng và eo. Vỏ của thân cây hoa trang, y học cổ truyền dùng làm vị thuốc có tên gọi là đan bì.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Phụ nữ bị thống kinh (đau bụng khi hành kinh), đau đầu:

Dùng 10g hoa trang đem sắc (nấu) lấy nước uống (có thể cho vào một ít đường cát trắng).

* Tình trạng trước mỗi kỳ kinh hay bị đau bụng, đau vùng bụng dưới, có thể dùng bài thuốc:

Lấy 10g hoa trang, 10g hoa biển đậu đem nấu lấy nước uống thay cho trà trong ngày.

* Đến kỳ kinh mà không có kinh, tay chân lạnh, kèm đau vùng eo và bụng; hoặc bị chứng xích bạch đới (khí hư ở phụ nữ):

Dùng 10g hoa trang, 10g hoa quế đem nấu lấy nước uống thay cho trà để cải thiện bệnh. Có thể cho vào ít đường để dễ uống.

* Sản phụ sau sinh bị tình trạng chảy máu cam, có thể dùng vỏ của thân cây hoa trang (Đông y gọi là vị thuốc mẫu đơn hay đan bì) cùng các vị thuốc khác:

Bồ hoàng, trắc bách diệp, hoàng cầm, bạch linh (mỗi loại bằng nhau, 8g) đem nấu lấy nước uống thay trà.

* Để giúp điều kinh hoạt huyết, cải thiện kỳ kinh của phụ nữ không thuận, có thể dùng bài thuốc sau:

Một ít hoa trang, cùng 8g vị thuốc đương quy, 12g thục địa, 6g bạch thược, 20g xuyên khung. Hoa trang rửa sạch rồi cùng các vị thuốc, nửa lít nước cho vào nồi, nấu đến sôi, hạ lửa nhỏ nấu thêm mươi phút nữa, gạn lấy nước, bỏ bã thuốc. Dùng nước này đem nấu với cá, nêm nếm gia vị vừa dùng.

* Nam giới bị tình trạng hạ bộ nổi mụn nhọt, có thể dùng bột nghiền từ vỏ thân cây hoa trang, bằng cách một ngày dùng 3 lần, mỗi lần 4g uống với nước.

Cây Hoa Thiên Lý



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Thiên lý còn gọi là dạ lý hương, dạ lài hương. Là một loại cây dây leo tự quấn. Thân dài 1 - 10m, màu lục ánh vàng, khi non có lông tơ, những đoạn thân của năm trước màu xám nhạt, không có lông, thông thường có các mấu xốp nhỏ thưa thớt. Cuống lá dài 1,5 - 5cm; phiến lá hình trứng, phần gốc lá hình tim với các lõm gian thùy hẹp, nhọn mũi. Hoa mọc thành chùm, mỗi chùm chứa 15 - 30 hoa; cuống hoa 0,5 - 1,5cm, có lông măng. Thiên lý ra hoa trong khoảng từ tháng 5 đến tháng 10. Bộ phận làm thuốc là rễ, lá và hoa.

Theo nghiên cứu y học hiện đại, thành phần dinh dưỡng có trong hoa thiên lý bao gồm: Chất xơ 3%, chất đạm 2,8%, và gồm chất bột đường, các vitamin như C, B_1, B_2, PP và tiền vitamin A (caroten), cùng các khoáng chất cần cho cơ thể như canxi, phốtpho, sắt, đặc biệt là kẽm (Zn) có hàm lượng khá cao, vì vậy hoa thiên lý vừa là thức ăn và thuốc bổ dưỡng giúp trẻ mau lớn, giúp người già giảm chứng phì đại tuyến tiền liệt vừa tăng sức đề kháng cho người sử dụng. Chất kẽm còn có tác dụng đẩy chất chì ra khỏi tinh dịch, chữa chứng vô sinh ở nam do thường xuyên tiếp xúc với chì.

Theo Đông y, hoa thiên lý vị ngọt, tính bình, có tác dụng lợi gan, thanh nhiệt, giải độc, an thần, kích thích lên da non, làm sáng mắt, tiêu viêm mắt, làm tan màng mộng.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa trĩ ngoại:

Lá thiên lý (chọn lá non và bánh tẻ) 100g, muối ăn 5g. Lá thiên lý rửa sạch, giã nhỏ với muối, thêm chừng 30ml nước cất, lọc qua vải gạc. Dùng nước này tẩm vào bông, đắp lên chỗ lòi dom (sau khi đã rửa sạch bằng thuốc tím); sau đó băng lại như đóng khố. Ngày làm 1 - 2 lần, thường sau 3 - 4 ngày thì khỏi.

* Chữa tiểu buốt:

Lấy rễ cây thiên lý từ 10 - 20g, sắc lấy nước uống 2 - 3 lần trong ngày. Uống trong 5 ngày.

* Chữa đinh nhọt:

Lấy lá cây thiên lý 30 - 50g, giã nhỏ đắp vào chỗ mụn nhọt, ngày thay 1 lần, vài ba ngày sẽ khỏi.

* Chữa giun kim:

Hoa thiên lý 30g, rau sam 20g, lá đinh lăng 25g. Ba thứ rửa sạch, sao khô, sắc lấy nước uống trong ngày, mỗi ngày chia làm 3 lần, uống liên tiếp trong 3 ngày.

Hoặc có thể dùng bài thuốc sau: Lấy lá thiên lý non nấu canh cho trẻ ăn liền từ 7 - 10 ngày sẽ hiệu quả.

* Chữa mất ngủ:

Hoa thiên lý 30g, hoa nhài 10g, tâm sen 15g. Ba thứ sắc chung lấy nước uống trong ngày.

* Phòng rôm sảy ngày hè:

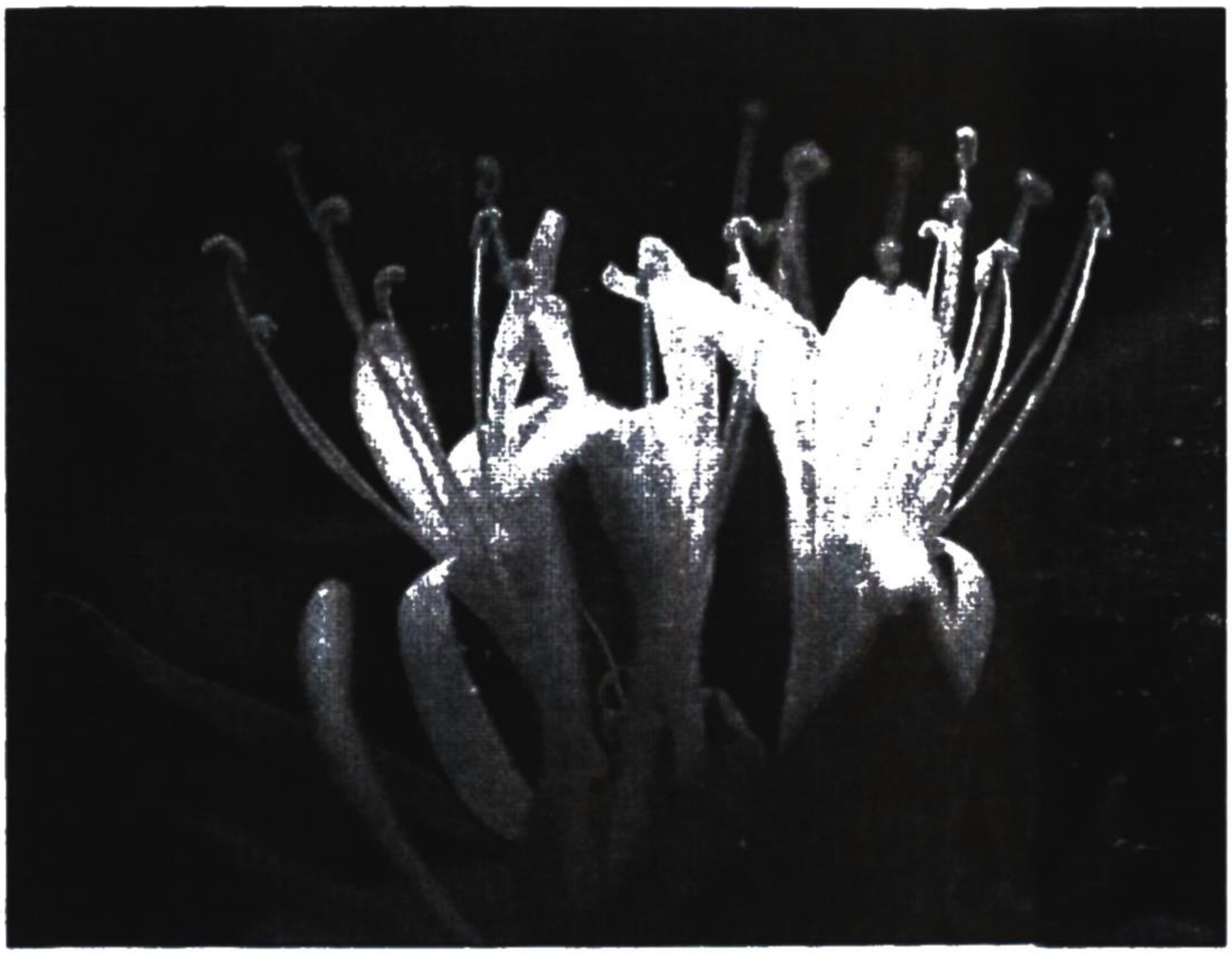
Hàng ngày nấu canh hoa thiên lý ăn. Với trẻ có thể xay lá và hoa thiên lý ra nấu lẫn với bột khi cho trẻ ăn dặm.

* Làm giảm đau mình mẩy, nhức xương cốt:

Hàng ngày lấy hoa thiên lý xào với thịt bò ăn sẽ có tác dụng.

Lưu ý: Do trong thiên lý chứa kẽm nên khi sử dụng không xào nấu cùng với các thức ăn giàu chất sắt như gan, thịt lợn nạc, rau muống... vì chất sắt có trong các loại thực phẩm này sẽ đẩy kẽm ra khỏi cơ thể, mất tác dụng chữa bệnh.

Cây Hoa Kim Ngân



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa kim ngân (hay còn gọi kim ngân hoa), là cây leo bằng thân quấn, cành non có lớp lông bao phủ gồm lông đơn, ngắn, sau nhẵn, màu hơi đỏ có vân.

Lá mọc đối xứng, hình trứng dài. Phiến lá rộng 1,5 – 5cm, dài 3 – 8cm. Lá cây xanh quanh năm. Hoa khi mới nở có màu trắng, nở lâu chuyển màu vàng. Hoa mọc ở kẽ lá, mỗi kẽ lá có hai hoa mọc trên một cuống chung, tràng hoa cánh hợp, chia làm hai môi không đều nhau. Mùi thơm nhẹ, vị đắng. Bộ phận dùng làm thuốc: Hoa mới chớm nở, lá và dây ít dùng.

Theo Đông y: Hoa kim ngân có vị ngọt, hơi đắng, tính mát, không độc, vào 4 kinh tâm, phế, vị và tỳ, có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, sát khuẩn.

Nước sắc hoa kim ngân có tác dụng ức chế mạnh đối với tụ cầu khuẩn, trực khuẩn thương hàn, trực khuẩn lị, kháng viêm, làm hạ cholesterol trong máu, lợi tiểu. Hoa kim ngân là vị thuốc chữa mụn nhọt, mẩn ngứa do dị ứng, viêm mũi do dị ứng, thấp khớp, tiêu viêm...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa mẩn ngứa, dị ứng:

Hoa kim ngân 20g, huyền sâm 10g, sinh địa 8g, thổ phục linh 6g, liên kiều 10g, hoàng đằng 8g, mạch môn 8g, quyết minh tử (sao vàng) 6g. Cách

dùng: Cho 800ml nước sắc cùng các vị thuốc còn 200ml nước, uống ngày 1 thang, chia làm 3 lần.

* Chữa mụn nhọt:

Hoa kim ngân 6g, cam thảo 3g, nước 200ml, sắc còn 100ml chia 2 hay 3 lần uống trong ngày.

* Chữa cảm sốt:

Hoa kim ngân 40g, liên kiều 40g, kinh giới tuệ 16g, cát cánh 24g, đậu xị 20g, bạc hà 24g, ngưu bàng tử 24g, trúc diệp 16g. Tất cả sấy khô tán bột. Có thể làm thành viên. Ngày uống 1 - 2 lần, mỗi lần 12g.

* Chữa cảm cúm:

Hoa kim ngân 4g, tía tô 3g, kinh giới 3g, cam thảo đất 3g, cúc tần hay sài hồ nam 3g, mạn kinh 2g, gừng 3 lát. Tất cả dùng lá phơi khô, sắc uống.

* Chữa bép phì:

Hoa kim ngân, hoa cúc, sơn tra mỗi vị 10g. Các vị thuốc đem hãm với nước sôi trong bình kín, sau chừng 20 phút thì dùng được, uống thay trà trong ngày. Loại trà này đặc biệt tốt cho những người thừa cân và béo phì có kèm theo cao huyết áp và rối loạn lipit máu thuộc thể vị nhiệt, biểu hiện bằng các triệu chứng hoa mắt chóng mặt, nặng đầu, tay chân buồn mỏi, chóng đói, miệng khát, thích uống nước mát, chất lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng dính.

* Chữa bệnh sởi:

- Hoa kim ngân 12g, ngưu bàng 8g; phù bình, đậu xị, mỗi vị 12g; liên kiều, cát cánh, thăng ma mỗi vị 8g; xác ve sầu 4g.

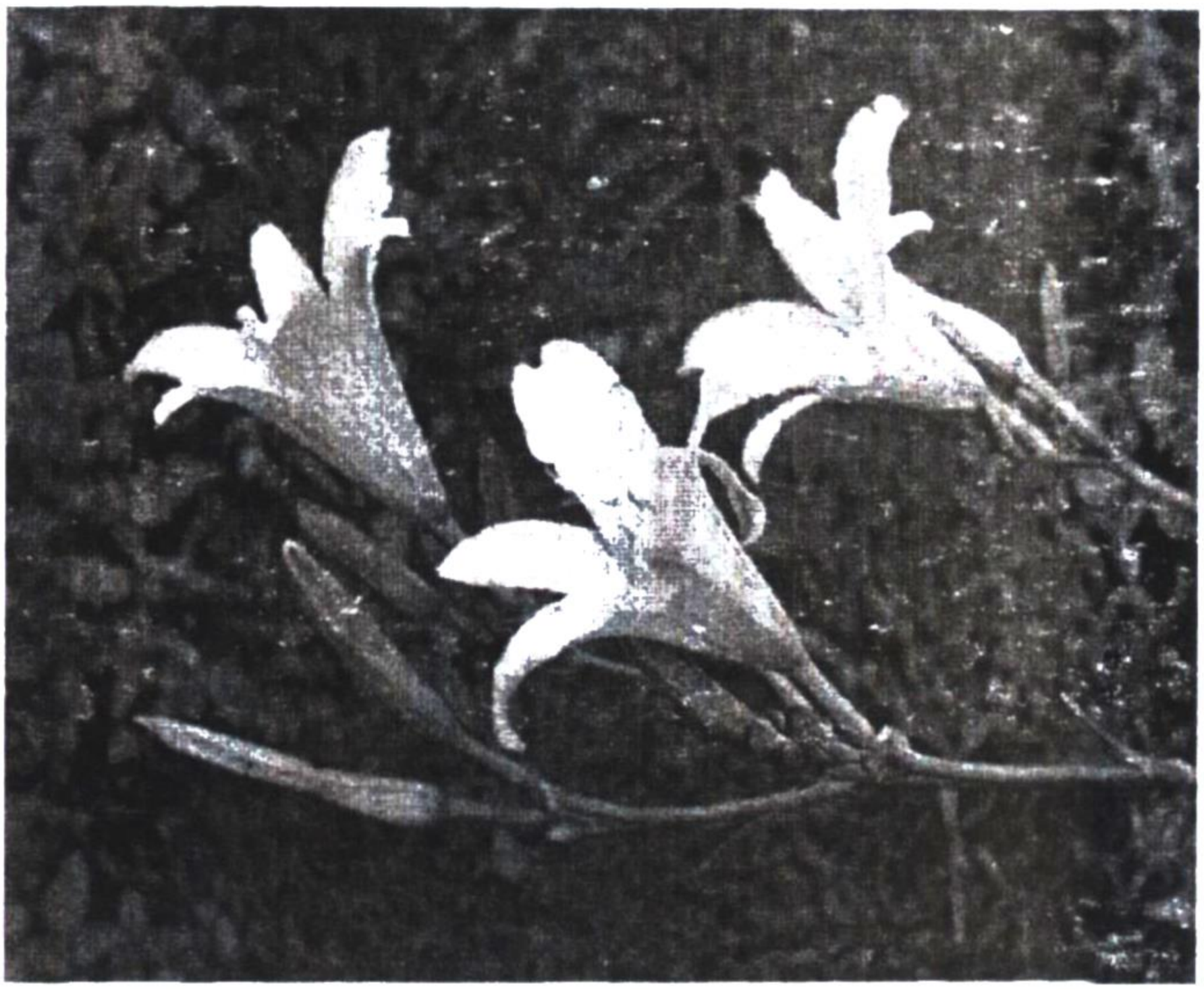
- Hoa kim ngân 30g, cỏ ban (cây nọc sởi) 30g. Dùng tươi, giã nhỏ, cho 50ml nước đã chín, gạn lấy nước, đun cách thuỷ hoặc hấp cơm, ngày uống 2 lần.

- Hoa kim ngân 16g, ké đầu ngựa 3g, sinh địa 8g, huyền sâm 10g, kinh giới 4g. Cho 600ml nước, sắc còn 100ml. Uống ngày 1 thang, chia hai lần.

* Chữa sốt xuất huyết thể nhẹ (độ 1 và 2):

Cỏ nhọ nồi 20g, hoa kim ngân 12g, rễ cỏ tranh 20g (sao vàng) 8g, sài đất 20g, hạ khô thảo 12g, hoa hoè (sao vàng) 10g, gừng tươi 3 lát. Cách dùng: Cho 600ml nước sạch, đun sôi 30 phút cùng các vị thuốc, để ấm uống ngày 3 lần.

Cây Hoa Hiên



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa hiên còn được gọi là hoàng hoa, kim trâm, huyên thảo, lê lô, lộc thông, người Tày gọi là phắc chăm. Là loại cây thảo có thân rễ ngắn. Rễ củ hình trụ dài xếp thành chùm. Lá hình dải hẹp, dài 40 - 50cm, rộng 2 - 4cm, xếp thành 2 dãy trong một mặt phẳng, gốc có bẹ to mọc ốp vào nhau, đầu thuôn nhọn, thường gập xuống, gân song song, hai mặt nhẵn cùng màu. Cụm hoa phân nhánh, mọc trên một cán dài bằng lá; hoa to màu vàng cam đến vàng đỏ, bao hoa hình phễu.

Cây hoa hiên được trồng làm cảnh ở một vùng có khí hậu quanh năm ẩm mát như Tam Đảo (Vĩnh Phúc), Sa Pa (Lào Cai) và Đà Lạt (Lâm Đồng). Dân gian hay dùng lá và hoa hiên nấu canh ăn, dùng rễ và nụ làm thuốc. Hoa hiên vị ngọt, tính mát, giúp thanh nhiệt, tiêu đờm, cầm máu, thông sữa, an thai, lợi tiểu, sáng mắt. Một số nơi dùng lá và hoa hiên làm thuốc chữa chảy máu cam. Lá hái quanh năm, rễ đào vào thu đông, có khi vào mùa khác, dùng tươi hay phơi khô.

Chúng ta vẫn thường mua hoa hiên về nấu canh, nấu lẩu thay đổi khẩu vị gia đình, nhưng không phải ai cũng biết hoa hiên là một dược thảo dùng trong Đông y từ lâu.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa chảy máu cam:

- Dùng hoa hiên rửa sạch, giã nát, thêm nước, lọc lấy nước cốt để uống, bã dùng nút vào lỗ mũi.

- Hoặc dùng rễ cây hoa hiên 15g để tươi, rửa sạch, giã nhỏ, thêm nước, vắt lấy nước đặc (khoảng một bát), hòa một ít mật ong để uống.

- Hoặc dùng hoa hiên 30g, hấp chín, chia làm 2 - 3 phần đều nhau. Khi dùng, cho 1 phần vào ly, rót nước sôi vào ngâm, để nguội uống thay nước trà.

Tuy nhiên, nếu lỗ mũi trước đây có bị ngoại thương, hoặc do nội tạng có bệnh, thỉnh thoảng gây ra chảy máu cam, thì dùng cách này sẽ không thích hợp.

* Phụ nữ có thai 3 - 4 tháng, nhất là những tháng nắng nóng, dễ bị ảnh hưởng của thời tiết làm cho thai động không yên:

Dùng hoa hiên, rễ cây gai (loại dùng làm bánh), đều 30g, nấu lấy nước uống thay nước trà.

* Chữa viêm tuyến sữa, ít sữa:

Hoa hiên 25g, thịt lợn nạc 100g, hành trắng 1 cọng. Cho vào một lượng nước thích hợp nấu tới khi thịt lợn chín, chia đều làm 2 lần dùng trong ngày, ăn thịt, uống nước, uống liên tục 7 ngày.

* Chữa chứng "bốc hỏa" (lâu lâu thấy có cơn nóng bừng bừng lên, khó chịu):

Hoa hiên 10g, lá dâu (tằm ăn) 20g. Nấu canh ăn hàng ngày.

* Chữa mất ngủ:

Hoa hiên 30g, cho vào một lượng nước vừa phải, nấu trong nửa giờ, cho thêm một ít đường phèn, nấu thật sôi, uống trước khi đi ngủ 1 giờ.

* Chữa vàng da:

Rễ hoa hiên 15g giã nhỏ, vắt lấy nước cốt uống. Y học cổ truyền quan niệm rằng vàng da (hoàng đản) do thấp nhiệt hoặc huyết ứ. Hoa hiên trừ thấp nhiệt nên trị vàng da rất có lý.

* Chữa chứng xuất huyết dưới da:

Lá hoa hiên 20g, cá diếc 1 con (200g). Cá diếc để nguyên con còn sống, không đánh vảy, không mổ bỏ ruột, chỉ rửa sạch với nước muối pha hoặc nước pha giấm cho hết nhớt, cho cá vào xoong để luộc với lượng nước vừa phải. Cá chín gỡ lấy thịt cá, bỏ vảy, bỏ ruột, xương cá giã ra và lấy nước luộc cá để lọc lấy nước dùng. Lá hoa hiên rửa sạch thái thật nhỏ. Xào thịt cá với hành và chút dầu ăn, đun sôi nước luộc cá (nước dùng) cho lá hoa hiên (đã thái nhỏ) và cá đã xào vào nấu chín, nêm nếm vừa miệng, ăn cái và uống nước. Cách ngày ăn 1 lần.

* Chữa nước tiểu nóng:

Rễ hoa hiên 15g, mã đề 12g, râu ngô 12g, sắc với 3 bát nước, còn 1 bát, chia làm 2 lần uống trong ngày, uống liên tục 5 - 10 ngày.

* Chữa trĩ nội:

Hoa hiên 30g, cho vào một lượng nước thích hợp nấu 1 giờ. Khi nước sôi, thêm vào một ít đường đỏ, để còn âm ấm, uống trước bữa ăn sáng 1 giờ. Uống liên tục 3 - 4 ngày.

* Trong họng lúc nào cũng thấy như vướng vật gì (mai hạch khí):

Hoa hiên 30g, gạo tẻ l00g. Cho hoa vào chảo, thêm một ít dầu, muối, sao lên, nấu chung với gạo đã vo kỹ thành cháo. Cháo chín chia làm 2 - 3 lần ăn, ăn hết trong ngày.

* Trong người nóng nảy bực bội, phiền toái, khó ngủ:

Hoa hiên 30g, đường phèn 15g. Hoa hiên rửa sạch thái vụn, sau cho vào nồi đổ nước sắc trong 15 phút, bắc ra cho đường phèn vào đánh tan. Uống vào buổi tối trước khi đi ngủ.

* Chữa kinh nguyệt không đều:

Hoa hiên 15g, ích mẫu thảo 12g, ngải cứu 12g, rễ cây gai 20g. Sắc uống ngày một thang chia làm 2 lần uống trong ngày, uống liền 7 ngày.

* Chữa bốc hỏa ở phụ nữ mãn kinh:

Hoa hiên 10g, lá dâu 20g. Nấu canh ăn hàng ngày.

* Chữa mất ngủ:

Hoa hiên 12g, lá dâu tằm 20g, lá vông nem 10g. Nấu canh ăn hàng ngày. Hoặc đem hoa hiên phơi

khô trong râm, sao qua lửa, hàng ngày hãm uống thay chè.

- Tắc tia sữa:

Hoa hiên 12g, bồ công anh 40g. Sắc uống ngày một thang, chia làm 3 lần uống trong ngày, dùng liền 7 thang.

* Chữa cao huyết áp, nhất là bệnh do thần kinh căng thẳng:

Hàng ngày, có thể dùng hoa hiên nấu canh ăn hoặc nấu lấy nước uống có tác dụng khá tốt.

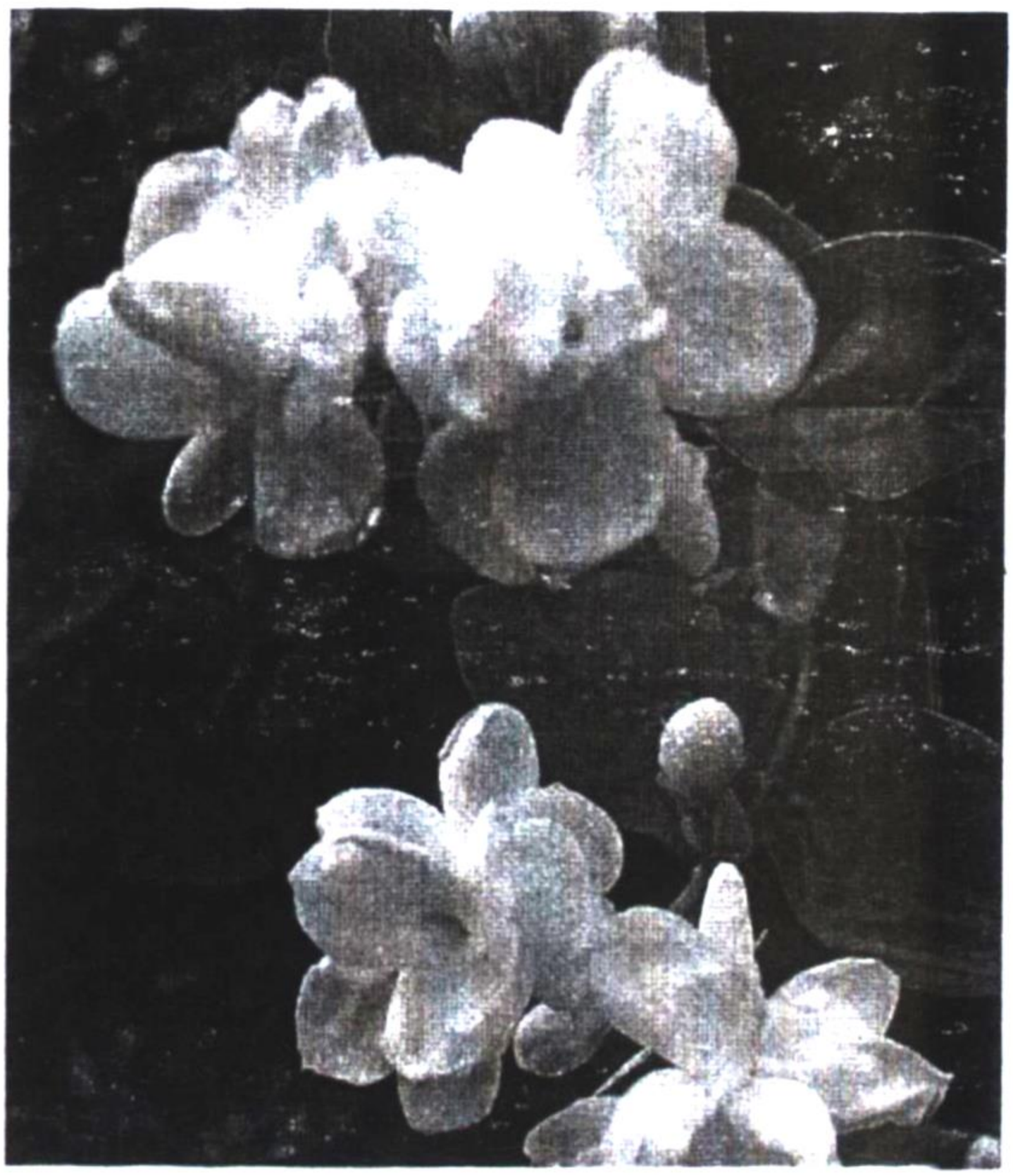
Liều lượng: 15 - 20 hoa (tươi hoặc khô)/ ngày (1kg khoảng 100 bông). Liều dùng: 1 lần / ngày (uống bất kỳ lúc nào thuận tiện).

Cách thức: nấu với 250ml nước trong khoảng 15 phút, khi lượng nước giảm còn 1/2 thì dùng (uống ấm hoặc lạnh đều được). Chỉ uống nước, không cần dùng hoa.

Chú ý: Không dùng hoa hiên để ăn sống vì sẽ bị ngộ độc. Dùng hoa hiên liều cao có thể gây mờ mắt. Những người dạ dày và ruột có thấp nhiệt, thấp độc, không nên dùng.

Hoa hiên là một loại rau tươi nên chỉ để được 3 ngày (trong tủ lạnh). Có thể mua hoa về phơi hoặc sấy khô để dùng lâu.

Cây Hoa Nhài



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa nhài là cây thân gỗ, thường mọc thành bụi, lá bóng cả hai mặt, phiến lá hình bầu dục hơi trái xoan, mọc đối xứng. Hoa trắng, mọc thành cụm ở nách lá hay ngọn của cành. Hoa nhài được trồng làm cảnh ở khắp nước ta. Ngoài công dụng để ướp trà, hoa nhài còn là vị thuốc chữa một số bệnh thông thường.

Hoa nhài được sử dụng phổ biến nhất là dùng làm trà hoa nhài. Người Trung Quốc thường có thói quen uống trà xanh trong thời gian mùa xuân và mùa hè, nhưng vào mùa thu, đặc biệt mùa đông thì lại thường uống trà hoa nhài, còn ở Việt Nam thường dùng hoa nhài ướp thơm trà.

Hoa nhài có sức mạnh loại bỏ sự căng thẳng và trầm cảm, và nó có thể giúp lấy lại sự tự tin. Những bông hoa nhài còn được sử dụng nhiều trong ngành công nghiệp nước hoa.

Những bông hoa nhài tươi có chứa một lượng cao dầu etheric, có tác dụng tăng cường năng lượng. Ngoài ra, hoa nhài cũng có chứa benzilic acetate, linalcohol, rượu benzilic, indole và jasmon... Các nghiên cứu cho thấy các chất này có tác dụng tăng cảm giác ham muốn tình dục.

Bên cạnh đó phải kể đến một số tác dụng khác của hoa nhài là: cải thiện tiêu hóa, bổ trợ trong việc loại bỏ độc tố và giúp giảm cân. Chúng cũng giúp

đẩy mạnh quá trình trao đổi chất, cải thiện lưu thông máu. Trong y học cổ truyền, hoa nhài có tính bình, hơi hàn, vị đắng có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, lợi thấp, tiêu thũng, hoạt huyết... dùng chữa bệnh mất ngủ, cao huyết áp, tiêu chảy, hoa mắt, chóng mặt...

Xoa bóp dầu thơm từ hoa nhài có thể có ích cho bất kỳ loại chứng đau đớn nào về thể chất: Với những phụ nữ sinh đẻ, dùng dầu hoa nhài cũng rất tốt. Thậm chí hơn thế, hoa nhài còn là một chất khử trùng mạnh mẽ, an thần và thuốc được đề nghị dùng cho trường hợp khó thở, ho và suy nhược thần kinh. Nó cũng có tác dụng với các bệnh về da và một lượng nhỏ tinh dầu hoa nhài cũng có thể làm dịu cơn đau.

Trà hoa nhài được biết đến nhiều bởi nó chứa rất nhiều chất dinh dưỡng như là một tá dược trong giảm cân. Trà hoa nhài không có bất kỳ đặc tính năng lượng giống như trà xanh, nhưng nó có tính chất an thần và nó có thể điều chỉnh lưu thông máu, giảm căng thẳng động mạch. Hương của hoa nhài ngọt ngào kết hợp với trà xanh sẽ là một liều thuốc bổ và có hiệu quả tăng năng lượng.

Trà hoa nhài có thể giúp cơ thể thư giãn và lấy lại sức mạnh sau sự căng thẳng hoặc thời gian làm việc quá nhiều ở cả về thể chất và tinh thần.

Lưu ý:

Các chuyên gia không khuyến khích việc dùng trà hoa nhài với lượng lớn, đặc biệt là trong trường hợp đang mang thai, khi dạ dày trống rỗng, để tránh gây ra độ axit cao.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa mất ngủ:

- Hoa nhài 6g, tâm sen 8g. Hoa nhài và tâm sen hãm với nước sôi uống nhiều lần trong ngày. Uống liên tục từ 7 - 10 ngày sẽ thấy kết quả rõ rệt.

- Hoặc hoa nhài 10g, bồ công anh 20g, kim ngân hoa 20g, cam thảo đất 10g, sắc uống ngày 1 thang chia 2 - 3 lần. Uống liên tục trong 7 ngày.

* Chữa cao huyết áp:

Hoa nhài 10g, hoa hòe 10g, kim cúc 6g, hoa đại 6g. Sắc với ba bát nước còn một bát, chia uống hai lần trong ngày. Uống vào buổi sáng và tối sau bữa ăn. Mỗi liệu trình uống 10 ngày.

* Chữa bệnh tiêu chảy:

- Hoa nhài 6g, chè xanh 10g, thảo quả 3g, vỏ dộp thân cây ổi 3g. Cách dùng: 4 thứ trên đem sắc với 600ml nước còn 200ml, chia 3 lần uống trong ngày, uống sau các bữa ăn. Uống liên tục trong 3 ngày.

- Hoặc hoa nhài 10g, vỏ quả lựu 10g, cam thảo đất 16g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 2 - 3 lần. Uống trong 4 ngày.

* Chữa chứng hay nhức đầu, hoa mắt, chóng mặt:

Hoa nhài và hoa cúc vàng, mỗi vị 6g. Cả hai rửa sạch, để ráo đem hãm với nước sôi, uống thay nước trà hàng ngày.

* Nhức mỏi, đau đầu gối:

Hoa nhài 50g, móng giò lợn 200g. Cách nấu: móng giò lợn rửa sạch, chặt khúc, ướp gia vị. Hoa nhài đã rửa sạch để ráo. Cho 3 bát nước đun sôi móng giò khoảng 30 phút, cho hoa nhài vào, nêm gia vị vừa đủ bắc ra ngay. Ăn khi canh còn nóng, có thể dùng làm canh ăn với cơm. Mỗi tuần nên ăn khoảng 3 - 5 lần. Đơn thuốc này dễ làm nhưng lại hiệu quả cho người hay nhức mỏi, đau đầu gối.

* Giúp thanh nhiệt mùa hè, tăng cường sức đề kháng:

- Hoa nhài khô 6g sắc uống thay nước hàng ngày.

- Hoặc dùng trà hoa nhài: Hoa nhài khô 1 thìa, cho hoa nhài vào bình, rót 300ml nước sôi để hãm, 5 phút sau trà có mùi thơm có thể uống luôn, người thích ngọt thì cho thêm mật ong hòa đều để nguội uống. Bài thuốc này có công dụng thanh thuần tỉnh não, giảm cảm giác căng thẳng.

* Chữa đi tiểu nhiều:

Hoa nhài 5g, ngân hạnh 3g, sắc với 3 bát nước trong 1 giờ. Ngày uống hai lần, uống trong 7 ngày.

* Chữa đau đầu, ho:

Biện pháp sử dụng hoa nhài đơn giản nhất là uống trà hoa nhài. Trà hoa nhài có thể được sử dụng để điều trị đau đầu, ho và bệnh thấp khớp.

* Chữa chứng tiểu ra máu:

Hoa nhài 15g, hoàng tinh 5g đem nấu với thịt lợn để ăn.

* Chữa ho ra máu:

Dùng hoa nhài giã nát, thêm chút mật ong uống trị chứng bệnh ho ra máu. Có thể thêm nước sắc uống để khôi phục niệu đạo sau cảm nhiễm.

* Chữa ngoại cảm, phát sốt:

Hoa nhài 4g, chè xanh 10g, thảo quả 3g. Nấu uống ngày 1 thang, chia 3 lần.

* Hen suyễn:

Dùng hoa nhài 3g, đậu phụ 100g hãm vào nước sôi uống trị được phế ung, hen suyễn, ngực đầy khí suyễn, hô hấp không thuận.

* Chữa tiêu khát, tràng vị:

Hoa nhài 3g sắc uống thay trà, chữa các chứng lỵ, nếu thêm râu ngô 20g thì cải thiện được công năng tràng vị, chữa các bệnh tiêu khát, vật vã không yên.

* Hay đói, ngực đầy, bụng trướng, tâm thần bất an:

Hoa nhài 5g, tuỷ lợn 200g, bạch quả 3g, sắc với nước trong 1 giờ trị được các bệnh khát tiểu nhiều, hay đói, ngực đầy, bụng trướng, tâm thần bất an.

Cây Hoa Đào



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Nói đến mùa xuân là nói đến hoa đào. Ngày nay hoa đào đã có mặt khắp nơi trên đất nước ta, đặc biệt là ở miền Bắc mỗi khi tết đến xuân về. Ngoài những giá trị thẩm mỹ và văn hóa, hoa đào còn là một dược phẩm và mỹ phẩm độc đáo của nền y học cổ truyền.

Từ xa xưa, sau dịp Tết Nguyên đán, người ta thường thu hái hoa đào đem phơi khô trong bóng râm (phơi âm can) và bảo quản nơi cao ráo để làm thuốc dùng dần. Theo nhiều sách thuốc cổ như Thiên kim phương, Ngoại đài, Thánh tễ tổng lục, Thánh huệ phương, Biệt lục, Bản thảo cương mục, Trửu hậu phương, Hồng nghĩa giác tư y thư... hoa đào có vị đắng, tính bình, không độc và vào được ba đường kinh tâm, can và vị. Vị thuốc từ hoa đào có công dụng lợi thủy, hoạt huyết, thông tiện, được người xưa dùng để chữa các chứng bệnh như thủy thũng, cước khí, đàm ẩm, tích trệ, đại tiểu tiện bất lợi, kinh bế, tâm phúc thống (đau vùng tim), mụn nhọt... Ngoài ra, hoa đào còn được dùng như một thứ mỹ dược phẩm để làm đẹp cho phụ nữ.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa các chứng cước khí, đau vùng tim:

Dùng hoa đào khô tán bột, uống với nước ấm hoặc rượu với liều từ 3 - 5g trong một ngày.

* Chữa chứng rụng tóc, hói đầu:

Dùng bột hoa đào trộn đều với mỡ lợn hoặc dầu vừng rồi bôi lên vùng tổn thương sau khi đã rửa sạch bằng nước hòa với tro của rơm rạ.

* Chữa chứng ngược tật (sốt rét):

Dùng hoa đào tán bột uống, mỗi ngày 3g với rượu ấm.

* Chữa chứng kiết lỵ dai dẳng:

Dùng hoa đào 10 - 15 bông sắc uống, mỗi ngày 3 lần.

* Chữa chứng đại tiện táo kết:

Dùng hoa đào khô 10g, hoa đào tươi 30g, sắc uống.

* Chữa chứng tiểu tiện bất lợi:

- Dùng hoa đào tươi 30g trộn với bột mỳ, đường làm bánh nướng ăn.

- Hoa đào nấu với gạo tẻ, mật ong và đường thành cháo để ăn.

* Làm hết các nếp nhăn trên mặt:

Có thể dùng nước sắc hoa đào rửa mặt. Hoặc lấy hoa đào, nhân hạt bí đao nghiền mịn, trộn với mật ong, buổi tối xoa lên mặt, sáng dậy rửa đi, các vết nhăn sẽ dần dần hết.

* Chữa các vết rám đen, vết thâm ở mặt:

Dùng hoa đào 4 phần, bạch dương bì 2 phần và bạch quả tử nhân 5 phần, tất cả đem sấy khô, tán thành bột mịn, đựng trong lọ kín dùng dần. Mỗi

ngày uống 3 lần, mỗi lần 1g ngay sau bữa ăn. Bài thuốc này có tên gọi là Bạch dương bì tán, được ghi lại trong sách Trửu hậu phương.

Hoa đào và hoa mai lượng bằng nhau (dùng hoa khô), pha (với nước sôi) cho ra nước, dùng nước này để rửa mặt.

- Hoặc dùng hoa đào tươi 250g và bạch chỉ 30g ngâm với 1000ml rượu trắng, sau 1 tháng thì dùng được, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 10ml.

- Hoặc dùng hoa đào 10g, hoa sen 15g hãm với nước sôi trong bình kín, sau 15 phút thì dùng được, uống thay trà trong ngày.

* Chữa cước khí (ngứa do thời tiết lạnh): Hoa đào phơi âm can (phơi bóng râm), giã nát, uống nóng với ít rượu.

* Với những phụ nữ quá béo, muốn có được một thân hình thon thả, ưa nhìn:

Sách "Thiên kim yếu phương" khuyên nên uống bột hoa đào mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1g vào lúc đói.

* Phụ nữ muốn có được làn da trắng trẻo, nhu nhuận, mịn màng:

- Hoa đào 200g, đông qua nhân (nhân hạt bí đao) 250g, và bạch dương bì (vỏ cây bạch dương) 100g. Các vị đều sấy hoặc phơi khô, tán bột, trộn thêm một chút đường trắng rồi đựng trong lọ kín để dùng dần. Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 thìa cà phê sau bữa ăn.

- Hoặc có thể dùng bài Tam hoa trừ trựu dịch gồm có hoa đào, hoa sen và hoa phù dung lượng bằng nhau, sắc lấy nước rửa mặt hàng ngày.

- Cũng có thể dùng hoa đào tươi 120g ngâm với 500ml rượu trắng, sau 7 ngày thì dùng được, uống mỗi ngày 10ml .

- Hoa đào 100g, nhân hạt bí đao 100g, vỏ quýt 20g, tất cả đều phơi khô, tán bột, uống mỗi ngày 2 lần với nước ấm sau bữa ăn. Muốn da trắng thì thêm nhân hạt bí đao, nếu muốn da đỏ hồng thì thêm hoa đào.

- Vào ngày mùng 3 tháng 3 âm lịch lấy hoa đào phơi khô, tán bột. Ngày mùng 7 tháng 7 chích lấy máu ở mào con gà, đem trộn với bột hoa đào rồi bôi lên da mặt, sau 2 - 3 ngày màng thuốc bong ra thì da mặt trở nên tươi sáng như hoa. Đây là phương thuốc làm đẹp bí truyền của Thái Bình công chúa đời nhà Đường (Trung Quốc), sau được sách Thánh tễ tổng lục chế thành một loại mỹ phẩm có tên gọi là Diện mô cao.

* Muốn tư âm bổ thận, nhuận da và dưỡng nhan sắc, có thể dùng món ăn được chế từ hoa đào:

Hoa đào 20 bông, tôm nõn 300g, củ cải 150g, hành tây 70g, tương cà chua 50g, dầu thực vật và gia vị vừa đủ; hoa đào tỉa lấy cánh rửa sạch, củ cải và hành tây rửa sạch thái mỏng, đổ dầu vào chảo, phi hành cho thơm rồi cho tôm, củ cải, hành tây vào

xào to lửa, khi chín cho tương cà chua và gia vị vừa đủ, đổ ra đĩa, rắc cánh hoa đào lên trên, ăn nóng.

* Chữa trứng cá, mụn nhọt trên da mặt:

Dùng hoa đào và nhân hạt bí đao với liều lượng bằng nhau, phơi khô, tán bột, hòa với mật ong mà bôi hoặc dùng hoa đào và đan sa với liều lượng như nhau, tán bột, uống mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 đồng cân (3 - 4g) vào lúc đói trong 10 - 20 ngày. Ngoài ra, để trị mụn nhọt ở vùng lưng, sách Thánh tễ tổng lục khuyên nên dùng bột hoa đào hòa với giấm đặc mà bôi lên tổn thương nhiều lần trong ngày.

* Hỗ trợ cải thiện chứng liệt dương:

Hoa đào, hoa hồng, hoa tường vi, hoa mai, hoa rau hẹ, trầm hương (mỗi loại 30g), đào nhân 24g. Đem các vị trên ngâm trong 1 lít rượu, đậy kín, sau 1 tháng có thể đem ra dùng được. Trong quá trình ngâm nên lắc nhiều lần cho thật đều. Mỗi lần uống 20ml, ngày uống 1 - 2 lần.

* Hoạt huyết, nhuận da và làm đẹp:

- Lấy 150g hoa đào khô (thu hái hoa đào mới nở rồi phơi khô trong bóng râm) đem ngâm với 1,5 lít rượu trắng, bịt kín miệng, sau 15 ngày có thể dùng được, uống mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 10 - 20ml, đồng thời lấy một chút rượu thoa đều lên da mặt.

Món ăn từ hoa đào

➢ Cháo hoa đào

Nguyên liệu:

Cánh hoa đào tươi 4g, gạo tẻ 100g.

Cách làm:

Hai thứ trên nấu thành cháo loãng, ăn cả nước lẫn cái, cách một ngày dùng 1 lần. Có tác dụng nhuận tràng, thông tiểu tiện nên chữa được chứng táo bón.

➢ Hoa đào nấu tôm nõn

Nguyên liệu:

Hoa đào tươi 5 bông, tôm nõn 10g, chân giò hun khói 10g, trứng gà 4 quả, gia vị vừa đủ dùng.

Cách làm:

Ngắt bỏ nhuỵ hoa đào, rút từng cánh hoa rửa sạch, để ráo nước thái thành sợi nhỏ. Tôm nõn rửa sạch cho rượu và gia vị hấp chín, cắt nhỏ. Chân giò hun khói cắt nhỏ. Trứng gà đập vào bát đánh tan, thêm nước dùng gà, mì chính, rượu, gia vị, bột tiêu sọ, muối tinh, bột ướt, đánh đều.

Đặt chảo cho mỡ nóng, cho hỗn hợp trứng gà, nêm gia vị đủ, đảo đều đến chín múc ra đĩa và rắc hoa đào sợi, tôm nõn và chân giò hun khói lên trên. Ăn hết một bữa. Dùng vài lần sẽ chữa được tiểu tiện không thông cho phụ nữ mang thai.

Cây Hoa Mai Trắng



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa mai nói đến ở đây là hoa mai trắng (bạch mai hoa) là một tên gọi khác của cây mơ, có nhiều ở miền bắc nước ta. Cần phân biệt với cây mai vàng phương Nam (Ochna integerrima Lour) và cây mai cánh kép thường được trồng làm cảnh. Cũng như đào và mận, mai có nguồn gốc từ Trung Quốc và Nhật Bản.

Cây mai nhỏ, cao chừng 4 - 5m, hoa mọc đơn độc ở kẽ những lá đã rụng, có cuống ngắn, màu trắng và có mùi thơm, đài hình bánh xe, 5 răng nhỏ, tràng 5 cánh mỏng, nhị nhiều xếp thành 2 vòng, bầu thượng, một ô.

Trong thành phần hóa học, hoa mai trắng chứa nhiều tinh dầu như cineole, borneol, linalool, benzyl alcohol, farnesol, terpineol, indol... và một số chất khác như meratin, calycanthine, caroten...

Nghiên cứu hiện đại cho thấy, hoa mai trắng có tác dụng thúc đẩy bài tiết dịch mật, ức chế một số loại vi khuẩn như coli, trực khuẩn lỵ, trực khuẩn thương hàn, phẩy khuẩn tả, trực khuẩn lao...

Theo dược học cổ truyền, hoa mai trắng vị ngọt hơi đắng, tính ấm, không độc, có công dụng giải thử sinh tân, khai vị tán uất, hóa đàm, thường được dùng để chữa các chứng bệnh như sốt cao phiền khát, tức ngực, ho, hầu họng sưng đau, bỏng, lao hạch, chán ăn, chóng mặt...

Các y thư cổ như Bản thảo cương mục, Bản thảo nguyên thủy, Bách thảo kính, Bản thảo tái tân, Cương mục thập di, Thực vật nghi kỵ... đều đã ghi lại nhiều phương thuốc có dùng hoa mai trắng với những kiến giải khá sâu sắc.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Cảm nắng gây tâm phiền, đau đầu, chóng mặt:

- Hoa mai trắng 9g sắc uống hoặc phối hợp hoa mai với hoa biển đậu và lá sen tươi lượng vừa đủ, sắc uống.

- Hoa mai trắng 15g, hoa cúc trắng 15g, hoa hồng 15g, hãm uống thay trà.

*Cao huyết áp, cơn đau thắt ngực:

- Hoa mai trắng 3g, thảo quyết minh 10g hãm với nước sôi trong bình kín, sau 15 phút thì dùng được, uống thay trà trong ngày.

* Mai hạch khí, đau dạ dày, viêm gan và xơ gan mức độ nhẹ:

Hoa mai trắng 5g đem ninh với 100g gạo tẻ thành cháo, chế thêm đường trắng, chia ăn vài lần trong ngày.

Mai hạch khí là chứng cảm thấy trong họng có vật gì đó gây bế tắc, thổ không ra, nuốt không trôi nhưng không gây trở ngại cho việc ăn uống.

Với chứng bệnh này người ta còn dùng hoa mai 12g, hoa quế 3g, trà 20g, ba thứ trộn đều, chia làm 3 lần hãm uống thay trà.

* Chướng bụng, đầy hơi:

Hoa mai trắng 10g, mộc hương 10g, hương phụ 15g, sắc uống.

* Đau bụng do lạnh:

Hoa mai trắng và chu sa liên lượng bằng nhau, sấy khô, tán bột, uống mỗi lần 3 - 6g với rượu nhạt.

* Chữa nấc:

Hoa mai trắng 5g, tai hồng (thị đế) 5 cái, gừng tươi 3 lát, gạo tẻ 100g. Đem gừng tươi và thị đế sắc kỹ lấy nước, bỏ bã rồi cho gạo vào nấu thành cháo, khi chín thì cho hoa mai vào, đun sôi vài dạo là được, chia ăn vài lần trong ngày.

* Chữa nôn mửa:

Hoa mai trắng 5g, nước cốt gừng tươi 5ml. Đem hoa mai hãm với nước sôi trong bình kín, sau chừng 20 phút là dùng được, chắt ra hòa thêm nước gừng tươi rồi uống, mỗi ngày dùng 2 thang.

* Chữa viêm họng, viêm amydan cấp tính:

- Hoa mai trắng 6g, huyền sâm 9g, bản lam căn 9g, sắc uống.

- Hoa mai trắng 15g, kim ngân hoa 15g, thạch cao 15g, huyền sâm 9g, sắc uống.

- Hoa mai trắng 9g hãm với nước sôi trong bình kín, uống thay trà trong ngày.

* Chữa viêm họng mạn tính:

- Hoa mai trắng 6g, hoa dành dành 5g, trà 20g. Ba thứ trộn lẫn chia làm 2 lần hãm với nước sôi uống thay trà, mỗi ngày 1 thang.

- Hoa mai trắng và hoa ngọc trâm lượng vừa đủ đem nấu với 60g gạo tẻ thành cháo, chia ăn vài lần trong ngày, mỗi ngày 1 thang.

* Chữa ho dai dẳng:

- Hoa mai trắng 9g hãm uống thay trà trong ngày.

- Hoa mai trắng 10g, khoản đông hoa 10g, gạo tẻ 60g, tất cả đem ninh thành cháo, chế thêm một chút mật ong, chia ăn vài lần trong ngày.

* Mất nước nhiều do thử nhiệt gây phiền khát, tức ngực:

Hoa mai trắng 10g, lá sâm 10g, cam thảo 10g, mạch môn 15g, hoắc hương 6g, sắc uống.

* Chữa chứng chán ăn do thử nhiệt:

Hoa mai trắng 10g, lá sen 50g, hãm với nước sôi uống thay trà trong ngày.

* Chữa tức ngực, khó thở:

Hoa mai trắng 10g, đan sâm 10g, qua lâu nhân 15g, sắc uống trong ngày.

* Chữa đau khớp do phong thấp:

Hoa mai trắng 9g, thạch nam đằng 9g, thố nhĩ phong 9g, gâm với 200ml rượu, mỗi lần uống 30 - 50ml.

* Chữa viêm kết mạc cấp tính:

Hoa mai trắng 6g, cúc hoa 9g sắc kỹ rồi hòa thêm một chút mật ong uống.

* Chữa tổn thương do trật đả:

Hoa mai trắng 9g, lá liễu 9g, quá sơn long 9g, đem ngâm với 250ml rượu trắng, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 50ml.

* Chữa vết thương chảy máu:

Hoa mai trắng 10g đem sao tồn tính rồi tán thành bột rắc vào vết thương.

* Chữa viêm loét môi và niêm mạc miệng:

Hoa mai trắng tươi lượng vừa đủ đem giã nát với đường trắng rồi vắt lấy nước bôi vào tổn thương.

* Chữa lao hạch:

Hoa mai trắng lượng vừa đủ, trứng gà 1 quả. Dùng dao nhọn chích một lỗ nhỏ ở quả trứng rồi nhét hoa mai vào trong, đem hấp cách thủy cho chín rồi ăn, mỗi ngày 1 lần, 7 lần là một liệu trình.

* Chữa viêm da lở loét:

Hoa mai trắng 6g đem ngâm với dầu lạc hoặc dầu vừng, sau 2 tuần thì dùng được, bôi vào tổn thương mỗi ngày 2 lần.

* Thanh nhiệt tán uất, thuận khí chỉ khái, dùng để chữa ho do đờm nhiệt:

Hoa mai khô 5g đem hãm với nước sôi, uống thay trà trong ngày, mỗi ngày dùng 2 lần.

- Thân cây có vị chua mặn, tính mát; có tác dụng tiêu thũng, tiêu viêm, chỉ thống (chống đau).

Ở nước ta, dân gian thường dùng hoa quỳnh chữa ho ra máu trong bệnh lao phổi, chữa tử cung xuất huyết, viêm họng, khản tiếng, dùng ngoài chữa đinh nhọt, chấn thương da bầm tím (ứ máu cục bộ). Vùng Vân Nam (Trung Quốc) toàn cây được dùng chữa tổn thương do ngã, đau tâm vị (tâm vị khí thống, đau quanh rốn), thổ huyết, lao phổi.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho ra máu trong bệnh lao phổi:

Dùng hoa quỳnh 3 - 5 bông, đường kính 15g; sắc nước uống trong ngày.

* Chữa lên cơn hen:

Dùng hoa quỳnh, kim ngân hoa, mỗi thứ 9 - 12g; sắc nước uống thay trà trong ngày.

* Chữa đinh nhọt, da bị chấn thương:

Dùng hoa quỳnh hoặc thân cây giã nát, đắp vào chỗ da bị bệnh.

* Chữa tử cung xuất huyết:

Dùng hoa quỳnh 2 - 3 bông, thịt lợn nạc 50 - 100g, thái nhỏ, thêm mắm muối gia vị, cùng chưng cách thủy, làm thức ăn trong bữa cơm chính.

* Rượu hoa quỳnh chữa các bệnh:

- Khi bị đau bụng do ăn uống, có thể uống 1 - 2 thìa cà phê (khoảng 5 - 10ml) rượu ngâm hoa quỳnh chữa đau bụng

- Khi bị viêm họng, ho, rát họng, có thể ngậm 1 - 2ml, sẽ thấy đỡ ho và rát họng.

- Khi trên da mọc đinh, nhọt, hoặc chẳng may bị té ngã, da tím bầm, có thể dùng bông thấm rượu thuốc bôi vào, ngày 2 - 3 lần.

Cách ngâm rượu như sau: Khi hoa quỳnh nở, cắt hoa cho vào bình thủy tinh lớn, đổ thêm rượu gạo, ngập trên mặt hoa 3 - 5cm. Hoa ngâm trong rượu có thể bảo quản tới hàng năm, nên vẫn có thể thưởng ngoạn (ngắm) và sử dụng làm thuốc mỗi khi cần thiết.

* Thuốc bổ mát, chữa ho có đờm, ho do lao và hen:

Hoa quỳnh mới nở để tươi, thái nhỏ, hấp với mật ong hoặc nấu với trứng gà ăn nóng trong ngày. Người lớn 2 - 3 hoa, trẻ em 1 - 2 hoa.

* Chữa ho, viêm họng:

Hoa quỳnh 30g, lá xương sông 10g rửa sạch, thái nhỏ, cho vào bát sạch cùng với mật ong 10ml, đun cách thủy trong 15 - 30 phút. Để nguội, trộn đều, uống làm 2 lần trong ngày.

* Chữa đau bụng, vết bầm tím sưng đau:

Hoa quỳnh mới nở, cắt ngâm ngay vào rượu cho ngập trong 10 - 15 ngày, càng lâu càng tốt. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 1 - 2ml.

* Chữa viêm phổi:

Từ 2 - 3 hoa quỳnh mới nở, trứng gà ta 1 - 2 quả, gia vị đủ dùng. Hoa quỳnh đem rửa sạch, thái

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Đỗ quyên còn có tên là sơn thạch lựu, ánh sơn hồng, mãn sơn hồng, báo xuân hoa, thanh minh hoa, sơn trà hoa... Hoa đỗ quyên vị chua ngọt, tính ấm, có công dụng hoá huyết, trừ đờm, làm hết ngứa, được dùng để chữa các chứng rối loạn kinh nguyệt, bế kinh, phong thấp, thổ huyết...

Lá đỗ quyên vị chua, tính bình, có công dụng thanh nhiệt, giải độc, cầm máu, chủ trị ung thũng, mụn nhọt, xuất huyết do chấn thương, dị ứng, viêm khí phế quản...

Rễ đỗ quyên vị chua ngọt, tính ấm, có công dụng hoá huyết, trừ phong thấp, giảm đau; được dùng để chữa các chứng xuất huyết, kinh nguyệt không đều, băng lậu, trĩ xuất huyết, lỵ, viêm khớp...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa áp xe vú giai đoạn viêm tấy:

Lấy rễ đỗ quyên 15 - 30g sắc uống; đồng thời dùng lá đỗ quyên tươi và hương phụ giã nát đắp vào nơi bị áp xe.

* Viêm khí phế quản mạn tính:

- Lá đỗ quyên khô tán bột, chế với cồn theo tỉ lệ 1/1, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 10 - 20ml.

- Hoặc: Lá đỗ quyên 30g, diếp cá 24g, lá nhót 15g sắc uống.

* Nôn ra máu, chảy máu mũi:

- Hoa đỗ quyên tươi 15g sắc uống.

- Hoặc: Rễ đỗ quyên khô 15g sắc uống.

* Khí hư:

- Hoa đỗ quyên trắng 15g, móng giò lợn lượng vừa đủ, hầm nhừ làm canh ăn.

- Hoặc: Rễ đỗ quyên 15g, cây hàm ếch (tam bạch thảo) 15g, sắc uống.

* Rong kinh:

Rễ đỗ quyên 30 - 60g, sắc uống cùng với một chút rượu vang.

- Hoặc: Hoa đỗ quyên 60g, sao với rượu rồi sắc uống.

* Rối loạn kinh nguyệt:

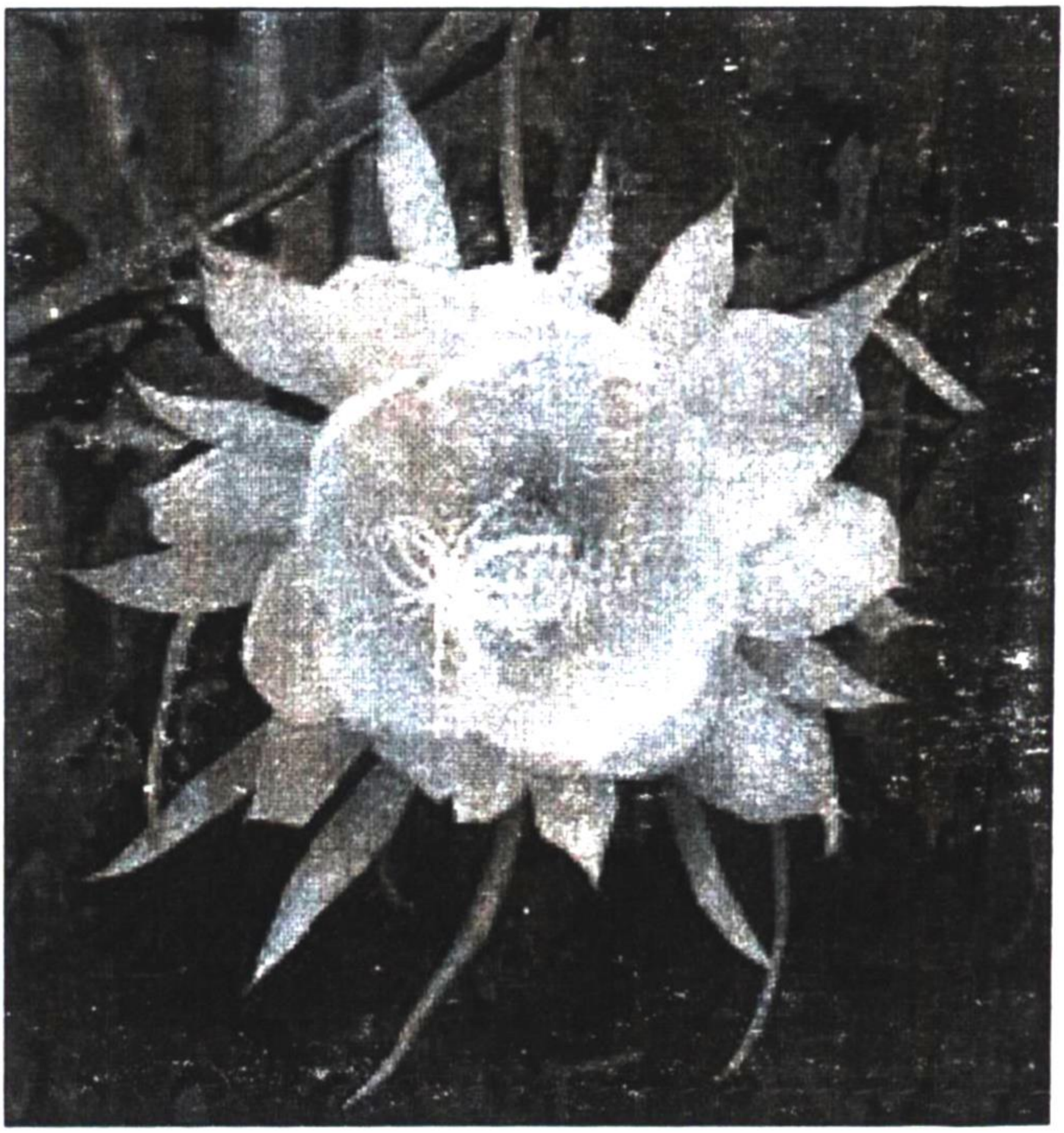
Rễ đỗ quyên 15g, rễ bạc hà 15g, ích mẫu thảo 15g, hoa hồng 9g, sắc uống.

Nếu có đau bụng, đau lưng và màu kinh nhợt nhạt thì dùng rễ đỗ quyên 30g, rễ hải kim sa 30g, ô dược 15g, sắc uống trước kỳ kinh 1 - 2 ngày.

* Mụn nhọt, viêm loét vùng gáy:

Dùng lá đỗ quyên và lá trắc bách diệp tươi giã nát, trộn với lòng trắng trứng gà và mật ong rồi đắp lên tổn thương.

Cây Hoa Quỳnh



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa quỳnh là cây gốc Trung và Nam Mỹ (từ Mêhicô đến Brazin), được du nhập vào trồng ở nước ta từ lâu đời, chủ yếu để làm cảnh vì có hoa đẹp. Hoa quỳnh còn có tên khác là "đàm hoa", "phượng hoa", "kim câu liên", "nữ hoàng trong đêm", thuộc họ xương rồng.

Về mặt thực vật, cây hoa quỳnh là loài cây bụi nhỏ, có thân cứng, mọc đứng, mọng nước, cao 2 - 3m, các nhánh dẹt, mỏng, khía tai bèo. Hoa to, màu trắng, dài tới 30 - 35cm, đường kính 6 - 10cm, mọc thõng xuống, hương thơm mát dịu, nở về đêm, thời gian hoa nở ngắn, chỉ trong vài giờ. Bông quỳnh gồm nhiều phiến hoa, xếp theo hình xoắn ốc, các phiến trong màu trắng; nhị hoa màu trắng, xếp thành hai dãy; vòi và đầu nhụy màu trắng.

Hoa và thân của cây hoa quỳnh đều có thể sử dụng làm thuốc. Hoa thu hái khi nở, có thể dùng tươi, phơi khô, hay ngâm rượu. Thân có thể thu hái quanh năm, thường dùng tươi.

Theo Đông y:

- Hoa quỳnh có vị ngọt, tính bình; có tác dụng thanh phế (mát phổi), chỉ khái (chống ho), hóa đàm (làm loãng đờm, tan đờm), tiêu viêm (sưng đỏ đau), cầm máu.

- Thân cây có vị chua mặn, tính mát; có tác dụng tiêu thũng, tiêu viêm, chỉ thống (chống đau).

Ở nước ta, dân gian thường dùng hoa quỳnh chữa ho ra máu trong bệnh lao phổi, chữa tử cung xuất huyết, viêm họng, khản tiếng, dùng ngoài chữa đinh nhọt, chấn thương da bầm tím (ứ máu cục bộ). Vùng Vân Nam (Trung Quốc) toàn cây được dùng chữa tổn thương do ngã, đau tâm vị (tâm vị khí thống, đau quanh rốn), thổ huyết, lao phổi.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho ra máu trong bệnh lao phổi:

Dùng hoa quỳnh 3 - 5 bông, đường kính 15g; sắc nước uống trong ngày.

* Chữa lên cơn hen:

Dùng hoa quỳnh, kim ngân hoa, mỗi thứ 9 - 12g; sắc nước uống thay trà trong ngày.

* Chữa đinh nhọt, da bị chấn thương:

Dùng hoa quỳnh hoặc thân cây giã nát, đắp vào chỗ da bị bệnh.

* Chữa tử cung xuất huyết:

Dùng hoa quỳnh 2 - 3 bông, thịt lợn nạc 50 - 100g, thái nhỏ, thêm mắm muối gia vị, cùng chưng cách thủy, làm thức ăn trong bữa cơm chính.

* Rượu hoa quỳnh chữa các bệnh:

- Khi bị đau bụng do ăn uống, có thể uống 1 - 2 thìa cà phê (khoảng 5 - 10ml) rượu ngâm hoa quỳnh chữa đau bụng

- Khi bị viêm họng, ho, rát họng, có thể ngậm 1 - 2ml, sẽ thấy đỡ ho và rát họng.

- Khi trên da mọc đinh, nhọt, hoặc chẳng may bị té ngã, da tím bầm, có thể dùng bông thấm rượu thuốc bôi vào, ngày 2 - 3 lần.

Cách ngâm rượu như sau: Khi hoa quỳnh nở, cắt hoa cho vào bình thủy tinh lớn, đổ thêm rượu gạo, ngập trên mặt hoa 3 - 5cm. Hoa ngâm trong rượu có thể bảo quản tới hàng năm, nên vẫn có thể thưởng ngoạn (ngắm) và sử dụng làm thuốc mỗi khi cần thiết.

* Thuốc bổ mát, chữa ho có đờm, ho do lao và hen:

Hoa quỳnh mới nở để tươi, thái nhỏ, hấp với mật ong hoặc nấu với trứng gà ăn nóng trong ngày. Người lớn 2 - 3 hoa, trẻ em 1 - 2 hoa.

* Chữa ho, viêm họng:

Hoa quỳnh 30g, lá xương sông 10g rửa sạch, thái nhỏ, cho vào bát sạch cùng với mật ong 10ml, đun cách thủy trong 15 - 30 phút. Để nguội, trộn đều, uống làm 2 lần trong ngày.

* Chữa đau bụng, vết bầm tím sưng đau:

Hoa quỳnh mới nở, cắt ngâm ngay vào rượu cho ngập trong 10 - 15 ngày, càng lâu càng tốt. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 1 - 2ml.

* Chữa viêm phổi:

Từ 2 - 3 hoa quỳnh mới nở, trứng gà ta 1 - 2 quả, gia vị đủ dùng. Hoa quỳnh đem rửa sạch, thái

nhỏ xào qua sau đó đập trứng gà vào xào tiếp tới chín, nêm gia vị đủ dùng, bắc ra ăn nóng. Có thể ăn ngày 2 lần, trẻ em ngày 1 - 2 hoa/lần, người lớn 4 - 5 hoa/ngày, có ăn liên tục tới khi khỏi.

Bài thuốc có tác dụng bổ khí huyết, thanh nhiệt giáng hỏa, kháng viêm, trừ mủ, long đờm thích dụng cho người viêm phổi, viêm phế quản, lao phổi, ho kéo dài, hen phế quản, viêm họng... Ngoài ra, còn dùng để trị sỏi thận, sỏi bàng quang, viêm thận...

Cây Hoa Tầm Xuân



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Tầm xuân thuộc loài cây nhỏ họ hoa hồng, còn có tên là hồng dại, dã tường vi, thập tỉ muội, hoa có nhiều màu: Hồng, đỏ, trắng, vàng... thân cành mềm mại, có thể đan tết thành nhiều hình dạng khác nhau theo ý muốn. Có thể đặt ở phòng khách, phòng sách, với vẻ cổ kính và tao nhã sẽ làm tăng thêm vẻ xuân sắc cho căn nhà. Dùng hoa tầm xuân để trang trí cho hành lang mái hiên là hợp lý nhất. Mùa xuân thì thưởng hoa, mùa hè thì ngắm cành lá. Cành lá tầm xuân rủ xuống đung đưa theo gió tạo nên cảnh sắc đầy thơ mộng.

Theo quan niệm của y học cổ truyền, tất cả các bộ phận của cây đều có thể dùng làm thuốc (hoa, rễ, lá) có công dụng thanh nhiệt, lợi thấp, trừ phong, hoạt huyết chỉ huyết, giải độc giảm đau, thường được dùng để chữa các chứng bệnh như hoàng đản, thủy thũng, lỵ tật, tiêu khát, bĩ tích, đái dầm ở trẻ em... Tùy theo từng bộ phận của tầm xuân mà tác dụng chữa bệnh cũng có những đặc điểm khác nhau.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Cảm lạnh (có các triệu chứng tức ngực, buồn nôn và nôn, có thể có nôn ra máu, môi khô miệng khát, chán ăn, mệt mỏi)

- Dùng hoa tầm xuân 3 - 9g sắc uống hoặc hoa tầm xuân 5g. thiên hoa phấn 10g, sinh thạch cao 30g, mạch môn 15g, sắc uống.

- Hoặc hoa tầm xuân 10g và hoa đậu ván trắng 10g, hãm với nước sôi, chế thêm một chút đường phèn, uống thay trà.

* Chảy máu cam:

Dùng hoa tầm xuân 6g, bạch cập 15g và rễ cỏ tranh 30g, sắc uống.

* Bướu tuyến giáp:

Dùng hoa tầm xuân 5g, hậu phác 5g, chỉ xác 5g và hoa hồng 5g, sắc uống.

* Tiểu đường và viêm loét niêm mạc miệng:

Dùng sương đọng trên hoa tầm xuân vào buổi sớm 30ml pha chút nước ấm uống hằng ngày.

* Viêm loét chi dưới:

Dùng lá tầm xuân không kể liều lượng nấu nước rửa vết thương.

* Nhọt độc sưng nề:

Dùng lá và cành non tầm xuân rửa sạch, giã nát với một chút muối ăn rồi đắp lên chỗ tổn thương.

* Liệt mặt:

Rễ cây hoa tầm xuân 15 - 30g sắc uống.

* Đau răng:

Rễ cây hoa tầm xuân sắc uống hoặc ngậm.

* Viêm khớp:

Rễ cây hoa tầm xuân 15 - 30g sắc uống.

* Hoàng đản (vàng da):

Dùng rễ cây hoa tầm xuân 15 - 24g hầm với 60g thịt lợn nạc, chế thêm một chút rượu vang, chia ăn vài lần trong ngày.

* Đái dầm trẻ em, người già đi tiểu đêm:

Rễ cây hoa tầm xuân 30g sắc uống hoặc hầm với thịt lợn ăn.

* Chữa bỏng:

Rễ cây hoa tầm xuân tươi nấu nước rửa hằng ngày hoặc bột rễ tầm xuân trộn với dầu vừng đắp (bỏng nhẹ).

* Chữa phù do viêm thận:

Quả tầm xuân 3 - 6g, hồng táo 3 quả, sắc uống hoặc quả tầm xuân 20g, đại hoàng 3g, sắc chia uống 3 lần trong ngày.

* Chữa tiểu tiện khó:

Quả tầm xuân 10g, mã đề 30g và biển súc 30g, sắc uống.

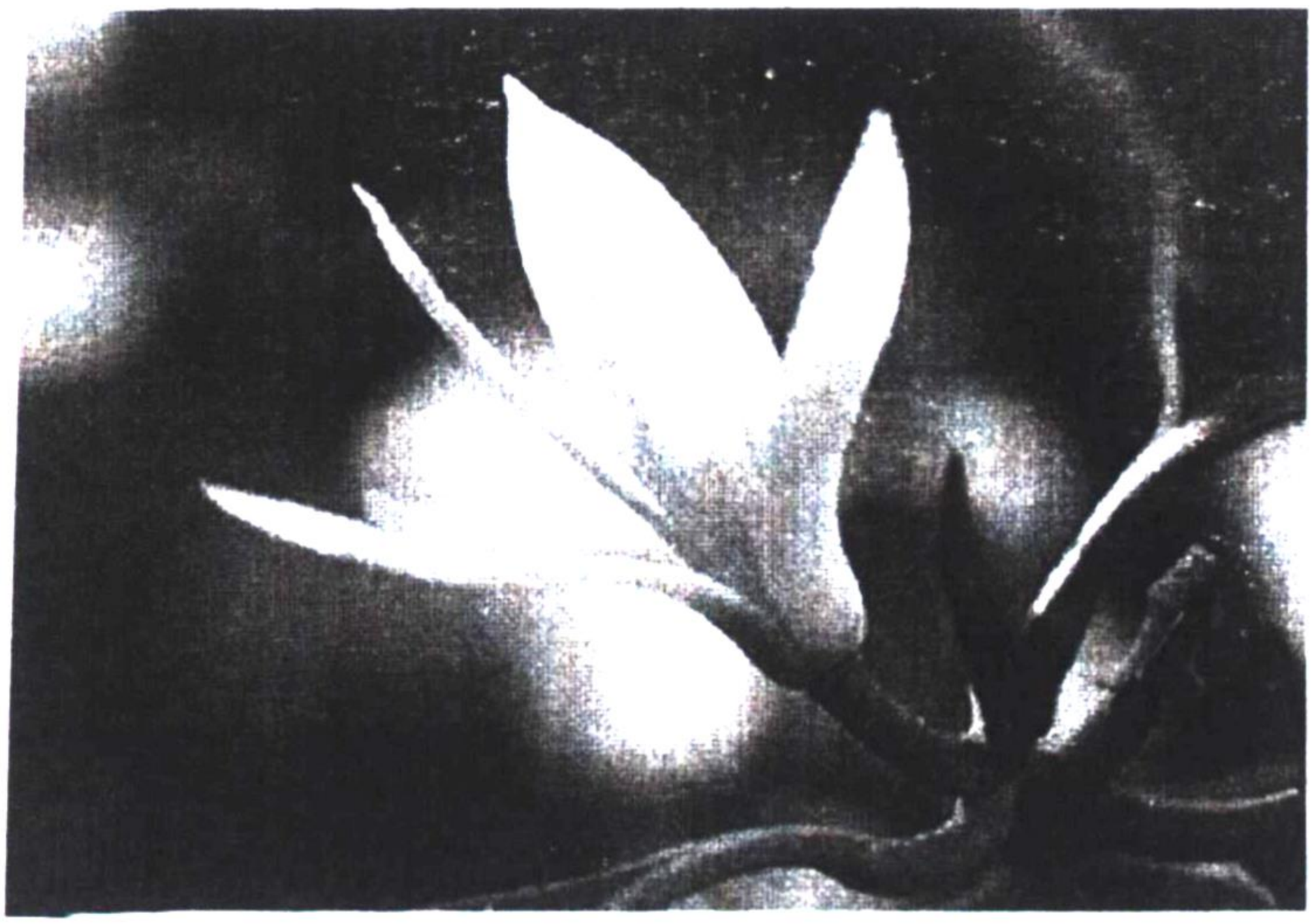
* Chữa đau bụng khi hành kinh:

Dùng quả tầm xuân 120g sắc lấy nước hòa thêm một chút đường và rượu vang uống ấm.

* Chữa táo bón:

Quả tầm xuân 10g, đại hoàng 3g, sắc uống.

Cây Hoa Ngọc Lan



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Ngọc lan là loại hoa có mùi thơm ngất ngây rất đặc biệt, là loài thực vật thuộc họ mộc lan. Hoa ngọc lan có hai loại quen thuộc thường gặp là ngọc lan trắng và ngọc lan vàng. Mùa xuân (vào khoảng tháng 2) là lúc ngọc lan nở. Khi nụ hoa chưa nở, thu hoạch, cắt bỏ cành, phơi khô trong bóng râm (phơi âm can) dùng để làm thuốc. Trong hoa ngọc lan chứa nhiều tinh dầu giúp tinh thần sảng khoái, thư giãn.

Theo Đông y, hoa ngọc lan có vị đắng, cay, hơi ấm, có tác dụng chống ho làm long đờm, lợi tiểu, làm phấn chấn, trấn kinh, khu phong, kiện vị, giáng áp, giải độc. Dùng chữa các chứng ho, đầy hơi, buồn nôn, sốt, bí tiểu tiện, cao huyết áp...

Ngoài hoa, lá, rễ, vỏ thân cây ngọc lan đều có tác dụng làm thuốc chữa nhiều bệnh khác nhau.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho đau yết hầu:

Dùng 20g hoa ngọc lan đem tẩm mật ong trong 3 ngày rồi sắc uống như trà, có thể dưỡng phế nhuận yết hầu, điều lý trường vị, chữa trị ho do không khí lạnh hoặc ô nhiễm, ngực đau, đầu vựng mắt hoa.

* Chữa vô sinh:

Dùng 10g hoa ngọc lan chưa nở sắc uống thay trà, uống vào buổi sáng. Cứ 30 ngày một liệu trình, có thể cải thiện thống kinh và vô sinh nữ.

* Chữa ho trừ đờm, lợi tiểu tiện:

Hải triết bì 2 mảnh, dưa hồng 1 quả,, cà rốt 1 củ, tỏi 5 củ, hoa ngọc lan 15g. Gia vị gồm giấm trắng 1 thìa to, dầu thơm 1 thìa nhỏ, xì dầu 1 thìa, đường 1 thìa. Hải triết bì dùng nước ngâm nhiều lần rồi rửa sạch, khử mùi tanh. Dưa rửa sạch, bỏ đầu, cuống và tua, thái nhỏ. Cà rốt cạo vỏ ngoài thái nhỏ. Hoa ngọc lan rửa sạch, bóc cánh rồi thái nhỏ. Cho tất cả các nguyên liệu trên trộm đều với nhau, thêm gia vị sau đó rắc hoa ngọc lam lên trên cho thêm nước vừa đủ rồi sắc như sắc thuốc là được.

* Giúp trắng da, tiêu hoá tốt:

Hoa ngọc lan 6g, trà xanh 1 thìa.

Hoa ngọc lan rửa sạch bằng nước muối, để ráo nước, cho vào bát. Rót nước sôi vào, sau đó cho trà xanh, đợi có mùi hương bay ra, có thể uống thay trà.

* Chữa đau bụng kinh ở phụ nữ:

Ngọc lan 20g, ý dĩ nhân 30g, hạt đậu ván trắng 30g, hạt mã đề 5g sắc uống trong ngày.

* Chữa viêm xoang:

Lấy hoa ngọc lan sấy khô giòn, tán và rây thành bột mịn, đựng vào lọ kín. Khi bị chảy nước

mũi, mở lọ ngửi và hít mạnh để bột thuốc bay vào mũi, ngày làm 2 - 3 lần.

* Chữa sốt, kinh nguyệt không đều, tiểu tiện khó:

Lấy vỏ thân cây ngọc lan, cạo sạch lớp vỏ ngoài, rửa sạch, thái mỏng, phơi khô. Lấy 30g vỏ sắc với 400ml nước cho đến khi còn 100ml, uống 2 lần trong ngày.

* Chữa sưng tấy:

Lấy lá ngọc lan loại non và bánh tẻ rửa sạch, giã nát, đắp vào chỗ sưng tấy.

* Chữa viêm phế quản mạn tính ở người cao tuổi:

Lá ngọc lan 30g, lá cây gừa 30g, giun đất đã chế biến 5g, thái nhỏ, phơi khô, sắc uống.

* Chữa bạch đới, khí hư:

Hoa ngọc lan 20g, hạt ý dĩ 30g, đậu ván trắng 30g, hạt mã đề 5g, sắc uống trong ngày.

* Giúp da thêm trắng:

Hoa ngọc lan 10g, trà xanh 8g. Bóc từng cành hoa ngọc lan, rửa sạch hoa bằng nước muối, để ráo nước, cho vào trong bát. Rót nước đang sôi vào bát, sau đó cho trà xanh vào, đợi có mùi hương bay ra là có thể uống. Có tác dụng tăng cường chuyển hóa cơ bản, giúp da thêm trắng.

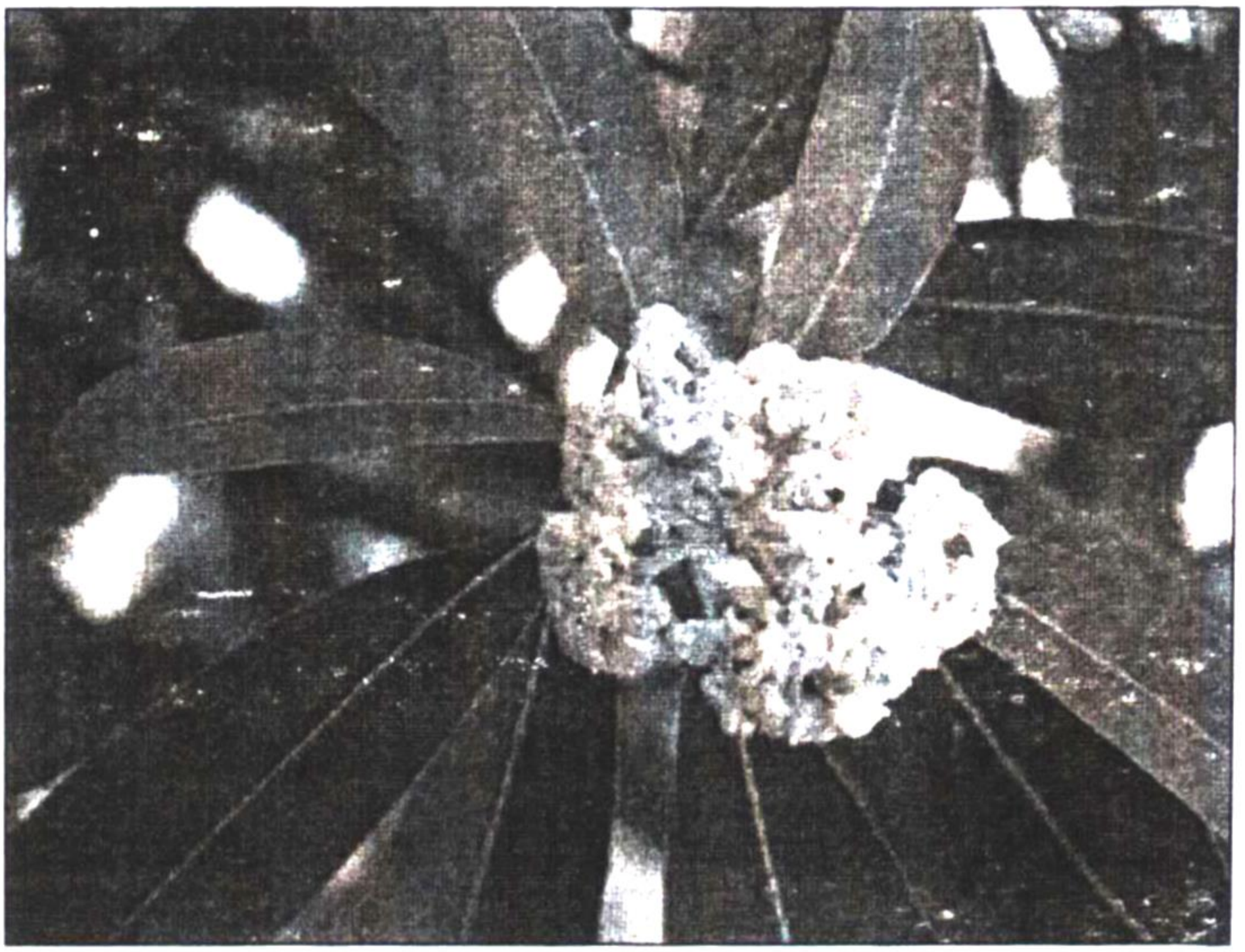
* Thanh nhiệt, giải khát:

Hoa ngọc lan 20g, đậu xanh 150g, đường phèn 50g. Đậu xanh rửa sạch, cho cùng 4 bát nước, nấu

đến sôi thì chuyển sang đun nhỏ lửa. Bóc từng cánh hoa ngọc lan rửa sạch, để ráo. Khi ninh đậu xanh được 30 phút, đậu nhừ, cho thêm đường phèn trộn đều, tắt lửa, rắc hoa ngọc lan vào.

Ngoài ra, hoa ngọc lan còn có những công dụng như: chống quá mẫn, chống viêm; tác dụng hạ huyết áp; tác dụng hưng phấn tử cung; chống ngưng máu, vón huyết tiểu cầu; kháng virút...

Cây Hoa Sữa



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây hoa sữa (cây sữa) còn có tên mùa cua, mò cua, mồng cua. Tên khoa học là Alstonia Scholaris (L).

Cây hoa sữa có thân thẳng, tròn, gốc có thể có khía nâu, vỏ nứt nẻ dọc mùn, nhựa màu trắng đục, thịt vỏ màu trắng. Cành: Mọc vòng, xếp thành tầng. Lá: đơn nguyên hình trứng ngược, dài 10 - 25cm, rộng 4 - 7cm, đầu tù hoặc hơi lõm, đuôi nêm, mọc vòng 5 - 8 chiếc. Hoa: Nhỏ, màu vàng nhạt, mùi thơm hắc. Gọi là cây hoa sữa vì toàn cây khi bị thương tổn thì nhựa chảy ra trắng như sữa.

Theo Đông y, vỏ cây hoa sữa vị đắng, tính lạnh, có tính năng thanh nhiệt, giải độc, chỉ thống, binh suyễn, chỉ khát, triệt ngược, kiện vị. Bộ phận làm thuốc: Dùng vỏ thân phơi khô tán bột làm viên, ngâm rượu, nấu cao. Công hiệu đối với người tạng nhiệt, khô gầy, ăn kém không biết ngon... Ngoài ra còn dùng chữa tiêu chảy, phân sột sệt, thất thường hoặc kiết lỵ, thấp khớp dạng sưng - nóng - đỏ - đau, kinh nguyệt không đều...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa bạch huyết cấp - kèm ho hen:

Vỏ cây hoa sữa 15g, tử thảo 15g, ngũ vị tử 15g, anh túc xác 6g, sắc uống mỗi ngày 1 thang.

* Chữa nôn mửa, thiếu máu do hóa trị liệu:

Lá cây hoa sữa 20g sao vàng sắc uống.

* Chữa kém ăn:

Bột vỏ cây hoa sữa phơi khô hoặc sấy khô tán mịn: Ngày uống 1 - 3g bột, uống với nước nóng hoặc sắc.

* Chữa đau răng:

Nước sắc đặc vỏ cây hoa sữa dùng ngậm.

Cây Hoa

Hướng Dương



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây hướng dương là loại thảo mộc có tác dụng chữa bệnh toàn diện. Hoa hướng dương chứa betacaroten, lutein, lá chứa axit ascorbiccaroten, axit citric. Hạt chứa protein, dầu béo, cholesterol. Từ lá, hoa đến rễ, thân, cành, dân gian đều có thể chế được các vị thuốc quý trị nhiều bệnh thông dụng như đau đầu, bí tiểu, mụn nhọt, sỏi thận, phì đại tuyến tiền liệt...

Theo Đông y, hạt hướng dương có vị ngọt, tính bình, không độc. Tác dụng tư âm bổ hư, ninh tâm an thần, chỉ lỵ, thấu chẩn. Dùng chữa tinh thần uất ức, thần kinh suy nhược, chán ăn, đau đầu do suy nhược, kiết lỵ ra máu, sởi không mọc được.

Vỏ hạt có thể dùng để chữa tai ù. Hoa hướng dương có tác dụng trừ phong, sáng mắt. Dùng chữa đầu choáng váng, mặt sưng phù, còn dùng để thúc sinh cho phụ nữ. Hạt hướng dương (còn gọi là quỳ phòng, hướng nhật quỳ hoa thác, hướng nhật quỳ hoa bàn) có tác dụng chữa đầu đau, mắt hoa, đau răng, đau dạ dày và bụng, phụ nữ thống kinh, sưng đau lở loét. Lá có tác dụng tăng cường tiêu hoá và chữa cao huyết áp. Lõi thân cành (còn gọi là hướng nhật quỳ ngạnh tâm, hướng nhật quỳ kinh tâm, hướng nhật quỳ nhương) có tác dụng chữa tiểu tiện

xuất huyết, tiểu dưỡng chấp, sỏi đường tiết niệu, tiểu tiện khó khăn.

Rễ cây hướng dương có tác dụng chữa ngực, sườn và vùng thượng vị đau nhức, thông đại tiểu tiện, chữa đòn ngã chấn thương, mụn nhọt lở loét chảy nước vàng.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho gà:

Dùng lõi thân và cành cây hướng dương 15 - 30g, giã nát, hãm nước sôi, thêm đường trắng và uống trong ngày.

* Chữa cao huyết áp:

Dùng lá hướng dương khô 30g (hoặc 60g lá tươi), thổ ngưu tất 30g, sắc nước uống thay trà trong ngày.

* Chữa mắt mờ:

Dùng đế hạt hướng dương luộc với trứng gà, ăn trứng gà và uống nước thuốc.

* Chữa tai ù:

Dùng vỏ hạt hướng dương 15g, sắc nước uống thay trà trong ngày.

* Thượng vị đau tức do ăn không tiêu:

Dùng rễ cây hoa hướng dương, hạt mùi, tiểu hồi hương; mỗi vị 6 - 10g, sắc nước uống.

* Chữa đau dạ dày, đau bụng:

Dùng khay hạt hướng dương 1 cái, dạ dày lợn, nấu canh ăn.

* Kiết lỵ đại tiện xuất huyết:

Dùng hạt hướng dương (đã bóc vỏ) 30g, hãm nước sôi trong 1 tiếng, pha thêm chút đường phèn uống trong ngày.

* Đại tiện táo bón:

Dùng rễ cây hoa hướng dương, giã nát, vắt lấy nước cốt, hoà thêm chút mật ong uống. Mỗi lần uống 15 - 30g, ngày uống 2 - 3 lần.

* Tiểu nhỏ giọt, dương vật đau buốt:

Dùng rễ cây hoa hướng dương tươi 30g sắc với nước uống. Chú ý: chỉ đun sôi một vài phút, không nấu quá lâu sẽ mất tác dụng. Hoặc dùng lõi thân và cành cây hướng dương 15g, sắc nước uống mỗi ngày 1 thang, dùng liên tục trong nhiều ngày.

* Tinh hoàn sưng đau:

Dùng rễ cây hoa hướng dương 30g, sắc với đường đỏ uống.

* Sỏi thận, sỏi đường tiết niệu:

Dùng lõi thân cành cây hướng dương một đoạn khoảng 1 mét, cắt ngắn, sắc nước uống mỗi ngày 1 thang, dùng liên tục trong một tuần.

* Tiểu đường:

Dùng lõi thân và cành cây hướng dương một đoạn khoảng 60cm, rễ rau cần cạn 60g, sắc nước uống mỗi ngày 1 thang, dùng liên tục trong nhiều ngày.

* Phì đại tuyến tiền liệt (dạng nhiệt tích ở hạ tiêu):

Dùng khay hạt hướng dương 1 cái, mật ong lượng thích hợp. Khay hạt hướng dương thái nhỏ, sắc hai nước, trộn nước đầu và nước hai, thêm mật ong vào cho đủ ngọt. Uống thay trà trong ngày.

* Phụ nữ trước hoặc trong lúc hành kinh bụng dưới đau tức:

Dùng khay hạt 30 - 60g, sắc lấy nước, hoà thêm đường đỏ uống trong ngày.

* Viêm tuyến vú:

Dùng khay hạt hướng dương, bỏ hết hạt, thái nhỏ, sao vàng, tán thành bột mịn. Ngày uống 3 lần, mỗi lần 9 - 15g, hoà với rượu hoặc nước sôi, khi uống lần thứ nhất ra mồ hôi mới có kết quả.

* Ung nhọt sưng tấy, lở loét:

Dùng khay hạt hướng dương đốt tồn tính, nghiền thành bột mịn, hoà với dầu vừng bôi vào chỗ bị bệnh.

* Ngoại thương xuất huyết:

Dùng lõi thân và cành cây hướng dương giã nát, đắp vào chỗ chảy máu.

* Đau răng:

Dùng hoa hướng dương phơi hoặc sấy khô, nhồi vào tẩu thuốc lá hoặc nõ điếu cày, hút như thuốc lá hoặc thuốc lào. Hoặc dùng khay hạt hướng dương, rễ câu kỷ tử; mỗi thứ 10 - 15g, luộc với trứng gà, ăn trứng gà và uống nước thuốc.

* Thống kinh:

Đài hoa hướng dương 30 - 60g, đường đỏ 30g, sắc uống.

- Hoặc: Hoa hướng dương 15g, sơn tra 30g, sao đen, tán bột, chia 2 lần uống trong ngày với nước đường đỏ, trước kỳ kinh 2 ngày thì bắt đầu uống, mỗi kỳ kinh uống 2 thang, uống liên tục trong vài kỳ kinh.

* Bế kinh:

Cành hướng dương 9g, móng lợn 150g sắc uống.

* Khí hư:

Dùng rễ hướng dương 60g, rễ ké đầu ngựa 30g, cả hai vị đem sao với rượu rồi sắc uống.

- Hoặc: Dùng lõi cành hướng dương 30g, hồng táo 10 quả, thêm chút đường đỏ, sắc uống.

- Hoặc: Lõi cành hướng dương sấy khô, sao đen, tán bột, uống mỗi ngày 2 - 3 lần, mỗi lần 3 - 4g với nước đường đỏ.

- Hoặc: Đài hoa hướng dương sao đen, tán bột, mỗi ngày uống 12g với rượu vàng.

- Hoặc: Hoa hướng dương 30g, phơi khô trong bóng râm (âm can), tán bột, mỗi ngày uống 6g khi bụng đói với rượu ấm.

* Băng huyết, rong kinh:

Đài hoa hướng dương 1 cái, sao cháy, tán bột, uống mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 3g với rượu vàng.

* Phụ nữ sau sinh đau bụng:

Nhuỵ hoa hướng dương lượng vừa đủ, sắc uống.

* Viêm loét âm đạo:

Hoa hướng dương khô 60g, sắc lấy nước ngâm rửa âm đạo hàng ngày.

* Sởi mọc chậm:

Hoa hướng dương lượng vừa đủ sắc kỹ, cho thêm rượu rồi chia uống vài lần trong ngày; hoặc dùng hoa hướng dương sắc lấy nước, để nguội bớt rồi dùng khăn tẩm chườm suốt dọc cột sống và vùng bụng, ngực cho đến khi ban sởi nổi đều thì thôi.

* Viêm da dị ứng:

Hoa hướng dương 9g, hoa mào gà đỏ 6g, đường đỏ 30g, sắc uống.

* Sốt rét:

Hoa hướng dương và bạch đầu ông lượng bằng nhau, sấy khô, tán bột, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 6 - 9g, hoặc cánh hoa hướng dương lượng vừa đủ, sắc hoặc hãm uống thay trà.

* Lên mề đay:

Đài hoa hướng dương 15g, rau sam 6g, hoa mào gà đỏ 6g, lá tía tô 5g, sắc uống.

* Nhọt vùng lưng:

Hoa hướng dương sao tồn tính, tán bột, trộn với dầu vừng bôi vào vùng tổn thương, kết hợp với uống nước sắc 60g hoa hướng dương có pha thêm chút rượu.

* Viêm khớp:

Đài hoa hướng dương lượng vừa đủ, sắc cô đặc thành dạng cao, phết vào giấy bản rồi dán lên vùng bị tổn thương.

* Ngứa da không rõ nguyên nhân:

Vỏ hạt hướng dương và cuống quả ớt lượng vừa đủ, sắc lấy nước lau rửa.

* Xuất huyết do chấn thương:

Dùng lõi cành hoa hướng dương rửa sạch, giã nát rồi đắp lên vết thương.

* Bỏng lửa:

Hoa và lá hướng dương sấy khô tán bột, trộn với dầu thực vật bôi lên vùng bị tổn thương.

- Hoặc: Hoa hướng dương lượng vừa đủ ngâm vào dầu thực vật, sau 2 tuần dùng dầu này bôi lên vùng bị tổn thương.

- Hoặc: Hoa hướng dương, bột đại hoàng lượng bằng nhau và vừa đủ, đem ngâm với 240g dầu vừng, sau khoảng 2 tuần có thể lấy dầu này bôi lên vùng bị tổn thương.

* Đau răng:

Hoa hướng dương lượng vừa đủ sấy khô, thái sợi, cuốn điếu hút như hút thuốc lá hoặc đài hoa hướng dương 1 cái, rễ kỷ tử lượng vừa đủ, sắc uống.

* Loét miệng:

Lõi cành hướng dương sao cháy thành than, tán bột, trộn với dầu vừng bôi vào nơi bị bệnh.

Cây Hoa Ngũ Sắc



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây ngũ sắc còn có tên là bông ổi, hoa tứ quý, hoa tứ thời, mã anh đơn, ổi nho, thơm ổi... mọc hoang ở nhiều nơi. Do có hoa đẹp và nở bốn mùa nên nó cũng được trồng làm cảnh. Rễ loại cây này vị ngọt đắng, tính lạnh, có tác dụng thanh nhiệt; lá tính mát, có tác dụng tiêu viêm sưng, chữa ngứa gãi, rắn cắn; hoa vị ngọt, tính mát, có tác dụng cầm máu.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa vết thương, mụn lở:

Lá và hoa ngũ sắc tươi giã nát, đắp lên chỗ tổn thương.

* Chữa cảm sốt, quai bị, viêm hạch, viêm họng:

Lấy cành, lá và hoa ngũ sắc (tươi hoặc khô) sắc uống.

* Chữa ho ra máu, phổi kết hạch:

Hoa ngũ sắc 15-20g sắc uống.

* Chữa tiểu đường:

Cành, lá và hoa ngũ sắc phơi khô, sắc uống thay chè hằng ngày, mỗi ngày 40g. Nên kết hợp ăn cháo nấu từ củ mài và củ súng.

* Chữa viêm xoang: 40g hoa và lá non giã với vài hạt muối, gạn lấy nước nhỏ vào mũi ngày 2-3 lần.

Cây Hoa Gạo



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây hoa gạo còn được gọi là mộc miên, cổ bối, ban chi hoa, anh hùng thụ. Kết quả nghiên cứu thực nghiệm cho thấy, nước sắc hoa gạo có tác dụng ức chế trực khuẩn lỵ mạnh.

Vỏ thân cây hoa gạo chứa nhiều chất nhầy, hoa chứa 85,66% nước, 1,38% protein, 11,95% đường, 1,09% chất khoáng, hạt chứa 25% tinh dầu. Nước sắc hoa gạo có tác dụng ức chế trực khuẩn mạnh.

Theo Đông y, vỏ cây gạo vị cay, tính bình, có công dụng thanh nhiệt, hoạt huyết, tiêu thũng, thường được dùng để chữa các chứng bệnh như viêm loét dạ dày, đại tiện lỏng, kiết lỵ, đau khớp cổ chân và khớp gối, viêm loét ngoài da, chấn thương do trật đả...

Hoa gạo vị ngọt, tính mát, có công dụng thanh nhiệt, giải độc, chỉ huyết, thường dùng để trị đại tiện lỏng, kiết lỵ, băng huyết, viêm loét, nhọt độc, xuất huyết do chấn thương...

Rễ gạo vị ngọt, tính mát, có tác dụng thanh nhiệt, cầm máu, se vết thương, thường được dùng để chữa viêm loét dạ dày, kiết lỵ phân có máu, lao hạch, sưng vú sau khi sinh con, tổn thương do trật đả.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Viêm phế quản cấp tính: Rễ gạo 30g sắc uống.

* Ho khạc nhiều đờm do phế nhiệt: Hoa gạo 15g, ngư tinh thảo (rau diếp cá) 15g, tang bạch bì (vỏ dâu) 10g, sắc uống.

* Nôn ra máu: Hoa gạo 14 bông, thịt lợn nạc 100g. Hoa gạo rửa sạch, thái nhỏ; thịt lợn thái miếng. Hai thứ nấu canh ăn.

* Ho ra máu: Hoa gạo 14 bông sắc kỹ, chế thêm một chút đường phèn, chia uống vài lần trong ngày.

* Viêm loét dạ dày:

Rễ, hoa hoặc vỏ thân cây gạo 15 - 30g, sắc uống. Hoặc: Rễ, hoa hoặc vỏ thân cây gạo 30g, rễ cây lưỡng diện châm 6g, sắc uống.

* Lỵ trực khuẩn, viêm ruột và dạ dày cấp tính, đại tiện lỏng, đại tiện ra máu:

Hoa gạo 60g, sắc kỹ, chế thêm một chút mật ong hoặc đường phèn, chia uống vài lần trong ngày. Hoặc: Hoa gạo 15g, hoa kim ngân 15g, phượng vĩ thảo (cỏ seo gà) 15g, sắc uống. Hoặc: Hoa gạo 15 - 30g sắc kỹ, chia uống 3 lần trong ngày.

* Sưng đau vú sau khi sinh con:

Hạt cây gạo 10g, sao vàng sắc uống.

* Trẻ em sốt cao vào mùa hè:

Hoa gạo 6g, sắc kỹ, chế thêm chút đường phèn, chia uống vài lần trong ngày.

* Viêm khớp mạn tính, đau lưng và đau gối mạn tính:

Rễ gạo 30 - 60g, sắc hoặc ngâm rượu uống. Hoặc: Vỏ thân cây gạo 15g, sắc kỹ, bỏ bã, chế thêm một chút rượu vang, chia uống 2 lần trong ngày.

* Tiểu tiện không thông:

Chất gôm cây gạo 10g, hoa kim ngân 20g, hạ khô thảo 20g, sắc với 750ml nước, cô còn 300ml, chia uống 3 lần trong ngày.

* Sưng nề do chấn thương:

Vỏ thân hoặc rễ cây gạo ngâm rượu xoa ngoài hoặc giã nát đắp vào vị trí tổn thương. Hoặc: Vỏ thân cây gạo 100g, củ nghệ vàng già 100g. Vỏ gạo cạo bỏ vỏ bẩn ở ngoài, băm nhỏ, giã nát với nghệ thái mỏng, dùng giấm và rượu cho vào sao rồi chườm hoặc đắp vào vết thương khi còn nóng.

* Ngứa vùng hậu môn:

Vỏ thân cây gạo sắc lấy nước ngâm rửa nơi bị bệnh.

* Trĩ xuất huyết:

Hoa gạo 20g, quyển bá 10g, hoa hoè 15g, sắc uống.

* Gãy xương:

Sau khi nắn chỉnh ổ gãy, dùng vỏ rễ cây gạo tươi rửa sạch, giã nát, bó vào vị trí gãy xương, 2 ngày thay 1 lần.

Cây Hoa

Bồ Công Anh



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây bồ công anh thân thảo, sống lâu năm, mọc thẳng, cao 0,5 - 1m, hầu như không phân cành. Bồ công anh có vị ngọt, tính lạnh có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, chữa mụn nhọt, sưng vú, đau mắt đỏ.

Tại Hoa Kỳ, nhiều người xem bồ công anh là thần dược có tác dụng điều trị bệnh sưng loét bao tử, ung độc, đặc biệt là ung thư vú. Ở nước ta, bồ công anh mọc hoang dại ở các vùng như Đà Lạt, Tam Đảo, Sa Pa và cũng được trồng để lấy lá làm thuốc.

Bồ công anh còn chứa nhiều chất sắt tương đương trong rau dền, hàm lượng vitamin A cao gấp bốn lần rau diếp và rất giàu các nguyên tố vi lượng như magiê, potassium, canxi, sodium và nhất là vitamin C, B. Ngoài ra bồ công anh còn chứa protein, chất béo, tinh bột...

Cách dùng:

- Làm rau ăn: Lá bồ công anh hấp chín được sử dụng như một loại rau cải hay đem dùng tươi thay thế rau xà lách. Khi dùng nên dùng tay xé nhỏ lá tốt hơn là dùng dao cắt để giữ được mùi của lá.

- Nấu canh hoặc chế biến thành món xúp chung với các loại rau khác như rau diếp, có mùi vị dễ chịu khi ăn.

- Dạng trà: lá khô được bào chế thành trà hoặc làm nguyên liệu cho các loại thức uống khác.

Bồ công anh có tác dụng tiêu độc, chữa bệnh sưng vú, tắc tia sữa, mụn nhọt đang sưng mủ. Còn dùng uống để chữa bệnh đau dạ dày, ăn kém tiêu.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chống loãng xương:

Hàm lượng magiê cao trong bồ công anh rất tốt cho những bệnh nhân loãng xương, còi xương. Xay lá ở dạng nước ép (khoảng 100g lá tươi) phối hợp với cà rốt hoặc củ cải, uống mỗi ngày rất hiệu quả.

* Chữa rối loạn gan mật:

Phối hợp với cải xoong chế thành một loại nước ép, sẽ rất hiệu quả và giúp gan mật hoạt động bình thường. Các bệnh nhân đau gan, vàng da có thể sử dụng thường xuyên dạng nước ép hoặc dạng trà được bào chế sẵn.

* Chữa các rối loạn trên hệ bài tiết:

Toàn cây bồ công anh được chế biến thành một loại trà, uống mỗi ngày làm gia tăng lượng nước tiểu bài tiết.

* Chữa mụn cóc:

Cắt ngang phần gốc của cây và lấy chất dịch tiết ra từ cây bôi lên chỗ mụn cóc, 2 - 3 lần mỗi ngày, sẽ thấy hiệu quả.

* Chữa viêm tuyến vú, tắc tia sữa:

Phụ nữ sau khi sinh bị viêm tuyến vú gây đau nhức dữ dội, dùng lá sắc lấy nước uống. Liều dùng

hằng ngày 20 - 40g lá tươi hoặc 10 - 15g lá khô. Có thể dùng riêng hoặc phối hợp với các vị thuốc khác như hạ khô thảo, thường dùng dưới dạng thuốc sắc có thêm đường cho dễ uống. Nên phối hợp uống trong và giã nát đắp ngoài thì rất hiệu quả.

Chú ý: Dùng nhiều dễ mất sữa.

* Chữa các chứng viêm loét:

Bồ công anh còn chữa viêm loét dạ dày, ung thư vú, mụn nhọt, ghẻ lở, các bệnh ngoài da, giúp làn da tươi sáng, trẻ hóa, ngừa ung thư nhờ tác dụng tăng cường thải độc cho gan. Mỗi ngày khoảng 20g, thêm hạ khô thảo, kim ngân hoa đồng lượng, sắc với 600ml nước, đun cạn còn 1/2, chia 2 - 3 lần uống trong ngày.

* Chữa mắt đau sưng đỏ:

Bồ công anh 40g, hạt dành dành 12g, cam thảo nam 6g, sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa mụn nhọt:

Bồ công anh 40g, kim ngân hoa 20g, cam thảo nam 10g, sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa viêm loét dạ dày, tá tràng:

Bồ công anh 40g, lá khôi 20g, nghệ vàng 20g, mai mực 10g, cam thảo dây 5g, sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa viêm phổi, viêm phế quản:

Bồ công anh 40g, vỏ rễ dâu 20g, hạt tía tô 10g, kim ngân hoa 20g, cam thảo nam 10g, sắc uống ngày 1 thang; Bồ công anh đem sấy khô, tán nhỏ,

trộn với mật thành viên 6 viên. Ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 viên. Khi uống ngậm vào miệng cho tan, nuốt nước dần, uống sau khi ăn cơm.

* Chữa viêm gan virus:

Bồ công anh 30g, nhân trần 20g, chó đẻ răng cưa 20g, rau má 30g, cam thảo nam 20g, sắc uống ngày 1 thang. Hoặc bồ công anh 50g, mã đề tươi 60g, sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa viêm thận cấp:

Bồ công anh 40g, hoạt thạch 30g, hạt dành dành 15g, sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa rắn cắn:

Bồ công anh lượng vừa phải, giã nát đắp lên vết rắn cắn. Ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

* Hỗ trợ điều trị ung thư thực quản:

Bồ công anh 40g tươi, giã nát, vắt lấy nước cốt, pha thêm rượu uống hằng ngày.

* Hỗ trợ điều trị ung thư dạ dày:

Bồ công anh 30g, bạch truật 30g, kim ngân hoa 20g, phục linh 20g, binh lang 15g, hồng sâm 15g sắc uống ngày 1 thang.

* Chữa đau dạ dày:

Bồ công anh 20g, lá khôi 15g, lá khổ sâm 10g, nước 300ml, đun sôi 15 phút, thêm chút đường đủ ngọt, uống 1 ngày 1 thang. Uống đợt 10 ngày, nghỉ 3 ngày rồi uống tiếp, uống đến khi khỏi bệnh.

Cây Hoa Ngâu



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Ngâu là loại cây lâu năm, gỗ nhỏ dạng bụi, gỗ vàng nhạt, lá mọc cách, kép lông chim lẻ mang tới 3 - 5 lá phụ hình trứng ngược, đầu tù, gốc làm thành cánh men theo cuống, nhẵn có màu xanh bóng đậm.

Cây ưa ánh sáng, nhu cầu nước trung bình, cành mềm dễ uốn tỉa thành cây bonsai nên được trồng làm cảnh và những nơi chùa chiền. Trong cây ngâu, bộ phận được sử dụng làm thuốc trị bệnh là lá và hoa, nhưng chủ yếu là hoa ngâu.

Ngoài công dụng ướp trà, hoa ngâu còn được Đông y dùng chữa say rượu, cao huyết áp, bế kinh, có thương tích do vấp ngã...

Có thể dùng hoa tươi hoặc phơi khô. Theo Đông y, hoa ngâu vị ngọt, hơi cay, tính mát, có tác dụng giải uất kết, giúp thư giãn, làm sạch phổi, tỉnh rượu, tỉnh táo đầu óc, sáng mắt, ngưng phiền khát. Nó thường được dùng chữa các chứng ho hen, váng đầu, đầy trướng khó chịu ở ngực, trị nhọt độc...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa cao huyết áp:

Hoa ngâu 10g, hoa cúc 30g. Hai thứ gộp chung, chia làm 3 phần bằng nhau. Khi dùng cho một phần vào tách, rót nước sôi già ngâm, để nguội uống. Uống hết 3 phần thuốc đó trong một ngày.

* Chứng bế kinh:

Hoa ngâu 10g, rượu 50g. Cho hoa vào rượu, thêm vào chút nước, nấu cách thuỷ đến khi hoa chín nhừ, để nguội uống. Uống trước ngày có kinh 3 ngày, uống liền trong 5 ngày, ngày uống 1 lần.

* Chứng thương tích do vấp ngã, bị đòn:

Hoa ngâu, lá ngâu mỗi thứ 50g. Gộp chung cả hai thứ, cho vào một lượng nước vừa phải nấu chín, chắt lấy nước, đổ nước vào nấu tiếp, nấu đủ 3 lần, gộp chung nước thuốc chắt 3 lần, trước tiên nấu bằng lửa to, sau nấu bằng lửa nhỏ thành cao.

Mỗi lần dùng, quết một ít cao này lên vải lụa mỏng đắp vào chỗ vết thương sưng đau, đắp thuốc cao ngày một lần.

* Chữa say rượu:

Hoa ngâu, hoa sắn dây (cát hoa) mỗi thứ 10g. Gộp chung cả hai thứ vào cốc, rót nước sôi già vào ngâm uống.

* Sốt, hen suyễn:

Uống trà có ướp hoa ngâu hoặc hoa ngâu ngâm nước sôi già để nguội uống đều có kết quả tốt.

Cây Hoa Súng



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Súng là loài cây thảo thủy sinh, có hình dạng đẹp như cây sen nên thường được trồng trong hồ, ao của đình, chùa, trong hồ non bộ. Nhiều nơi, người dân trồng làm cảnh, thực phẩm và làm thuốc.

Theo Đông y, bông hoa súng vị ngọt, tính mát, có tác dụng chống co thắt, an thần, trợ tim, trợ hô hấp, tăng cường sinh lực; thường được sử dụng trong các trường hợp tình dục bị kích thích, di tinh, mộng tinh, mất ngủ, tim đập nhanh, kiết lỵ, tiêu chảy, ho, viêm bàng quang, viêm thận, tiểu buốt, tiểu són, đau lưng, mỏi gối do thận yếu.

Trong dân gian bông súng dùng nấu chè để ăn mát, giải cảm nhất là cảm nắng.

Rễ bông súng thu hoạch về phơi khô, nấu với nước 2 lần, cô thành cao thêm đường làm xirô uống chữa ho, rát cổ, sốt cao.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa bệnh mất ngủ:

- Lấy 15 - 30g nấu sắc với 200ml nước, còn lại 50ml, uống 1 lần trong ngày.

- Hoặc dùng phối hợp với vị khác: Hoa súng 15g, tim sen 10g, hoa nhài 10g. Tất cả sấy khô, tán nhuyễn, pha như trà uống làm 2 lần trong ngày.

* Chữa tiểu rát:

Lấy hoa súng 15g, râu ngô 15g, rễ cỏ tranh 10g, rau má 10g, rau diếp cá 10g. Nấu sắc lấy nước đặc uống ngày 2 lần.

* Chữa tiểu dắt, viêm bàng quang:

Hoa súng 15g, râu ngô 15g, rễ cỏ tranh 10g, rau má 10g, rau diếp cá 10g. Sắc lấy nước uống 2 lần trong ngày.

* Làm thuốc bổ thận:

- Rễ củ súng 40g, thục địa 40g, thạch hộc 30g, hoài sơn 30g, táo nhân 20g, tỳ giải hoặc thổ phục linh 20g. Thục địa thái mỏng chưng cách thuỷ sau giã nhuyễn. Các dược liệu còn lại phơi khô sao vàng tán thành bột nhỏ mịn rồi trộn với thục địa đã giã nhuyễn cùng mật ong để viên hoàn. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 12g.

- Hoặc lấy rễ hoa súng 20g, ba kích 12g, cẩu tích 12g, tỳ giải 12g (tẩm rượu sao), hà thủ ô chế với đậu đen 12g, ngưu tất 12g. Tất cả sắc với 400ml nước còn lại 100ml chia 2 lần uống trong ngày.

* Chữa thận hư, tâm can suy nhược, di tinh, mộng tinh, hoạt tinh, đau lưng, ù tai, viêm ruột mạn, khí hư ở nữ, trẻ đái dầm.

Rễ hoa súng 15g, quả kim anh 15g, mật ong vừa đủ làm hoàn. Rễ hoa súng cạo bỏ vỏ ngoài, rửa sạch, thái mỏng, phơi khô rồi sao qua, lấy 15g. Quả kim anh cạo hết gai, bổ đôi, nạo sạch hạt và lông

rồi cũng sao vàng, lấy 15g. Hai vị trên tán nhỏ mịn, trộn với mật ong để viên hoàn. Ngày uống 2 lần, mỗi lần từ 5 - 10g.

*** Chữa cảm nắng:**

Lấy rễ hoa súng nấu chè ăn trong ngày.

*** Chữa ho, rát cổ, sốt cao:**

Lấy rễ hoa súng phơi khô, sau nấu lấy 2 lần nước để cô thành cao lỏng, cho đường làm thành xirô mà uống, ngày uống 2 - 3 lần, cần uống vài ngày liền.

Cây Hoa Bách Hợp



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa bách hợp hay còn được biết đến với tên gọi là hoa ly ly. Cây bách hợp mọc hoang ở một số vùng núi cao nước ta.

Thành phần hoá học: Tinh bột (30%), protid (4%), lipid (0,1%), vitamin C, alcaloid.

Cây hoa bách hợp có tác dụng nhuận phế, giảm ho, định tâm, kiện vị.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa ho lâu, phổi yếu, tâm thần suy nhược, lo âu, hồi hộp, buồn bực, ít ngủ: dùng bách hợp, mạch môn, sinh địa, đều 20g, tâm sen sao 5g sắc uống.

* Chữa triệu chứng đau ngực, thổ huyết:

Bách hợp giã tươi, lấy nước uống.

* Chữa viêm phế quản:

Bách hợp 30g, mạch môn 10g bách bộ 8g, thiên môn đông 10g tang bạch bì 12g, ý dĩ nhân 15g, sắc với 1 lít nước, còn 400ml chia ba lần uống trong ngày.

* Chữa đại tiện ra máu:

Hạt bách hợp tẩm rượu sao, tán nhỏ, uống 6 - 12g.

* Chữa đau dạ dày mạn tính, thỉnh thoảng đau bụng:

Bách hợp 30g, ô dược 10g sắc uống.

* Chữa mất ngủ kèm theo đau đầu:

Bách hợp tươi 30g, thịt gà 300g, đậu Hà Lan 20g, dầu thực vật, lòng trắng trứng gà, nước dùng, bột mùi, hành, tỏi, rượu vang, gừng tươi và gia vị vừa đủ.

Bách hợp sắc kỹ lấy nước bỏ bã. Thịt gà rửa sạch, loại bỏ gân, thái chỉ rồi trộn đều với lòng trắng trứng gà và một chút bột mì, cho dầu thực vật vào chảo đun nóng già phi hành tỏi cho thơm rồi cho thịt gà vào đảo cho săn miếng thịt. Đổ nước sắc, nước dùng thịt gà, gừng tươi thái chỉ, đậu Hà Lan và một chút rượu vang vào, đun sôi vài phút là được, ăn nóng.

* Chữa thị lực suy giảm, huyết áp cao:

Hoa bách hợp tươi 30g, đậu phụ 250g, tiết lợn 100g, vừng 15g, tỏi giã nát 15g, hạt tiêu 2g, nước dùng và gia vị vừa đủ.

Hoa bách hợp rửa sạch, tỉa lấy các cánh, chần qua nước sôi rồi vớt ra ngâm trong nước lạnh 1 giờ. Đậu phụ và tiết lợn luộc qua, cắt miếng. Nước dùng đun sôi rồi cho hoa bách hợp, đậu phụ, tiết lợn, vừng và tỏi giã nát, chế đủ gia vị, đun nhỏ lửa cho sôi một lát là được, dùng làm canh ăn hằng ngày.

* Chữa nhức mỏi mắt:

Hoa bách hợp tươi 25g, cá diếc 2 con (500g), dầu thực vật, gừng tươi, rượu vang, gia vị vừa đủ. Hoa bách hợp tỉa lấy cánh rửa sạch, cá diếc làm sạch, bỏ nội tạng, cho dầu thực vật vào chảo đun nóng già, cho

cá diếc vào rán qua, sau đó chế nước vừa đủ, bỏ hoa bách hợp và gia vị, rượu vang rồi đun nhỏ lửa cho chín, ăn nóng.

* Chữa mất ngủ kèm theo cảm giác nóng lòng bàn tay, bàn chân; ngực, bụng bồn chồn rạo rực không yên, táo bón, đổ mồ hôi trộm:

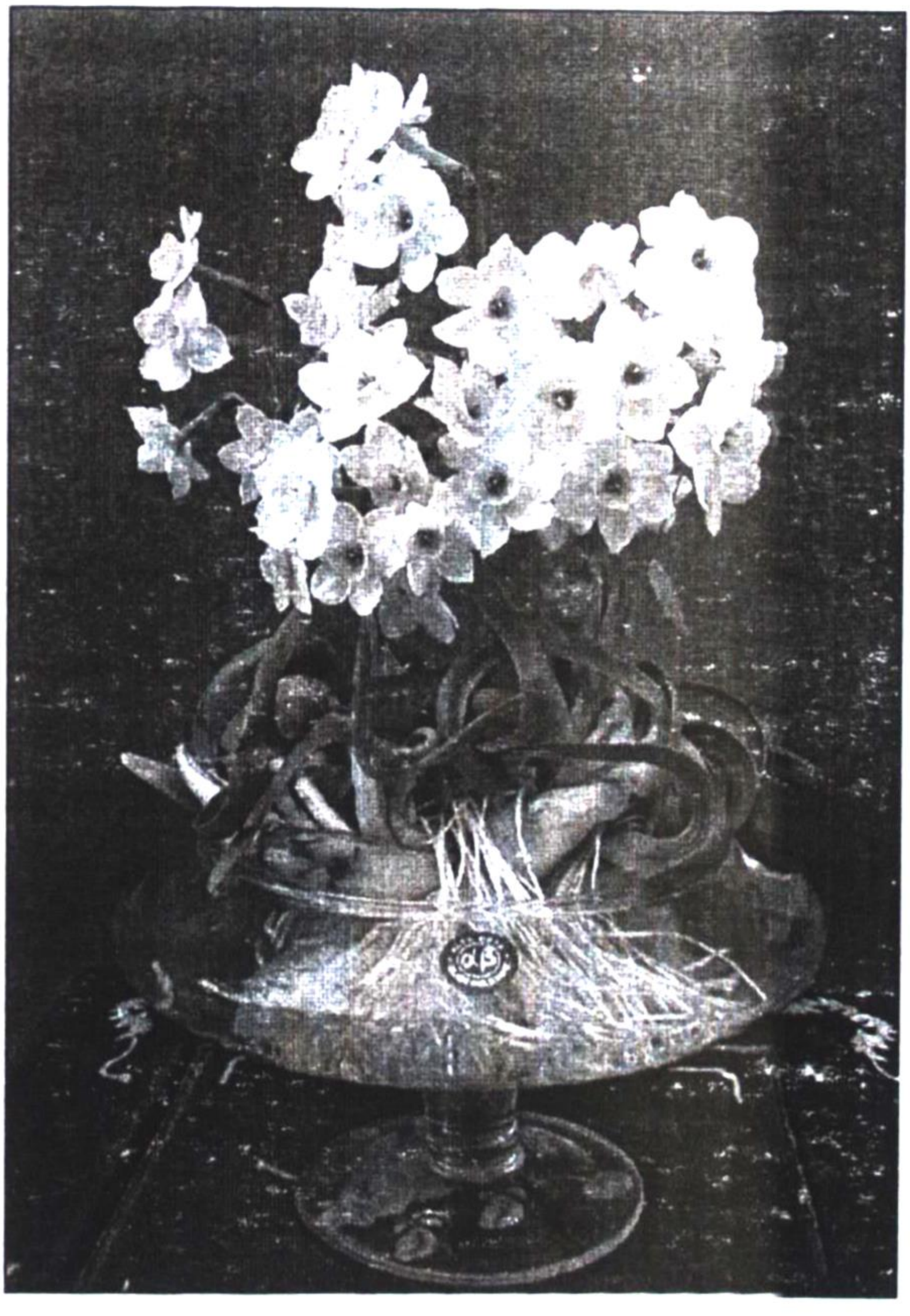
Hoa bách hợp 20g, rượu vang 50ml sắc cách thủy, uống ấm một lần vào buổi tối.

* Thanh nhiệt nhuận phế, hoá đờm chỉ khái, dùng để chữa chứng ho có khạc nhiều đờm:

Hoa bách hợp 30g, mật ong 50g. Hai thứ trộn đều rồi đem hấp cách thủy, chia ăn 2 lần trong ngày, 7 ngày là một liệu trình.

Kiêng kỵ: Tỳ vị hư yếu, tiêu chảy không dùng. Ho do phong hàn không dùng.

Cây Hoa Thủy Tiên



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Thủy tiên là loài hoa gốc Trung Quốc, Quảng Đông, Phúc Kiến, Giang Tô, Quý Châu. Có hai loại thủy tiên: loại hoa đơn và loại hoa kép. Củ và lá thủy tiên trông giống như củ và lá hành tây.

Người ta yêu thủy tiên vì vẻ đẹp quý phái và hương thơm đặc biệt, nhưng chắc hẳn sẽ thêm quý loài hoa này nếu biết rằng nó còn là một vị thuốc chữa bệnh.

Hoa thủy tiên có chứa 0,2 - 0,45% tinh dầu, trong đó chủ yếu là eugenol, benzaldehyde, benzyl alcohol, cinnamic alcohol. Ngoài ra, còn chứa rutin, lsorhamnetin-3-rhamnoglucoside, citronellol...

Theo dược học cổ truyền, hoa thủy tiên tính mát; rễ cây hoa có vị cay đắng, tính lạnh; có công dụng khứ phong thanh nhiệt, hoạt huyết điều kinh, tiêu thũng giải độc; được dùng để chữa các chứng bệnh như kinh nguyệt không đều, phụ nữ ngũ tâm phiền nhiệt (nóng lòng bàn tay, bàn chân và vùng giữa ngực), mụn nhọt, viêm loét, viêm tuyến vú, quai bị, viêm hạch... Y thư cổ Bản thảo cương mục cho rằng, hoa thủy tiên có công năng "khứ phong khí". Thường được dùng dưới dạng tươi hoặc khô, uống trong với liều từ 3 - 6g, dùng ngoài giã nát đắp hoặc nấu nước rửa.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Kiết lỵ:

Hoa thủy tiên 3g sắc kỹ lấy nước, pha thêm một chút đường trắng uống trong ngày.

* Quai bị:

Hoa hoặc củ thủy tiên giã nát, sao nóng rồi đắp vào chỗ đau.

* Tiểu tiện không thông:

Củ thủy tiên giã nát rồi đắp vào huyệt dũng tuyền. Vị trí huyệt dũng tuyền: nằm ở điểm nối giữa 2/5 trước và 3/5 sau của đoạn nối đầu ngón chân thứ hai với điểm giữa bờ sau gót chân.

* Phụ nữ ngũ tâm phiền nhiệt:

Hoa thủy tiên, lá sen khô, xích thược, lượng bằng nhau. Tất cả sấy khô, tán bột, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 6g với nước ấm.

* Trẻ em co giật:

Hoa thủy tiên 10 bông, phơi khô sắc uống, có thể pha thêm một chút đường.

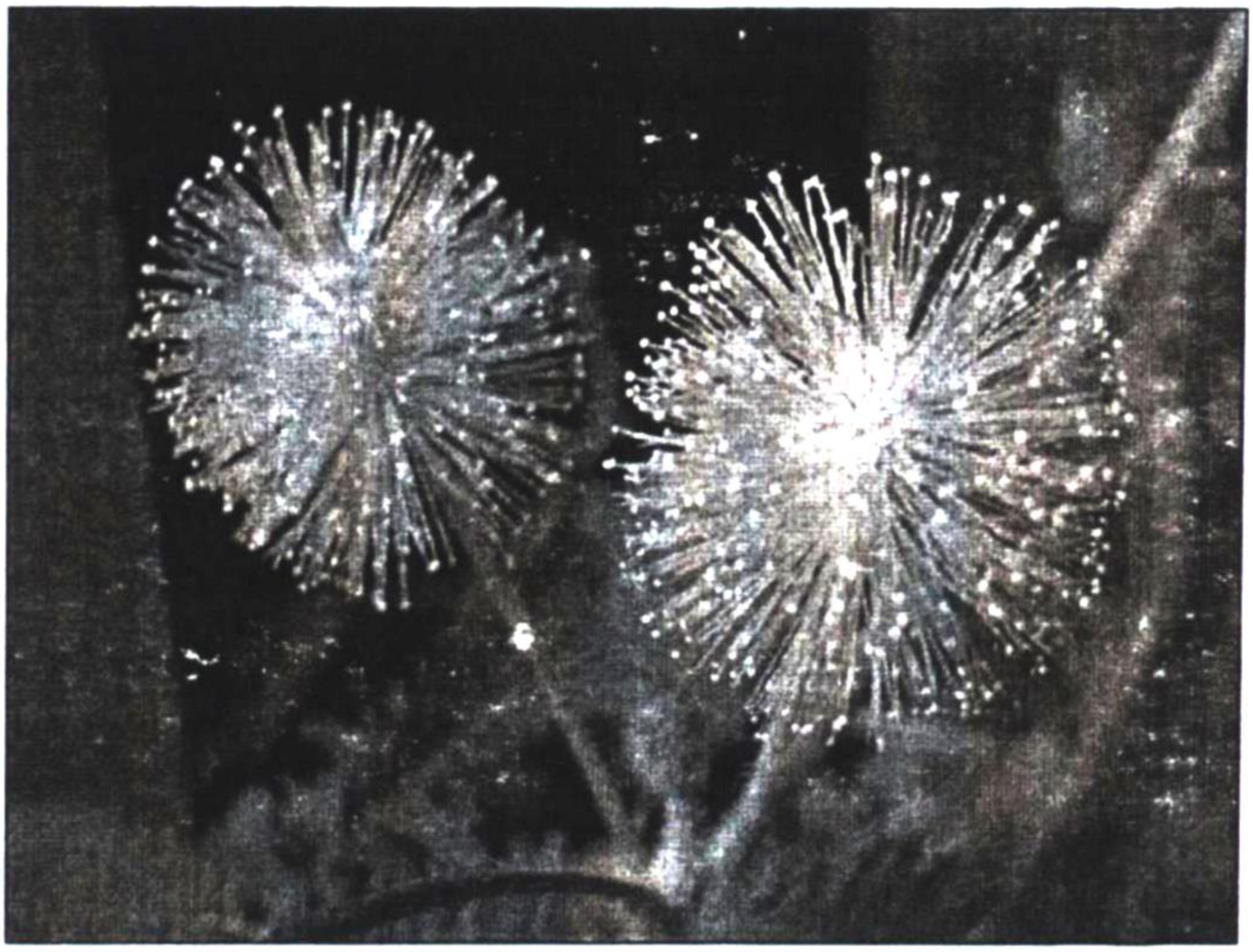
* Áp-xe vú:

Hoa thủy tiên giã nát, trộn với một chút rượu rồi đắp vào nơi bị bệnh, mỗi ngày đắp 2 lần.

* Mụn nhọt, đinh độc:

Hoa hoặc củ thủy tiên tươi giã nát đắp lên nơi bị tổn thương; hoặc dùng củ thủy tiên, dã tường vi, lá phù dung và rễ cây chuối tiêu, giã nát rồi đắp vào nơi bị bệnh.

Cây Hoa Trinh Nữ



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây hoa trinh nữ còn có tên là cây xấu hổ. Đặc điểm dễ nhận nhất của cây là lá khi đụng phải sẽ cụp rũ xuống nên có tên gọi như trên.

Bộ phận dùng làm thuốc của cỏ trinh nữ là rễ và cành lá. Rễ được đào quanh năm, thái mỏng, phơi hoặc sấy khô. Cành lá thu hái vào mùa hạ, dùng tươi hay phơi khô.

Dược liệu có vị ngọt, hơi se, tính hơi hàn, có tác dụng trấn tĩnh an thần chống viêm, làm dịu đau, hạ áp, tiêu tích, lợi tiểu.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa thấp khớp, đau lưng, đau nhức xương khớp, chân tay tê bại:

Rễ trinh nữ đã thái mỏng, tẩm rượu, sao cho thơm (20 - 30g) sắc với 400ml nước còn 100ml, uống làm 2 lần trong ngày. Nếu dược liệu nhiều có thể nấu thành cao lỏng, rồi pha rượu để dùng dần. Dùng riêng hoặc phối hợp với các vị thuốc khác theo công thức sau:

- Rễ trinh nữ, rễ bưởi bung, rễ cúc tần mỗi thứ 20g; rễ đinh lăng, rễ cam thảo dây mỗi thứ 10g. Sắc uống trong ngày, có thể ngâm rượu.

- Rễ trinh nữ, cả cây xoan leo (tầm phỏng) mỗi thứ 20g; rễ cỏ xước 15g; củ sả 10g. Tất cả sao vàng, sắc uống ngày một thang.

- Rễ trinh nữ, thân cây ớt làn lá to, thân cây bọt ếch, rễ khúc khắc mỗi thứ 10g, rễ bạch đồng nữ, quả tơ hồng vàng, mỗi thứ 8g. Tất cả nấu với 2 lần nước, rồi cô lại thành cao lỏng. Uống làm 2 lần trong ngày.

- Rễ trinh nữ 10g; lá cối xay, rau muống biển, lạc tiên, rễ cỏ xước, lá lốt mỗi thứ 3g. Hãm với nước sôi hoặc sắc uống.

- Rễ trinh nữ, hy thiêm, gai tầm xoọng, dây đau xương, thiên niên kiện, thổ phục linh, tục đoạn, dây gắm, kê huyết đằng mỗi thứ 12g. Sắc uống hoặc ngâm rượu uống.

* Chữa khí hư:

Rễ trinh nữ tươi giã, ép lấy nước, làm ngọt rồi uống ngày 3 lần. Mỗi lần 2 thìa canh trong một tuần.

* Chữa suy nhược thần kinh, thần kinh, mất ngủ, trằn trọc:

Cành lá trinh nữ 15g, rửa sạch, cắt ngắn sao vàng, sắc uống. Dùng riêng hoặc phối hợp với cây nụ áo hoa tím 15g, chua me đất hoa vàng 30g, lạc tiên, mạch môn, thảo quyết minh mỗi thứ 10g. Sắc uống.

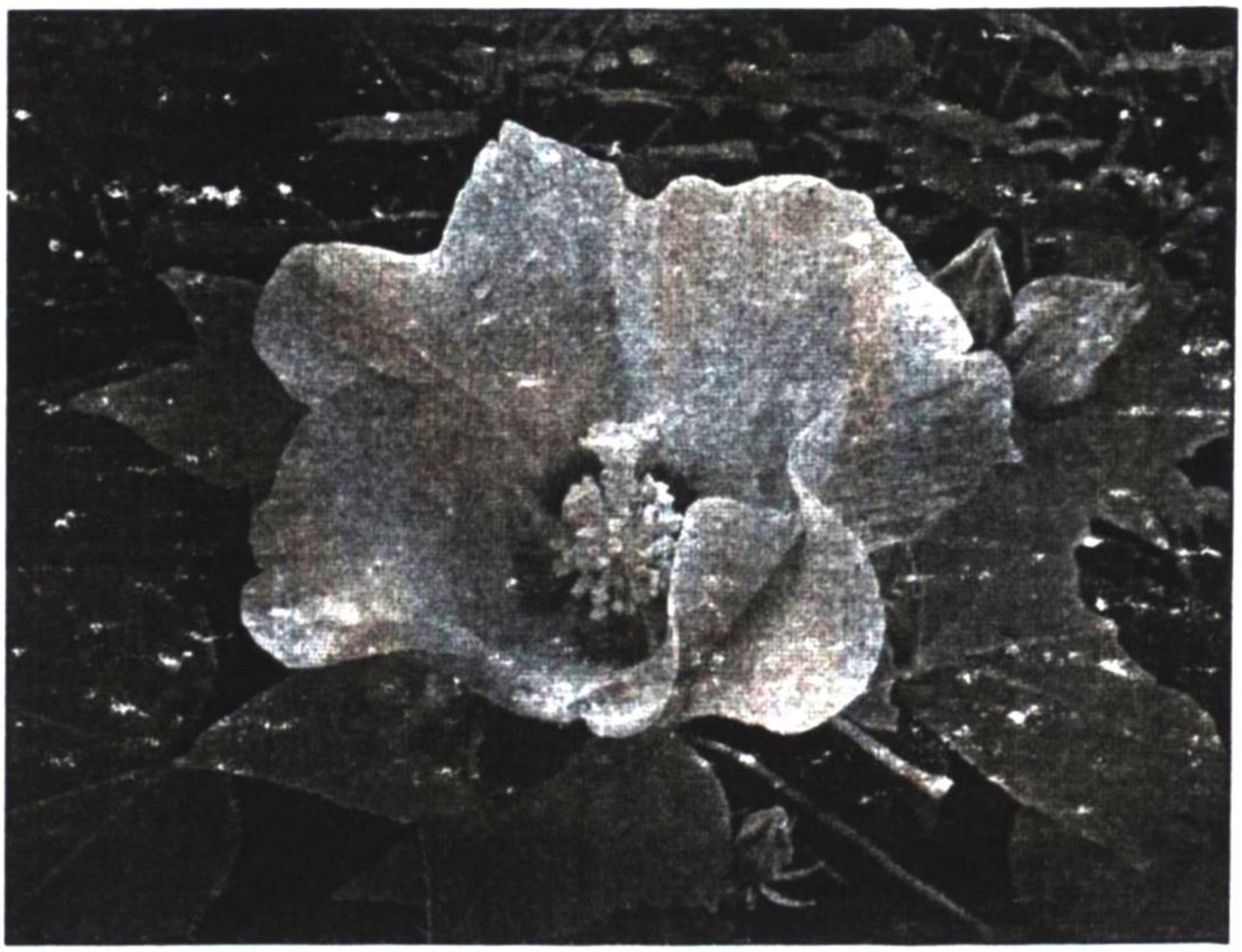
* Chữa cao huyết áp:

Cành lá trinh nữ, trắc bách diệp, hoa đại, câu đằng, đỗ trọng, lá vông nem, hạt thảo quyết minh

(sao), thân lá bạch hạc mỗi vị 8g, hà thủ ô đỏ, tang ký sinh mỗi vị 6g, địa long 4g. Sắc uống trong ngày. Có thể tán bột, rây mịn, luyện với hồ làm viên, uống mỗi ngày 20 - 30g.

Chú ý: Theo y học cổ truyền, vỏ trinh nữ có tác dụng gây tê, mê liều cao. Phụ nữ có thai không được dùng.

Cây Hoa Phù Dung



Cây hoa trị bệnh

I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Phù dung là loại cây mọc hoang và được trồng ở nhiều nơi để làm cảnh, tên khoa học là Hibiscus mutabilis L., trong dân gian còn được gọi là mộc liên, địa phù dung, tâm biến hoa, thât tinh hoa,, sương giáng hoa, túy tửu phù dùng, đại diệp phù dung...

Cây phù dung nhỏ, cao chừng 2 - 5m, cành có long hình sao ngắn, vỏ thân có nhiều xơ sợi, lá mọc cách, xẻ 3 - 5 thùy, hình bàn tay, rộng 10 - 20cm, mặt trên có lông, mép khía răng cưa. Hoa to và đẹp, mọc đơn độc hoặc tụ nhiều hoa, khi mới nở vào buổi sáng có màu trắng, chiều ngả màu hồng đỏ. Quả hình cầu năm cạnh, đường kính từ 2 - 5cm, có lông màu vàng nhạt.

Ngoài công dụng làm cảnh, vỏ thân phù dung trắng mềm có thể dùng để bện thừng, dệt vải hoặc làm giấy; lá và hoa tươi hoặc khô được dùng để làm thuốc. Theo nghiên cứu hiện đại, hoa phù dung có chứa anthocyanin, isoquercitrin, hyperin, hyperoside, rutin, quercitin-4'-glucoside, spiraeoside, quercimeritrin...

Theo y học cổ truyền, hoa phù dung vị cay, tính bình, có công dụng thanh nhiệt giải độc, lương huyết chỉ huyết (làm mát huyết và cầm máu), tiêu thũng chỉ thống (làm hết phù thũng và giảm đau), thông kinh hoạt huyết, bài nùng (làm hết mủ); được các sách thuốc cổ như Bản thảo cương mục, Bản

thảo đồ kinh, Bản thảo cầu chân, Trấn nam bản thảo, Sinh thảo dược tính bị luận... dùng để chữa các chứng bệnh như ung thũng, mụn nhọt, lở loét, bỏng, ho do phế nhiệt, thổ huyết, băng lậu, bạch đới...

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Tổn thương do chấn thương:

Dùng hoa phù dung tươi giã nát đắp vào nơi tổn thương, hoặc dùng bột hoa phù dung khô trộn với giấm, rượu và nước trà thành dạng cao rồi đắp lên chỗ đau.

* Viêm khớp:

Dùng hoa phù dung và đậu đỏ (hạt nhỏ) mỗi thứ 15g, nghiền nhỏ, trộn với mật ong rồi đắp lên khớp đau.

* Chắp và lẹo mắt:

Dùng hoa phù dung tươi và bạc hà tươi, mỗi thứ 3g, rửa sạch, giã nát rồi đắp lên chỗ chắp hoặc lẹo, mỗi ngày 2 - 3 lần.

* Mắt sưng đau do chấn thương:

Dùng một nắm hoa phù dung và 6g sinh địa nghiền nát, trộn với sữa người rồi đắp lên mắt bị bệnh.

* Viêm kết mạc:

Lấy 9 - 30g hoa phù dung sắc uống.

* Cảm mạo:

Lấy 30g hoa phù dung và 3g hậu phác, sắc kỹ 2 lần, lấy 2 nước hòa đều, chia uống 3 lần trong ngày.

* Zona, vết thương do ong đốt, rết, rắn không độc và côn trùng cắn:

Dùng hoa phù dung phơi khô trong bóng râm, tán bột, trộn với dầu vừng bôi vào vết thương.

* Mụn nhọt, đinh độc, hậu bối, chín mé:

Dùng hoa phù dung sấy khô tán bột, trộn với vaseline thành cao mềm tỉ lệ 1/4, rồi đắp lên chỗ tổn thương, thay thuốc hằng ngày hoặc cách ngày.

* Chữa sưng vú:

Hoa hoặc lá phù dung 50g, mầm húng dũi 50g. Hai vị dùng tươi, rửa sạch, giã đắp. Ngày đắp một lần vào buổi trưa, đắp liên tục trong 3 ngày.

* Kinh nguyệt ra nhiều:

- Hoa phù dung (loại mới nở) phơi khô, sắc với 200ml nước còn 50ml, uống một lần trong ngày, uống trong 7 ngày.

- Hoặc hoa phù dung phơi khô đem tán bột mịn, gương sen đốt tồn tính, tán mịn. Trộn đều hai thứ với lượng bằng nhau. Ngày uống hai lần, mỗi lần 8g với nước cơm, uống trước bữa ăn. Uống trong 5 -7 ngày.

* Ho do hư lao:

Hoa phù dung 60 - 120g, lộc hàm thảo 30g, đường đỏ 60g, hầm với tim và phổi lợn ăn.

* Phế ung (áp xe phổi):

Hoa phù dung 20 - 30g sắc uống. Có thể cho thêm 10 - 20g đường phèn.

* Ho ra máu:

Hoa phù dung 10 đóa sắc uống.

* Tử cung xuất huyết, kinh nguyệt kéo dài không dứt:

Hoa phù dung 9 - 30g sắc uống hoặc hoa phù dung và gương sen (liên phòng) lượng bằng nhau, sấy khô tán bột, uống mỗi ngày 6g với nước cơm.

* Thống kinh:

Đế hoa phù dung 7 cái, sắc kỹ lấy nước, hòa thêm một chút đường phèn rồi uống.

* Khí hư (bạch đới):

Hoa phù dung 10 đóa sắc uống.

* Viêm âm đạo:

Hoa hoặc lá phù dung 1000g, sắc kỹ lấy 1000ml, bỏ bã, để nguội, cho thêm benzoic acid 0.3% để bảo quản rồi đựng trong bình kín dùng dần. Khi dùng, trước tiên rửa tại chỗ bằng dung dịch thuốc tím 1%, sau đó dùng dịch chiết hoa phù dung ngâm rửa kỹ mỗi ngày một lần.

* Viêm tuyến vú:

Dùng hoa, lá hoặc rễ phù dung sắc uống hoặc giã nát đắp vào vùng tổn thương.

* Trẻ em hay đầy bụng do giun:

Hoa phù dung hái lúc còn màu trắng, phơi khô trong bóng râm rồi thái nhỏ nấu canh với gan gà cho ăn hàng ngày.

* Viêm khớp:

Hoa phù dung 15g, xích đậu 15g, hai thứ nghiền nhỏ, trộn với mật ong rồi đắp lên khớp đau. Cũng có thể thay thế bằng bột lá phù dung khô.

* Tổn thương do trật đả:

Dùng hoa và lá phù dung tươi giã nát đắp vào nơi tổn thương hoặc dùng bột hoa phù dung khô trộn với giấm, rượu và nước trà thành dạng cao rồi đắp lên chỗ đau.

* Loét giác mạc:

Hoa hoặc lá phù dung tươi rửa sạch, giã nát và trộn với một chút muối rồi đắp lên mắt bị bệnh. Kinh nghiệm này có lẽ không nên áp dụng vì lý do vệ sinh, tuy nhiên vẫn nêu ra để gợi ý cho việc nghiên cứu điều trị một số bệnh lý nhãn khoa bằng hoa phù dung dưới dạng các chế phẩm khác đảm bảo an toàn và khoa học hơn.

* Viêm kết mạc:

Hoa phù dung 9 - 30g, sắc uống.

* Mắt sưng đau do chấn thương:

Dùng hoa hoặc lá phù dung non 1 nắm, sinh địa 6g, hai thứ nghiền nát, trộn với sữa người rồi đắp lên mắt bị bệnh.

* Chữa bỏng:

- Hoa hoặc lá phù dung 18g, đại hoàng 12g, bạch chỉ 9g, cam thảo 9g. Tất cả sấy khô, nghiền

thành bột mịn rồi trộn với dầu trà hoặc dầu vừng bôi lên tổn thương.

- Hoa phù dung 15g, thanh đại 9g, hai thứ tán bột trộn với dầu vừng bôi vào nơi bị bỏng.

- Hoặc dùng hoa phù dung tươi lượng vừa đủ đem ngâm trong dầu ăn cho đến khi hoa chìm xuống đáy thì lọc bỏ bã, đựng trong bình kín dùng dần; hàng ngày từ 2 - 3 lần dùng gạc hoặc bông vô trùng thấm dầu thuốc bôi nhẹ nhàng vào vết thương.

* Mụn nhọt, đinh độc, hậu bối, chín mé:

- Hoa hoặc lá phù dung sấy khô tán bột, trộn với vaseline thành cao mềm 1:4 rồi đắp lên tổn thương, hàng ngày hoặc cách ngày thay thuốc một lần.

- Hoa phù dung 30g, đan bì 15g, sắc uống.

- Hoa phù dung vã dã cúc hoa lượng bằng nhau, sấy khô, tán bột, trộn với mật ong bôi lên tổn thương.

- Hoa phù dung tươi giã nát đắp vào nơi bị bệnh.

- Hoa hay lá phù dung 1 phần, củ chuối tiêu 2 phần, lá vòi voi (có thể thay bằng rau má tươi) 1 phần, muối ăn một chút, tất cả giã nát rồi đắp lên tổn thương.

- Hoa hay lá phù dung 1 phần, lá dâu leo (nho dại) 1 phần, hai thứ giã nát, trộn thêm một chút muối rồi bó vào nơi bị bệnh.

Cây Hoa Mười giờ



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Hoa mười giờ còn có tên gọi là bông mười giờ, thuộc họ rau sam. Cây mười giờ thân thảo, mọc bò, cao 10 - 15cm, mọng nước, chia nhánh rẽ đôi. Lá hình dải, dài 2cm, rộng 2mm. Hoa màu đỏ, vàng, hồng hay trắng. Quả hình cầu, đường kính 4mm. Cây ra hoa vào mùa hè - thu.

Đông y cho rằng hoa mười giờ có tác dụng hoạt huyết, giảm đau, tiêu viêm, tiêu sưng, chữa mụn nhọt, viêm da, ghẻ, ngứa, bỏng, eczema, chữa đau họng.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

*** Chữa viêm họng:**

Hoa mười giờ 100g, lá cây rẻ quạt 10g. Cả hai rửa sạch, giã nhỏ cho vào 100ml nước nóng, chắt lấy nước ngậm. Ngày ngậm 2 - 3 lần. Cần ngậm 3 - 5 ngày.

*** Chữa eczema:**

Thân, lá cây hoa mười giờ 100g, lá đào tươi 100g, vôi tôi 10g. Các lá rửa sạch giã nhỏ, trộn lẫn cùng vôi tôi. Hằng ngày lấy thuốc này bôi vào chỗ bệnh, ngày 2 - 3 lần. Bôi nhiều ngày.

*** Chữa ghẻ:**

Thân, lá hoa mười giờ 100g, lá xoan tươi 100g, lá rau sam 100g. Các lá rửa sạch, giã vắt lấy nước bôi vào nơi bị ghẻ. Ngày bôi 2 - 3 lần. Bôi trong nhiều ngày.

* Chữa mụn nhọt chưa vỡ mủ:

Hoa mười giờ 50g, lá táo 30g, muối ăn 22g. Các thứ rửa sạch, giã nhỏ cùng muối ăn đắp vào chỗ đau, ngày thay thuốc một lần.

* Chữa bỏng nhẹ, bỏng nông:

Ngay sau khi bị bỏng do nước sôi hoặc bỏng lửa hái một nắm cây hoa mười giờ (không kể liều lượng), rửa sạch, giã nát rồi đắp lên vết bỏng, thay thuốc đắp liên tục cho đến khi hết nóng rát ở vết bỏng. Các vết bỏng nhẹ, bỏng nông sẽ khô, không bị phồng, rát, lên da non và sẽ khỏi.

Cần lưu ý: Nếu các vết bỏng nặng, bỏng sâu cần ngay lập tức ngâm chỗ bỏng vào nước sạch, hoặc cho vết bỏng dưới dòng chảy của vòi nước liên tục từ 15 - 10 phút (nước máy, nước giếng khoan chứ không phải là nước lạnh, nước đá trong tủ lạnh) để giảm đau, hạ nhiệt độ của tác nhân gây bỏng rồi nên tới cơ sở y tế gần nhất để các bác sĩ điều trị.

Cây Hoa Cẩm Chướng



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Đông y cho rằng, cẩm chướng có vị đắng, tính hàn, tác dụng lợi tiểu, thông lâm, hoạt huyết, thông kinh, chữa tiểu buốt, tiểu dắt, tiểu ra máu, tiểu tiện không thông, bế kinh, phù thũng, trừ giun, lá dùng chữa tắc ruột. Không dùng cho phụ nữ có thai vì cẩm chướng có tác dụng gây sẩy thai.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa sỏi thận:

Cẩm chướng 10g, kim tiền thảo 8g, xơ mướp 5g, râu ngô 8g, thuốc sắc uống ngày 1 thang, chia 3 lần, mỗi lần 60ml, cần uống trong 7 ngày liền là một liệu trình. Nghỉ giữa các liệu trình là 3 ngày. Phải uống 3 liệu trình.

* Chữa tiểu ra máu:

Cẩm chướng 10g, rau má 18g, rễ cỏ tranh 8g, rễ cỏ xước 5g. Sắc uống ngày 1 thang, chia ra nhiều lần uống. Cần uống liên tiếp 3 ngày.

* Chữa bế kinh:

Cẩm chướng 15g, ngải cứu 10g, ích mẫu 8g, củ nghệ 5g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 3 lần, mỗi lần uống 50ml, cần uống 5 ngày liền, trước kỳ kinh 10 ngày.

Cây Hoa Mẫu Đơn



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Mẫu đơn là một dược thảo quý có tác dụng chữa trị nhiều chứng bệnh, đồng thời là cây cảnh có hoa rất đẹp, nên còn có tên là hoa vương, thiên hương quốc sắc, phú quý hoa. Cây sống lâu năm, cao 1 - 1,5m, rễ phát triển thành củ. Lá thường chia thành 3 lá chét, lá chét giữa lại chia thành 3 thùy, mặt trên xanh, mặt dưới có lông màu trắng nhạt. Hoa mọc đơn độc ở đầu cành, rất to, đường kính đạt tới 15 - 20cm; màu đỏ, tía hoặc trắng rất đẹp, mùi thơm gần giống mùi của hoa hồng.

Mẫu đơn và hoạt chất paeoniflorin có tác dụng chống co thắt cơ trơn, chống viêm, chống thấp khớp, an thần, hạ sốt, giảm đau, chống loét dạ dày, chống dị ứng và chống co giật. Ngoài ra còn có tác dụng gây giãn mạch vành tim và mạch ở cơ chân, gây hạ huyết áp, ức chế sự ngưng tập tiểu cầu, ức chế sự đông máu rải rác trong mạch và bảo vệ gan chống ảnh hưởng độc hại của hóa chất.

Trong thực nghiệm phản xạ có điều kiện, mẫu đơn và hoạt chất paeoniflorin có khả năng giảm sự suy yếu nhận thức gây ra bởi scopolamin trong việc tìm lối ra qua mê cung ở chuột cống trắng và trong việc phân biệt sự chói sáng ở chuột cống già. Trên lâm sàng, có khả năng điều trị rối loạn nhận thức, sa sút trí tuệ ở người cao tuổi.

Hoạt chất paeonol của mẫu đơn có tác dụng kháng khuẩn khá mạnh, ức chế sự ngưng tập tiểu cầu, chống huyết khối, chống viêm, an thần, giảm đau và phòng tai biến mạch máu não. Ngoài ra còn một hoạt chất khác có tác dụng kháng siêu vi khuẩn. Mẫu đơn còn ức chế men aldose reductase, làm giảm tích lũy sorbitol trong tế bào, do vậy làm giảm những biến chứng mạn tính của bệnh đái tháo đường như bệnh võng mạc, bệnh thần kinh và bệnh thận. Mẫu đơn cũng ức chế men monoamin oxydase, do vậy có khả năng điều trị bệnh trầm cảm.

Trong y học cổ truyền Việt Nam, mẫu đơn được dùng làm thuốc trấn kinh, giảm đau, chữa nóng âm ỉ kéo dài, sốt về chiều và đêm, không có mồ hôi, hoặc đơn sưng, huyết ứ phát sốt, nhức đầu, đau lưng, đau khớp, đau kinh, kinh nguyệt không đều và bệnh phụ khoa sau khi sinh.

Trong y học cổ truyền Trung Quốc và nhiều nước phương Đông, mẫu đơn được dùng làm thuốc hạ nhiệt, chống viêm, giảm đau, chống co thắt trong điều trị nhức đầu, chóng mặt, viêm rễ thần kinh, đau kinh, bế kinh, đau bụng, đau ngực, các bệnh có co giật, thoát mạch, để dự phòng và điều trị các bệnh huyết khối tắc mạch, chuột rút cơ bắp chân, bệnh gan, dị ứng, sa sút trí tuệ ở người cao tuổi và dùng làm thuốc chống đông máu.

Nhân dân một số nước còn dùng mẫu đơn chữa viêm da, dị ứng, mụn nhọt, lở loét, trị bỏng; và gây vô sinh. Không dùng cho phụ nữ mang thaai vì có thể gây sẩy thai.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa suy nhược thần kinh, nhức đầu, mất ngủ, di tinh:

Mẫu đơn 8g, thục địa 16g; sơn thù, hoài sơn, mỗi vị 12g; trạch tả, phục linh, phụ tử chế,, mỗi vị 8g; nhục quế 4g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa hen phế quản khi hết cơn hen:

Mẫu đơn 8g, thục địa 16g, hoài sơn 12g; sơn thù, phục linh, trạch tả, mỗi vị 8g. Sắc uốmg ngày một thang hoặc làm hoàn uống mỗi ngày 20gg.

* Chữa viêm khớp cấp:

Mẫu đơn 10g, huyền sâm 20g; tiền hồ,, hoàng cầm, tri mẫu, kỷ tử, sinh địa, mạch môn, thạch hộc, mỗi vị 12g; thăng ma 8g; đậu khấu, xạ can,, mỗi vị 6g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa tăng huyết áp:

Mẫu đơn 8g, thục địa 16g, hoài sơn 12g; sơn thù, trạch tả, phục linh, đương quy, bạch thược mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa đau nhức do máu kém lưu thông, gây thiếu máu:

Mẫu đơn 100g, đương quy 1.000g; hoài sơn, ngọc trúc, hà thủ ô đỏ, đan sâm mỗi vị 200g; bạch linh, mạch môn, trạch tả mỗi vị 100g; thanh bì, chỉ thực, sơn thù nhục, mỗi vị 50g. Tán bột làm viên nặng 5g. Ngày uống 3 lần x 3 viên.

* Chữa viêm loét dạ dày tá tràng:

Mẫu đơn 8g, bạch thược 12g; thanh bì, chi tử, bối mẫu, trạch tả, hoàng liên, mỗi vị 8g; trần bì 6g, ngô thù du 4g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa viêm gan siêu vi khuẩn cấp tính:

Mẫu đơn 16g, nhân trần 40g, sinh địa 24g, chi tử 16g; hoàng liên, đan sâm, huyền sâm, thăng ma, thạch hộc, mỗi vị 12g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa xơ gan cổ trướng:

Mẫu đơn 8g, rễ cỏ tranh 20g; thục địa, hoài sơn, bạch truật, địa cốt bì, mỗi vị 12g; sơn thù, trạch tả, phục linh, đương quy, mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa suy nhược thần kinh:

Mẫu đơn 8g; kỷ tử, thục địa, hoài sơn, câu đằng, sa sâm, mạch môn, mỗi vị 12g; cúc hoa, sơn thù, trạch tả, phục linh, táo nhân, bá tử nhân, mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa đái tháo đường:

Mẫu đơn 12g; thục địa, hoài sơn, mỗi vị 20g; kỷ tử, thạch hộc, mỗi vị 12g; sơn thù, thiên hoa phấn, sa sâm, mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa viêm tắc động mạch:

Mẫu đơn 12g; cam thảo, đương quy, mỗi vị 20g; kim ngân hoa, bạch thược, qua lâu nhân, ngưu tất, mỗi vị 16g; huyền sâm, đào nhân, đan sâm, mỗi vị 12g; binh lang, chỉ xác, mỗi vị 8g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa đau kinh:

Mẫu đơn, đào nhân, hồng hoa, huyền hồ sách, hương phụ, mỗi vị 8g; mộc hương 6g, cam thảo 4g. Sắc uống trong ngày.

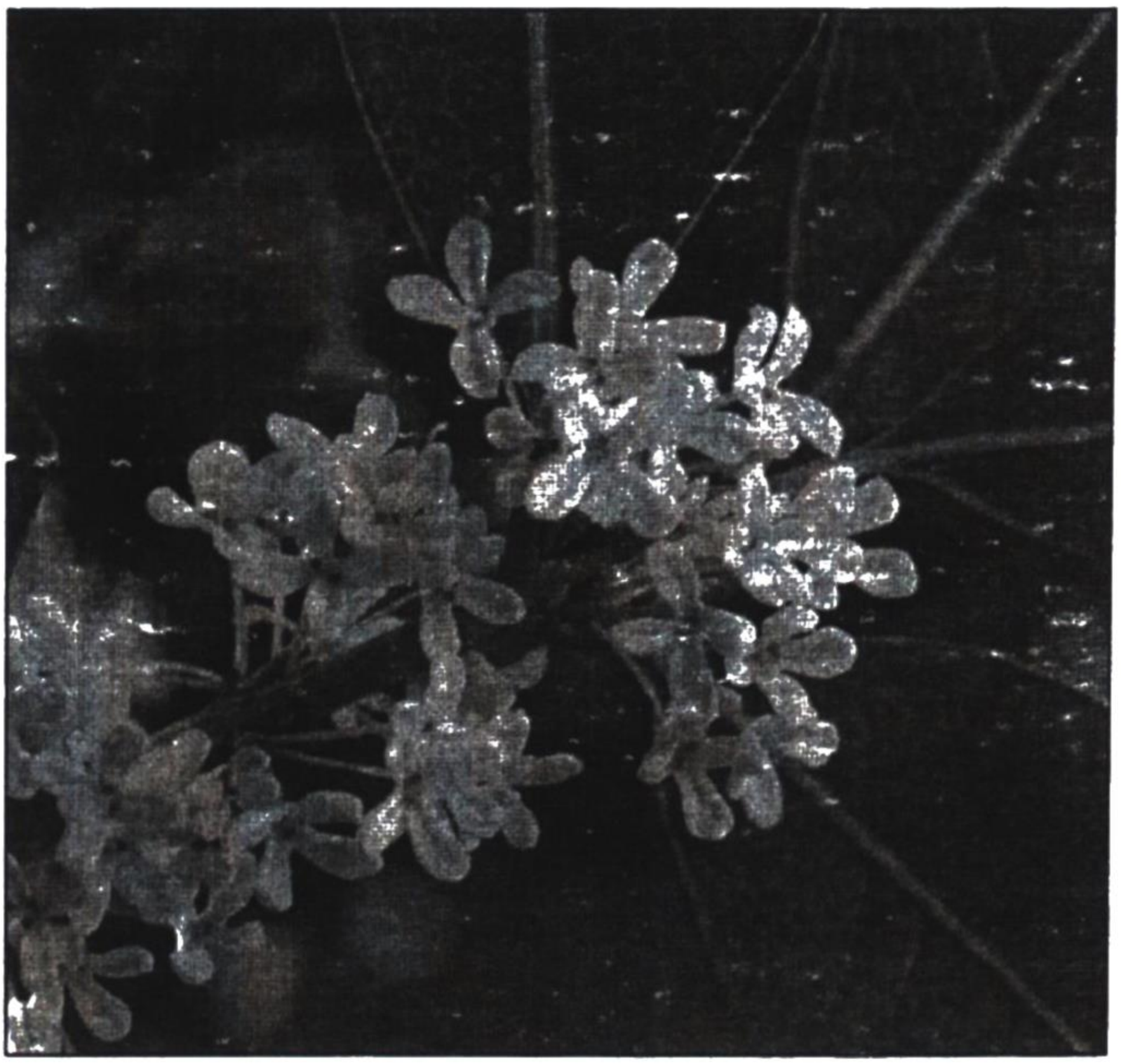
* Chữa rong huyết:

Mẫu đơn 12g, hoa cây cỏ nến (bồ hoàng), sao đen 20g; địa du, a giao, huyết dụ, bạch thược, sinh địa, mỗi vị 12g. Sắc uống ngày một thang.

* Chữa đơn độc, sưng tấy, sưng vú, viêm tinh hoàn:

Mẫu đơn, đơn đỏ, huyết giác, cam thảo dây, đơn châu chấu, chó đẻ răng cưa, huyền sâm, mạch môn, ngưu tất, mộc thông, hoàng đằng, chi tử, mỗi vị 12g. Sắc uống ngày một thang.

Cây Hoa Quế



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH

Cây hoa quế thuộc họ cây mộc, còn có tên là cây nham quế, cây hoa mộc sơn hay cây cừ mộc. Toàn bộ cây hoa quế đều được Đông y sử dụng làm thuốc. Theo Đông y, hoa quế có vị đắng, ôn tính, có tác dụng bổ thận, tỳ vị, giãn gân cốt, hoạt huyết, tán ứ, tiêu đờm, bổ thần kinh, trị chứng loét dạ dày, sa dạ dày, viêm ruột, kiết lỵ, thị giác kém, ho, suyễn.

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa hôi miệng:

Lấy 300g hoa quế, một bình rượu gạo, một thìa cà phê muối. Pha nước muối rửa sạch hoa quế, vớt ra để ráo, để khô tự nhiên, cho hoa quế vào rượu gạo, đậy kín nắp, sau 30 ngày đem dùng dần. Bạn cũng có thể dùng nó để trị chứng lạnh bụng, giúp thông khí huyết, đổ mồ hôi. Bệnh nhân thể nhiệt chỉ nên súc rồi nhổ đi.

* Chữa bệnh sởi:

Lấy một phần lá cây hoa quế, ba phần mã thầy, nấu nước uống.

* Chữa chứng ho hen có đờm, bầm tím do thương tích:

Lấy hoa quế rửa sạch với chút muối, để ráo rồi cho vào cốc, đổ nước sôi thêm chút đường phèn, hãm như trà khoảng 3 - 4 phút thì dùng được.

* Chữa bệnh dạ dày, bổ tim:

Lấy ba phần hạt cây hoa quế và một phần hoa hồng, hãm với nước sôi uống có tác dụng rất tốt.

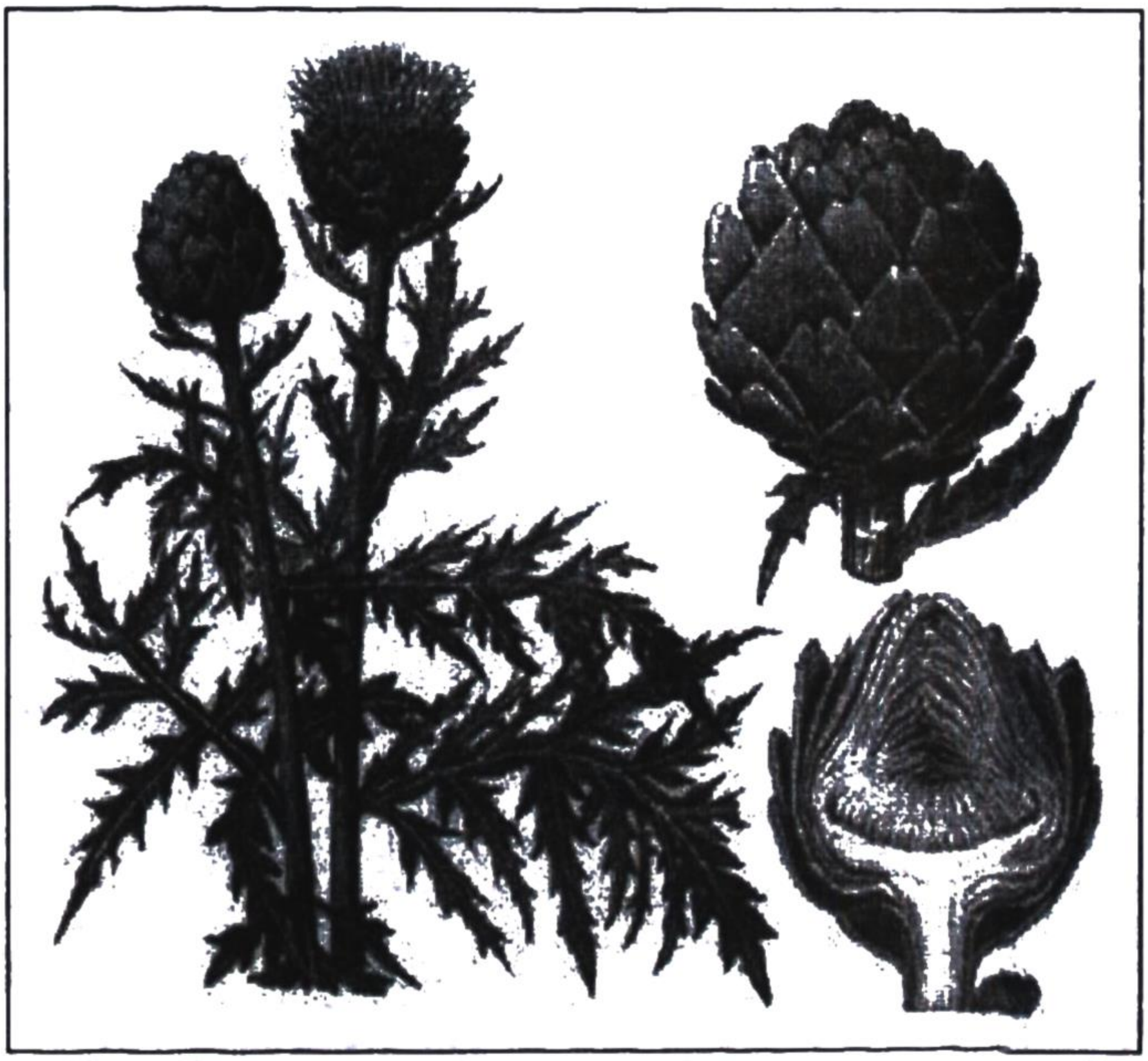
* Chữa bệnh động kinh:

Lấy rễ cây hoa quế một phần, thịt lợn hai phần, nấu lên ăn giúp cho người bệnh tỉnh táo tinh thần.

* Chữa chứng đau lưng:

Dùng rễ cây hoa quế nấu canh ăn sẽ có hiệu quả.

Cây Hoa Atisô



I. TÁC DỤNG CHỮA BỆNH



Hoa atisô có tác dụng bổ dưỡng, kích thích tiêu hóa, lợi gan mật, trợ tim, lợi tiểu, thường dùng nấu canh. Bộ phận của cây atisô được dùng làm rau ăn là cụm hoa bao gồm đế mang hoa, các lông tơ, và các lá bắc (có phần gốc mềm màu trắng bao chung quanh). Trong 100g bông atisô, có chứa: 3 - 3,15g protein, 0,1 - 0,3g lipid, 11 - 15g glucid (chủ yếu là inulase, tốt cho người bị tiểu đường) và 82g nước.

Ngoài ra còn có chứa các chất khoáng như mangan, phốt pho, sắt, các vitamin: A, B1, B2, C, cung cấp 50 - 75 calori. Bông atisô khi nấu chín có tác dụng bổ dưỡng tăng lực, kích thích tiêu hóa làm ngon miệng, lợi gan mật, trợ tim, lợi tiểu, chống độc, tăng tiết sữa cho sản phụ (khi hầm với chân giò). Trong Đông y, hoa atisô dùng trong các trường

hợp đau gan, đau dạ dày, ăn uống không tiêu, sản phụ ít sữa,

II. BÀI THUỐC PHỐI HỢP

* Chữa tiểu đường thống phong, thấp khớp, suy nhược cơ thể:

Rửa sạch bông atisô, chẻ dọc thành 6 - 8 miếng, luộc chín, nấu canh, hầm xương bò, chân giò hoặc xào với nấm. Khi dùng bông atisô chỉ nên dự trữ bằng cách bỏ vào tủ lạnh tối đa bảy ngày, khi nấu không dùng nồi bằng nhôm hay gang vì các kim loại này làm atisô mất màu, gây đắng khó ăn

MỤC LỤC

Cây Hoa Hồng 7
Cây Hoa Hòe 17
Cây Hoa Đinh hương 28
Cây Hoa Sen 34
Cây Hoa Cúc 40
Cây Hoa Sứ 50
Cây Hoa Mào gà 54
Cây Hoa Râm bụt 59
Cây Hoa Tử Uy 66
Cây Hoa Trang 68
Cây Hoa Thiên Lý 71
Cây Hoa Kim Ngân 75
Cây Hoa Hiên 79
Cây Hoa Nhài 85
Cây Hoa Đào 91
Cây Hoa Mai Trắng 98
Cây Hoa Đỗ Quyên 105
Cây Hoa Quỳnh 108
Cây Hoa Tầm Xuân 113

Cây Hoa Ngọc Lan 117
Cây Hoa Sữa 122
Cây Hoa Hướng Dương 125
Cây Hoa Ngũ Sắc.....133
Cây Hoa Gạo 136
Cây Hoa Bồ Công Anh 139
Cây Hoa Ngâu 144
Cây Hoa Súng 147
Cây Hoa Bách Hợp.....151
Cây Hoa Thủy Tiên 155
Cây Hoa Trinh Nữ.....158
Cây Hoa Phù Dung 162
Cây Hoa Mười giờ 169
Cây Hoa Cẩm Chướng.....172
Cây Hoa Mẫu Đơn.....174
Cây Hoa Quế.....180
Cây Hoa Atisô 183

CÂY HOA TRỊ BỆNH

Chịu trách nhiệm xuất bản: NGUYỄN THỊ TUYẾT
Chịu trách nhiệm bản thảo: KHÚC THỊ HOA PHƯỢNG
Biên tập: MỸ ÁI
Vẽ bìa: TRỌNG KIÊN
Sửa bản in: HỒNG NHUNG

NHÀ XUẤT BẢN PHỤ NỮ
39 Hàng Chuối, Hà Nội.
ĐT: 971.0717 - 971.7979 - 971.7980 - 971.6727 - 971.2832
Fax: 971.2830 - Email: nxbphunu@vnn.vn
Chi nhánh:
16 Alexandre De Rhodes, Q.1, TP. Hồ Chí Minh. ĐT: 823.4806

PHÁT HÀNH TẠI

NHÀ SÁCH HUY HOÀNG
110D Ngọc Hà, Ba Đình, Hà Nội
Tel: (043) 736.5859 - 736.6075 Fax: 043.7367783
Email: info@huyhoangbook.vn

NHÀ SÁCH THÀNH VINH
59 Đường Trần Phú, TP. Vinh, Nghệ An
Tel/Fa x: (0383) 591167 - Mobile: 0912.109349
Email: thanhvinh146@yahoo.com

CHI NHÁNH TP. HCM
239 Nguyễn Thị Minh Khai, Q1, HCM
Tel: 083.8396679 - Mobile: 097.318.4848
Email: cnsaigon@huyhoangbook.vn

www.huyhoangbook.com.vn

In 2.000 cuốn khổ 13.5 x 20.5cm tại DNTN In Hà Phát
Số đăng ký KHXB: 871-2013/CXB/07-58/PN, ký ngày 03/07/201
QĐXB số: 322/QĐ-PN. In xong nộp lưu chiểu năm 2013.