

LÊ NGÂN

**Thuốc Nam
chữa bệnh
và cấp cứu
thông thường**



Nhà xuất bản
Thanh Hóa



**THUỐC NAM CHỮA BỆNH
VÀ CẤP CỨU THÔNG THƯỜNG**

LÊ NGÂN

**THUỐC NAM
CHỮA BỆNH VÀ
CẤP CỨU
THÔNG THƯỜNG**

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

Lời nói đầu

Nhiều cây cỏ quanh ta, trông thật quen thuộc, quen đến mức trở thành bình thường, khiến người ta quên hoặc không biết đến giá trị lớn lao của nó, trong việc chữa bệnh cứu người. Trong nhiều bệnh và nhiều trường hợp có thể chữa khỏi ngay, và tự chữa lấy chứ không phải là thầy thuốc.

Cuốn Thuốc Nam chữa bệnh và cấp cứu thông thường là tập hợp những bài thuốc nam công dụng, chữa và cấp cứu các bệnh thông thường, như tên gọi của nó.

Nội dung cuốn sách được trình bày rõ ràng, dễ hiểu, những mong giúp các thầy thuốc và cả bệnh nhân có thể áp dụng tốt vào công tác điều trị; vừa tiện dụng bởi những vị thuốc rất sẵn có trong vườn nhà, hoặc mua ngoài hiệu thuốc nam, hoặc ở chợ, vừa rẻ tiền mà lại rất hiệu quả.

Mong cuốn sách làm vui lòng độc giả.

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

I- TOA THUỐC CĂN BẢN

Toa thuốc căn bản gọi tắt là *Toa căn bản* được sử dụng rộng rãi trong nhân dân ở nhiều nơi, nó được trọng dụng vì ngoài tác dụng điều trị khoa học, toa căn bản còn có chất dân tộc và đại chúng.

Toa căn bản sở dĩ có tác dụng tốt là nhờ hiệu quả điều hòa cơ thể, điều chỉnh và tăng cường các cơ năng chủ yếu của cơ thể làm cho cơ thể được cân bằng.

1- Toa căn bản có 6 tác dụng và 10 vị thuốc.

a- Tác dụng nhuận tiểu có 1 vị thuốc:

- Rễ cỏ tranh (bạch mao căn) 8 gam

Tính dược: vị ngọt, tính mát, không độc, thông tiểu tiện. Nếu không có rễ cỏ tranh có thể thay bằng râu ngô, lá mã đề, cây râu mèo, rễ thom (rễ cây dứa ăn quả).

b- Tác dụng nhuận gan có 1 vị thuốc:

- Rau má (Liên tiền thảo) 8 gam.

Tính dược: Vị đắng, tính mát, không độc, nhuận gan, máu, giải độc, trị mụn nhọt; trị kiết lý...

Nếu không có rau má có thể thay thế rau đắng loại lá lớn (biển súi), lá, dây và trái khổ qua, tinh tre xanh lá và dây cắt qua nhỏ lá.

c- Tác dụng nhuận trường có 1 vị thuốc:

- Lá, nhánh muồng trâu 4 g¹

Tính dược: hơi đắng, tính bình, không độc, nhuận trường, uống nhiều thì xổ nhẹ.

Thuốc thay thế: Vỏ cây đại 4-8 g.

Dây mơ tam thể.

d- Tác dụng nhuận huyết có 1 vị thuốc:

- Cỏ nhọ nồi (cỏ mực) (Hạn liên thảo) 8 g.

Tính dược: Vị đắng, tính mát, làm mát máu, cầm máu

Thuốc thay thế: Rau dền tía, mỏng tía, củ cà rốt, lá huyết dụ, sinh địa (mỗi vị 8 g).

d- Tác dụng giải độc cơ thể có 3 vị thuốc:

- Cỏ màn châu (lá) (Thanh tân thảo) 8 g.

Tính dược: Vị ngọt, tính mát, thanh nhiệt, trị các thứ ban, an thai.

- Cam thảo nam (lá, cộng) 8 g.

Tính dược: Vị ngọt, hơi đắng, thanh nhiệt, giải độc thông đờm, trị ho, cổ họng đau.

(1) Chữ gam chúng tôi viết tắt là g

- Ké đầu ngựa (Thượng nhĩ tử) 8 g.

Tính dược: Vị nhạt, tính bình; giải độc, trị các bệnh ngoài da, ngứa lở.

Thay thế 3 vị trên có lá dâu, tầm, cây vôi voi, dây kim ngân, rau sam, rau ngót (mỗi vị 8 gam).



e- Tác dụng kích thích tiêu thực có 3 vị thuốc:

- **Gừng sống** (sinh khương) 2 gam.

Tính dược: vị cay, tính ấm, làm ấm tỳ vị, thông khí tiêu thực. Dùng giải cảm, trị nôn mửa, trừ khí hư tanh. Nướng chín thì làm ấm trung tiêu.

- **Củ sả** (mao hương) 4 gam.

Tính dược: vị cay, tính ấm, không độc, kích thích tiêu thực, thông đàm, hạ khí.

- **Vỏ quýt**: (trần bì) 4 g.

Tính dược: vị đắng, cay, tính ấm, không độc, làm sạch tỳ vị, thông khí ở phổi, hóa đàm

- Gừng có thể thay thế bằng củ rieng 4 g.

- Củ sả có thể thay thế bằng củ bồ bồ (củ thủy xương bồ) 4 g.

- Vỏ quít có thể thay thế bằng một trong những vị: vỏ chanh, lá chanh, vỏ bưởi, lá bưởi, vỏ Phật thủ, vỏ thanh yên.

2- Cách gia giảm trong toa căn bản

Toa căn bản có 6 tác dụng và gồm các thuốc thông thường như trên.

Nó điều hòa các cơ năng chủ yếu của cơ thể, củng cố sức đề kháng cơ thể, do đó đã đạt được kết quả bước đầu trong chữa bệnh.

Nhưng trạng thái cơ năng của mỗi tạng phủ của mỗi người mạnh yếu khác nhau cho nên không dùng liều lượng

hoặc bào chế các thứ thuốc giống nhau được mà cần phải gia giảm cho hợp với từng bệnh, từng người thì mới đạt được kết quả tối đa.

a- Gia giảm, bào chế theo trạng thái cơ năng của phủ tạng:

- Muốn đi tiểu nhiều, thông (trong trường hợp đi tiểu ít, đỏ gắt) thì tăng rễ tranh gấp đôi (16 gam).

Nếu đi tiểu thông, trắng có thể bỏ vị rễ tranh hoặc chỉ dùng một ít rễ tranh sao vàng (2-4 gam).

- Muốn nhuận gan (trong trường hợp gan yếu, viêm gan, kiết lý, hoặc dùng nhiều thuốc nóng có chất độc làm tổn thương gan, mật) nên thêm rau má tươi gấp 2-3 lần (16-24 gam). Nếu gan không có triệu chứng rối loạn thì chỉ dùng 2-4 gam.

- Muốn nhuận trường, chữa bệnh táo bón, nên thêm lá muồng trâu 2-3 lần (8-12 gam).

- Trường hợp đại tiện lỏng, không dùng lá muồng trâu hoặc giảm còn 2-4 gam thứ đã sao vàng để biến tác dụng nhuận trường thành nhuận gan.

- Muốn nhuận huyết (trong bệnh thiếu máu, hoặc máu nóng) nên thêm cỏ nhọ nổi gấp 2-3 lần (16-24 gam). Cỏ nhọ nổi sống thì mát máu, trị sưng, lở ngứa. Sao vàng thì bổ máu. Sao cháy đen thì cầm máu.

- Muốn giải độc cơ thể trong bệnh nhiễm độc mà cơ thể không bài tiết được sinh ghê, chốc, u nhọt nên thêm cỏ màn

châu, cam thảo nam, ké đầu ngựa gấp đôi (16 gam), trường hợp sốt nhiều cũng thêm gấp đôi.

- Nếu ở phổi khó thở, có đờm, ho hoặc ở bụng hơi đầy, chướng, sôi bụng v.v... nên thêm vỏ quýt.

b- Gia giảm theo hàn, nhiệt (lạnh, nóng).

Trong cơ thể con người phải cân bằng giữa hàn và nhiệt. Người nhiệt phải cho thuốc hàn, người hàn phải cho thuốc nhiệt.

Người mạch nhẩy nhanh (trên 70 lần trong một phút), miệng lưỡi khô, khát nước, thích ăn uống mát, hay táo bón, tiểu vàng, đỏ, trong người nóng, sợ nóng, thích chỗ mát là người nhiệt. Trái lại người mạch chậm (dưới 70 lần trong một phút), môi miệng ướt nhuận, không khát nước, thích ăn uống nóng, không táo bón, phân thường lỏng, nước tiểu trắng, trong người lạnh, sợ lạnh, thích chỗ ấm là người hàn.

Trong toa căn bản, những vị mát như rễ cỏ tranh, rau má, cỏ màn châu, cam thảo đất, cỏ nhọ nồi: những vị bình như ké đầu ngựa, lá muồng, những vị ấm như gừng, củ sả, vỏ quýt.

Cách gia giảm theo hàn nhiệt:

- Đối với người nhiệt, phải tăng vị mát, giảm bớt hoặc bỏ vị nóng.

- Đối với người hàn, phải tăng vị nóng, giảm hoặc bỏ vị mát, muốn bớt tính mát của các vị mát nên đem sao vàng để người hàn có thể dùng được.

Gia giảm theo hàn, nhiệt, theo trạng thái cơ năng của tạng, phủ là điểm mấu chốt của toa căn bản. Nếu không gia giảm, bào chế đúng, bốc thuốc một cách máy móc, công thức thì tác dụng sẽ không tốt, có khi còn phản tác dụng.

Gia giảm toa căn bản theo hàn, nhiệt có thể tóm tắt như sau: Căn sao các vị mát, giảm liều lượng của nó và tăng vị ấm trong bệnh hàn: căn giảm các vị ấm và tăng các vị mát trong bệnh nhiệt.

Tóm lại:

Phần điều hòa cơ thể của toa căn bản gồm nhiều loại thuốc, cần phải gia giảm biến chế cho đúng với trạng thái cơ năng, trạng thái hàn, nhiệt của mỗi người bệnh và 10 vị thuốc ấy có thể thay thế cho sát với tình hình dược liệu địa phương, nhưng phải chọn những vị có tính dược tương đương để bảo đảm tác dụng điều hòa cơ thể của toa căn bản. Cần sử dụng 10 vị thuốc ấy một cách linh hoạt để củng cố và tăng cường sức đề kháng của cơ thể.



3- Giới thiệu thêm một số vị thuốc có tác dụng gần giống nhau để gia giảm trong toa cần bản.

a- Các vị thuốc thanh nhiệt, giải độc:

Búp tre, mía lau, lá dâu tằm, lá rau ngót, bí đao, măng sậy, củ sắn dây, cỏ màn châu, kim ngân hoa, rau sam, cỏ nhọ nồi (cỏ mực), cam thảo nam, rau dền tía, con giun đất, mồng tơi tía, đậu đỏ, đậu xanh, thạch cao (mỗi vị 4-8 gam).

b- Các vị thuốc có kháng sinh, chống nhiễm trùng và tiêu viêm.

Bồ công anh, cải trời, cây xấu hổ, bồ cu vể, cây lá vòi voi, cà gai, hẹ, củ khúc khắc (thổ phục linh), cây dền gai, cây vang, lá cây nổ, lá thầu dầu, dây hồng đẳng, dây tầm phồng, lá, cây và rễ cây phù dung (mỗi vị 4-8 gam).

c- Các vị thuốc làm cho ra mồ hôi.

Tía tô, kinh giới, hương nhu, rau húng chanh, bạc hà, ngũ trảo, hoắc hương, lá chanh, lá bưởi, lá từ bi, hành và tỏi (mỗi vị 4-8 gam).

d- Các vị thuốc trị sốt rét:

Nam sài hồ, thường sơn, thảo quả, thần thông (dây ký ninh), lá măng cầu, rễ ốt, củ hà thủ ô (trắng và đỏ), hạt cau già, vỏ cây dền (mỗi vị 4-8 g).

d- Các vị thuốc trị ỉa chảy:

- Loại chất: Nụ sim, búp ổi, vỏ trái lựu, cây cà, bắp dừa nước, hột chuối hột, lá hậu phác (vỏ vối), chè búp (mỗi vị 4-8 g).

- Loại ấm tỳ vị, điều trị ỉa chảy thường: gừng, đậu khấu, sa nhân, hậu phác (mỗi vị 4-6 g).

- Loại có kháng sinh chữa ỉa chảy nhiệt do vi khuẩn: Dây mơ, rau sam, lá cỏ sữa, lá cây nở (mỗi vị 4-8 g).

e- Các vị thuốc làm ấm cơ thể:

- Ấm vừa: Củ sả, gừng, sa nhân, củ bồ bồ, đậu khấu.

- Ấm khá: Đinh hương, tiêu hồi, trái riềng, hạt tiêu, quế chi.

- Nóng: Nhục quế, phụ tử, gừng già, đại hồi, củ riềng (mỗi vị 4 g).



MÃ TIÊN THẢO

• ***g- Các vị thuốc tiêu thực.***

Ngoài loại thuốc ấm kể trên, muốn làm tăng cơ năng tiêu hóa, còn có các vị sau đây: sơn tra, mạch nha, thần khúc, nam bạch truật, nam mộc hương, củ gấu, củ địa liên, trầm hương, kê nội kim (lớp mỏng vàng ở trong mề gà) mỗi vị 4-8 g).

h- Các vị thuốc trị kiết lý:

- Kiết do vi khuẩn: Ngoài các vị có kháng sinh trị ỉa chảy kể trên (rau sam, cỏ sữa, v.v...) còn có các vị thái lài, hoàng liên, hoàng đằng, rau má (liều lượng 4-8 g).

- Kiết do amip: Nha đam tử, bách thảo sương (nhọ nồi, nhọ cháo), hạt cau già, vỏ trái lựu, rau má, hột chuối hột, cô the, củ bồ bồ (mỗi vị 4-8 g).

i- Các vị thuốc nhuận trường:

Vỏ cây đại, rễ và lá cây muồng trâu, hột bìm bìm, củ chút chút (mỗi vị từ 4-8 g).

k- Các vị thuốc về dạ dày:

- Loại tính mát: Lá khôi, cỏ hàn the, vỏ cây cà dâm (mỗi vị 5-10 g).

- Loại tính nóng, ấm: Quế, phụ tử, bạch đậu khấu, sa nhân, đại hồi, mỗi vị 4-6 g.

- Loại tráng bằng chỗ viêm loét: đất sét trắng (4-8 g).

- Loại chống chua (chống toan): Vỏ ốc, vỏ sò, nướng đỏ tán bột (4-6 g).

- Loại hút hơi: thân cây vông (4-8 g).

1- Các vị thuốc nhuận gan, mật.

- Điều trị viêm gan, vàng da, nhuận trường:

- Nhuận gan mật: rau má, rau đắng, lá chanh, lá gai, khổ qua, tinh tre xanh, cây lá muồng trâu (sao vàng) cây hua (4-8 g), mật các loại động vật (1-2 ml) phèn chua (2-4g).

- Trị vàng da, viêm gan: hoàng liên, hoàng đằng, hoàng bá, chi tử (quả dành dành), nhân trần, nghệ cây, lá bạch đồng tử, xích đồng nam (mỗi vị 4-8 g).

m- Các vị thuốc trị ho, bổ phổi:

- Ho cam: dùng loại thuốc giải cam thì ho cũng hết.

- Viêm phổi: cần kết hợp với các loại kháng sinh như pê-ni-xi-lin, các vị thuốc: hạt tía tô, bạch giới tử, vỏ rễ dâu tằm (Tang bạch bì), trầm hương (mỗi vị 4-8 g).

- Ho nhiều đờm: bán hạ, cỏ the, bạc hà, hương nhu (mỗi vị 4-8 g).

- Ho trẻ em: Hẹ, hoa cam, hoa bưởi, hoa khế, hoa huệ, lá chanh (mỗi vị (4-6 g)).

- Sau khi sinh đẻ mà bị ho: cây chó đẻ răng cưa, nghệ (4-6 g), lá bọ mắm (4-8 g).



- Ho ra máu: Lá trắc bá, lá cây liễu, lá lè bạn (lá sò huyết), lá cây huyết dụ (mỗi vị 4-8 g).

- Ho lao: Bách bộ, thiên môn, bạch môn, bạch cập, bạch điệp, bạch quả, thuốc dũ, lè bạn (mỗi vị 4-8 g). Cần kết hợp với thuốc chống lao như Ri-mi-phông.

- Ho nhuyễn: Lá bàng biểu, ma hoàng, củ bồ bồ, củ sả, củ thiên liên, hương nhu, tía tô, bạc hà, vỏ quýt (mỗi vị 4-6g), con cóc đốt tồn tính, diêm sinh (lưu hoàng) (mỗi vị 4-6g).

n- Các vị thuốc thông tiểu tiện:

- Thông nhẹ: rễ cỏ tranh, cây và hạt mã đề, râu ngô, cây ngô, mía đỏ (mỗi vị 4-8 g)

- Thông tiểu mạnh: Rễ cau non, rễ dừa, rễ dứa gai (mỗi vị 4-8 g).

- Thông tiểu và nhuận trường: Rau thai lài, mồng tơi (mỗi vị 4-8 g).

- Thông tiểu trừ thấp: củ khúc khắc, cây cối xay, cây chân chim (mỗi vị 4-8 g).

- Thông tiểu và đẩy sỏi thận, sỏi bàng quang: lá đồng tiền (kim tiền thảo) (4-8 g).

o- Các vị thuốc trị tê thấp, nhức mỏi:

- Tê thấp: Rễ cà gai, lá lốt, thiên niên kiện, rễ và hạt cây cốt khí, cây cứt quạ nhỏ lá, củ kim cang, củ rau muống biển, củ ráng hay (bồ cốt toái), tầm gửi cây dâu, vỏ cây chân chim, rễ cỏ xước (ngưu tất), hy thiêm thảo.

(Các vị thuốc trên tùy theo đơn mà gia giảm liều lượng)

- Nhức mỏi: dây chìa vôi, ngải cứu, thần thông (ký ninh), cây vôi voi, nghệ vàng, cây ngũ trảo, rau đắng lớn lá, dây đau xương.

p- Các vị thuốc phụ khoa:

Điều kinh: Cây ích mẫu, ngải cứu, củ gấu, xích đồng nam, bạch đông nữ, dây thần thông.

Bổ huyết: đương qui, thực địa, củ cà rốt, kê huyết đằng, tử thảo căn, rau dền đỏ.

Thông kinh hành huyết (ky thai): Cây chó đẻ, củ rau muống biển (nam độc hoạt), quả tràm, mần tưới cây vang, hồng hoa.

Băng huyết hay kinh ra nhiều: củ gai, cỏ nhọ nồi, rau má (sao đen), gương sen (sao đen), bồ hoàng (sao đen), nhọ nồi.



KÉ HOA VÀNG

An thai: Củ gai, ngải cứu, sa nhân, cỏ màn châu, nhánh tía tô.

Bạch đới (huyết trắng): Xích đồng nam, bạch đồng nữ, hoa hòe, vỏ con sò (4-8 g).

Các vị thuốc trình bày trên tùy theo đơn mà gia giảm liều lượng.

q- Thuốc bổ:

Bổ thận: Ba kích, củ ráng bay, thực địa, trái tơ hồng, hà thủ ô, con tắc kè, mỗi vị 4-8 g.

Bổ chung: Các loại sâm, lộc nhung, củ mài, ý dĩ (bo bo), hạt sen, con tằm chín, thịt cóc, yếm rùa, cao các loại động vật (mỗi vị 4-8 g).

r- Thuốc an thần, dưỡng tim:

Lá vông, dây nhần lông, lạc tiên, hạt sen, trái nhân, táo nhân, râu bông sen, tim hạt sen, dây và trái tơ hồng, mỗi vị 4-8 g.

s- Thuốc trị bị ngã bị đánh; làm tan, ứ huyết (ky thai):

Cây vang, hoa hồng, rễ và củ cây si, trái trâm, nước tiêu, giấm, cua đồng, con đĩa đốt cháy, mỗi vị 4-8 g.

u- Thuốc trị giun sán:

Quả giun (sử quân tử), hột bí đỏ, rễ lựu, vỏ rễ cây xoan (độc), vỏ cây đại, củ dứa nạo, mỗi vị 4-8 g.

Các vị thuốc trên xếp từng loại theo tác dụng điều trị của nó. Khi dùng chỉ chọn 1 đến 2 hoặc 3 vị để thêm vào toa căn bản lúc cần thiết.

Ví dụ:

- Toa căn bản chữa ỉa chảy, kiết lỵ mới phát thì thêm cỏ sữa, rau sam, hậu phác.

- Đau dạ dày, thêm nghệ vàng, hoắc hương, vỏ bưởi mộc hương.

- Chữa dị ứng thì giảm củ sả, vỏ quýt, gừng, thêm bồ công anh, cây vòi voi, kim ngân hoa, liên kiều, kinh giới.



CÂY XÀ SANG

II- THUỐC CHỮA BỆNH DƯỜNG TIÊU HÓA, GAN, THẬN, SỐT XUẤT HUYẾT

1- Chữa bệnh ỉa chảy:

Ỉa chảy là một triệu chứng chung của nhiều bệnh như nhiễm trùng đường ruột, ngộ độc thức ăn hoặc rối loạn cơ năng của ruột.

- Triệu chứng: Đi ỉa nhiều lần, phân lỏng, nhiều nước làm cho người mau gầy sút, mệt mỏi, tay chân rã rời.

Nếu ỉa chảy nhẹ do ăn uống nhiều chất mỡ hoặc thức ăn ôi thiu dùng một trong những bài thuốc sau:

Bài 1:

- | | |
|------------------|--------|
| - Búp ổi: | 20 búp |
| - Vỏ quít (sao): | 4 g |
| - Gừng tươi: | 2 lát |

Tất cả cho vào ấm, đổ một bát nước (bát ăn cơm) sắc còn nửa bát để uống.

Người lớn uống hết một lần, ngày uống 2 lần, trẻ em tùy tuổi mà dùng.

(Chữa ỉa chảy, tướt do tiêu hóa kém, ăn uống không tiêu).

Bài 2:

- Gạo tẻ lâu năm (sao vàng) 20-40 gam.

- Gừng tươi 2 lát.

Đổ nước vào vừa đủ để nấu cháo cho trẻ ăn, nếu chưa ăn được thì gạn lấy nước uống.

Bài 3:

- Hoắc hương: 12 g

- Vỏ hậu phác: 12 g

- Trần bì: 4 g

- Gừng lùi (thái mỏng): 3 g

Các vị rửa sạch, cho vào nồi hoặc siêu, đổ một bát nước, sắc cạn còn nửa bát. Người lớn mỗi lần uống nửa bát, ngày uống 2 lần (sáng và chiều).



ĐA CHAC

Bài 4:

- Đậu xanh (sao vàng): 80 g
- Hạt tiêu: 40 g

Hai vị trên tán nhỏ, trộn đều, bảo quản trong chai đậy nút kín để dùng. Có thể làm thành viên bằng hạt đậu xanh (trộn bột thuốc với nước hồ bột gạo).

Người lớn mỗi lần uống 8 gam. Nếu chưa đỡ, ba giờ sau uống lại lần thứ hai.

(Điều trị bệnh ỉa kèm theo nôn, khát nước, tay chân giá lạnh).

Bài 5:

- Chè búp (khô): 40 g
- gừng tươi (giã nhỏ): 40 g
- Hạt tiêu (giã nhỏ): 40 g

Tất cả ngâm trong 1 lít rượu (trong 3 ngày).

Người lớn mỗi lần uống 1 thìa cà phê, trẻ con tùy tuổi mà giảm liều lượng.

Cách 2 giờ uống một lần cho đến khi khỏi (công dụng như bài 4).

Bài 6:

- Hoắc hương (tươi hoặc khô)
- Biển đậu (giã giập).

Hai vị cho vào nồi, đổ một bát nước, sắc còn nửa bát cho bệnh nhân uống làm hai lần trong ngày.

Bài 7:

- Hoắc hương: 20 g
- Gừng: 15 g
- Củ sả: 10 g

(Sắc uống như bài trên)

Bài 8:

- Lá ổi non hoặc búp ổi: 16 g
- Vỏ rựu: 12 g
- Củ gấu: 12 g

Sắc lấy nước đặc, chia làm bốn lần uống trong ngày.



Bài 9:

- Vỏ ổi giập (sao vàng): 20 g
- Quế chi: 8 g

Hai vị cho vào ấm, đổ 200 ml nước, sắc còn 100 ml để hơi nguội. Người lớn uống cả một lần, trẻ em tùy theo tuổi chia làm 2-3 lần uống.

Bài 10:

- Vỏ ổi giập (sao vàng): 20 g
- Củ riềng (thái mỏng sao vàng): 40 g.

Tán nhỏ, rây mịn, bỏ vào lọ đậy nút kín dùng dần. Người lớn mỗi lần uống 6-8 g với nước đun sôi để nguội. Trẻ em tùy theo tuổi mỗi lần uống 2-6 g hòa với nước sôi (để một lúc rồi gạn lấy nước uống).

Hai bài thuốc trên chữa chứng ỉa chảy do hàn rất tốt.

2- Chữa bệnh kiết lỵ, cấp tính:

- Nguyên nhân:

Do ký sinh trùng a-míp gây tổn thương ở niêm mạc ruột già mà sinh bệnh.

- Triệu chứng:

Đau quặn bụng dưới, mót rặn, đại tiện nhiều lần, nhưng mỗi lần chỉ có một chút phân lẫn máu và đờm. Bệnh nhân không sốt hoặc sốt ít.

Bệnh tuy không nguy hiểm đến tính mạng ngay nhưng nếu điều trị không hết dễ tái đi tái lại, gây những biến chứng nguy hiểm như áp-xe-gan, viêm ruột già...

- Điều trị.

Bài 1:

- Rau sam tươi: 100 g

- Cỏ sữa tươi: 100 g

(Nếu thiếu một trong hai vị vẫn dùng được). Trường hợp đại tiện ra máu nhiều nên thêm cỏ nhọ nồi (cỏ mực) 20g, rau má 20 g.

Rửa sạch các vị trên, bỏ vào nồi, đổ 3 bát nước sắc còn một bát.

Người lớn mỗi lần uống 1 bát, nếu bệnh nặng ngày uống 2 lần, uống từ 7 đến 10 ngày cho bệnh thật khỏi.



KEO NƯỚC HOA

Trẻ em tùy tuổi mà uống theo hướng dẫn trên, có thể thêm ít đường cho dễ uống.

Nên ăn cháo, kiêng các thức ăn khó tiêu, tránh các thức ăn tanh hôi, cay nóng.

Bài 2:

- Lá phèn đen hoặc phượng vĩ: 100 g

Sắc với hai bát nước, chia làm 2 lần uống trong ngày.

Bài 3:

- Rau má tươi: 100 g

- Muối ăn: 2 g

Rau má rửa sạch để ráo nước, bỏ vào cối, cho muối vào giã nhuyễn. Sau đó chế thêm một chén nước sôi trộn đều, lọc lấy nước cho bệnh nhân uống.

Người lớn uống 1 lần, nếu nặng ngày uống 2 lần như trên.

Bài 4:

- Lá mơ lông (tam thể): 30 g

- Lòng đỏ trứng gà: 1 cái

- Muối ăn: 20 g

Chọn lá mơ lông lành, bỏ lá sâu, thái nhỏ. Lòng đỏ trứng gà cho vào một cái bát, bỏ lá mơ và muối vào trộn đều, đem hấp trên nồi cơm hoặc chưng cách thủy cho vừa chín.

Người lớn ăn hết 1 lần, mỗi ngày 2 lần, ăn luôn trong vài ngày. Trẻ em tùy tuổi mà dùng.

(Lòng đỏ trứng gà đối với người yếu gan thì khó tiêu nếu có triệu chứng ngán dầu mỡ, tiêu hóa chậm thì không nên dùng).

Bài 5:

- Đậu đen (sao qua): 30 g

- Bông hoa đại (sao vàng): 20 g

Hai vị trên bỏ vào siêu đổ ngập nước, sắc cạn còn 1/2 bát cho uống 1 lần. Nếu kiết lý, ra nhiều máu thì đậu đen để sống, đồng thời thêm 10 g trắc bá diệp sao đen.



CÂY CAU.



CÂY HẠCH LÂU

3. **Chữa bệnh kiết lỵ kinh niên:**

Bệnh kiết lỵ, mới mắc chưa dứt điểm thì thả lỏng lại tái phát, nhất là khi ăn uống thất thường, ăn cơm, khó tiêu, đi ngoài phân thường có nhiều chất mũi h lẫn một ít máu.

Bài 1:

- Búp tre non: 8 g
- Hạt cau già (thái mỏng): 8g
- Chè búp (thứ lâu năm càng tốt): 8 g

Ba vị bỏ vào siêu, đổ một bát rượu nước, sắc còn nửa bát. Người lớn uống 1 lần.

Bệnh nặng ngày uống 2 lần, 2 ấm.

Bài 2:

- Hạt vùng đen (sao qua): 40 g
- Lá mơ tươi: 50 g
- Lá cây diệp (sao vàng): 50 g

Các vị cho vào siêu, đổ 3 bát nước sắc còn 1 bát uống 1 lần. Nếu đau bụng đi ỉa, thêm chỉ xác 10 g, ỉa rặn nhiều thêm hạt cau già 10 g, hạt củ cải 10 g, đau bụng ỉa ra máu, thêm sơn tra 10 g.

Ba vị thuốc trong bài này có thể dùng riêng từng vị cũng có kết quả. Cách dùng như sau:

- **Hạt vùng đen:** dùng 5 g giã nhỏ, nấu cháo, pha một thìa mật ong, uống độ vài lần (tùy bệnh nặng hay nhẹ).

- Lá mơ loại tía 80 g, thái nhỏ cho vào 1 quả trứng gà.
Nấu canh ăn.

- Lá điệp 80 g rửa sạch, phơi khô, sao vàng, sắc uống,
1 ngày 1 lần, uống độ 5 lần.

Bài thuốc này kết ly mới mắc hay lâu ngày đều dùng
được.

Phòng bệnh kiết:

- Đối với người bệnh, phải sát trùng phân (bằng vôi,
tro), đi ngoài trong nhà tiêu hợp vệ sinh.

- Đối với người khỏe, trước và sau khi chăm sóc người
bệnh phải rửa tay sạch sẽ.

4- Chữa bệnh giun, sán.

Giun, sán là loại ký sinh
trùng ăn hại ở trong ruột người.
Bệnh giun, sán khá phổ biến, cần
tăng cường vệ sinh phòng bệnh
về ăn uống để tránh lan truyền
bệnh.

Chữa giun đũa:

Giun đũa thường hay gặp, có
thân tròn dài từ 5 đến 20, 30 cm.

Người bệnh thường thấy
bụng đau âm ỉ vào buổi sáng
vùng quanh rốn lúc đói, hay chảy
nước miếng, đại tiện thường lỏng



và tanh, trẻ em thì miệng hôi, biếng ăn, bụng to, xanh xao, chậm lớn.

Bài 1:

- Sử dụng quân tử (quả giun) 10-50 hạt.

Ngắt bỏ vỏ hai đầu và bóc màng the, sau đó đem sao vàng cho khỏi bị nắc. Trẻ em 2 tuổi mỗi buổi sáng lúc đói ăn 2 hột. Trẻ em lớn thì cứ mỗi tuổi ăn thêm 2 hột. Nếu ăn vào không thấy nắc thì cho ăn luôn 3 ngày. Ngày thứ 3, sau khi ăn sử dụng quân tử 3 giờ, người lớn nên uống một liều thuốc xổ muối.

Bài 2:

Lấy hạt keo giậu vào mùa hè - thu (khi quả đã khô nhưng chưa mỡ) phơi nắng cho thật khô, bảo quản kỹ, chống sâu mọt.

Cách dùng phổ biến là tán bột và sắc nước:

- Bột hạt keo: Hạt già, rang vàng, tán thành bột. Bột có màu vàng thẫm, mùi thơm.

- Nước hạt keo: Hạt keo già, giã nhỏ, sắc lấy nước đặc thêm đường cho dễ uống.

- Người lớn dùng 25-50g một ngày (tính lượng bột).

- Trẻ em từ 3-5 tuổi uống 5g một ngày.

- Trẻ em từ 6-10 tuổi uống 7g một ngày.

- Trẻ em từ 11-15 tuổi uống 10g một ngày.

Dùng liền trong 3 ngày vào buổi tối hoặc sáng sớm (lúc đói). Không cần uống thuốc tây (thuốc có độc tính thấp).

Chữa giun kim:

Giun kim thân hình nhỏ như cái kim, sống trong ruột, thường đẻ trứng ở hậu môn.

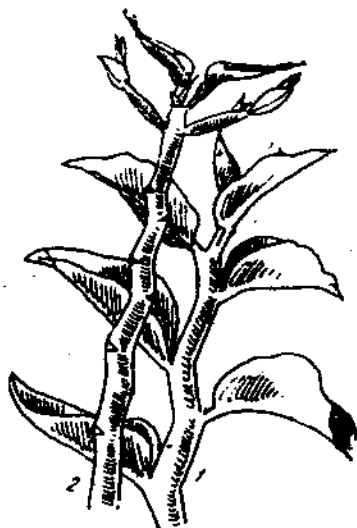
- Triệu chứng: Ngứa ở hậu môn, nhiều khi trong phân có nhiều giun kim. Trẻ em có thể bị tiêu hóa kém, mất ngủ, đau bụng.

Bài 1:

- Hạt cau già: 8 g

- Hạt bìm bìm 20 g (nửa để sống, nửa sao)

Các vị phơi khô, tán nhỏ, trộn đều.



Thuốc giun



TRÁU

- 1 tuổi mỗi lần uống 1 thìa cà phê
- 2 tuổi mỗi lần uống 2 thìa cà phê
- 3 tuổi mỗi lần uống 3 thìa cà phê
- 4-5 tuổi mỗi lần uống 4 thìa cà phê

Người lớn mỗi lần uống 2 thìa canh.

Uống vào buổi sáng, lúc đói, uống trong 3 ngày liên.

Bài 2:

- Muối ăn: 1 thìa cà phê.
- Nước: 100 g.

Hòa muối vào nước đun sôi để còn ấm, bơm vào hậu môn, giun kim sẽ chết theo phân ra ngoài.

Chú ý: Nếu không biết bơm phải nhờ cán bộ y tế hướng dẫn cẩn thận.

Chữa sán xơ mít:

Nguyên nhân: Do ăn thịt lợn gạo, bò gạo, nấu chưa thật chín. Hột gạo trong thịt là kén của sán xơ mít, được nuốt vào bụng người thì nở thành sán sống ở trong ruột, hút chất dinh dưỡng của người.

Triệu chứng: Bệnh nhân hay đau bụng, có lúc không muốn ăn, có lúc ăn nhiều, thường khi đói bụng cồn cào dữ, ăn nhiều nhưng người vẫn gầy ốm. Đại tiện lúc lỏng lúc bón, thường có những đốt sán theo phân ra ngoài.

Phòng bệnh:

- Không nên ăn thịt còn sống (như nem, thịt tái v.v...)

- Nhốt lợn, không thả rông (để lợn không ăn phân người mắc bệnh sán mà lây bệnh).

Bài 1:

- Hạt bí đỏ 50-200 g

(Rang hạt bí, bóc vỏ, lấy nhân ăn, ăn vào lúc sáng sớm bụng đói, ăn hết 200 g một lần.

Ba giờ sau khi ăn hạt bí thì uống một liều 30 ml thuốc xổ dầu.

Bài 2:

- Rễ lựu bạch: 40 g

- Hạt cau già: 40 g

Đổ 2 bát nước, sắc còn 1 bát, người lớn uống hết một lần, vào buổi sáng, lúc đói. Cách 3 giờ sau uống 30 ml thuốc xổ dầu.

Chú ý: Thuốc độc, không dùng cho trẻ em.

Bài 3:

- Trầu lương: 4 lá

- Tỏi: 3 cánh lớn

- Dừa già: 1 quả

Dừa nạo vắt lấy nước cốt, trầu lương xắt nhuyễn, tỏi giã nhỏ. Dừa thắng cho sền sệt, đổ các vị trầu, tỏi vào nấu chín để nguội, ăn cả nước và cái vào buổi sáng, lúc đói.

Chú ý: Chiều hôm trước nên uống thuốc xổ, sáng hôm sau mới uống thuốc trị sán, sau đó không cần phải uống thuốc xổ nữa.

Khi đi ngoài, cần đi trong chậu nước ấm cho sán dễ ra cả con.

5- Chữa sốt xuất huyết

Bệnh sốt xuất huyết có nhiều thể nặng, nhẹ khác nhau. Đối với những thể nặng có các biểu hiện trụy tim mạch và xuất huyết nặng (xuất huyết đường tiêu hóa, xuất huyết ở các phủ tạng sâu hoặc lan tỏa), các dấu hiệu bệnh thần kinh (mê sảng, vật vã, hôn mê...) nhất thiết phải đưa người bệnh đến bệnh viện điều trị.

- Đối với các thể nhẹ, khi có xuất huyết ngoài da hoặc niêm mạc nhưng không có dấu hiệu trụy tim mạch, có thể dùng bài thuốc sau:

- Cỏ nhọ nổi 30 g.

- Rau má (hoặc cỏ màn châu, củ sắn dây) 30 g.

- Lá, bông mã đề 20 g (hoặc lá cối xay, rễ cỏ tranh).

Tất cả rửa sạch, cho vào ấm, sắc lấy nước uống, hoặc giã nhỏ, chế nước sôi vào, vắt lấy nước uống trong ngày.

Gia giảm:

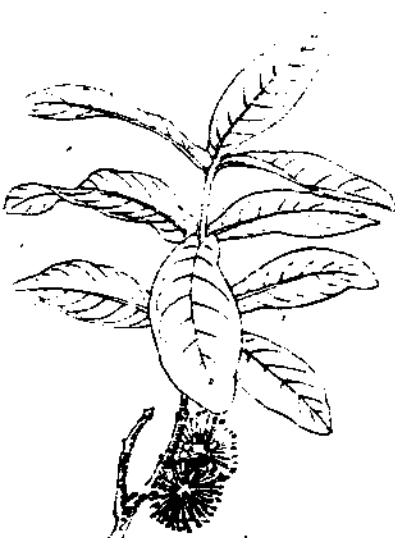
- Nếu người bệnh có gai rét, sổ mũi, đau lưng, đau gáy, không có mồ hôi thì dùng cây tía tô (cả cây, lá và rễ) 15-20g, giã lấy nước hoặc sắc uống nóng, hoặc ăn với cháo nóng cho ra mồ hôi. Sau cơn nóng, uống tiếp bài thuốc trên.

- Nếu người bệnh nôn mửa, ỉa chảy thì thêm hoắc hương (15 g) hoặc gừng sống 3 lát (5 g).

- Nếu người bệnh nôn ọe, ọe khan, nhức đầu, khát nước thêm củ sắn dây hay rễ cỏ tranh 20 g.

- Trường hợp người bệnh bị táo bón, không đại tiện từ một ngày, thêm rau sam 20-30 g hoặc lá cây mùng toi 30 g.

- Trường hợp có xuất huyết, dùng thêm cỏ nhọ nồi 40-50 g hoặc lá trắc bách diệp sao đen 15-20 g, lá huyết dụ 15-20 g.



CÂY TƯỚNG SẮN



DÂY ĐƠN GÀNH

Về ăn uống:

Người bệnh cần kiêng ăn uống các chất cay, nóng, khô cứng. Nên ăn các thức mát như sắn dây, đậu đen, uống nước chanh, bột sắn.

Phòng bệnh:

Ngoài việc nằm màn, diệt muỗi và đề phòng muỗi đốt. cách ly người bệnh trong thời kỳ có dịch, có thể dùng nước trong 3 bài thuốc sau:

- **Hạt muồng sao đen** (khoảng 10 g) hãm lấy nước uống, thay nước chè trong ngày.

- **Hoa hòe** (sao, giã) 10 g, hãm lấy nước uống như trên

- **Quán chúng** 10 g, giã giập, hãm hay sắc lấy nước uống.

Có thể dùng một trong ba thứ nước trên, uống thay nước chè hằng ngày, uống liền trong 3 ngày. Những trẻ đang bị ỉa chảy, rối loạn tiêu hóa không dùng được.

III- THUỐC CHỮA BỆNH CẢM CÚM, NÔN MỬA, NÔN RA MÁU THƯƠNG THỰC VIÊM, LOÉT DẠ DÀY

1- Thuốc chữa bệnh cảm mạo.

Cảm mạo là bệnh thường xảy ra khi thời tiết thay đổi. Triệu chứng: sốt, ho, hắt hơi, sổ mũi, nhức đầu, chảy nước mắt, đau xương, đau mình v.v... Dùng một trong các bài thuốc sau:

Bài 1:

- Kinh giới: 2 g
- Lá tía tô: 2 g
- Hương nhu: 2 g
- Trần bì: 2 g
- Lá bạc hà: 6 g.

Tất cả sắc với 400 ml nước, còn 100 ml, chia làm 2 lần uống (cách nhau 2 giờ và uống khi còn nóng).

Bài thuốc này chữa các chứng cảm cúm, sốt không ra mồ hôi, nhức đầu, gai rét, sổ mũi... có hiệu quả tốt.▲

Bài 2:

- Toàn kinh giới: 5 g
- Lá tía tô: 3 g

- Cam thảo đất: 3 g.
- Sài hồ nam (hoặc cúc tần): 3 g
- Kim ngân: 4 g.
- Mạn kinh: 2 g
- Gừng: 3 lát

Tất cả sắc với 400 ml nước còn 200 ml, chia làm 2 lần uống trong ngày.

Bài 3:

- Lá kinh giới: 1 nắm
- Lá bạc hà: 1 phần
- Lá tía tô: 1 phần
- Gừng: 1/2 phần

Phơi khô, tán nhỏ, trộn đều. Đóng gói 12 g. Cho vào miếng gạc sắc với nước, mỗi ngày uống 1/2 gói.

Bài 4:

- Tía tô: 2 g - Mía (róc vỏ, chẻ nhỏ) 8 g
- Hành tằm: 8 g - Gừng tươi 3 lát
- Trần bì: 12 g - Hương phụ: 12 g
- Hoắc hương: 10 g - Bán hạ (tẩm gừng sao) 8 g

Nếu có đầy bụng, nôn mửa, thêm hậu phác 10 g.

Nhức đầu nhiều thêm mạn kinh 5 g, bạch chỉ 8 g. Các vị sắc kỹ cho uống.

Khi có triệu chứng sốt cao, không sợ lạnh, mũi khô, rêu lưỡi vàng, bụng đầy, đại tiện táo, tiểu tiện vàng giắt dùng bài thuốc dưới đây.

Bài 5:

- | | | | |
|-------------------------|------|---------------|------|
| - Rau má: | 15 g | - Hạt muồng | 12 g |
| - Mía (róc vỏ, chẻ nhỏ) | 8 g | - Cỏ nhọ nồi | 8 g |
| - Dây mơ lông | 12 g | - Cỏ màn châu | 8 g |
| - Rễ cỏ tranh | 8 g | - Vỏ quít | 8 g |

Các vị rửa sạch, sắc kỹ, chia làm 3 lần uống trong ngày (trước bữa ăn).

Bài 6:

- | | |
|------------------------|------|
| - Lá và hoa kinh giới: | 10 g |
| - Lá nghệ: | 5 g |
| - Lá tre: | 10 g |
| - Tía tô: | 10 g |
| - Ngải cứu: | 3 g |
| - Lá sả: | 10 g |

Cho tất cả vào nồi nấu nước xông.

Bài 7:

- | | |
|--------------|----------------|
| - Lá đại bi | - Lá tre |
| - Lá cúc tần | - Lá hương nhu |
| - Lá sả | - Lá ruối |

Mỗi thứ một nắm rửa sạch cho vào nồi nấu nước xông.

Nếu người bệnh sợ lạnh, sốt nhẹ, nhức đầu, không có mồ hôi, không khát nước dùng:

Bài 1:

- | | | | |
|------------|------|-----------------|------|
| - Tử tô: | 12 g | - Hành chẩn: | 8 g |
| - Củ gấu: | 12 g | - Cam thảo dây: | 12 g |
| - Vỏ quýt: | 12 g | - Gừng sống: | 8 g |

Nếu có nôn mửa, thêm hoắc hương 8 g

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml uống nóng.

Nếu có sốt nhiều, có mồ hôi, nhức đầu, khô miệng khát nước, rêu lưỡi vàng, tiểu tiện vàng, dùng:

Bài 2:

- | | |
|-----------------|------|
| - Bạc hà: | 8 g |
| - Kinh giới: | 8 g |
| - Cam thảo đất: | 12 g |
| - Lá tre: | 16 g |
| - Kim ngân: | 16 g |

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml uống nóng.

Ngoài thuốc, nhân dân ta từ lâu đã dùng một phương pháp cổ truyền để chữa bệnh cảm mạo, nhức đầu rất công hiệu đó là phương pháp xông.

Nồi xông có ba tác dụng đối với cơ thể.

a- Tác dụng làm ra mồ hôi (phát hãn), giải độc, bớt nóng, theo đông y, bệnh cảm mới vào cơ thể còn ở phía ngoài (ở biểu) chưa nhập sâu vào cơ thể (vào lý) thì phương pháp điều trị là làm cho ra mồ hôi. Vì vậy nổi xông hãn rất tốt, ứng dụng có kết quả trong bệnh ngoại cảm, làm cho cơ thể được giải độc và hạ nhiệt.

b- Tác dụng kháng sinh: Hương thơm tinh dầu của nổi lá xông được hấp thụ vào cơ thể qua đường hô hấp và da có tác dụng kháng sinh đối với vi khuẩn đã gây ra bệnh.

c- Tác dụng vệ sinh: Người bệnh bị cảm mạo thường ít tắm, sau khi xông hơi nước làm ướt toàn thân, là một cách "tắm bằng hơi nước". Chỉ cần lau sạch, tránh nhiễm lạnh, thay quần áo cho người bệnh, bảo đảm vệ sinh, người bệnh có cảm giác thoải mái.



Theo một số nhà nghiên cứu, phần lớn các vị thuốc nam dùng để xông có tác dụng kháng sinh với một số loại vi khuẩn đường ruột và đường hô hấp như: hương nhu, lá lốt, tía tô, kinh giới, lá chanh, lá bưởi, lá sả, lá quế, lá gừng, lá long não, lá húng chanh, râu ngô, lá móng tay, lá móng rồng.

Do tác dụng phát hãn, giải độc, hạ nóng và kháng sinh nên nồi xông áp dụng rất tốt trong bệnh cảm cúm, nhức đầu, sổ mũi, sung phổi, các bệnh nhiễm trùng mới phát.

Những bệnh nội thương như đau dạ dày, viêm thận, viêm gan, bệnh về tim mạch... những người suy nhược, đau lâu ngày, mồ hôi ra nhiều không được dùng nồi xông.

Công thức, cách nấu và cách dùng nồi xông.

Công thức gồm các vị thuốc có tính chất kháng sinh đã kể trên, có thể thêm một số vị khác có nhiều mùi thơm như: ngải cứu, lá bồ bồ, lá tre... mỗi thứ khoảng 100 g.

Nếu tìm được đủ vị càng tốt, nếu không, có thể dùng 4-5 vị để nấu nồi xông cũng có kết quả.

Bỏ các vị thuốc vào nồi, đổ nước ngập, dùng lá chuối bịt kín, đậy vung, đem nấu sôi khoảng 15-20 phút, bắc ra đặt trên giường. Người bệnh trùm mền kín, mở từ từ nắp nồi xông, dùng chiếc đĩa, chọc thủng lá chuối cho hơi nước và các chất hương tinh đầu xông lên. Người bệnh được bao trùm không khí đầy hơi nước nóng và thơm, thở không khí ấy khoảng 10-20 phút làm cho người đổ mồ hôi, đồng thời hấp thụ bằng đường phổi, đường da những chất hương tinh

dầu thảo mộc. Sau đó lau khắp người bằng khăn khô và sạch rồi thay quần áo.

Sau khi xông, nhiệt độ thường giảm xuống $1 \rightarrow 1,5^{\circ}\text{C}$, bệnh nhân thấy dễ chịu, bớt nhức đầu, nhiều khi nhờ nổi xông mà bệnh dần dần khỏi.

Xông mỗi ngày một lần, tùy theo tình hình bệnh, nếu hết nóng, người trở lại bình thường thì thôi: nếu bệnh mới đỡ thì dùng thêm 2-3 hoặc 4 lần cho hết bệnh. Nếu bệnh không đỡ thì phải tìm nguyên nhân và dùng thuốc chữa cho đúng bệnh.

2- Chữa bệnh cúm:

Cúm là một bệnh lây do siêu vi trùng cúm gây nên. Bệnh khởi đầu đột ngột kịch liệt cùng với viêm chảy các đường hô hấp, bội nhiễm tạp khuẩn gây biến chứng vào phổi.

Bệnh thường gây những đợt dịch nhỏ về mùa rét, (giữa hai vụ dịch lớn) lây trực tiếp do gần bệnh nhân, khi bệnh nhân ho, hắt hơi hay nói...

Nếu người bệnh sợ lạnh, sợ gió, sốt, đau đầu, ngạt mũi, sổ mũi, ho, nhức khớp xương, lưỡi trắng thì dùng bài thuốc sau:

- Tử tô:	12 g	- Mạn kinh tử:	12 g
- Kinh giới:	12 g	- Củ sắn dây:	12 g
- Kim ngân:	12 g	- Sài hồ:	12 g
- Bạc hà:	8 g	- Lá tre:	8 g

- Gừng tươi: 4 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml chia 2 lần uống nóng.

- Người bệnh sốt cao, không sợ lạnh, mũi khô, nhức khớp xương, rêu lưỡi vàng, táo bón, nước tiểu vàng, dùng bài:

- Rau má: 12 g - Cam thảo đất: 12 g

- Dây mơ: 12 g - Rễ cỏ tranh: 8 g

- Cỏ nhọ nồi: 12 g - Lá muồng trâu: 12 g

- Cỏ màn châu: 8 g - Vỏ quýt: 8 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml, chia 2 lần uống.

3. Chữa nôn mửa

Nôn mửa là một triệu chứng của nhiều loại bệnh. Ở đây chỉ nói nôn mửa do cơ năng của tỳ vị bị thức ăn gây đình trệ hoặc phong hàn, nhiệt độc nhiễm vào làm rối loạn, khí nghịch lên thành nôn mửa, nôn mửa có 3 thể.

• Nếu nôn ra mùi chua hoặc nước trong, đau bụng đầy bụng, sôi bụng, ỉa lỏng hoặc sền sệt, không muốn ăn, rêu lưỡi trắng, dùng bài thuốc:

- Hoắc hương: 12 g - Vỏ quýt: 12 g

- Củ sả: 10 g - Gừng sống: 8 g

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml, chia ra uống 2-3 lần. Có thể tán bột để dùng.

• Nếu nôn ra nước vàng, mùi chua khắm, ăn vào là nôn ra ngay, khát nước, tiểu tiện đỏ, lưỡi vàng, dùng bài:

- Rau má: 16 g
- Lá dành dành: 8 g (sao vàng)
- Hoắc hương: 12 g
- Gừng tươi: 8 g
- Gạo nếp sao vàng: 16 g.

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml ra uống 2-3 lần.

• Nôn ra máu.

Có 2 thể:

a- Nếu vùng thượng vị khó chịu hoặc đau, nôn ra máu đỏ tươi hoặc tím sẫm hoặc có lẫn thức ăn, môi đỏ, miệng hôi, đại tiện bí, lưỡi vàng, dùng bài thuốc:

- Củ sắn dây: 40 g - Cỏ nhọ nồi: 40 g (sao đen)
- Lá tre: 20 g - Mạch môn: 40 g (bỏ lõi)

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml, chia 2 lần uống.

b- Nếu nôn ra máu, miệng đắng, sườn đau... dùng bài thuốc:

- Tinh tre: 40 g - Thanh bì: 10 g
- Quả dành dành: 30 g - Cỏ nhọ nồi: 60 g (sao đen)

Sắc với 400 ml, lấy 200 ml chia uống 2-3 lần.

Thuốc cấp cứu chung cho cả hai thể.

Bách thảo sương 2 g hòa với nước tiểu trẻ em để uống.

4. Chữa thương thực:

Do tiêu hóa kém mà gây nên hiện tượng không muốn ăn, đau bụng, đầy bụng ợ hơi, có khi đi ỉa lỏng, dùng bài thuốc:

- Củ gấu (sao): 20 g - Vỏ quít (sao) 12 g
- Vỏ vối (sao): 12 g - Vỏ rụt (sao) 16 g
- Chỉ xác: 12 g.

Sắc với 600 ml, lấy 300 ml nước, chia 2 lần uống (có thể tán bột mịn mà dùng).

5. Chữa viêm loét dạ dày:

Viêm loét dạ dày là bệnh khá phổ biến, thường gặp ở nam giới hơn nữ giới. Biểu hiện rõ nhất của bệnh này là cơn đau ở vùng thượng vị, có cảm giác nặng bụng, nóng rát... cơn đau có liên quan đến bữa ăn sớm hoặc muộn. Cơn đau nổi tiếp trong nhiều ngày, mang tính chất mùa, xuất hiện và biến đi không có báo trước. Hiện tượng trên lặp đi lặp lại nhiều năm và có tính chất chu kỳ.

• Nếu cấp bách, nóng ruột, ợ chua, cồn cào, miệng khô và đắng, táo bón, rêu lưỡi vàng, dùng bài thuốc:

- Rau má: 20 g - Cỏ hàn the: 16 g
- Rau muống: 20 g - Cỏ nhọ nôi: 20 g
- Rau sam: 16 g

Sắc với 500 ml nước, lấy 250 ml chia 2 lần uống.

• Nếu đau lâm râm, nhỏ nước miếng trong, ưa chườm nóng, lưỡi nhợt, dùng bài thuốc:

- | | |
|--------------------------------|---------------------|
| - Bồ chính sâm (sao gừng) 12 g | - Vỏ rụt: 12 g |
| - Củ mài sao 12 g | - Vỏ quít: 8 g |
| - Thổ phục linh (sao) 12 g | - Bán hạ (chế): 8 g |
| - Sa nhân 8 g | - Cần khương: 8 g |
| - Củ gấu (sao) 8 g | - Chỉ xác: 6 g. |
| - Củ sả (sao) 8 g | |

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml chia 2 lần uống.



6. Chữa đau bụng

Đau bụng có nhiều nguyên nhân, ở đây chỉ nói đau bụng do cảm lạnh và khí uất trệ gây nên.

• Do cảm khí lạnh hoặc ăn nhiều thứ sống, lạnh, nên đau bụng dữ dội, dùng bài thuốc:

- Riềng (sao khô): 80 g

- Củ gấu (giã giập sao): 40 g

Hai vị tán nhỏ mịn, mỗi lần uống 2-6 g với nước nóng.

• Do khí uất trệ, vùng thượng vị đầy tức, khó chịu, khi đau không ưa xoa nắn. Ợ hơi hoặc trung tiện được thì đỡ, dùng bài thuốc:

- Củ gấu giã dập (sao): 40 g - Vỏ quít (sao): 20 g

- Vỏ rứt thái mỏng (sao): 40 g - Thanh bì (sao): 20 g

- Ô dược (sao): 20 g - Chỉ xác (sao): 20 g

Các vị tán bột mịn, mỗi lần dùng 2-8 g với nước nóng.

IV- THUỐC CHỮA BỆNH HOÀNG ĐÀN (VIÊM GAN TRUYỀN NHIỄM), CỔ TRƯỞNG, PHÙ THŨNG

1- Bệnh hoàng đàn:

Bệnh do siêu vi trùng gây nên, còn gọi là viêm gan siêu vi trùng. Bệnh có thể lây bằng đường tiêu hóa hoặc lây do tiêm truyền. Triệu chứng lâm sàng giống nhau.

• Nếu mặt, mắt đều vàng tươi như màu quả quýt, da vàng nhuận, nước tiểu đỏ, hoặc bí đái, tinh thần bất ổn, khi mới phát có sốt, rêu lưỡi vàng; nhòe hoặc trắng mỏng, chất lưỡi đỏ, dùng bài thuốc.

- Nhân trần: 30 g

- Vô đại (sao): 10 g

- Quả dành dành: 10 g

Nếu tiểu tiện ít thêm

- Tỳ giải 12 g.

- Mã đề (lá và hoa): 12 g

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml, chia 2 lần uống.

• Nếu bệnh nhân mặt, mắt, da đều vàng và hơi sẫm màu nước tiểu vàng, tinh thần mệt mỏi, bụng đầy, rêu lưỡi trắng mỏng, hoặc vàng nhòe, chất lưỡi nhạt, dùng bài thuốc:

- Nhân trần:	30 g	- Gừng khô:	8 g
- Cam thảo dây (sao):	12 g	- Quế tốt:	4 g
- Ý dĩ:	20 g	- Củ sả:	10 g

Sắc với 500 ml nước, lấy 250 ml, chia 2 lần uống.

2- Cổ trướng:

Cổ trướng là hiện tượng có nước trong ổ bụng. Nước đó có thể do ở ngoài thẩm thấu vào hoặc do màng bụng tiết ra. Xác định cổ trướng thường dễ, tuy vậy cũng có những trường hợp nhầm lẫn rất điển hình, nhưng trái lại chẩn đoán nguyên nhân, nhất là nguyên nhân cổ trướng xuất tiết nhiều khi rất khó.

Bệnh nhân bị cổ trướng bụng to, sệ xuống khi đứng và bè sang hai bên khi nằm ngửa, rốn lõm.

• Nếu bụng to đẩy, gan bàn tay hơi nóng ấn kèm hay nôn ọe, có sốt nhẹ, lưỡi nhòe, dùng bài thuốc:

- Cỏ roi ngựa : (cây, hóa, lá)	30 g	- Vỏ rụt:	20 g
- Hạt cau già:	20 g	- Trần bì (sao)	20 g
- Vỏ cau khô:	20 g	- Thanh bì (sao)	16 g
- Hạt tía tô (sao):	16 g	- Củ gấu (ché)	20 g
- Nghệ xanh (sao):	16 g	- Hạt cải củ (sac)	12 g
- Ô dược:	12 g	- Sa nhân	12 g
- Hoa mã đề (sao):	12 g		

Các vị tán bột mịn, mỗi lần dùng 8-12 g ngày uống 2 lần.

• Nếu bụng trương to, mắt vàng và khô, cơ thể gầy mòn mỗi một mặt hốc hác, đái ít, lưỡi đỏ hoặc có rêu vàng (thể nặng), dùng bài thuốc:

- Hạt cau già:	16 g	- Hạt bìm bìm:	40 g
- Vỏ rụt:	20 g	- Chỉ thực (sao):	16 g
- Thanh bì (sao):	16 g	- Hạt cải (sao):	20 g
- Trần bì (sao):	16 g	- Rễ cỏ tranh:	20 g

Các vị tán mịn, luyện hồ làm viên, mỗi lần uống 12 g, ngày uống 2 lần.

3- Phù thũng:

Phù thũng là hiện tượng ứ nước ở trong các tổ chức dưới da hoặc phủ tạng. Sự ứ nước đó có thể gây ra bởi nhiều cơ chế cho nên phù là triệu chứng của rất nhiều bệnh, nhiều khi chẩn đoán được ngay nhưng cũng có khi rất khó.

Ở đây chỉ nói đến phù do viêm thận:

+ Thời kỳ đầu:

Toàn thân và chân tay phù, ấn tay vào lõm xuống, đái ít, lưỡi trắng nóng và nhờn, không khát nước, dùng bài thuốc:

- Vỏ quýt khô (sao):	12 g
- Vỏ cau khô:	16 g

- Vỏ gừng: 10 g
- Hoa, lá mã đề: 12 g
- Vỏ trắng rễ dâu (tắm mật sao): 16 g
- Vỏ ngũ gia bì (sao): 20 g
- Quế chi: 8 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml chia hai lần uống.

Nếu toàn thân phù căng bụng trướng, có khát nước, nước tiểu đỏ và ít, ỉa hơi táo, rêu lưỡi vàng nhợt dùng bài thuốc:

- Hạt bìm bìm: 12 g
- Vỏ quýt khô (sao): 12 g
- Vỏ bưởi đào: 12 g
- Râu ngô: 12 g
- Rễ chanh: 12 g
- Vỏ sài tía: 16 g
- Rễ ngãi kương (đum đúm tía): 12 g
- Đậu đỏ nhỏ hạt (sao): 16 g

Sắc với 600 ml, lấy 300 ml uống 2 lần.

+ Thời kỳ 2:

Phù toàn thân hoặc cục bộ, khi nặng, khi nhẹ, nước tiểu vàng hoặc trong, lượng rất ít, lưỡi trắng mỏng, dùng bài thuốc:

- Diêm tiêu: 2 g

- Đinh lịch: 2 g
- Quế: 2 g
- Đại hồi: 4 g
- Hắc sủu: 6 g

Các vị tán bột chia 2 lần uống.

+ Thời kỳ 3:

Phù toàn thân, nước tiểu trong, lượng rất ít, ỉa thường hoặc lỏng, tay chân mát hoặc lạnh lưỡi trắng trơn, dùng bài thuốc:

- Ý dĩ (sao): 30 g
- Củ mài (sao): 20 g
- Biển đậu (sao): 20 g
- Hoa mã đề: 12 g
- Càn khương: 12 g
- Đại hồi: 12 g
- Đẳng tâm: 4 g
- Đậu đỏ: 20 g
- Nhục quế: 5 g

Sắc với 700 ml, lấy 300 ml, uống 2 lần.

V- THUỐC CHỮA ĐƯỜNG TIẾT NIỆU.

1- Sỏi đường tiết niệu:

Sỏi thận, sỏi bàng quang là một bệnh thường hay gặp ở nước ta. Bệnh do nhiều nguyên nhân và thường gây những biến chứng nguy hiểm cho tính mạng người bệnh. Bệnh thường biểu hiện với những cơn đau quặn quại ở một bên vùng thắt lưng, đau lan dọc xuống bụng dưới, và thường đau khi lao động nặng. Có khi đái ra máu, mù khi đường tiết niệu bị nhiễm trùng. Nếu nước tiểu vàng hoặc đỏ, đục, có cặn, khi đái đau buốt, dùng bài thuốc:

- Râu ngô: 40 g
- Cỏ nhọ nồi: 40 g
- Lá và hoa mã đề: 60g
- Rễ cỏ tranh: 20 g

Sắc với 700 ml nước lấy 300 ml chia uống 2 lần.

Ngoài các triệu chứng đái giắt, đái buốt còn có đau lưng, ù tai, hoa mắt v.v... dùng bài thuốc:

- Dây tơ hồng (sao): 30 g
- Thổ phục linh: 20 g
- Củ mài (sao): 30 g
- Tỳ giải: 30 g
- Lá, hoa mã đề: 16 g

- Hạt sen: 30 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml, uống làm 2 lần.

2- Chữa bệnh đái ra máu:

Là một triệu chứng của nhiều bệnh đường tiết niệu:

a- Nếu người bệnh khi đái thấy bứt rứt khó chịu, mặt đỏ, khát nước, miệng, lưỡi đỏ loét, đái ít, có máu, rêu lưỡi vàng mỏng, dùng bài thuốc:

- Sinh địa: 20 g

- Cam thảo đất: 16 g

- Cỏ nhọ nồi: 20 g

- Mộc thông: 16 g

- Lá tre: 20 g

Sắc với 400 ml nước, lấy 200 ml uống 1 lần.



BAC THAU



CHAM

b- Nếu ăn uống kém, tinh thần mệt mỏi, lưỡi nhợt người gầy yếu, dùng bài thuốc:

- | | |
|---------------------------|------|
| - Củ mài (sao vàng): | 40 g |
| - Hạt sen (sao vàng): | 40 g |
| - Hoa Mã đề (sao): | 20 g |
| - Lá trắc bá (sao cháy): | 20 g |
| - Tiểu hồi (sao thơm): | 16 g |
| - Mật ong vừa đủ: | |
| - Dây tơ hồng (sao vàng): | 30 g |
| - Rễ cỏ xước: | 20 g |
| - Cao ban long: | 40 g |
| - Cỏ nhọ nồi (sao đen): | 20 g |

Làm hoàn mỗi viên 2 g, mỗi lần uống 12 g, ngày 2 lần.

3- Chữa bệnh đái đục:

Đái bình thường hoặc có khi đái giắt, nước đái đục như nước vo gạo, có khi đục như hòa bột, dùng bài thuốc:

- | | |
|-----------------------|------|
| - Ý dĩ (sao): | 50 g |
| - Củ mài (sao): | 20 g |
| - Rễ cỏ tranh: | 12 g |
| - Tỳ giải: | 20 g |
| - Lá, hoa mã đề: | 12 g |
| - Rễ nấm trắng (sao): | 12 g |

Sắc với 600 ml nước lấy 300 ml chia 2 lần uống.

4- Chữa bệnh đái giắt:

Đái lắt nhất mỗi lần năm ba giọt, dùng bài thuốc:

- Lá, hoa mã đề: 12 g
- Rau má: 20 g
- Rễ cây ruột gà: 12 g
- Râu ngô: 20 g
- Lá hay quả dành dành (sao): 12 g
- Cam thảo dây: 12 g
- Thài lài tía: 16 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml uống 2 lần.

Nếu ngoài các triệu chứng trên, kèm theo đau lưng hoa mắt, ù tai, da dẻ khô khan, môi miệng khô, dùng bài thuốc:

- Đậu đen: 16 g
- Sinh địa: 12 g
- Hạt sen: 20 g
- Rễ cỏ tranh: 16 g
- Tỳ giải: 32 g
- Dây tơ hồng: 24 g
- Hoa, lá mã đề: 16 g

Sắc với 800 ml nước, lấy 400 ml uống 3 lần.

5- Chữa bệnh đái dầm:

Thường là bệnh của trẻ em, ở người lớn đôi khi xảy ra do khiếp sợ hoặc khi xúc động mạnh. Bệnh này cũng thấy khi có các tổn thương tủy sống. Đông y cho rằng do thận khí suy yếu và hư lạnh. Bệnh này dùng bài thuốc:

- Củ mài (sao): 40 g
- Nhân quả rẽ (ích tí) tẩm muối sao: 30 g
- Ô dược: 30 g

Các vị tán bột mịn, làm viên, mỗi lần uống 8-12 g



Chùm mền

VI- THUỐC CHỮA BỆNH CƠ, XƯƠNG, THẦN KINH

1- Chữa đau gáy và vẹo cổ.

Nhiều đêm ngủ dậy thấy đau gáy, vẹo cổ, dùng bài thuốc:

- Lá thông tươi 600 g.

Ngâm với 1 lít rượu, để gần bếp lửa 2 ngày đêm, lấy rượu (bỏ bã) xoa vào chỗ đau.

2- Chữa đau dây thần kinh hông.

Là hội chứng biểu hiện bằng những cơn đau dọc theo dây thần kinh hông. Có thể có nhiều nguyên nhân khác nhau: u, viêm nhiễm, chèn ép, dị dạng ...

Người bệnh phải nằm co chân tựa trên gối để phòng đau. Đau tăng lên khi thay đổi tư thế, khỉ ho, hắt hơi hay đi lại nhiều.

Chữa bệnh này chủ yếu là phải nằm nghỉ ngơi tuyệt đối. Dùng bài thuốc giảm đau:

- Lá lốt: 16 g

- Thiên niên kiện: 12 g

- Củ ráy (sao): 12 g

- Tô mộc: 12 g

- Cầu tích: 16 g
- Đỗ trọng: 16 g
- Ngải cứu: 8 g
- Lá thông: 12 g
- Lá mần tưới: 22 g
- Rễ cỏ xước: 12 g
- Ý dĩ (sao): 20 g

Sắc với 800 ml nước, lấy 300 ml uống 2 lần.



Bồ đề

VII- THUỐC CHỮA BỆNH ĐƯỜNG HÔ HẤP, TAI, MŨI, HỌNG, MẮT, RĂNG

1- Chữa viêm họng, đau cổ, nhiều đờm, khản tiếng.

Lấy 10-20 g thân, rễ tươi cây rê quặt, cạo bỏ vỏ ngoài, rửa sạch, nhúng qua nước sôi, cắt từng lát mỏng như lát gừng, cắn nhẹ dưới răng với vài hạt muối, nuốt nước dần dần, khoảng 1-2 phút sau, ta có cảm giác nóng ở họng. Làm vài lần như vậy trong ngày. Có thể lấy:

- Rễ rê quặt phơi khô: 10 g
- Hạt đậu chiêu (sao vàng): 8 g
- Dây cam thảo tươi: 6 g
- Sài đất phơi khô: 10 g

Tất cả đem sắc với 600 ml nước còn 200 ml, uống nhiều lần trong ngày.

2- Chữa các chứng ho:

a) Ho thường:

- Rễ quặt: 10 g
- Hoa đu đủ đực: 8 g
- Củ mạch môn hoặc lá hẹ: 6 g

- Lá húng chanh: 1-2 lá.

Tất cả giã nhỏ, thêm ít muối, hấp cơm, uống 2-3 lần trong ngày.

b) Ho ra máu:

- Rẻ quạt: 10 g
- Lá huyết dụ: 8 g
- Trắc bá (sao đen): 4 g
- Thài lài tía (sao đen): 4 g

Tất cả sắc uống 2-3 lần trong ngày.

c) Ho sau khi đẻ:

- Rẻ quạt: 4 g
- Mần tưới: 10 g
- Ngải cứu: 10 g
- Nhân trần: 6 g
- Mạch môn: 10 g
- Vỏ bưởi đào khô: 4 g

Tất cả sắc uống. Dùng liên tục từ 5-7 ngày.

3- Chữa viêm họng đỏ, viêm a-mi-đan:

Bài 1:

Lấy 100-200 g sài đất tươi rửa sạch, sắc với 300 ml nước còn 100 ml, uống một lần. Uống liền trong 3-5 ngày.

Bài 2:

- Sinh địa: 20 g
- Sài đất: 30 g
- Kim ngân hoa: 8 g
- Cam thảo dây: 12 g
- Thổ phục linh: 12 g
- Mạch môn: 12 g

Tất cả sắc 2 lần, mỗi lần 300 ml nước còn 150 ml, uống 2 lần, uống liền trong 5 ngày.

Bài 3:

Trường hợp ho nhiều do viêm họng, viêm a-mi-đan hay cảm cúm dùng:

- Mạch môn: 24 g
- Thiên môn: 24 g
- Bách bộ: 12 g
- Vỏ rễ dâu: 12 g
- Cam thảo dây: 10 g

Bách bộ bỏ lõi ngâm với nước gừng, sao khô. Vỏ rễ dâu cạo sạch vỏ ngoài, tẩm nước đường hay mật, sao vàng. Thiên môn, mạch môn, bỏ lõi.

Tất cả cho vào ấm, sắc 2 lần với 300 ml nước, còn 150 ml, ngày uống 20-30 ml.

4- Chữa bệnh đau xương, phong thấp:

Khi thời tiết thay đổi nhiều người thường bị đau nhức trong xương (nhân dân thường gọi là phong thấp).

Nhân dân ta rất quen dùng dây đau xương (còn có tên là Tục cốt đằng) là một vị thuốc chữa đau xương, phong thấp rất tốt. Dây đau xương mọc hoang và được trồng ở nhiều nơi. Bộ phận dùng làm thuốc là những dây già, phơi khô. Có thể dùng sống hay sao tẩm rượu. Mỗi ngày sắc uống 8-10 g.

Dây đau xương thường được dùng phối hợp với các vị thuốc khác trong các đơn thuốc chữa đau xương phong thấp rất tốt:

Bài 1:

- | | |
|------------------------|------|
| - Dây đau xương (sao): | 20 g |
| - Rễ sim khô (sao): | 20 g |
| - Cỏ xước khô (sao): | 15 g |
| - Cẩu tích (sao): | 16 g |

Cho tất cả vào ấm, sắc hai nước, cô lại còn 2 bát con, chia 3 lần uống trong ngày.

Bài 2:

- | | |
|------------------|------|
| - Dây đau xương: | 20 g |
| - Rễ lốt: | 30 g |
| - Cà gai leo: | 20 g |
| - Cúc tần: | 20 g |

- Cỏ xước: 20 g
- Ngải cứu: 20 g
- Thổ phục linh: 20 g

Mỗi ngày sắc uống một thang, uống 5-7 ngày. Nếu người bệnh có sốt, khớp xương sưng, nóng, đỏ, tiểu tiện ít và vàng (bệnh thuộc nhiệt), thêm vào thang thuốc trên: mã đề, tỳ giải, rễ cỏ tranh, vòi voi (mỗi thứ 15 g).

5- Chữa bệnh thấp khớp:

a) Thấp khớp cấp tính:

Triệu chứng: Khi thấy các khớp xương sưng, nóng đỏ và đau nhức, đi lại và vận động khó khăn.

Dùng bài thuốc:

- Lá đơn mặt trời (sao): 10 g
- Cây vòi voi (sao vàng): 20 g
- Ké đầu ngựa (sao vàng): 20 g
- Thổ phục linh: 30 g
- Rễ cỏ xước (sao vàng): 20 g
- Cây cối xay (sao vàng): 20 g

Các vị trên sắc 2 lần, cô đặc, chia 3 lần uống trong ngày.

b) Thấp khớp mạn tính, dùng bài thuốc:

- Dây rung rúc: 12 g
- Rễ cây tâm xuân: 20 g

- Thổ phục linh:	20 g
- Thiên niên kiện:	10 g
- Lá lốt:	10 g
- Rễ cỏ xước:	20 g
- Cành cây châu cổ:	20 g
- Rễ cây gấc:	10 g
- Dây đau xương:	10 g
- Cành dâu:	10 g

Các vị trên sắc 2 lần, cô đặc, chia 3 lần uống trong ngày. Trước khi uống hòa thêm 2 ml rượu vào thuốc.

6- Chữa mất ngủ:

Giấc ngủ có ảnh hưởng rất lớn đến sức khỏe. (Nhất là giấc ngủ của người lao động).

Trong thuốc Nam, có nhiều thứ chữa mất ngủ rất công hiệu như lá vông nem, củ bình vôi, lá sen, hạt sen, tâm sen, dây và lá lạc tiên v.v... Các thuốc thảo mộc không độc, đem lại cho ta giấc ngủ ngon và sâu, khi thức dậy thấy tỉnh táo, không bị mệt như uống thuốc ngủ bằng hóa chất.

Bài 1:

Lấy 100-200 g lá vông nem tươi, hàng ngày luộc, nấu canh ăn vào buổi tối. Hoặc lấy 10 g lá vông nem đã phơi tái, thái nhỏ, hãm như hãm nước chè hoặc sắc với 3 bát nước còn một bát uống trước khi đi ngủ.

Bài 2:

- Dùng 100-200 g dây và lá lạc tiên tươi, sắc lấy nước uống trước khi đi ngủ.

Bài 3:

- Hạt sen: 30 g

- Long nhãn 20 g

Sắc nước uống và ăn cả bã.

Bài 4:

Dùng 20 g lá sen bánh tẻ rửa sạch, sắc với 3 bát nước, còn 1 lát, uống trước khi đi ngủ. Có thể thêm đường cho dễ uống.

Bài 5:

Lấy 10 g tâm sen đun với 100 ml nước, sôi trong 10-15 phút, gạn nước uống một lần trước khi đi ngủ.

7- Chữa vết thương phần mềm:

Khi bị các vết thương phần mềm (da, bắp thịt) nhỏ, nông không giáp nát, không ảnh hưởng đến mạch máu, ta có thể dùng một trong các bài thuốc sau:

Bài 1:

Lá sắn thuyền tươi, bỏ cọng, rửa sạch, giã nhỏ đắp lên vết thương, băng lại. Cách 2-3 ngày thay băng một lần: Hoặc lá sắn thuyền bỏ cọng, phơi khô giã kỹ rây mịn, khi dùng rắc lên vết thương không phải băng.

Về mùa hè dùng bột tốt hơn vì rắc được khắp kẽ vết thương, vết thương không băng kín nên thoáng chóng lành.

Lá sắn thuyền chữa các vết thương nhiễm khuẩn chảy mủ dai dẳng, nhất là mủ xanh. Ngoài ra, còn dùng để chữa các vết bỏng nhiễm khuẩn, các vết hoại tử do tiêm truyền, do rấn cắn, do mụn nhọt, hậu bối.

Bài 2:

Lá mỏ quạ tươi, rửa sạch, bỏ cọng, giã nhỏ đắp lên vết thương sau khi đã rửa sạch. Hoặc lá mỏ quạ tươi rửa sạch, bỏ cọng, nấu thành cao đặc, khi dùng phết lên vết thương đã rửa sạch.

Lá mỏ quạ có thể dùng chữa vết thương phần mềm lâu lành, nhọt bị nung mủ phá rộng, chàm nhiễm khuẩn, vết bỏng nhiễm khuẩn. Đối với vết thương phần mềm nhiễm khuẩn, lá mỏ quạ, có tác dụng làm chóng sạch mủ, vết thương khô, thịt đỏ, chóng đầy miệng, bệnh nhân đỡ đau nhức.

Bài 3:

Lá vông nem rửa sạch, sấy khô, tán nhỏ mịn, rửa sạch vết thương, rắc bột lên, không băng kín.

Bột lá vông nem chủ yếu dùng để điều trị các vết thương phần mềm nhiễm khuẩn. Vết thương được rắc bột lá vông nem sẽ đỡ đau rát, chóng khô, mủ hết nhanh và sạch. Sau 1-2 lần thay thuốc đã thấy vết thương thu nhỏ lại và hiện tượng viêm tấy đỡ nhiều.

VIII- THUỐC CHỮA BỆNH NGOÀI DA.

1- Phòng và chữa các bệnh viêm nhiễm ngoài da:

Mùa nóng thường mắc các bệnh viêm nhiễm ngoài da như rôm sảy, mụn nhọt, chốc lở... Để phòng và chữa các bệnh này, có thể dùng sài đất, một cây thuốc nam có tác dụng tiêu độc, chống nhiễm khuẩn rất thông dụng trong nhân dân.

a- Phòng bệnh:

Trong mùa hè phải năng tắm rửa, thay quần áo, thường xuyên giữ gìn da dẻ, đầu tóc, quần áo sạch sẽ. Đối với những cháu hay bị mụn nhọt, rôm sảy, chốc lở, có thể cho uống nước sài đất hoặc nấu canh sài đất cho ăn.

- **Nước sài đất:** Lấy một nắm sài đất già, rửa sạch, đun nước cho các cháu uống hằng ngày (tốt nhất là nấu sài đất với râu ngô làm nước uống hằng ngày cho trẻ, vừa mát, lợi tiểu tiện vừa đề phòng được rôm sảy, mụn, nhọt, mẩn ngứa).

- **Canh sài đất:** Hái lá sài đất non, nấu canh cho các cháu ăn, mỗi tuần 2-3 bữa.

b- Chữa bệnh:

- Lấy 20 g sài đất khô, sắc với 600 ml nước, còn lại 200 ml, chia làm 2-3 lần uống trong ngày (uống liền trong 5-7 ngày).

- Có thể phối hợp sài đất với các cây thuốc tiêu độc khác như kim ngân hoa, ké đầu ngựa, bồ công anh...

Lấy sài đất, kim ngân hoa, bồ công anh, ké đầu ngựa: thổ phục linh (liều lượng bằng nhau mỗi thứ khoảng 15-20g được liệu tươi) rửa sạch, sắc lấy nước chia làm 2-3 lần uống trong ngày.

2- Chữa mụn nhọt lúc mới phát.

Mùa hè, mụn nhọt dễ phát sinh. Lúc mới phát, chỗ mụn nhọt mọc bao giờ cũng có các dấu hiệu: sưng đau, đỏ, người nóng, bệnh nhân có thể bị sốt hoặc không sốt. Nên chữa ngay không đợi đến lúc nhọt nung mủ. Dùng bài thuốc:

- | | |
|-----------------|-------|
| - Sài đất: | 100 g |
| - Cỏ màn châu: | 20 g |
| - Bồ công anh: | 20 g |
| - Cam thảo đất: | 20 g |
| - Ké đầu ngựa: | 20 g |

Cho các vị trên vào ấm, đổ 600 ml nước, sắc lấy 300 ml. Người lớn chia làm 2 lần uống trong ngày. Trẻ em tùy theo tuổi mà bớt liều lượng.

Kết hợp với thuốc uống, dùng bài thuốc đắp ngoài như sau:

- | | |
|-----------------------|------|
| - Lá phù dung: | 20 g |
| - Củ chuối tiêu tươi: | 20 g |
| - Rau sam tươi: | 20 g |

Sắc kỹ, tùy theo tuổi uống mỗi ngày hai lần trước bữa ăn. Người có thai và trẻ em thì bớt vị bạch hoa xà. Không ăn thịt gà, cá gáy và các vị cay, nóng.

Bài 2

- Bèo cái tía: 100 g (rửa sạch sao qua)

- Lá muồng trâu: 16 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml chia ra uống.

4- Chữa loét miệng, lở loét hậu môn.

Lấy 1 màng mẽ gà, đốt, tán thành bột, bôi vào chỗ viêm loét. Trước khi bôi thuốc, chú ý súc miệng sạch hoặc rửa, sạch chỗ lở loét bằng nước muối.

Cách lấy và chế biến mẽ gà: mổ đôi mẽ gà, bóc lấy lớp màng phủ mặt trong mẽ gà, rửa hết chất bẩn rồi phơi khô (có người không rửa, chỉ gạt bỏ hết thức ăn còn dính trên màng rồi phơi khô. Khi dùng rửa qua, thái miếng, sao với cát cho phồng).

5- Chữa bệnh quai bị.

Quai bị là một bệnh truyền nhiễm, gây viêm tuyến nước bọt mang tai (một hoặc hai bên): do một loại siêu vi trùng có ái lực đặc biệt đối với tuyến nước bọt, tuyến tụy, hệ thần kinh và tinh hoàn sau tuổi dậy thì.

Bệnh thường phát sinh vào dịp thời tiết lạnh.

Bệnh lây lan bằng đường hô hấp và đường miệng qua ống dẫn nước bọt lên tuyến nước bọt. Tiêu lượng của bệnh thường nhẹ, sau khi khỏi, người bệnh có miễn dịch dài.

a) Triệu chứng:

Tuyến nước bọt bị viêm đau, sưng, da bị căng bóng, không nóng đỏ, giảm tiết nước bọt. Toàn thân sốt. Nếu bệnh nặng dễ gây biến chứng như viêm màng não, viêm não, viêm teo tinh hoàn và đối với phụ nữ có thể teo buồng trứng, ảnh hưởng đến sinh đẻ.

b) Điều trị:

Chủ yếu là nghỉ ngơi trong thời gian có bệnh và ăn uống tốt. Có thể dùng một trong những bài thuốc dưới đây:

Bài 1:

- Nhân hạt gấc: 1 nhân
- Dấm thanh: 10 ml

Mài hạt gấc với dấm thanh rồi bôi lên chỗ bị sưng ngày 2-3 lần.

Bài 2:

- Hạt gấc: 1 hạt
- Dầu lạc: 10 ml

Đốt hạt gấc thành than, tán nhỏ mịn, trộn với dầu lạc bôi ngày 2-3 lần.

Bài 3:

- Hài kim xa (hạt bông bong): 1 g

- Sơn đậu căn: 1 g

Sắc nước uống ngày 2 lần.

Bài 4:

- Bồ công anh: 40 g

- Hạ khô thảo: 20 g

Sắc nước uống.

Bài 5:

- Đậu đỏ nhỏ: 40 g

- Lòng trắng trứng gà: 1 quả.

Giã nhỏ đậu đỏ, trộn với lòng trắng trứng gà, bôi ngày 2-4 lần.

c) Bài thuốc kinh nghiệm chữa quai bị:

Lấy nhựa cây sung (sung quả) phết vào giấy, dán vào chỗ quai bị sưng đau. Cứ 3 ngày lại thay một lần, chỉ cần dán ba lần là khỏi.

Chú ý: Khi lấy nhựa sung nên đựng vào lọ sành, sứ, thủy tinh sạch sẽ.

IX. BỆNH QUÁNG GÀ, RĂNG, MŨI, TAI

1- Quáng gà:

Bệnh không nhìn rõ khi thiếu ánh sáng, dùng bài thuốc:

- Gan gà hay gan lợn.

- Bột bách thảo sương hay bột dạ minh sa.

Lấy gan gà hay gan lợn chấm bột bách thảo sương hay bột dạ minh sa mà ăn ngày một lần.

2- Đau răng, sâu răng, viêm tủy răng, viêm cổ răng, viêm lợi, dùng:

Bài 1:

- Bồ kết (quả chín phơi khô) đem nướng thơm, bỏ hạt, bẻ vụn cho vào ngâm trong cồn (hoặc rượu) theo tỷ lệ cứ 100 ml cồn cần 2 quả bồ kết. Sau 2 giờ ngâm chắt lọc lấy nước đem ngâm rồi súc miệng nhỏ đi, cố gắng ngâm được càng lâu càng tốt, ngâm nhiều lần trong ngày.

Chú ý:

Nếu ngâm bồ kết bằng cồn thì trước khi ngâm phải pha loãng cồn bằng nước sôi để nguội (thêm 3 hay 4 phần nước tùy theo cồn 70 hay 90 độ). Có thể ngâm sẵn để có thuốc dùng ngay khi cần.

Thường chỉ sau một đến 2 ngày dùng thuốc đã thấy giảm đau và khỏi.

Bài 2:

- Hoa cây thông ngâm với rượu tốt, tẩm bông đắp vào chân răng mà ngậm.

- Phèn phi 20 g, tổ ong vò vẽ (sao) 40 g, tán bột bôi vào chân răng ngày 2-3 lần.

Nếu chân răng có máu mũi, rêu lưỡi vàng dùng bài thuốc:

- Thục địa: 20 g

- Thạch cao (nung): 40 g

- Mạch môn: 16 g

- Sài đất: 20 g

- Rễ cỏ xước: 12 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml, chia 2 lần uống.

3- Mũi chảy nước, hôi thối, dùng:

- Ké đầu ngựa: 100 g

Sấy khô, tán bột, mỗi lần uống 4-6 g với nước chín. Nếu bệnh nhân bị hắt hơi liên tục và chảy nước mũi, dùng:

- Kim ngân hoa: 20 g

- Bèo cái tía: 30 g

- Ké đầu ngựa: 10 g

Sắc với 300 ml nước còn 150 ml, chia ra 2 lần uống.

Mũi chảy mủ, dùng:

- Ý dĩ: 40 g

- Bí đao: 40 g

Sắc nước uống hàng ngày

Chảy máu mũi, dùng:

- Cô nhọ nổi: 30 g

- Rau má: 30 g

Hai thứ giã nát vắt lấy nước hòa với nước tiểu trẻ em, uống ngày 2 lần.

4- Tai chảy mủ

Lấy nước trong cây chuối hột mà rửa tai, dùng bông thấm ráo, sau đó thổi thuốc bột sau đây vào:

- Xắc rắn: 4 g

- Bọ hung (đốt thành than): 1 con.

- Phèn phi: 4 g

Tán bột mịn, lấy một ít thổi vào tai. Mỗi ngày rửa và thổi thuốc 1 lần.

X. THUỐC CHỮA BỆNH PHỤ NỮ

1- Chữa bệnh khí hư

Theo đông y chữa bệnh khí hư chủ yếu là bổ tỳ, vị và củng cố thận, đồng thời trừ thấp nhiệt.

a- Bài thuốc bổ tỳ

- Bồ chính sâm (tẩm gừng sao): 40 g
- Hạt sen (sao vàng): 12 g
- Bán hạ (chế): 8 g
- Tỳ giải: 20 g
- Ý dĩ (sao vàng): 40 g
- Củ sả (sao): 12 g

Nếu khí hư ra sắc trắng như nước bột thì thêm sa nhân 10 g. Nếu khí hư ra lẫn máu, chất dính, mùi hôi, tiểu tiện đỏ, thêm vỏ núc nác 15 g, hoa mã đề 12 g.

Các vị tán nhỏ, luyện hồ làm viên, mỗi lần uống 12 g ngày uống 2 lần.

b- Bài thuốc củng cố thận:

- Khiếm thực (sao vàng) 40 g
- Hà thủ ô (chế): 40 g
- Lộc giác sương: 40 g
- Đậu đen (sao kỹ): 40 g

- Mấu lệ (nung kỹ): 40 g

- Rau má: 30 g

Các vị tán nhỏ luyện hồ làm viên, mỗi lần dùng 12 g.

2. Chữa nôn nghén:

Dùng bài thuốc:

- Bồ chính sâm (tắm nước gừng sao): 16 g

- Thổ phục linh (sao): 12 g

- Vỏ quít (sao thơm): 12 g

- Bán hạ (chế): 12 g

- Cam thảo dây: 10 g

- Tinh tre: 10 g

- Củ sả (sao): 10 g

- Gừng sống vài lát.

Nếu nôn nhiều, ăn không tiêu, thêm s. nhân 10 g.

Nếu nhiệt nhiều, ợ chua, còn cào thêm: Quả dành dành (sao) 10g, rau má 16 g, với 600 ml nước, lấy 300 ml uống 2 lần, có thể tán bột, mỗi lần uống 8 gam, ngày uống 2 lần.

3. Điều kinh, bổ máu, chữa đau bụng kinh, rong huyết

Ích mẫu là một vị thuốc chữa bệnh phụ nữ có tác dụng bổ máu, lọc máu, điều hòa kinh nguyệt, giảm độc chữa đau

bụng kinh, rong huyết ... Quả ích mẫu làm thuốc lợi tiểu, chữa phù thũng, thiên đầu thống:

Cách dùng ích mẫu phổ biến nhất là nấu cao nước, viên chế từ cao đặc, vừa dễ uống, dễ bảo quản lại tiện mang theo khi cần thiết.

Thu hái ích mẫu từ tháng 3 đến tháng 6 khi thân có nhiều lá, chưa có hoa hoặc đã có ít nụ hoa, nhất là cành ngọn dài 15-35 cm. Khi thu hoạch xong rửa đầu, đợi khi chồi nách mọc mới lại cắt. Dược liệu hái về chặt ngắn 10 cm, phơi trong râm mát hoặc sấy nhẹ lửa cho khô để giữ màu xanh và hóa chất.

a) Cao nước:

- Ích mẫu: 80 g
- Hương phụ: 20 g
- Ngải cứu: 20 g

Nấu với nước vài lần rồi cô đặc còn 100 ml cao, cho thêm đường, ngày uống 2-3 thìa canh trước bữa ăn.

Có thể phối hợp ích mẫu với bạc thau, cỏ roi ngựa, liều lượng bằng nhau 6-12 g, sắc với nước, cô sánh đặc. Uống 2 lần trong ngày. Dùng từ 7 đến 10 ngày.

b) Thuốc viên:

- | | |
|-------------------|-------------------|
| - Ích mẫu: 80 g | - Nghệ đen: 60 g |
| - Ngải cứu: 40 g | - Hương phụ: 40 g |
| - Hương nhu: 30 g | |

Các vị sao, tán bột, luyện với mật làm thành viên bằng hạt đỗ xanh. Mỗi ngày uống 60 viên chia làm 3 lần.

4- Chữa kinh nguyệt không đều:

Có nhiều nguyên nhân gây ra kinh nguyệt không đều. Tùy theo nguyên nhân mà dùng những bài thuốc khác nhau. Sau đây là những bài thuốc đơn giản nhất:

a- Trường hợp huyết nhiệt:

Kinh tới trước kỳ, lượng nhiều, màu hồng thâm hoặc tím đen, có cục mùi hôi: có khi mặt đỏ, miệng hôi, đại tiện táo, tiểu tiện đỏ, lưỡi đỏ rêu vàng ... dùng các bài thuốc sau:

Bài 1:

- | | | |
|----------------------|------|---------------------|
| - Củ gấu (chế): | 20 g | - Ích mẫu: 16 g |
| - Cỏ nhọ nồi (sao): | 40 g | - Rau má tươi: 40 g |
| - Chỉ xác (sao đen): | 16 g | - Sinh địa: 20 g |

Cho tất cả vào ấm, đổ 800 ml nước, sắc còn 300 ml chia làm 2 lần uống trong ngày.

Bài 2:

- | | | |
|------------------|------|---------------------|
| - Củ gấu (chế): | 20 g | - Ích mẫu: 16 g |
| - Hy thiêm thảo: | 40 g | - Rễ cỏ tranh: 30 g |

Cách dùng như trên.

b- Trường hợp do huyết hàn:

Kinh tới sau kỳ lượng ít, màu nhạt, đau bụng liên miên, sắc mặt trắng nhợt, rêu lưỡi trắng... dùng bài thuốc sau:

- Củ gấu (chế): 40 g
- Ngải cứu: 30 g
- Ích mẫu: 30 g
- gừng (đốt tồn tính): 16 g

Cho tất cả vào ấm, đổ 600 ml nước, sắc còn 300 ml, chia làm 2 lần uống trong ngày.

c- Trường hợp do huyết ứ:

Kinh tới sau kỳ, lượng ít, máu bầm đen có hờn cục, mặt xanh xám, bụng dưới đau (nấn không chịu được) máu cục ra được thì đỡ, dùng bài thuốc sau:

- Củ gấu (chế): 40 g
- Ngải cứu: 16 g
- Cỏ roi ngựa: 30 g
- Ích mẫu: 20 g
- Mần tưới: 30 g
- Nghệ xanh: 20 g

Cho các vị vào ấm, đổ một lít nước, sắc còn nửa lít, chia làm 3 lần uống trong ngày.

d- Trường hợp kinh nguyệt bế tắc, hành kinh không đều, có máu cục, dùng bài thuốc:

- Cỏ roi ngựa: 16 g
- Củ gấu: 12 g
- Nghệ vàng: 10 g

- Củ mài: 16 g

- Hạt dành dành (sao đen): 8 g

Tất cả sắc lấy nước uống làm 2-3 lần trong ngày.

5- Đau vú: (sản nhũ)

Dùng bài:

- Bồ công anh: 80 g

- Rau má: 80 g

Sắc nước uống, bã đắp chỗ đau.

Thuốc đắp:

- Lá chè vằng, một nắm, giã nhỏ đắp vào chỗ đau.

- Củ ráy tươi (vừa đủ) giã nhỏ đắp vào chỗ đau.

- Củ gấu tươi (vừa đủ) giã nhỏ trộn với dấm đắp vào chỗ đau.

Bài thuốc gia truyền:

Lấy một đoạn rễ đu đủ (dài bằng chiếc đũa) giã nhỏ hòa với nước com, rồi phết lên giấy bản, dán vào vú (mặt có thuốc ra ngoài).

Nứt núm vú:

Nhiều phụ nữ trong khi nuôi con bú, chung quanh núm vú bị nứt đau buốt, dùng bài thuốc:

- Củ ráy: 40 g

- Nghệ vàng: 40 g

- Xác rắn: 10 g (sao giòn tán bột).
- Dầu ta: 50 ml

Củ ráy và nghệ thái mỏng nấu với dầu, khi nghệ và ráy nổi lên, sắc sẫm thì vớt bỏ bã, cho xác rắn vào, đánh đều thành cao, dùng bôi vào chỗ đau.

- Thiếu sữa:

Bồi bổ khí huyết là chủ yếu.

Bài thuốc:

Chân giò lợn một cái, gạo nếp 100 g, hầm với các thứ sau:

- Quả quýt non (bóc bỏ vỏ): 10 g
- Đu đủ non (gọt bỏ vỏ): 50 g
- Hạt quả bầu nậm bóc bỏ vỏ (sao): 100 g
- Hạt mùi: 10 g

Nếu thiếu một vài vị cũng được, hầm cho thật nhừ ngày ăn hai lần, ăn liên tục trong nhiều ngày.

6- Thuốc tiêu độc:

Mụn nhọt, đau vú, nứt núm vú, sưng vú.

- Kinh giới: 12 g
- Vòi voi: 22 g
- Kim ngân hoa: 10 g
- Hạ khô thảo: 10 g

- Thương nhĩ tử: 12 g
- Liên kiều: 12 g
- Cỏ màn châu: 10 g
- Bồ công anh: 8 g

Tất cả sắc với 600 ml nước, còn 300 ml, uống làm 2 lần trong ngày.

7- Chữa băng huyết, chảy máu cam

- Hoa kinh giới 10 g

Sắc hoặc tán thành bột uống làm hai lần trong ngày.



. Aster rupestris



XI- THUỐC CHỮA BỆNH TRẺ EM

1- Chữa trớ sữa, tưa miệng, sỏi, thủy đậu, mồ hôi trộm.

a- Trớ sữa:

Trẻ em thường ợ ra sữa sau khi bú.

Nguyên nhân do bú nhiều, do một triệu chứng của bộ máy tiêu hóa hoặc một bệnh nhiễm trùng.

Nên dùng:

- **Gạo nếp hoặc gạo tẻ 7-8 hạt** (sao đen nghiền nhỏ).

- **Sữa và nước** mỗi thứ một nửa. Ba thứ hòa lẫn vào chén, chưng cách thủy, để nguội, cho uống.

b- Tưa miệng

* **Tưa miệng** là trong miệng có những chấm trắng, dính vào phía trong lưỡi răng, thường gặp ở trẻ đang bú mẹ, nhất là những trẻ non, yếu. Tưa miệng cản trở nhiều đến việc bú và tiêu hóa của trẻ, nguyên nhân do nấm. Dùng bài thuốc:

- **Rau sam** già nhỏ vắt lấy nước cốt, đổ lên mâm nhôm hoặc mâm tráng men, phơi nắng hoặc sấy khô cạo lấy bột trộn với một tí bột hùng hoàng (chừng 1%).

Khi dùng lấy một ít bột thuốc pha với một ít nước, lấy bông hay gạc thấm thuốc, xoa vào chỗ tưa.

Nếu lưỡi đóng màng trắng, dùng bài thuốc:

- Bằng sa + Phèn phi + Thanh đại, mỗi thứ 10 g, tán bột mịn, lấy gạc thấm nước, chấm bột thuốc đánh lưỡi ngày 2 lần.

- Thạch cao: 40 g - Phèn phi: 2 g

- Nhi trà: 0,10 g - Ngũ bội tử: 0,10 g

Các vị nghiền nhỏ, lấy gạc quấn vào ngón tay trỏ, thấm mật ong rồi thấm thuốc đánh trong miệng ngày 2-3 lần.

c- Trẻ em tiêu hóa kém, tưa lưỡi, đại tiện lỏng, lầy:

Một màng mỡ gà sấy khô hay đốt tồn tính (cháy vàng nhưng không thành than) tán thành bột uống với sữa.

d- Trẻ ỉa phân xanh:

Dùng bài thuốc:

- Thanh bì: 6 g - Ý dĩ (sao): 12 g

- Cam thảo dây: 8 g - Mạch nha: 12 g

- Hoa, lá mã đề: 6 g - Lá chanh: 6 g

Sắc với 400 ml nước, lấy 100 ml uống làm 3-4 lần.

2- Chữa bệnh kinh phong, sởi, thủy đậu, ra mồ hôi trộm.

a- Kinh phong có 2 thể:

+ **Thể cấp:** Phát bệnh nhanh, sốt cao, hôn mê, mắt trợn ngược, hàm răng cắn chặt, cổ gáy cứng đờ, tay chân co giập, dùng bài thuốc:

- Bạc hà: 40 g

- Bột sắn dây: 30 g

- Xác ve sầu:	20 g	- Xương hổ:	20 g
- Khương tằm:	20	- Đờm tinh:	20 g
- Câu đằng:	40 g	- Thần sa:	2 g.

Các vị tán bột luyện với hồ làm viên bằng hạt ngô, lấy thần sa làm áo. Trẻ em mỗi tuổi lần uống một bì viên, mài vào nước chè hoặc sữa cho uống.

+ *Thể mãn*: Phát sinh sau khi bị bệnh nặng lâu ngày hoặc do cấp kinh chữa không khỏi mà chuyển thành. Chứng trạng biểu hiện sắc mặt bạc nhợt, tinh thần ủ rũ, khi ngủ mắt mở, có khi co giật, miệng chảy nước bọt, ỉa chảy hoặc nôn, tay chân lạnh, chất lưỡi nhợt, rêu lưỡi mỏng. Dùng bài thuốc:

- Bồ chính sâm (tẩm nước gừng sao)	16 g.		
- Vỏ quýt (sao):	10 g	- Củ sả (sao):	8 g
- Củ mài (sao):	12 g	- Cam thảo dây:	8 g
- Biển đậu (sao):	12 g	- Gừng nướng:	6 g
- Nhục quế:	4 g	- Hạt sen:	12 g
- Rau má:	12 g		

Các vị sấy khô, tán bột, làm viên, mỗi lần uống 6-8 g, ngày 3 lần.

b- Bệnh sỏi:

Bệnh sỏi do vi rút gây nên và dễ lây lan thành dịch, làm sốt, ho, viêm long niêm mạc và phát ban. Bệnh thường gặp

ở trẻ em, bệnh chỉ mắc một lần trong đời, có trường hợp mắc lại lần thứ hai.

Bệnh có 3 thời kỳ:

+ *Thời kỳ khởi phát*: Chủ yếu làm cho nọc sởi xuất ra ngoài, dùng bài thuốc:

- | | | | |
|-----------------|------|----------------|------|
| - Lá dấp cá: | 16 g | - Rau dệu: | 16 g |
| - Cam thảo đất: | 12 g | - Đậu cọc rào: | 12 g |

Sắc với 300 ml nước, lấy 150 ml chia ra cho uống 3 giờ 1 lần.

+ *Thời kỳ sôi mọc*: Nếu sôi mọc thuận, không xuất hiện chứng gì nặng thì tiếp tục uống bài thuốc trên cho đến khi sôi bay. Nhưng nếu nóng dữ dội, khát nước, màu sởi đỏ sẫm, rêu lưỡi vàng, chất lưỡi đỏ hoặc khô thì dùng bài thuốc dưới đây để làm cho mát và giải độc:

- | | | | |
|-------------|------|-----------------|------|
| - Lá tre: | 20 g | - Mạch môn: | 12 g |
| - Lá sâm: | 12 g | - Cam thảo đất: | 12 g |
| - Sài đất: | 16 g | - Củ sắn dây: | 12 g |
| - Kim ngân: | 16 g | | |

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml chia ra cho uống 3 giờ 1 lần.

+ *Thời kỳ sôi bay*: nếu sôi bay, hạ sốt, các chứng hết dần thì không cần uống thuốc. Nếu thấy các hiện tượng như gò má đỏ, sốt cao, ho sát đờm, ra mồ hôi trộm, chất lưỡi đỏ mà khô thì dùng bài thuốc:

- Nam sa sâm: 12 g
- Củ mài (sao vàng): 6 g
- Cam thảo dây: 8 g
- Củ sả: 6 g
- Đậu đỏ (sao vàng): 12 g
- Mạch môn (sao): 8 g
- Hoàng tinh: 16 g
- Lá dâu non: 12 g
- Hạt sen (sao): 12 g

Sắc với 600 ml nước, lấy 300 ml, ngày uống 3 lần. (Có thể hoàn viên để dùng, mỗi lần uống 12 g).

c- Bệnh thủy đậu:

Do vi rút gây nên, cấp diễn, lành tính, hay lây, khởi đầu sốt nhẹ rồi nổi nốt phỏng nông và thời gian mọc khác nhau ở cùng một nơi. Có khi không cần dùng thuốc, chỉ cần kiêng nước lã, gió và chăm sóc tốt.

Nếu xuất hiện các chứng sốt cao, buồn phiền, khát nước, mặt đỏ, môi đỏ, miệng, lưỡi lở loét, nước tiểu đỏ, nốt đậu mọc dày, chung quanh có vòng đỏ như son tươi hoặc thâm tím, rêu lưỡi vàng khô, chất lưỡi đỏ ửng, thì theo 3 thời kỳ mà dùng thuốc như sau:

1. Thời kỳ đậu mọc 1-2 ngày, dùng:

- Kim ngân: 12 g

- Lá tre: 16 g
- Hoa kinh giới: 8 g
- Rau dấp cá: 16 g
- Bạc hà: 8 g
- Cam thảo đất: 12 g
- Quả dành dành: 8 g

Sắc với 600 ml nước lấy 300ml, tùy tuổi chia ra cho uống ngày 3 lần.

2. Thời kỳ đậu đã mọc 2-4 ngày, dùng:

- Mẫu đơn bì: 8 g
- Cam thảo dây: 12 g
- Lá tre: 16 g
- Sinh địa: 12 g
- Hoàng đằng: 8 g
- Rễ lau: 8 g
- Kim ngân hoa: 12 g
- Vỏ đậu xanh: 12 g

Sắc uống như bài trên.

3. Thời kỳ đậu xẹp, dùng:

- Cát sâm: 12 g
- Hoàng tinh: 10 g
- Lá dâu: 10 g

- Vỏ đậu xanh: 12 g
- Sinh địa: 12 g
- Mạch môn: 10 g
- Cam thảo dây: 10 g
- Biển đậu: 12 g
- Vỏ đậu đen: 12 g

Sắc uống như bài trên.

d- Trẻ em hay ra mồ hôi trộm:

Dùng bài thuốc sau:

- Lá dâu: 300 g
- Mẫu lệ (nung): 150 g
- Ngải cứu: 200 g

Lá dâu và ngải cứu phơi trong râm, tán mịn, mẫu lệ tán mịn, luyện với chuối ngự (chuối tây) chín tới làm viên bằng hạt nhãn, ngày uống 20 viên chia làm nhiều lần.

3- Chữa các bệnh cam.

a- Cam mới bắt đầu:

Tóc thưa, sắc mặt vàng héo ăn uống kém hoặc ăn nhiều mà hay đói, ỉa khi lỏng, khi táo, dùng bài thuốc:

- Ý dĩ (sao): 160 g
- Trần bì: 80 g
- Củ mài (sao): 200 g

- Hạt sen: 200 g
- Mạch nha: 100 g
- Hạt cau già: 8 g
- Cam thảo dây: 100 g
- Sứ quân tử: 120 g
- Thanh đại: 60 g

Các vị tán mịn, luyện với kẹo mạch nha làm hoàn, mỗi lần uống 4-8g, ngày 2 lần.

b- Cam tích:

Thân thể gầy mòn, sắc mặt vàng úa, tóc thưa dễ rụng, tinh thần ủ rũ, hay xoa lông mày, giụi mắt, cắn móng tay, nghiến răng, hoặc ăn gạo sống, đất khô, nặng hơn thì bụng to, nổi gân xanh, dùng bài thuốc:

- Rễ đinh lăng nhỏ lá 20 g, (hoặc bố chính sâm)
- Củ sả (sao): 20 g
- Hạt sen (sao): 20 g
- Sứ quân tử (sao): 20 g
- Nghệ xanh: 16 g
- Mạch nha (sao): 40 g
- Bình lang: 25 g
- Củ gấu (sao kỹ): 20 g
- Nam bạch chỉ: 20 g
- Thanh đại: 12 g

Các vị tán mịn, luyện với mạch nha làm hoàn mỗi lần uống 4-8 g, ngày 2 lần.

c- Cam còm:

Gầy còm, da khô có vết nhăn, da bọc xương, khóc không ra tiếng v.v... dùng bài thuốc:

- Bột thịt cóc: 60 g
- Khiếm thực: 30 g
- Biển đậu: 25 g
- Lựa mề gà: 12 g
- Gạo nếp (rang): 20 g
- Củ mài (sao): 40 g
- Hạt sen: 40 g
- Ý dĩ: 30 g
- Gạo mới: 20 g
- Mật ong, đường vừa đủ.

Các vị sao chế xong tán bột luyện mật hay đường làm bánh, mỗi bánh 10 g. Trẻ em tùy tuổi, mỗi lần ăn 1-2 bánh, ngày 2 lần.

d- Cam mắt:

Mắt sưng đỏ, chảy nước mắt, sợ ánh sáng, nhiều dử (ghèn), dùng bài thuốc:

- Lá dành dành: 1 nắm.

Hái lúc mặt trời lặn, rửa bằng nước muối, hoặc nước thuốc tím pha loãng, lấy nước đun sôi để nguội rửa lại đem giã nhỏ vắt lấy nước cốt, để đông lại như thạch, lấy miếng gạc vô trùng để lau mắt, sau đó đặt thuốc lên trên, ngày đêm thay 2 lần.

Thuốc uống:

- Hạ khô thảo: 20 g
- Rau sam: 12 g
- Cỏ màn châu: 12 g
- Quả dành dành: 8 g
- Rau má: 20 g
- Cỏ dùi trống: 12 g
- Hoa cúc: 12 g

Sắc uống ngày 2-3 lần.

Nếu mắt nhắm không mở được nhưng ít sung đỏ dùng:

Bài 1:

- Ý dĩ (sao): 160 g
- Hoa cúc: 40 g
- Sử quân tử: 40 g
- Uy linh tiên: 20 g
- Cam thảo: 4 g
- Cỏ seo gà hoặc hoàng đằng 12 g

Tán bột mịn, luyện mật làm viên, mỗi lần uống 8-12 g ngày 2 lần.

Bài 2:

- Vỏ trứng gà mới đẻ (sao): 50 g

- Cam thảo: 12 g

- Bạch chỉ: 12 g

Tán bột mịn, mỗi lần dùng 1-4 g với nước nóng.

e- Cam tẩu mã:

Là một bệnh nặng thường phát sinh sau sởi. Niêm mạc và phần mềm của má bị hoại tử, bệnh tiến triển rất nhanh.

Triệu chứng:

Thường sau khi sởi mọc thì sốt giảm, nhưng nếu sốt kéo dài, nước bọt chảy ra nhiều, hơi thở thối, khám miệng thấy niêm mạc phía trong má có một mụn nước hay một vùng đen, xung quanh phù, ở vùng hoại thư niêm mạc rụng đi để lại một vết loét, tổ chức hoại thư lan nhanh theo chiều dày và chiều rộng má, phạm vào lợi gây rụng răng, làm thối rữa thịt má, có khi lột hết thịt để lộ xương ra ngoài.

Nếu được điều trị sớm, hoại thư sẽ ngừng tiến triển: điều trị muộn, vết thương lan rộng có thể thủng 2 má.

Dùng bài thuốc: Cóc vàng một con, phèn chua sống 20g. Đập chết cóc, lấy phèn nhét vào miệng, dùng đất đã luyện kỹ bọc lấy cóc (dày 2-3 phân) để ráo, cho vào lò than nung đỏ như than hồng thì lấy ra, đập nhỏ đất, lấy than cóc

tán bột mịn. Mỗi lần uống 2-3 g, hòa với nước cơm hoặc mật ong, bôi nhiều lần vào răng và các nơi lở loét.

4- Chữa các bệnh chàm, chốc đầu, mạch lươn.

a) Bệnh chàm:

Thương tổn căn bản là mụn nước xếp thành mảng trên một dát đỏ, có giới hạn rõ rệt, hoặc không có giới hạn rõ rệt. Ngứa nhiều ít tùy từng người. Bệnh có ba thể:

1. Cấp tính. đỏ, phù, chảy nước.
2. Bán cấp: hết phù, bớt đỏ, còn chảy nước ít.
3. Mạn tính: vẩy dày, khô, da dày lên, ngứa nhiều.

Thuốc bôi:

- Vô núc nác: 40 g
- Nghệ già: 20 g
- Dầu vừng (vừa đủ).

2 vị sao khô tán mịn, hòa với dầu vừng mà bôi.

Thuốc uống:

- Sài đất: 100 g
- Bồ công anh: 20 g
- Có màn châu: 20 g
- Ké đầu ngựa: 20 g
- Kim ngân hoa: 20 g
- Cam thảo đất: 20 g

- Kinh giới: 20 g

- Thổ phục linh: 20 g

Tất cả sắc với 1 lít rượu nước, lấy 300 ml. Trẻ em tùy tuổi mỗi lần uống 15-30 ml (ngày uống 1 lần).

b) Bệnh chốc đầu:

Thuốc bôi:

- Bọ hung: 1 con

- Củ ráy quăn: 1 củ to

- Dầu vừng hoặc dầu lạc: 50 ml

Bọ hung đốt thành than, tán bột, củ ráy khoét ruột làm thành cái nôi, cho bột bọ hung và dầu vào bắc nấu thành cao.

Rửa dầu cho sạch, lau khô, bôi cao vào. Ngày 1 lần.

c) Bệnh mạch lươn.

Cao dán:

- Củ ráy dại (cạo vỏ thái mỏng) 100 g

- Nghệ vàng già 50 g

- Cóc vàng bọc đất nung tồn tính tán bột: 1 con.

- Dầu vừng 500 ml

- Nhựa thông lấy ở cây ra 30 g

- Sáp ong 30-50 g (tùy theo mùa).

Cho dầu vừng, củ ráy và nghệ vàng vào chảo đun sôi, khi thấy nghệ và ráy nổi lên, sắc cạn thì bắc ra, bỏ bã, cho

sáp ong, nhựa thông, bột cóc vào đánh đều bắc lên bếp khuấy luôn tay cho đến khi lấy một giọt cao nhỏ lên đĩa mà giọt cao còn giữ nguyên là được. Phết cao lên giấy dán vào mụn lở.

5- Thuốc bổ kích thích tiêu hóa trẻ em.

a- Thuốc bổ:

Những vị thuốc dưới đây có tác dụng bồi dưỡng cơ thể, giúp tiêu hóa tốt, dùng cho trẻ em kém ăn, người gầy, d. xanh.

Đảng sâm: Dùng 10-30 g củ (đào vào mùa thu hay mùa đông) rửa sạch, sao vàng sắc uống.

Bổ chính sâm: Lấy 6-12 g củ hấp chín, phơi khô dùng để kích thích tiêu hóa, chữa kém ăn trong những ngày nóng nực.

Hà thủ ô đỏ: Lấy 4-10 g rễ củ phơi khô thái nhỏ. Sắc lấy nước đặc uống. Chữa chậm mọc răng, chậm biết đi, ngủ hay giật mình, mồ hôi trộm, đái dầm.

Ý dĩ (hạt bo bo): Lấy 50-100 g hạt, bỏ sao vàng nấu cháo ăn hàng ngày. Dùng chữa chướng bụng.

Củ mài (hoài sơn): Lấy 4-12 g củ, gọt sạch vỏ, phơi khô, sao vàng, nấu cháo ăn, chữa tiêu hóa kém.

Bệnh suy dinh dưỡng dùng:

- Củ mài: 100 g

- Trần bì: 20 g

- Ý dĩ: 100 g

- Hạt sen: 100 g

- Hà thủ ô: 100 g

Tán bột mịn làm thành cốm ngày uống 12 g

b- Thuốc kích thích tiêu hóa:

- Đảng sâm: 12 g

- Ý dĩ: 10 g

- Hà thủ ô: 6 g

- Bồ chính sâm: 12 g

Tán thành bột mịn, ngày uống 4-6 g.

6- Phòng và chữa các bệnh ho trẻ em:

a) Ho:

Ho là một triệu chứng chung của nhiều bệnh: viêm phế quản, viêm họng hạt, viêm a-mi-đan, viêm VA.

Ho mà trẻ không sốt cao, không khó thở, có thể dùng một số vị thuốc sau:

Húng chanh: Dùng lá rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước uống, chữa viêm họng, viêm phế quản. Dùng từ 1-2 lá tùy theo lứa tuổi.

Rẻ quạt (còn có tên xạ can): Lấy củ, lá rửa sạch, phơi khô, ngâm nước gạo một đêm, thái mỏng chữa viêm họng, viêm a-mi-đan, viêm mũi. Dùng 3-9 g ngày, chia làm 3 lần, uống 2 ngày liền.

Quất hồng bì: Lấy quả thái nhỏ, sấy khô, hấp với đường, dùng chữa viêm họng, viêm phế quản ở trẻ nhỏ. Dùng 2-4 g một ngày.

Huyền sâm: Dùng lá, rễ, củ phơi khô, thái mỏng chữa viêm họng, viêm phế quản, viêm bàng quang, lở ngứa, loét miệng có thể dùng chè giải nhiệt. Dùng 6-8 g một ngày.

Vỏ quýt (trần bì): Vỏ quýt phơi khô (càng để lâu càng tốt) dùng chữa viêm phế quản do lạnh. Dùng 4-6 g một ngày có thể dùng đơn độc hoặc phối hợp với mật ong.

b- Viêm họng:

- Cây rê quạt: 3 g
- Huyền sâm: 3 g
- Sâm cau: 3 g

Hãm nước sôi như pha chè, ngày uống 5 lần (uống 2-3 ngày).

c- Chữa ho:

- Lá húng chanh: 10 g
- Vỏ rễ dâu: 10 g
- Lá táo: 10 g

Đổ vào 2 chén nước, đun sôi 30-45 phút gạn lấy nước uống, chia làm 3 lần, uống 3 ngày liền.

d- Ho gà:

Theo kinh nghiệm của nhân dân ta, đối với bệnh ho gà ở thời kỳ toàn phát (trẻ ho từng cơn dài kịch liệt sau cơn ho

có tiếng rít vào như tiếng gà gáy), có thể dùng các bài thuốc đơn giản sau đây:

Bài 1:

Mật gà 1 cái (lấy nước hòa với 3 g đường kính cho trẻ uống).

Trẻ nhỏ 1 tuổi: 3 ngày uống hết 1 cái.

Trẻ từ 2 tuổi trở lên: mỗi ngày uống 1 cái. (Chia làm 2-3 lần uống trong ngày).

Bài 2:

- | | | | |
|----------------|------|--------------|------|
| - Lá chanh: | 10 g | - Mạch môn: | 6 g |
| - Lá táo tươi: | 20 g | - Trần bì: | 4 g |
| - Bách bộ: | 4 g | - Vỏ rễ dâu: | 10 g |

Cho vào 3 chén nước, đun sôi 45-60 phút, gạn lấy nước cho uống 3 lần trong ngày, uống liền 7-10 ngày.

Bài 3:

- | | |
|----------------|---------|
| - Bách bộ: | 6 g |
| - Mía (bỏ vỏ): | 10 khẩu |
| - Mạch môn: | 6 g |

Cho vào 3 chén nước, sắc lấy 1 chén, cho uống làm 4 lần trong ngày, uống liền 7-10 ngày.

Bài 4:

- | | |
|-------------|-------|
| - Lá chanh: | 300 g |
| - Tía tô: | 500 g |

- Vỏ trắng rễ dâu: 1.000 g (tẩm mật sao)

- Rau sam: 1.000 g

- Địa liên: 300 g

- Rau má: 1.000 g

- Đường kính vừa đủ.

Nấu với 12 lít nước, lấy 4 lít lọc bỏ bã cho đường vào hòa tan.

Trẻ em từ 1-3 tuổi mỗi ngày uống 15-30 ml.



DÔNG TRƯỞNG TRƯỞNG



MỘC HOA TRƯỞNG

XỬ TRÍ MỘT SỐ TRƯỜNG HỢP CẤP CỨU THÔNG THƯỜNG

1- Tắc ruột:

Ở mỗi lứa tuổi nguyên nhân gây tắc ruột khác nhau. Song về cơ bản đều có những triệu chứng:

- Đau bụng từng cơn.
- Nôn mửa (tắc càng cao nôn càng nhiều).
- Bí trung đại tiện (dấu hiệu quan trọng nhất).
- Chướng bụng (càng tắc thấp, bụng càng chướng to, khi đau thấy nổi hình quai ruột, có khi thấy như hình rắn bò).
- Nếu tắc càng lâu tiên lượng càng xấu, tử vong càng cao. Khi thấy một số dấu hiệu trên cần gửi ngay đi bệnh viện để xử trí kịp thời.

2- Lồng ruột trẻ em:

Bệnh này thường gặp ở trẻ từ 3-9 tháng, đang bú sữa mẹ, trẻ bú bình.

Triệu chứng:

- Có những cơn đau bụng (trẻ người quấy khóc).
- Thỉnh thoảng nôn.

- Phân có dính máu hoặc rửa tay sạch cho ngón tay vào hậu môn, khi rút tay ra có máu dính.

Nếu thấy các dấu hiệu trên cần gửi đi bệnh viện ngay.

3- Viêm ruột thừa:

Là một bệnh thường gặp ở mọi lứa tuổi. Nếu phát hiện được sớm trong 6 giờ đầu thì mổ dễ dàng, số ngày nằm điều trị ngắn, ít phải dùng kháng sinh, không có biến chứng và tử vong. Nếu để chậm sẽ có nhiều tai biến, tính mạng bệnh nhân bị đe dọa. Vì vậy phải phát hiện bệnh thật sớm.

Người viêm ruột thừa thường đau khu trú ở vùng bụng dưới phía bên phải cạnh rốn (gọi là hố chậu phải). Ngoài ra người bệnh có sốt nhẹ hoặc chỉ cảm thấy sốt và buồn nôn hoặc nôn.

Nếu thấy những dấu hiệu trên, phải cho người bệnh đi bệnh viện ngay.

4- Thủng dạ dày:

Là một bệnh cấp cứu ngoại khoa, phát hiện càng sớm xử trí càng đơn giản, tránh được mọi tai biến, sức khỏe người bệnh chóng hồi phục.

Triệu chứng:

Có cơn đau dữ dội, đột ngột như dao đâm vùng bụng trên rốn (vùng thượng vị).

- Sau đó đau liên tục, khó thở, đau khắp bụng, đi lại, nằm ngồi cũng đau.

- Sờ vào bụng thấy khắp bụng cứng như gỗ.

Khi thấy có những triệu chứng trên cần chuyển ngay đến bệnh viện.

5- Chửa ngoài dạ con bị vỡ:

Trước đó người sản phụ có thể biết mình có thai, kèm theo ra ít máu đen ở cửa mình và đau âm ỉ vùng bụng dưới. Cũng có khi sản phụ không biết mình có thai mà chỉ có dấu hiệu rong kinh, rong huyết kèm theo đau vùng chậu hông.

Triệu chứng:

Đột nhiên đau dữ dội vùng bụng dưới (hạ vị) người bệnh trong tình trạng choáng nặng: thở nhanh, chân tay lạnh, vật vã...

Nếu người phụ nữ trong tuổi sinh đẻ, có một số dấu hiệu trên, ta phải đưa ngay đến bệnh viện.

6 - Cấp cứu tai nạn điện giật:

Việc sử dụng điện trong sản xuất, sinh hoạt hiện nay khá phổ biến. Do đó, tai nạn điện giật cũng không phải là ít, có trường hợp đã gây tử vong vì không biết hoặc không xử trí kịp thời. Tai nạn điện giật không phải luôn luôn gây chết người nếu ta biết sơ cứu kịp thời người bị nạn.

Sơ cứu tai nạn điện giật gồm 2 động tác chính tùy theo hai tình huống sau:

1- Nếu người bị nặng còn tiếp xúc với dòng điện, người cứu phải nhanh chóng cách ly người bị nạn ra khỏi dòng

điện bằng cách ngắt dòng điện hoặc gạt dây điện ra khỏi người bị nạn.

Chú ý: Không để nạn nhân bị điện giật thêm vì động tác cứu chữa không khéo léo và không để bản thân mình cũng bị điện giật theo. Không được dùng hai tay để trần sờ mó trực tiếp vào người bị nạn. Khi dùng vật để gạt dây dẫn điện phải dùng các chất không dẫn điện như sào nứa, gậy tre, gậy gỗ khô...

2- Khi chắc chắn nạn nhân không còn tiếp xúc với dòng điện nữa thì khẩn trương hồi sinh cho người bị nạn bằng xoa bóp tim, ngoài lồng ngực và hà hơi thổi ngạt. Cách làm tốt nhất là đập mạnh hai ba cái vào vùng tim. Động tác tuy đơn giản song có khi làm cho tim đang rung trở lại và co bóp bình thường tiếp đó là ép tim ở 1/3 dưới xương ức với nhịp độ 80 lần một phút cho tới khi nghe thấy tim đập mạnh nảy bắt được.

7- Cấp cứu người chết đuối:

Cấp cứu người chết đuối phải thật khẩn trương vì tính mạng người bị nạn chỉ còn là giây phút. Trước hết phải đưa ngay người bị nạn lên khỏi mặt nước, rồi móc miệng, lau hố mũi làm thông đường thở. Sau đó vác chân nạn nhân dựa vào lưng người đến cứu, đầu nạn nhân dốc ngược cho nước ộc ra khỏi phổi. Nếu người bị nạn quá nặng không vác được thì cho người bị nạn nằm sấp, kê cho đầu dốc hơn chân. Động tác trên phải nhanh gọn vì kéo dài sẽ làm mất thời gian làm hô hấp nhân tạo, xoa bóp tim.

Khi đường thở đã thông, tiến hành ngay hô hấp nhân tạo bằng phương pháp miệng kết hợp xoa bóp tim ngoài lồng ngực để người bị nạn thở lại và tim đập lại (kỹ thuật hà hơi thổi ngạt và xoa bóp tim sẽ trình bày ở phần sau).

Sau đó ủ ấm người bị nạn và đưa ngay đến cơ sở y tế gần nhất.

8- Cấp cứu rắn cắn:

Chữa rắn cắn phải thật nhanh, kịp thời. Ngay sau khi bị cắn, bất kể là loại rắn gì, nếu chưa phân biệt được đều phải làm ga-rô phía trên vết cắn để nọc độc khỏi tràn nhanh vào cơ thể. Kịp thời xử trí tại chỗ và toàn thân. Có thể dùng bất cứ loại dây gì sẵn có (như dây rừng, rút quần, dây giấy, cuộn băng, khăn mùi xoa...) buộc chặt ngay trên vết cắn (làm ga-rô).

Không dùng sắt nung đỏ dìm vào vết cắn mà chỉ nên dùng dao sát, khâu sọc chéo hình chữ thập để mở rộng vết cắn (mỗi chiều chừng 1 cm) rồi nặn cho ra thật nhiều máu, hoặc giác hút máu ra (nọc độc sẽ theo máu chảy ra ngoài). Sau đó rửa bằng dung dịch thuốc tím 1% để hủy các nọc độc còn lại trong vết thương.

Đông y dùng rượu hội để uống, có thể cho uống ngay 40-50 ml. Sau đó cứ 5-10 phút lại uống một lần 10 ml. Một ngày tối đa uống 150-200 ml, có thể dùng rượu hội tắm bông đắp vào vết cắn ngay sau khi bị cắn.

Một số thuốc nam chữa rắn cắn:

- Lá bồ cu vẽ một nắm to già lấy nước uống.

- Cây cà gai leo (loại hoa tím) một nắm to sao vàng sắc uống hoặc giã lấy nước uống, bã đắp vào vết cắn.

- Hạt cỏ nghệ tán nhỏ hoà nước uống.

- Cây rẻ quạt (thân, rễ, lá) giã nhỏ vắt nước uống, bã đắp vào vết cắn.

9. Chữa rết cắn:

Người ta thường bị rết cắn về đêm khi rết mò đi kiếm ăn. Rết cắn thường đau nhức kéo dài 4-5 giờ mới dịu. Nhân dân ta có nhiều cách chữa rết cắn và dù ít dù nhiều đều có hiệu quả vì nọc rết không đủ làm chết người. Bất cứ chất gì mát, làm dịu da đều giảm đau cả. Có nơi thường móc đăi gà bôi vào chỗ cắn. Người ta có thể ngâm nước lạnh, bôi một chút va-dơ-lin, đắp bột tắm nước mát v.v...

Nhân dân miền núi có kinh nghiệm là khi bị rết cắn nhai một vài hạt quả giổi (còn gọi là hồng bì) nhai hạt tươi hoặc khô, đắp vào chỗ rết cắn khỏi ngay. Có người ngoáy lấy dáy tay bôi vào cũng khỏi, không nên bôi các loại dầu cao hoặc các chất nóng khác như rượu gừng ớt v.v...

10. Cấp cứu ngộ độc sắn:

Sau khi ăn sắn nếu thấy có triệu chứng ngộ độc (trong người thấy khó chịu, không bình thường) cần khẩn trương giải quyết ngay tại chỗ, không nên đưa ngay đi bệnh viện xa nếu chưa được cấp cứu (vì sau 1-2 giờ không được cấp cứu, nạn nhân có thể chết, nhất là các em nhỏ bị ngộ độc nặng).

Cách cấp cứu như sau:

- Gây nôn bằng mọi cách như ngoáy họng, uống mìn thốt...

- Sau đó cho uống nước đường, nước mía, nước mật, ăn kẹo.

Cho uống:

Đậu xanh 50 - 70g giã nát, vò với một chén nước đun sôi để nguội, lọc lấy nước uống làm 2 lần trong ngày.

- Có thể uống thêm nước sắc rễ cỏ tranh hoặc râu ngô.

- Nước rau muống sống rửa sạch uống khoảng một bát.

- Nước rau má rửa sạch giã một nắm hòa với một bát nước lọc uống.

Muốn phòng ngộ độc sắn, không nên bón cho sắn quá nhiều phân đạm, không trồng sắn gần gốc xoan hay đất vừa mới trồng xoan, trồng chuối. Khi luộc sắn phải bóc vỏ ngâm nước một đêm, luộc nhiều nước, luộc kỹ và mở vung. Sắn nướng, sắn đồ dễ bị ngộ độc do đó cần phải bóc sạch vỏ và ngâm nước kỹ trước khi nướng hoặc đồ, không nên ăn sắn đắng, sắn chảy nhựa. Theo kinh nghiệm dân gian, sắn ngâm kỹ luộc cùng với khoai lang thì không độc.

11. Cấp cứu ngộ độc dứa:

Sau khi ăn dứa khoảng 15-30 phút, người thấy nôn nao, chảy nước miếng, buồn nôn rồi nôn mửa, đau bụng dữ dội, sau đó ỉa lỏng nhiều là bị ngộ độc. Bệnh nhân nổi mẩn đỏ

khấp người và ngựa, càng ngựa, càng nổi mẩn đỏ. Có khi nổi mày đay, sau đây lên thành cục cứng.

Nếu bị nặng người tím tái, khó thở, mạch nhanh, huyết áp hạ, trí nhớ giảm dần đưa đến hôn mê rồi chết.

Khi bị ngộ độc nguyên tắc chung là phải đẩy hết chất độc ra ngoài cơ thể. Cần móc họng cho nôn hết. Khi hết nôn cho uống nước chè nóng pha đường, uống nước râu ngô, nếu thấy bệnh nhân vật vã khó thở và có chiều hướng nặng thì đưa ngay đi bệnh viện, nhất là trẻ em.

Phòng ngộ độc dưa bằng cách gọt dưa kỹ, rửa sạch sau khi gọt. Không nên ăn nhiều quá, nhất là lúc đói. Nhân dân ta có thói quen sau khi gọt dưa rửa sạch và sát muối, khi ăn chấm muối ớt cũng là một cách làm giảm chất độc.

12. Cấp cứu ngộ độc nấm:

Khi phát hiện ngộ độc nấm, cần phải nhanh chóng gây nôn bằng cách móc họng, uống mìn thốt... làm cho nấm độc ra khỏi dạ dày rồi đưa đi bệnh viện.

Nếu có điều kiện dùng các bài thuốc sau:

Bài 1:

- Lá lốt (có hoa càng tốt): 10g
- Lá khế: 20g
- Lá hoặc quả non cây đậu ván đỏ: 20g

Tất cả đều dùng cho vào cối giã nát hòa tan với 200ml nước sôi để nguội, lọc lấy nước, uống một lần, trong ngày.

Có thể cho thêm nhiều đường để uống. Chỉ cần uống 2 - 3 lần là khỏi.

Bài 2:

- Mộc nhĩ rang cháy tán thành bột mịn. Mỗi lần uống 3-6g với nước rau muống tươi, càng đặc càng tốt.

- Điều trị không có kết quả, phải chuyển ngay đến bệnh viện.

13. Cấp cứu ngộ độc thuốc trừ sâu:

Cần thực hiện ngay những phương pháp đơn giản sau đây:

- Thay quần áo, lau mình tắm rửa, cắt tóc, gội đầu cắt móng tay, lau rửa mặt mũi cho nạn nhân.

- Nếu bệnh nhân bị ngất hoặc bị nhiễm độc bằng đường hô hấp thì phải làm hô hấp nhân tạo.

- Nếu nạn nhân ăn phải chất độc cần gây nôn ngay. Nôn xong cho xúc miệng rồi cho uống hai thìa than hoạt tính, hoặc than gạo giã thật nhỏ với 1/3 bát nước. Sau đó cho tẩy nhẹ bằng thuốc muối.

- Đã cấp cứu rồi mà nạn nhân bị mệt, bị lạnh cần cho uống nước chè đặc, uống nhiều nước đường, mật, nước mía. Nếu nạn nhân bị ho cho uống một viên cô - đề - in tiêm các loại sinh tố C, B1, cho ăn uống nhẹ. không cho ăn mỡ, dầu, các chất kích thích như ớt, rượu.

- Cứu chữa như trên mà nạn nhân không đỡ phải đưa ngay đến bệnh viện.

14. Sơ cứu bỏng vôi ở mắt:

Bỏng mắt dù do nguyên nhân gì thường cũng dẫn tới mù lòa hoặc rối loạn chức năng tầm trọng.

Khi bỏng vôi ở mắt thì phải cứu kịp thời như sau:

1- Trước hết phải gấp lấy ra ngay các mảnh vôi, cục vôi nằm trong mắt (trong túi kết mạc). Nếu ở trạm y tế hoặc những nơi có điều kiện thì nên nhỏ dung dịch đi-ca- in 1% để bớt đau rồi gấp vôi ra.

2- Sau khi đã lấy vôi ra, cần rửa ngay mắt bằng nước sạch để loại trừ chất vôi còn sót lại, giảm bớt thời gian tiếp xúc giữa vôi và nhãn cầu, giảm bớt độ pH ở mắt bị bỏng. Nên rửa nhiều lần, kéo dài 15 - 20 phút.



CÂY SÀI ĐẤT

3- Sau khi đã sơ cứu, rửa thêm vào mắt 1 dung dịch sát khuẩn như Pê-ni-xi-lin, Clô-ram-phê-ni-côn và gửi ngay nạn nhân đến bệnh viện, tốt nhất là bệnh viện chuyên khoa mắt.

Giai đoạn sơ cứu rất quan trọng trong quá trình chữa bỏng và hồi phục chức năng của mắt sau này.

15. Hồi sinh bằng hà hơi thổi ngạt và xoa bóp tim ngoài lồng ngực:

Khi nạn nhân bị tim ngừng đập, ngừng thở đột ngột, phải tiến hành hà hơi thổi ngạt và xoa bóp tim ngoài lồng ngực.

a- Hà hơi thổi ngạt:

- Đặt nạn nhân nằm ngửa trên giường hoặc trên mặt đất bằng phẳng. Người cấp cứu quỳ gần đầu nạn nhân về phía bên trái hoặc bên phải.

- Lau sạch mồm họng nạn nhân để lấy hết các chất tiết, thức ăn còn đọng lại.

- Đầu và cổ nạn nhân phải thật ngửa ra sau (có thể dùng gối hoặc một vật gì đệm vào phía trước cổ nạn nhân) để cho đường hô hấp trên được lưu thông dễ dàng.

- Dùng ngón tay cái (trái hoặc phải, cho vào mồm nạn nhân kéo mạnh hàm dưới ra phía trước và lên trên để tránh không cho lưỡi bịt vào khí quản.

- Dùng ngón cái và ngón trỏ tay khác bịt mũi nạn nhân để khỏi mất hơi trong khi thổi.

- Cách thổi: Người cấp cứu hít vào thật mạnh, để mồm mình trên mồm nạn nhân rồi thổi mạnh cho đến khi thấy lồng ngực nạn nhân nở rộng. Sau đó nhấc mồm ra khỏi mồm nạn nhân để hơi trong phổi nạn nhân tự thoát ra. Có thể dùng miếng gạc mỏng, khăn tay mỏng đặt lên mồm nạn nhân, hoặc thổi trực tiếp trên mồm nạn nhân, mỗi phút thổi khoảng 15-20 lần.

b- Xoa bóp tim ngoài lồng ngực:

Đặt nạn nhân nằm ngửa trên ván cứng hoặc trên mặt đất phẳng. Người cấp cứu đứng bên phải hoặc bên trái nạn nhân.

- Lấy phía dưới lòng bàn tay trái đặt vào 1/2 dưới xương ức (phía trên mũi kiếm của xương ức), lòng bàn tay phải đặt lên bàn tay trái.



ĐƠN BUỐT

- Dùng lực mạnh của tay và sức mạnh của cơ thể mình, người cấp cứu ấn thật mạnh trên lồng ngực nạn nhân nhịp nhàng 60 lần trong một phút. Sau đó nhấc 2 tay ra để cho lồng ngực nạn nhân lại phồng lên (lực ấn có thể làm cho xương ức nạn nhân lõm xuống 3 - 4cm).

Bình thường cứ 4 lần xoa bóp tim lại 1 lần thổi ngạt. Nếu có người cấp cứu thứ ba thì nâng hai chi dưới nạn nhân lên cao 45 độ để dồn máu về tim.

Ấn tim liên tục trong nửa giờ liền mà thấy nạn nhân vẫn không hồi tỉnh, đồng tử vẫn giãn hoặc ngày càng giãn to thì coi là không có kết quả.

Chú ý: Khi cấp cứu trẻ con, thổi ngạt và ấn tim với mức độ nhẹ hơn so với người lớn.



PHỤ LỤC

I. CHỈ DẪN CÂN LƯỜNG THUỐC

CÂN

1 ki lô gam = 1.000 gam (viết tắt là kg)

1 chỉ (đồng cân) = 4 gam

1 lạng (lạng tá) = 40 gam

1 nắm tay người lớn = 50 gam lá tươi hoặc 20 g lá khô.

1 nhúm vừa (cầm trong 3 đầu ngón tay) = 1-2g.

LƯỜNG

1 lít = 1000 mililít (viết tắt là ml)

1 thìa cà phê bằng 5ml

1 thìa canh bằng 15ml

1 bát ăn cơm (trung bình 150 - 200ml).

II. CHỈ DẪN VỀ LIỀU LƯỢNG THUỐC CỦA TRẺ EM SO VỚI NGƯỜI LỚN

Trẻ em từ 6 tháng = $1/20$ liều người lớn.

Trẻ em từ 1-3 tuổi = $1/10$ đến $1/6$ liều người lớn.

Trẻ em từ 4-6 tuổi = $1/4$ liều người lớn.

Trẻ em từ 7-10 tuổi = $1/3$ liều người lớn.

Trẻ em từ 11-15 tuổi = $1/2$ liều người lớn.

MỤC LỤC

I. TOA THUỐC CĂN BẢN	7
1. Toa thuốc căn bản có 6 tác dụng và 10 vị thuốc.	7
2. Cách gia giảm trong toa căn bản	10
3. Giới thiệu thêm một số vị thuốc có tác dụng gần giống nhau để gia giảm trong toa căn bản.	14
II. THUỐC CHỮA BỆNH ĐƯỜNG	
TIÊU HÓA, GAN, THẬN, SỐT XUẤT HUYẾT	22
1. Chữa bệnh ỉa chảy	22
2. Chữa bệnh kiết lỵ, cấp tính	26
3. Chữa bệnh kiết lỵ kinh niên	30
4. Chữa bệnh giun, sán	31
5. Chữa sốt xuất huyết	36
III. THUỐC CHỮA BỆNH CẢM CÚM, NÔN MỬA, NÔN RA MÁU THƯƠNG THỰC VIÊM, LOÉT DẠ DÀY	39
1. Thuốc chữa bệnh cảm mạo	39
2. Chữa cảm cúm	45
3 Chữa nôn mửa	46

4. Chữa thương thực:	48
5. Chữa viêm loét dạ dày:	48
6. Chữa đau bụng	50
IV. THUỐC CHỮA BỆNH HOÀNG ĐẪN (VIÊM GAN TRUYỀN NHIỄM) CỔ TRƯỞNG, PHÙ THŨNG	
1. Bệnh hoàng đản	51
2. Cổ trướng:	52
3. Phù thũng:	53
V. THUỐC CHỮA ĐƯỜNG TIẾT NIỆU.	
1. Sỏi đường tiết niệu	56
2. Chữa bệnh đái ra máu	57
3. Chữa bệnh đái đục	58
4. Chữa bệnh đái gắt	59
5. Chữa bệnh đái dầm	60
VI. THUỐC CHỮA BỆNH CƠ XƯƠNG THẦN KINH	
1. Chữa đau gáy và vẹo cổ	61
2. Chữa đau dây thần kinh hông	61
VII. THUỐC CHỮA BỆNH ĐƯỜNG HÔ HẤP, TAI, MŨI, HỌNG, MẮT, RĂNG	
1. Chữa viêm họng, đau cổ, nhiều đờm, khản tiếng	63

2. Chữa các chứng ho	63
3. Chữa viêm họng đỏ, viêm a - mi - đan	64
4. Chữa bệnh đau xương, phong thấp	66
5. Chữa bệnh thấp khớp	67
6. Chữa mất ngủ	68
7. Chữa vết thương phần mềm	69
VIII. THUỐC CHỮA BỆNH NGOÀI DA.	71
1. Phòng và chữa các bệnh viêm nhiễm ngoài da	71
2. Chữa mụn nhọt lúc mới phát	72
3. Chữa bệnh mày đay, ngứa lở.	73
4. Chữa loét miệng, lở loét hậu môn.	74
5. Chữa bệnh quai bị.	74
IX. BỆNH QUÁNG GÀ, RĂNG, MŨI TAI	77
1. Quáng gà	77
2. Đau răng, sâu răng, viêm tủy răng, viêm cổ răng, viêm lợi, dùng	77
3. Mũi chảy nước, hôi thối, dùng	78
4. Tai chảy mủ	79
X. THUỐC CHỮA BỆNH PHỤ NỮ	80
1. Chữa bệnh khí hư	80
2. Chữa nôn nghén	81

3. Điều kinh, bổ máu, chữa đau bụng kinh, rong huyết	81
4. Chữa kinh nguyệt không đều	83
5. Đau vú: (sản nhũ)	85
6. Thuốc tiêu độc	86
7. Chữa băng huyết, chảy máu cam	87
XI. THUỐC CHỮA BỆNH TRẺ EM	88
1. Chữa trớ sữa, tưa miệng, sởi, thủy đậu, mồ hôi trộm.	88
2. Chữa bệnh kinh phong, cổ trướng đau, ra mồ hôi trộm.	89
3. Chữa các bệnh cam.	94
4. Chữa các bệnh chàm, chốc đầu, mạch lươn.	99
5. Thuốc bổ kích thích tiêu hóa trẻ em.	101
6. Phòng và chữa các bệnh ho trẻ em:	102
XỬ TRÍ MỘT SỐ TRƯỜNG HỢP CẤP CỨU THÔNG THƯỜNG	106
1. Tắt ruột	106
2. Lồng ruột trẻ em	106
3. Viêm ruột thừa	107
4. Thủng dạ dày	107
5. Chữa ngoài dạ con bị vỡ	108
6. Cấp cứu tai nạn điện giật	108

7. Cấp cứu người chết đuối	109
8. Cấp cứu rắn cắn	110
9. Chữa rết cắn	111
10. Cấp cứu ngộ độc sắn	111
11. Cấp cứu ngộ độc dưa	112
12. Cấp cứu ngộ độc nấm	113
13. Cấp cứu ngộ độc thuốc trừ sâu	114
14. Sơ cứu bỏng vôi ở mắt	115
15. Hồi sinh bằng hà hơi thổi ngạt và xoa bóp tim ngoài lồng ngực	116

PHỤ LỤC

CHỈ DẪN CÂN LƯỜNG THUỐC	119
-------------------------	-----

THUỐC NAM CHỮA BỆNH VÀ CẤP CỨU THÔNG THƯỜNG

LÊ NGÂN

Chịu trách nhiệm xuất bản:

NGUYỄN THOA

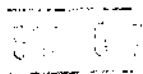
<i>Biên tập :</i>	BÙI THỊ MỸ
<i>Trình bày :</i>	TẤN CƯỜNG
<i>Sửa bản in :</i>	VĂN GẮM
<i>Bìa:</i>	LÊ NGÂN
<i>Ảnh:</i>	LÊ NGÂN

NHÀ XUẤT BẢN THANH HÓA

248 Trần Phú - TP. Thanh Hóa

ĐT: 852281 - 853548

In 1.000 cuốn khổ 13 x 19cm tại Xi nghiệp in Tân Ninh.
Số GTNKH: 72 XBTH ngày 16-5-1998. Số đăng ký kế
hoạch xuất bản 30/1097CXB ngày 3-12-1997. In xong và
nộp lưu chiểu tháng 8 năm 1998.



Giá : 10 000 đ