

LÝ ỨNG - CUNG TÂN TOÀN

# RƯỢU BỎ CỎ TRUYỀN CHỮA BÁCH BỆNH



NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO

LÝ ỨNG - CUNG TÂN TOÀN

# RƯỢU BỔ CỐ TRUYỀN CHỮA BÁCH BỆNH

*Biên dịch:*

HÀ KIM SINH

NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO  
HÀ NỘI - 2004

## LỜI NÓI ĐẦU

**T**heo đà tiến triển đi lên của mức sống, con người ngày càng hướng tới trường sinh bất lão, tiêu trừ bách bệnh. Từ cổ chí kim con người vẫn đặt "Vĩnh sinh" ở vị trí khá quan trọng. Dưới sự chỉ đạo của tư tưởng "Vĩnh sinh", các nhà khoa học cổ, người đương thời, Đạo gia, Phật gia cho đến quảng đại dân chúng đã không ngừng phát huy tài trí thông minh của mình trong việc nghiên cứu, ứng dụng và tìm ra vô số những phương pháp tự cho là có thể trường thọ, thành tiên, đắc đạo, vĩnh sinh.

Rượu bổ, cũng là một trong những loại phát minh quan trọng về phương pháp làm cho người "Vĩnh sinh" của người cổ, đồng thời đã trở thành một bộ phận quan trọng của y học nước nhà.

Khoa học kỹ thuật hiện đại chứng minh, "Vĩnh sinh" là không có thể nhưng "trường thọ" thì không phải là không với tới được. Đồng thời trong quá trình thực tiễn, người ta thấy nhiều phương pháp dưỡng sinh của người cổ phát minh, đã sớm được chứng minh là dùng có hiệu quả. Do vậy, với tư tưởng chỉ đạo "cổ và kim dụng" (lấy cũ hay thời cổ dùng cho ngày nay) trên cơ sở đã nghiên cứu rất nhiều phương thức rượu bổ cổ đại,

bằng phương pháp chọn lọc gạn đục lấy trong để viết thành cuốn sách này.

Toàn bộ nội dung cuốn sách với hơn 500 bài thuốc rượu bổ vẫn giữ được phong mạo người cổ mà có ý nghĩa chỉ đạo đối với người nay. Đối với công hiệu, phương thuốc, cách pha chế, ứng dụng, cấm kỵ của phương thuốc cổ thì chúng tôi dẫn dùng theo y như cũ, đồng thời dưới sự chỉ đạo tư tưởng của y học hiện đại và dưỡng sinh học, có thêm phần chú giải và thuyết minh nhất định để độc giả có thể áp dụng cho bản thân tốt hơn. -

Hiện nay, có rất nhiều loại rượu bổ có trên thị trường, nhưng chỗ khiếm khuyết lớn nhất của rượu bổ sản xuất hàng loạt là ở chỗ không thích ứng với từng người, từng địa phương, đồng thời giá tiền cũng đắt. Rượu bổ tự ngâm có thể khắc phục được những khiếm khuyết này, nhất là làm được điều đôi chứng dùng thuốc. Các phương thuốc cổ của sách này trình bày đều có tác dụng trị liệu tốt, chế tác đơn giản dễ bảo quản, phù hợp với yêu cầu chung của mọi tầng lớp dân chúng khi sử dụng rượu thuốc.

Để giúp cho người sử dụng biết được phương thuốc cổ, chúng tôi có biên soạn phần giới thiệu giản lược về Trung dược. Rượu có thể bồi bổ người, nhưng cũng có thể làm tổn thương người, nên ở phần cuối, chúng tôi có đưa vào phương thuốc chữa bệnh rượu và cai rượu cổ truyền, để khi "Tiên rượu" tỉnh ngộ hoặc giả có thể mở sách áp dụng.

TÁC GIẢ

Xuân 1994

# LỜI TỰA

## I. BỒI BỔ VỚI DƯỠNG SINH

Từ cổ chí kim, con người vẫn mong muốn trường sinh bất lão hoặc không bị ốm đau. Tìm kiếm cách khỏe mạnh sống lâu đã trở thành một bộ phận cấu thành của nền văn hóa thế giới, từ thời cổ xưa thậm chí là một bộ phận cấu thành quan trọng. Thế nhưng, dưới điều kiện khoa học kỹ thuật hiện nay, vĩnh sinh còn chưa thể có được, mà sống lâu thì không phải là một điều không thể với tới. Hoạt động thực tiễn hàng nghìn năm của loài người đã sớm chứng minh được điều này.

Dưỡng sinh học vì cần sống lâu, không ốm đau mà phát triển lên đã có nguồn gốc xa xưa ở nước ta, có lịch sử hơn hai ngàn năm. Dưỡng sinh đã là một trong những nội dung quan trọng của y học Trung Quốc, nó vẫn ở dưới sự chỉ đạo tư tưởng "Chính khí tồn nội, tà bất khả can" (Chính khí ở trong, tà khí không thể can dự). "Tà chi sở tấn, kỳ khí tất hư" (Tà khí mà dồn vào, khí nó tất suy yếu) của lý luận kinh điển y học cổ truyền, không ngừng phát triển và hoàn thiện. Người xưa cho

rằng điều kiện tiên quyết để cầu được sống thọ là không có ốm đau. Muốn làm được điều này, trước tiên là phải tìm được cái gốc của bệnh tật.

Người xưa cho rằng: Tà khí là nhân tố dẫn đến bệnh tật, luôn tồn tại ở môi trường sống của chúng ta. Song cũng cùng một điều kiện như nhau lại có người mắc bệnh, có người không mắc bệnh. Do vậy có thể thấy được nhân tố mấu chốt quyết định có phát bệnh hay không là sự khác biệt về cơ thể mỗi người. Cuối cùng, người xưa đưa ra tư tưởng của "Tà chi sở tấu kỳ khí tật hư", tức là nguồn gốc của phát bệnh trước tiên là do chính khí của cơ thể suy nhược. Quan điểm này chỉ đạo dưỡng sinh, trước tiên là phải bồi bổ đủ chính khí thay thế cho số chính khí để suy yếu. Chỉ có như vậy mới có thể làm được điều "Chính khí tồn nội. Tà bất khả can".

Bởi vậy sự bồi bổ đã trở thành một phương pháp tự nhiên quan trọng nhất của dưỡng sinh.

## II. RƯỢU BỔ VỚI THUỐC BỔ

Trải qua những năm tháng thực tiễn và phát triển không ngừng của mấy ngàn năm, hiện nay những phương pháp bổ dưỡng đã và đang được lưu hành ở trong dân gian, cũng là cách mọi người đã quen biết từ lâu. Ví như bổ thuốc, bổ ăn, khí công, tức là ăn cái bổ của khí trời đất; tu đạo, tức là để điều chỉnh tâm thần chính đáng, rèn luyện thể năng để làm cho khí trong khỏe mạnh.

Rượu thuốc, xét về mặt thành phần và ứng dụng của nó thì chính là sản phẩm kết hợp của bổ thuốc và bổ ăn. Xét từ góc độ trung y học thì rượu thuốc chỉ là một trong những hàng trăm ngàn loại thang chế của Đông dược. Người xưa gọi rượu là "Lao lễ", là một trong những thứ trị bệnh cường thân nguyên thủy nhất. Luận trước kinh điển y học sớm nhất ở Trung Quốc, trong "Hoàng đế nội kinh" có ghi, con người ở xã hội nguyên thủy rất ít ốm đau, nếu như có ốm, cũng rất nhẹ, chỉ uống chút ít "Lao lễ" thì có thể chữa khỏi. Về sau, theo sự tiến bộ của xã hội loài người, môi trường sống của con người ngày càng phức tạp, bệnh chứng mắc phải cũng tương ứng nặng lên, đã đến mức chỉ uống "Lao lễ" thì không thể chữa khỏi. Vì vậy, người xưa lại thêm số thuốc chữa trị vào "Lao lễ", đấy tức là rượu thuốc của người nay đã quen thuộc.

Rượu bổ, là một trong những loại rượu thuốc, công hiệu của rượu bổ là một trong nhiều công hiệu của rượu thuốc. Trong thang chế dưỡng sinh Đông dược, rượu bổ với sự chế biến dễ uống, dùng tiện lợi, lại có thể để lâu và được các nhà y học suy tôn và dân chúng ưa thích.

Ồ trong Trung y học, bổ dưỡng không chỉ là một phương pháp dưỡng sinh, mà còn là một phương pháp chữa trị quan trọng. Bổ dưỡng có thể khôi phục chính khí của cơ thể, giúp con người sản sinh ra năng lực chống bệnh tự nhiên, khử trừ bệnh tà ra ngoài cơ thể.

Tổ tiên chúng ta từ lâu đã để ý tới nhiều thứ được liệu có tác dụng bổ dưỡng kéo dài tuổi thọ và tăng cường sức khỏe. Xét theo quan điểm y học hiện đại, công năng của thuốc bổ là có nhiều mặt, như nâng cao khả năng miễn dịch của cơ thể, kéo dài tuổi thọ của tế bào; xúc tiến tuần hoàn máu; tăng cường công năng của tim; tăng cường năng lực chống mệt mỏi và chịu đựng thiếu ôxy; đối với màng não có tác dụng cả hai mặt xúc tiến hưng phấn và tăng cường ức chế, nâng cao năng lực phản ứng của đại não, tăng trí nhớ; xúc tiến hoặc ức chế sự tiết hoặc tiết quá mức các hoóc môn và thể dịch v.v...

Người xưa cho rằng rượu bổ có công hiệu hoạt huyết, chấn phấn tinh thần, điều chỉnh âm dương khí huyết. Thuốc phối hợp với rượu, có thể tác dụng bổ trợ cho nhau. Với vai trò chuyển tải, rượu có thể khiến thuốc đến thẳng chỗ bệnh. Hiện nay người ta cho rằng, rượu là một dung môi rất tốt, có thể hòa hợp rất nhiều thành phần hữu hiệu của dược liệu khó hòa tan trong nước. Vì vậy, xét về mặt phương thuốc bổ ích dưỡng sinh, ngâm rượu và nấu rượu, hoàn toàn đều có tác dụng công hiệu cao hơn thuốc sắc nước hoặc hoàn tán đơn thuần.

### III. TÁC DỤNG CỦA RƯỢU BỔ

Xét từ phương pháp chế tác, rượu thuốc có thể chia làm 2 loại chính: rượu thuốc nghĩa rộng và

rượu thuốc nghĩa hẹp. Rượu thuốc nghĩa rộng, tức là thêm rượu vào các thang thuốc bào chế Đông dược. Các loại thuốc bào chế có phối hợp với rượu của người xưa có: rượu ngâm, hoàn rượu, cao rượu, tán rượu, rượu sắc, cũng tức là lấy rượu làm chất hoà tan của Đông dược; Rượu thuốc theo nghĩa hẹp, tức chuyên chỉ rượu ngâm hay là dung dịch rượu với Đông dược ngâm sau một thời gian nhất định (loại rượu thuốc quen thuộc của người thời nay).

Rượu bổ, là rượu được ngâm với thuốc bổ là chính. Theo quan điểm của người xưa, uống thuốc tức tắm bổ, đây là cách nói theo nghĩa rộng. Đương nhiên trong rượu bổ thường bao hàm nhiều loại thuốc khác nhau với mục đích chống tà là chính, thậm chí có khi lấy loại thuốc này làm thành phần chủ yếu. Nhưng theo như bệnh chứng tương ứng với nó mà nói, quả là có tác dụng bổ ích. Loại rượu bổ cổ truyền được giới thiệu trong sách này, là những rượu thuốc lấy bổ là chính, đồng thời hầu như đều là rượu bổ của nghĩa hẹp.

Về chế tác của rượu bổ, người xưa đại để có mấy loại phương pháp dưới đây.

**1- Rượu ngâm:** Dem thuốc đập nhỏ, ngâm trong rượu sau một khoảng thời gian nhất định là được. Thông thường yêu cầu khi ngâm phải bịt kín miệng bình, người xưa hay dùng túi lụa đựng thuốc ngâm vào trong rượu. Túi lụa, tức túi làm bằng lụa tơ tằm. Ngày nay người ta thường dùng vải bọc hoặc túi vải đựng cũng được. Gia đình tân

tiến hiện nay ngâm rượu thường không dùng túi, mà bỏ thẳng thuốc vào bình, cho rượu trong vào ngâm. Thường yêu cầu vừa uống vừa thêm rượu mới vào bình, cho đến khi mùi thuốc nhạt hết. Uống hết rượu rồi, có thể lấy thuốc ra, sấy khô hoặc phơi khô rồi nghiền thành bột, hoặc pha với rượu uống, hoặc cho vào mật ong để luyện chế thành thuốc viên.

**2- Lên men:** Người xưa, nhất là các nhà y học cổ xưa thường dùng cách này để chế tác với khối lượng lớn. Tức là đem thuốc bỏ vào nước sắc lấy nước thuốc, đổ vào chum (thường dùng chum nếp), và rắc men rượu vào rồi ủ đến khi lên men mốc, ép lấy nước rượu. Cũng có thể tán thuốc thành bột, rắc vào chum để lên men. Cách này tương tự như cách làm rượu ngọt (rượu nếp) của gia đình hiện nay. Các nhà y học cổ xưa thường dùng cách này để sản xuất ra nhiều sản phẩm dự trữ cho lúc cần. Rượu thuốc chế tác bằng phương pháp này dễ bị chua do để lâu. Trước đây người ta thường bịt kín bình rượu rồi để ở trong giếng nước lạnh bảo quản. Ngày nay nhiều nhà có điều kiện có thể bảo quản trong tủ lạnh.

**3- Rượu sắc:** Đây là một trong những phương pháp chế rượu thuốc đơn giản nhất. Tức là đem thuốc giã nhỏ, cho vào rượu sắc rồi uống. Có một cách nấu thuốc gọi là "Trọng thang" ("canh nặng"), tức là sau khi bỏ thuốc vào trong rượu, bịt kín bình rượu để bình rượu vào trong nồi, cho nước vào nồi đun lửa nhỏ nấu bình rượu cách thủy.

**4- Cao rượu:** Tán nhỏ thuốc, cho vào rượu trong vừa phải đem sắc thuốc ở trên lửa, đến khi cô lại thành cao là được.

**5- Hoàn (viên) rượu:** Tán thuốc thành bột, cho rượu và bột gạo vào, chế thành thuốc viên lưu trữ. Khi uống hoà với rượu hoặc uống với rượu, hoàn rượu và cao rượu trong sách này giới thiệu rất ít.

**6- Tán rượu:** Tán thuốc thành bột, mỗi lần lấy lượng vừa phải, uống với rượu hoặc ngâm vào rượu một lát rồi uống. Loại rượu thuốc này hầu như không có dẫn dùng trong sách này.

Khi người xưa chế rượu, hoặc có yêu cầu đặc biệt, có điều thậm chí bị người nay coi là mê tín, ví dụ "ngày mồng 5 tháng 5 không được cho phụ nữ nhìn"; "Xuân hạ 5 ngày, thu đông 10 ngày" "đựng bằng đồ bạc" v.v... Ở đây, chúng tôi hầu như dẫn dùng nguyên văn để cung cấp người nay sử dụng theo phê phán.

#### IV. CHẾ TÁC RƯỢU BỔ

Trước đây, người ta muốn sản xuất hàng loạt rượu thuốc thì đều phải dùng phương pháp lên men. Ngày nay, rượu bổ ngày càng được mọi người ưa thích, do đó càng được các nhà doanh nghiệp đề mắt đến. Hiện nay các xí nghiệp sản xuất rượu bổ, vẫn thường sử dụng phương pháp ngâm là chính, chỉ khác là ngày nay người sản xuất ngoài việc coi

trọng công hiệu của rượu bổ, còn rất chú trọng tới mùi vị và nồng độ của rượu, phương pháp thông thường là:

Dem các loại thuốc giã nhỏ, gói bằng vải gạc, bỏ vào vại sứ đậy bọc kín ngâm từ nửa ngày đến một tháng, hoặc lâu hơn để thành phần thuốc hoà tan triệt để, rồi đổ rượu ra. Căn cứ vào yêu cầu về mùi vị và nồng độ của rượu ngâm mà có thể cho vào rượu mới một mùi vị và nồng độ phù hợp trước khi đóng vào chai.

Để sản xuất hàng loạt rượu bổ, ngoài việc phải đảm bảo chất lượng thông qua kiểm tra, kiểm nghiệm cho phép, còn phải thông qua thí nghiệm nghiệm chứng lâm sàng đảm bảo không có hại cho cơ thể. đương nhiên, cuối cùng là phải được cơ quan có thẩm quyền cho phép sản xuất rượu thuốc theo luật qui định của Nhà nước.

## **V. CÁCH DÙNG VÀ CẤM KỴ**

Trước đây người ta khi sử dụng thuốc để tẩm bổ, có rất nhiều yêu cầu đặc biệt. Ví dụ: "Uống vào tháng đông" (Đông nguyệt phục); "Uống lúc đói bụng" (không tâm phục) "ngày 3 đêm 4", "Mặt hướng về phía đông uống", "không cho chó gà nhìn thấy" v.v... Đặc biệt là nhấn mạnh tới mùa. Người xưa cho rằng, mùa thu đông là thời kỳ tốt nhất cho bồi bổ sức khoẻ, gọi là "tiếp nhận trong mùa thu

cất giữ trong mùa đông" ("Thu thu đông tàng"). Chỉ có như vậy mới có thể tích trữ số năng lượng nhất định, đến mùa xuân hạ của "Xuân sinh hạ trưởng", con người ta mới có nguồn năng lượng cung cấp cho sinh trưởng sử dụng.

Hiện nay, mọi người uống rượu bỏ, ngoài việc coi trọng "đối chứng" (đúng với tình trạng sức khỏe) ra, hầu như không có yêu cầu nào khác, hoặc 1 ngày 3 lần, hoặc sớm, tối uống, hoặc uống vào buổi sáng, hoặc uống trước khi ăn, sau khi ăn. Điều này đều giống qui định thông thường của cách uống thuốc. Cách dùng của mỗi thứ rượu bỏ, đều có giới thiệu tường tận trong phương thuốc.

Lượng uống rượu bỏ của người xưa được sử sách ghi lại nói chung là lớn, ít thì 1 chén, 1 cốc, nhiều thì 1 thăng hoặc vài thăng. Điều này là do mấy nguyên nhân: Thứ nhất, rượu trắng của người xưa làm ra có độ cồn thường thấp, sau khi ngâm thuốc thì độ càng thấp, nên khi uống thiên về nhiều là điều có thể hiểu được; thứ hai, đơn vị cân đo của người xưa nhỏ hơn so với ngày nay "1 thăng" chỉ tương đương khoảng 300 - 400ml, "chén" cũng có "chén to" và "chén nhỏ"; thứ 3, người xưa làm quá nhiều lao động chân tay, tiêu hao năng lượng lớn hơn, nên lượng rượu cũng có thể lớn hơn.

Ngoài ra người xưa uống rượu còn có kiểu "Thường lệnh hữu tửu khí" (luôn luôn cho có mùi rượu) "Tuỳ ý uống", "uống theo khả năng chứa

được" ("Lượng tính ẩm dụng"). "Bất chí tuý thổ" (Không đến mức nôn ra) v.v... Cách dùng và lượng dùng theo quan điểm của người xưa đều cung cấp cho người nay tham khảo.

*Về mặt cấm kỵ:* Người xưa coi rượu thuốc cũng như các loại thuốc bào chế, chứ không như hiện nay người ta coi rượu thuốc là một loại đồ uống đặc biệt. Bởi vậy, trong khi sử dụng, người xưa đều theo yêu cầu thông thường khi uống thuốc Đông dược không được ăn một số thứ "cấm kỵ". Ví dụ: Không ăn thịt gà, vịt, cá, gừng, hành, tỏi" v.v... Ngày nay những cấm kỵ này, có một số có thể tin được, còn một số lại chỉ thuộc về mê tín. Cho nên, trong khi chúng tôi giới thiệu về phương thuốc cổ hầu như dẫn dùng nguyên bản cũ, chỉ để cung cấp tham khảo.

Điều cần coi trọng đặc biệt là: Người xưa rất giỏi dùng thuốc có tính độc tức là loại Đông dược có tính kích thích mạnh và tác dụng độc phụ đối với cơ thể người, như Ô đầu. Thiên hùng. Phụ tử, Chu sa, Nhân vu, Thạch nam, Khiên ngư tử, Cam tuý, Hùng hoàng, Lưu hoàng, Tế tân, Độc xà, Nam tinh v.v... Vì vậy mỗi khi thấy loại rượu bổ có các thành phần thuốc trên, không nên uống quá nhiều, thậm chí uống bữa bãi. Điều này trong phần những "điều cần chú ý" chúng tôi đều có nói rõ ràng.

Cuối cùng, chúng tôi xin nhắc nhở độc giả, nên phối chế và uống rượu bổ dưới sự chỉ đạo của thầy thuốc.

**PHƯƠNG THUỐC  
RƯỢU BỔ CỐ TRUYỀN  
VÀ CÁCH CHẾ TÁC**

## I. RƯỢU ĐẠI BỔ NGUYÊN KHÍ

### **Rượu Sâm khởi ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Đại bổ nguyên khí, nuôi âm huyết, uống lâu ngày tăng tuổi thọ, thần sắc đẹp, chữa trăm bệnh, bổ mọi hư yếu, chữa bệnh hay quên, khó ngủ.

*Phôi phương:* Nhân sâm 30g, Cầu khởi tử 250g.

*Cách chế:* Bỏ thuốc vào bình, đổ rượu trắng trong 5 lít, ngâm 5 ngày là có thể dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sáng, tối, mỗi buổi uống 2 chén con.

*Chú ý:* Sau khi uống lại thêm rượu vào bình. Nhân sâm có phân loại Bạch sâm, Hồng sâm, Tây dương sâm. Bạch sâm tính bình hoà. Hồng sâm tính nóng khô, Tây dương sâm tính mát đậm. Người hư âm huyết nặng nên dùng Bạch sâm hoặc Tây dương sâm, người bình thường tay chân lạnh nên dùng Hồng sâm.

### **Rượu Sâm kỳ ("Nhân tống phương")**

*Công hiệu:* Đại ích chân khí, bổ hư bài tà, thông vinh vệ, khí huyết lưu thông, uống lâu ngày

người nhẹ nhõm, động tác nhanh nhẹn. Chủ trị các loại phong tê, đau chân tay, đi lại khó, thất lưng đầu gối yếu.

*Phối phương:* Nhân sâm; Hoàng kỳ; Bạch phục linh; Thiên ma; Bạch truật, Tì giải; Phòng phong; Bạch Tật lê; Xuyên đoạn, mỗi thứ 30g.

Dương qui; Xuyên cung; Khương hoạt; Bào phụ tử; Bào xuyên ô; Xích thực dược; Độc hoạt; Đỗ trọng; Ngũ gia bì, mỗi thứ 80g.

*Cách chế:* Dem Đỗ trọng và Bạch Tật lê sao cháy trước, rồi dem tất cả các loại thuốc trên nghiền nhỏ, đựng vào túi vải, cho rượu trong vào ngâm trong hũ bịt kín, mùa xuân ngâm 5 ngày, mùa hạ ngâm 3 ngày, mùa thu ngâm 7 ngày, mùa đông ngâm 10 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống 1 chén vào sáng sớm, cũng có thể uống tùy lúc.

*Chú ý:* Nguyên phương thuốc cổ có Hồ cốt 100g, vì thuốc cấm dùng, ở đây lấy Ngũ gia bì thay thế cung cấp tham khảo. Rượu này tính ôn bổ, thích hợp với người già gân cốt yếu; người trẻ uống thì phát triển cơ bắp, tăng sức lực.

### **Rượu Nhân sâm sài hồ ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Ích khí nuôi gan. Trị người lớn trẻ em nam hư lao gầy yếu, ho hen chảy rãi, da thịt nóng đỏ mồ hôi trộm.

*Phối phương:* Nhân sâm; Sài hồ; Địa cốt bì;

Phục linh bạch thực; Cam thảo mỗi thứ 30g; Thanh cao 15g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, dùng túi vải đựng cho 5 lít rượu trong, ngâm 7 ngày rồi mở ra dùng. Cũng có thể tán nhỏ thuốc, sắc bằng rượu uống.

*Cách dùng:* Rượu ngâm, mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 2 chén; hoặc lấy bột thuốc 10g, sắc với rượu, nước mỗi thứ 1 chén, ngày 2 lần.

*Chú ý:* Rượu này bổ khí thanh hư nhiệt, có tác dụng chữa tốt đối với đổ mồ hôi trộm nhiệt do thiếu 2 thứ khí âm trong phổi, đồng thời có thể bổ tì sinh huyết.

### **Rượu Ngũ tinh ích khí ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Bổ hồ ích khí, kiện tì ích vị. Trị thượng cách (lồng ngực) quá nóng, hạ tạng (tạng phủ phía dưới tức bụng) hư lạnh, da khô nhăn, sức yếu, đại tiện khó, hoặc đôi lúc đi lỵ, vàng đầu đờm suyễn, miệng khô lưỡi cứng, tăng thêm tuổi thọ.

*Phối phương:* Bạch phục linh; Can cúc hoa; Thạch xương bồ; Quế tâm, mỗi thứ 60g. Bạch truật; Thiên môn đông; Nhân sâm; Ngưu tất mỗi thứ 45g. Sinh hoàng tinh; Sinh địa hoàng mỗi thứ 500g.

*Cách chế:* Tán nhỏ các loại thuốc, dùng túi vải đựng, cho vào bình, đổ vào 10 lít rượu trong ngâm 10 ngày được. Cũng có thể dùng Sinh hoàng tinh, Sinh địa mỗi thứ 5 cân, thái nhỏ cho vào nước sắc lâu thành cao, mỗi lần lấy một ít pha vào rượu thuốc ngâm trên để uống.

*Cách dùng:* Uống vào trước mỗi bữa ăn, không được say.

### **Rượu Tứ bổ ("Thánh tế tổng lục")**

*Công hiệu:* Ích khí huyết, bổ nguyên tạng sáng nhan sắc.

*Phối phương:* Bách tử nhân; Hà thủ ô; Nhục thung dung; Ngưu tất mỗi thứ 90g.

*Cách chế:* Dùng 2 lít rượu trong, ngâm các loại thuốc. Vào mùa xuân hạ 7 ngày, mùa thu đông ngâm 14 ngày. Sau khi ngâm mên rồi đem các loại thuốc đó đã nát như đất, chế thành thuốc viên to như hạt trầu.

*Cách dùng:* Mỗi sáng, lấy 20 viên, pha với rượu trắng uống.

*Chú ý:* Cũng có thể ngâm thuốc trong rượu, uống rượu là được; cũng có thể ngâm bằng 10 lít rượu lại lấy bã thuốc ra, chế thành viên thuốc, lại dùng rượu ngâm đó pha uống. Rượu này thiên về bổ huyết sinh khí, thích hợp với người thiếu máu.

### **Rượu bổ khí khứ phong ("Bản sự phương")**

*Công hiệu:* Bổ huyết ích khí, khứ phong, khoẻ gân cốt, khoẻ chân.

*Phối phương:* Nhân sâm; Tì giải; Tiên linh tì; Ý dĩ nhân; Ngưu tất; Thục địa hoàng mỗi thứ 60g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, đựng trong túi vải. cho vào 6 lít rượu trắng ngâm 10 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sớm-tối, mỗi buổi uống 1 chén. Khi lấy một chén ra khỏi bình thì thêm 1 chén rượu mới vào bình.

*Chú ý:* Nếu là phụ nữ dùng thì bỏ đi Ngưu tất.

### **Rượu ích khí cường gân ("Thánh tể tổng lục")**

*Công hiệu:* Ích khí cường gân. Trị co chân, thất lưng yếu, vầng đầu hoa mắt.

*Phối phương:* Nhân sâm; Cúc hoa; Xuyên cung; Quế tâm; Sơn thù du; Phòng phong mỗi thứ 45g.

Độc hoạt; Bạch truật; Phục linh; Thạch斛; Ngưu tất; Đan sâm; Sinh địa hoàng; Hoàng kỳ mỗi thứ 60g.

*Cách chế:* Tán nhỏ các loại thuốc trên, đựng vào túi vải, bỏ vào trong hũ sứ đổ 10 lít rượu trắng vào ngâm, bịt kín 5-7 ngày là được.

*Cách dùng:* Uống theo khả năng, ngày 6 lần, khiến luôn có mùi rượu. Trường hợp chân yếu, quá đau, lấy bã rượu ra, làm tán rượu hoà vào với rượu ngâm uống.

*Chú ý:* Phụ nữ trước và sau khi hành kinh 3 ngày ngừng uống.

### **Rượu Thạch斛 nhân sâm ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ khí thăng dương. Trị toàn thân không có sức, gân cốt đau buốt.

*Phối phương:* Thạch斛 120g; Nhân sâm 20g; Đan sâm; Xuyên cung; Đở trọng; Phòng phong; Bạch truật; Hoàng kỳ; Ngũ vị tử; Đương qui. Quế

tâm; Ngũ gia bì; Trần bì; Can khương, Thự dục; Bạch phục linh; Ngưu tất; Cam thảo mỗi thứ 60g.

*Cách chế:* Tán nhỏ các loại thuốc trên, đựng vào túi vải, bỏ vào trong hũ sứ đổ 20 lít rượu trắng, ngâm kín 7 ngày sau thành.

*Cách dùng:* Lúc đầu ngày 3 lần, mỗi lần 1 chén con; dần dần tăng lên 2 chén. Không nên uống quá say.

*Chú ý:* Phụ nữ 3 ngày trước và sau kỳ hành kinh ngừng uống.

### **Rượu Kim sâm ("Trửu hậu phương")**

*Công hiệu:* Ích khí huyết, khoẻ gân cốt, khử phong khí. Chữa các loại phong thấp tê đau, cơ thể mệt không có sức, vàng đầu hoa mắt, uống lâu ngày tăng tuổi thọ.

*Phối phương:* Nhân sâm 60g; Kim nha; Nhân vu; Thục tiêu; Can địa hoàng; Manh thảo; Phòng phong; Phụ tử; Địa phụ tử; Sóc căn; Thăng ma mỗi thứ 90g. Khương hoạt 150g. Ngưu tất 120g.

*Cách chế:* Tán nhỏ các loại thuốc trên cho vào hũ sứ, lấy 15 lít rượu ngâm bịt kín, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Ngày uống 2 chén con. Sớm tối mỗi buổi 1 chén, sau tăng dần lượng.

*Chú ý:* Trong phương thuốc có: Nhân vu, Phụ tử. Thục tiêu là vị độc khô hạo nặng, nên không thể uống quá lượng. Người âm khuy hư nhiệt cấm uống.

### **Rượu Ngũ vị ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ ích sức lực, chữa vầng đầu gió, không ăn được.

*Phối phương:* Thự dục; Sơn thù du; Bạch truật; Ngũ vị tử mỗi thứ 200g; Phòng phong 250g; Nhân sâm 30g, Đan sâm, Sinh khương mỗi thứ 120g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào hũ sứ ngâm với 10 lít rượu trắng trong, sau 7 ngày thì sử dụng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 1 chén.

*Chú ý:* Nếu vị rượu làm khô miệng thì bỏ đi Sinh khương là được.

### **Rượu Nhân sâm hoàng kỳ ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ chủ yếu cho hư lao, tăng sức lực, trừ tê, yếu thất lưng chân và phong chạy trên mặt, lợi cho khớp xương, cứng gân cốt.

*Phối phương:* Thạch斛 120g; Nhân sâm; Hoàng kỳ; Đan sâm; Đỗ trọng; Ngưu tất; Ngũ vị tử; Bạch phục linh; Sơn thù du; Thự dục; Tỳ giải; Phòng phong; Sinh khương; mỗi thứ 60g; Cẩu khí tử; Thiên môn đông; Ý dĩ nhân mỗi thứ 150g; Tế tân 30g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào hũ sứ đổ 10 lít rượu trắng trong, ngâm 7 ngày thì có thể dùng.

*Cách dùng:* Mỗi ngày vào buổi sớm, tối mỗi buổi uống 1 chén, sau đó tăng dần lên 2 chén.

*Chú ý:* Người âm huyết khuỷu nặng, có thể bỏ đi Sinh khương; Tế tân.

### **Rượu Ngũ thạch ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Chữa trị ngũ lao thất thương, bổ ích cho các loại hư tổn.

*Phối phương:* Hoàng kỳ 120g; Tử thạch anh; Xích thạch chi; Thạch lưu hoàng; Thạch học; Bạch thạch chi mỗi thứ 60g. Quế tâm; Ô mai; Chung nhũ; Xuyên cung; Phòng phong; Phục linh; Bạch Truật; Can địa hoàng; Nhục thung dung; Bào phụ tử mỗi thứ 60g. Nhân sâm 30g; Cửu cam thảo; Thược dược; Đương qui; Tế tân mỗi thứ 90g. Đại táo 100 quả; Can khương 120g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, để vào hũ sứ, đổ 20 lít rượu trắng trong vào ngâm kín 14 ngày sau, lấy bã thuốc ra, nghiền nát, thêm mật ong chế thành viên thuốc to như hạt trâu.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 chén với 10 viên thuốc, tăng dần lên 3 chén.

*Chú ý:* Cả phương thuốc dùng đều thiên về loại mạnh, nên không thể uống quá. Để điều hoà mùi vị rượu, có thể dựa vào lượng rượu cho thêm đại táo (táo tàu). Bệnh không nặng, có thể không chế thuốc viên uống. Kiên kỵ không ăn các loại rong biển (hải đới) và rau cải trắng trong khi dùng thuốc.

### **Rượu Ngũ lao chung nhũ ("Hoà tễ phương")**

*Công hiệu:* Chủ trị ngũ lao thất thương, tổn thương khí phổi. Đàn ông suy già tuyệt dương khí, tay chân lạnh, trong tâm thiếu khí, tuỷ suy đau lưng, chân tê người khó chịu, miệng khô không ăn được. Thuốc này hạ khí tiêu hoá tốt, phát triển cơ bắp, yên ngũ tạng, trừ vạn bệnh.

*Phối phương:* Thối ti tử; Thạch học mỗi thứ 60g, bột chung nhũ 120g; Ngô thù du 30g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm với 5 lít rượu trắng trong; sau 7 ngày thì lấy bã thuốc ra để chỗ râm hong khô tán thành bột, cho mật ong vào viên thành viên to bằng hạt trấu.

*Cách dùng:* Mỗi ngày vào buổi sớm - tối, mỗi buổi uống 1 chén rượu pha với 30 viên thuốc.

*Chú ý:* Khi cảm thấy miệng, lồng ngực nóng, khô, tạm ngừng uống, uống sữa đậu nành có thể giải. Trong 7 ngày mới uống, kiêng giao hợp, qua 7 ngày thì được.

### **Rượu Tứ quân tử ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ trung (trong người) ích khí. Trị lao vè khí hư (hư hại), tạng phủ yếu, chướng ngực chướng bụng, không hề muốn ăn, ruột kêu đi ngoài, oẹ nôn mửa.

*Phối phương:* Nhân sâm; Cửu cam thảo; Phục linh; Bạch truật mỗi thứ 60g.

**Cách chế:** Tán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải bỏ vào hũ sứ ngâm với 5 lít rượu trắng trong bịt kín, sau 7 ngày có thể sử dụng.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 2 chén.

**Chú ý:** Đây là danh phương Trung dược "Tứ quân tử thang" ngâm rượu chế thành. Vì vậy có thể lấy bã thuốc ra chế thành viên thuốc to như hạt trâu, uống với rượu.

### **Rượu Hư nghịch bổ khí ("Thiên kim phương")**

**Công hiệu:** Bổ khí, thông trị tất cả các trường hợp thiếu khí và gây còm.

**Phối phương:** Đại táo 5 cân; Cam bì (vỏ cam) 10 vỏ nguyên; Can khương 60g; Can địa hoàng 250g.

**Cách chế:** Dem Đại táo cho vào 10 lít rượu ủ trong 3 ngày. Sau đó lấy Đại táo ra để trên lửa chung thành dạng cao. Lại dem Đại táo bỏ vào rượu ngâm trước đây sắc lên, để còn lại khoảng 5 lít, bỏ hết vỏ, hạt táo tắt lửa lọc cao táo ra, thêm vào bột tán từ các loại thuốc còn lại, khuấy đều là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày sớm tối, mỗi buổi uống 1 chén, khoảng 20g.

**Chú ý:** Phương thuốc này bổ khí bình hoà, thích hợp nhất với người già, sản hậu, người cơ thể suy nhược. Rượu dùng nhiều, thì cao táo sẽ loãng một chút.

## II. RƯỢU BỔ HUYẾT DƯỠNG TÂM, TĂNG CƯỜNG TRÍ NHỚ

### **Rượu bổ tâm Bạch truật ("Thiên kim phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ tâm định khí. Trị tâm hư hàn, tính khí trái, tay bắt tòng tâm, nói năng lung tung.

\* *Phôi phương:* Bạch truật; Địa cốt bì; Kinh thực; Cúc hoa mỗi thứ 2 cân.

\* *Cách chế:* Thái nhỏ thuốc, cho nước vào đun lấy nước thuốc, bỏ bã được 10 lít. Lại đổ 10 cân cơm nếp, trộn nước thuốc vào, đồng thời thêm men rượu, cho vào hũ ủ kín, lên men mốc là được. Rượu để ở chỗ mát lạnh.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày tùy tính uống, để luôn có mùi rượu.

\* *Chú ý:* Rượu này rất công hiệu khi chữa tâm huyết hư, tinh thần không thoải mái. Rượu gạo bỏ bã lấy nước trong để đề phòng biến chua, nên để trong tủ lạnh, do đó cũng nên theo tỷ lệ chế tác với lượng nhỏ.

Lại phương: Trị tâm thần bất an, trong ngực thiếu khí, có thể tán ích trí nhân làm bột, ngâm với rượu ngon 2 ngày, bỏ bã thuốc hâm ấm rượu uống.

### **Rượu Tứ vị bổ tâm ("Dương thị gia tàng phương")**

\* *Công hiệu:* Ích huyết bổ tâm, an thần minh chí. Trị đãng trí hoảng hốt, chóng quên- hay quên.

\* *Phối phương:* Đương qui; Nhục Thung dung mỗi thứ 60g; Chu sa 30g; Hạnh nhân 150 hạt.

\* *Cách chế:* Đem Hạnh nhân ngâm bỏ vỏ trước, nghiền thành bột, nấu thành dạng cao, các loại thuốc còn lại ngâm với rượu 1 ngày, cũng giã nhỏ nấu thành dạng hồ loãng. Trộn lẫn 2 thứ cao, khuấy đều là được.

\* *Cách dùng:* Mỗi sớm, tối uống 1 chén con rượu cao.

\* *Chú ý:* Cũng có thể đem cao nấu đặc, chế thành rượu thuốc viên, to như hạt đỗ xanh. Mỗi ngày uống 30 viên hoà với rượu ấm.

### **Rượu Thược dược ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ huyết dưỡng tâm, chữa bệnh phụ nữ kinh huyết quá nhiều, tim đập không yên, kèm nhiều khí hư đỏ trắng.

\* *Phối phương:* Thược dược; Hoàng kỳ; Sinh địa hoàng mỗi thứ 30g; Ngải diệp 30g.

\* *Cách chế:* Đập nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho rượu trắng trong 5 lít ngâm 1 ngày là có thể dùng được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý trước bữa ăn.

\* *Chú ý:* Trong những ngày hành kinh không được uống nhiều.

## **Rượu Tảo nhân dưỡng tâm ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu:* Nuôi gan thận, điều thuận huyết khí, bổ hư bài tà, chữa phong tê thất lung đầu gối, da dễ không lạnh, hoặc hạ chú, đi lại khó khăn. Uống lâu mất bệnh chóng quên, ích tâm khí, đầu óc tỉnh táo, mắt tinh, định thần hồn.

\* *Phôi phương:* Hoàng kỳ; Toan tảo nhân; Quất canh; Phục thần; Khương hoạt; Thạch xương bồ; Viễn chí; Xuyên cung; Ngưu tất; Thục địa hoàng; Tỉ giải; Thung dung; Bào phụ tử; Thạch hộc mỗi thứ 30g; Phòng phong; Linh dương giác mỗi thứ 15g.

\* *Cách chế:* Đập nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, đổ 10 lít rượu trắng trong vào ngâm kín. Mùa xuân hạ 3 ngày, thu đông 7 ngày sau là có thể dùng được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 1 chén to. Rượu uống được một nửa thì thêm rượu mới vào ngâm. Khi vị thuốc nhạt lấy bã ra, sấy khô tán thành bột, mỗi lần uống lấy 5g, pha với rượu.

\* *Chú ý:* Rượu này không những có thể dưỡng tâm can huyết để chữa hay quên, đồng thời có thể chữa chứng viêm khớp do phong thấp. Trong nguyên phương cổ có Hổ cốt 30g, cấm dùng bỏ đi, đối với công dụng dưỡng tâm bổ huyết không có ảnh hưởng lớn.

## **Rượu Kỳ bổ ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ tủy khiến người khỏe, chủ trị cho người bị hư tổn do phong lao.

\* *Phối phương*: Dầu vừng 1 cân; Ngưu tô 1 cân; Hồ ma nhân 250g; Mật 1 cân; Xị 1 cân; Thông bạch 30g; Rượu 1 lít.

\* *Cách chế*: Đổ dầu vào chảo đun cho sôi trước, rồi cho thông bạch (hành trắng) vào cho vàng; bỏ nước Tô mật xị ma nhân vào cho sôi rồi đổ rượu vào là được.

\* *Cách dùng*: Mỗi sáng uống 1 thìa, hoặc uống với rượu.

\* *Chú ý*: Người lạnh chân tay cổ thể thêm nước gừng sống 100g.

### **Rượu Cầu khởi bổ huyết ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ huyết dưỡng tâm. Trị ngũ tạng tà khí tiêu khát phong thấp não, khoẻ gân cốt, cường âm, lợi đại tiểu tiện, điền cốt tủy, tăng trưởng cơ bắp; phá trừ kết khí (khí ứ đọng), ngũ lao thất thương (ngũ tạng bị suy yếu thất khiếu bị tổn thương), khử thức ăn ứ đọng trong dạ dày, lợi tai mắt.

\* *Phối phương*: Cầu khởi căn 10 cân; Thu ma tử 3 cân; Hương xị 2 cân; Gạo nếp 10 cân; Sinh địa hoàng 10 cân.

\* *Cách chế*: Cầu khởi căn; Sinh địa hoàng, Thu ma tử mỗi thứ cho nước sắc riêng lấy nước. Lại đồ gạo nếp cho chín, đổ nước thuốc vào trộn đều, đợi nguội cho men rượu, đổ vào hũ ủ kín 3 tuần là lên men, lấy nước trong là được.

\* *Cách dùng:* hàng ngày uống tùy ý, không được say.

\* *Chú ý:* Khi uống kiêng ăn đồ sống dấm- gà, đồ mỡ nhờn.

### **Rượu Táo nhân an thần ("Thánh huệ phương")**

\* *Công hiệu:* An thần dưỡng tâm, trị mất ngủ.

\* *Phối phương:* Táo nhân 150g; Nhũ hương 60g; Mật 120g; Ngưu hoàng 3g; Gạo nếp 500g; Đan sa 15g.

\* *Cách chế:* Bỏ các loại thuốc vào mật và rượu, sắc trên lửa nhỏ đến như hồ loãng, đổ vào đồ đựng sạch cất giữ.

\* *Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn hâm ấm rượu pha 1 thìa uống.

\* *Chú ý:* Ngưu hoàng quý hiếm, thường dùng thành phẩm gia công nhân tạo. Đan sa không thể dùng nhiều. Để rượu thuốc ở trong tủ lạnh bảo quản tốt hơn.

### **Rượu Sa thảo căn ("Trửu hậu phương")**

\* *Công hiệu:* Thanh nhiệt dưỡng tâm. Chữa trong tâm có nóng lạ, buồn bã âu sầu.

\* *Phối phương:* Sa thảo căn 2 cân; rượu trắng trong 6 lít.

\* *Cách chế:* Thái nhỏ rễ sa thảo, sao om cho thơm, đựng vào túi vải, cho rượu vào ngâm là được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, uống trước bữa ăn. Khiến luôn có mùi rượu.

\* *Chú ý:* Nguyên phương sách cổ viết: “người không uống rượu, lấy 300g Sa thảo căn, 150g Quế tâm, 90g Vu đề, tán thành bột cho mật viên thành hoàn to như hạt trầu. Mỗi ngày uống 20 viên với nước gừng mật.

### **Rượu Tiểu bổ tâm ("Dư cư sĩ tuyển kỳ phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ huyết dưỡng tâm. Trị tâm khí hư. Tim đập hoảng hốt hay quên.

\* *Phối phương:* Thiên môn đông; Mạch môn đông; Can sơn dược mỗi thứ 200g. Thục can; Địa hoàng; Ngũ vị tử; Thạch xương bồ mỗi thứ 120g. Nhân sâm; Phục thần; Phục linh mỗi thứ 15g. Viễn chí; Quế quan; Địa cốt bì; Toan táo nhân; Long xỉ; Bạch tử nhân mỗi thứ 90g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong ở hũ sứ, 7 ngày sau là dùng được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày sớm tối, mỗi buổi uống 1 chén, tăng dần lượng.

\* *Chú ý:* Người phiền nhiệt không yên, bỏ vị Quế quan.

### **Rượu Bình bổ chấn tâm ("Vĩnh loại kiếm phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ huyết an thần. Trị tâm khí không đủ, chí ý bất định, tinh thần hoảng hốt, đêm mê ác mộng, chân tay mỏi mệt.

\* *Phối phương:* Toan táo nhân; Bạch phục linh;

Ngũ vị tử mỗi thứ 60g; Nhục quế; Nhân sâm; Viễn chí; Cam thảo mỗi thứ 30g; Mạch môn đông; Phục thần; Xa tiền tử; Thiên môn đông; Long xỉ; Thục địa hoàng mỗi thứ 90g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 10 ngày sau có thể dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi sáng uống 3 chén con.

\* *Chú ý*: Uống thường xuyên ích tinh tuỷ, dưỡng khí huyết, nhan sắc sáng sủa.

### **Rượu Long xỉ ("Trực chỉ phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ hư ích khuyết, thu hồi tâm khí. Chữa trị ngổ ngẩn u mê, thần chí không yên ổn, mất ngủ, hay quên mộng du.

\* *Phối phương*: Long xỉ 60g; Bạch phục linh; Đương qui; Tử thạch anh; Nhân sâm; Phục thần; Hoàng kỳ; Bách tử nhân; Toan táo nhân; Nhục quế; Viễn chí; Thục địa hoàng; A giao mỗi thứ 30g; Chu sa 10g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm với 15 lít rượu trắng trong ở bình sứ, 5 ngày sau bỏ Chu sa nghiền thành bột vào là được.

\* *Cách dùng*: Uống vào trước bữa ăn, tuỳ ý, không say thì tốt.

\* *Chú ý*: Chu sa không thể dùng nhiều; không nên uống nhiều hoặc uống lâu; cũng không thể dùng lửa luyện Chu sa, nếu không thì sẽ biến thành Thuỷ ngân, dễ xảy ra trúng độc.

### **Rượu Long cốt ("Thánh huệ phương")**

\* *Công hiệu:* ích huyết dưỡng tâm. Trị tâm khí thiếu, sợ bóng sợ gió, bi sầu hoảng hốt, tâm thần bất an.

\* *Phôi phương:* Long cốt; Thục địa hoàng mỗi vị 60g; Tử thạch anh; Xương bồ; Bạch phục thần; Bạch truật; Hoàng kỳ mỗi thứ 75g; Viễn chí; Quế tâm; Bào phụ tử; Xích tiểu đậu; Nhân sâm; Can khương; Phòng phong mỗi vị 30g. -

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, rây nhỏ làm tán, sắc với rượu uống.

\* *Cách dùng:* Trước khi vào bữa ăn lấy 6g tán, nấu với 1 chén rượu uống.

\* *Chú ý:* Thuốc tán không được dùng nhiều, nếu không sẽ sinh táo nhiệt, xích tiểu độc nên phải xào chín mới dùng.

### III- RƯỢU BỔ TRẮNG DƯƠNG CƯỜNG THẬN

#### Rượu Thiên Hùng ("Thánh tế tổng lực")

\* *Công hiệu:* Bổ thận khoẻ dương, điều hoà ngũ tạng lục phủ, da cốt tủy, làm cho cơ bắp khoẻ mạnh, ích gân cốt.

\* *Phối phương:* Thiên hùng, Tì giải; Phòng phong; Thố ti tử; Đỗ trọng; Hoàng hoa; Cúc hoa; Thạch斛; Sinh can địa hoàng; Địa cốt bì; Xuyên đoạn; Kim nhạ; Thạch nam; Nhục Thung dung; Thục Tiêu mỗi thứ 30g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, 14 ngày sau có thể sử dụng được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày uống theo lượng có thể tiếp nhận. Rượu giảm một nửa thì thêm rượu mới vào.

\* *Chú ý:* Thiên hùng qua bào chế hãy dùng, nếu không có loại thuốc này có thể thay thế bằng Ô đầu. Người già uống nên thận trọng, không thể uống nhiều.

### **Rượu Đổ trọng ích thận ("Thánh huệ phương")**

\* *Công hiệu:* Ôn dương ích thận, tâm hàn thông kinh lạc. Trị thận hư lạnh, hoặc cảm hàn thấp, lưng chân tê lạnh hoặc đau.

\* *Phối phương:* Đổ trọng; Can khương; Tì giải; Khương hoạt; Thiên hùng; Thục tiêu; Quế tâm; Phòng phong; Tần giao; Cửu cam thảo mỗi thứ 90g; Tế tân; Thạch斛; Xuyên đoạn; Ngũ gia bì; Địa cốt bì; Cát canh mỗi thứ 25g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, dùng 10 lít rượu, đổ vào trong hũ sứ ngâm kín. Lấy nước đổ vào nồi nấu hũ này sôi (cách thủy) 4 giờ là được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén.

\* *Chú ý:* Thiên hùng phải bào chế; rượu này không thể uống nhiều; người âm huyết thiếu, khi uống nên thận trọng. Nếu không dễ dẫn đến cước nội hỏa.

### **Rượu Ba kích thiên ("Thánh huệ phương")**

\* *Công hiệu:* Khoẻ thận dương, gân cốt. Chữa thận suy lưng chân co gấp yếu.

\* *Phối phương:* Ba kích thiên; Khương hoạt; Đương qui; Thạch斛; Thục tiêu; Sinh khương mỗi thứ 60g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, dùng 5 lít rượu bỏ vào bình sứ ngâm kín, lấy nước đun sôi (cách thủy) bình này 4 giờ là được.

\* *Cách dùng*: Uống tùy ý, mỗi lần 1 chén, thường có mùi rượu.

\* *Chú ý*: Nếu mùi Khương tiêu của rượu nặng khó uống, có thể thêm chút đường phèn hoặc táo tàu với lượng vừa phải ngâm cùng.

### **Rượu Ôn dương khử hàn ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu*: Ôn dương khử hàn (làm ấm dương khử trừ lạnh), khoẻ gân cốt.

\* *Phối phương*: Thạch斛 150g; Ngưu tất 30g; Đỗ trọng 60g; Đan sa 30g; Quế tâm 90g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, đổ vào trong bình sứ ngâm với 6 lít rượu, bịt kín, lấy nước đun (cách thủy) bình này sôi 4 giờ là được.

\* *Cách dùng*: Không hạn giờ giấc, uống mỗi lần 1 chén ấm, thường giống như say. Rượu giảm một nửa thì thêm rượu mới vào bình ngay.

\* *Chú ý*: Không ăn vụ di. Không nên uống quá nhiều.

### **Rượu Thố ti Ngưu tất ("Trửu hậu phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ thận dương. Trị đầu gối, chân tích lạnh, tê lâu thiếu sức lực.

\* *Phối phương*: Thố ti tử; Ngưu tất mỗi thứ 30g.

\* *Cách chế*: Đổ thuốc vào trong đồ đựng ngâm, đổ rượu ngập thuốc khoảng 1 tấc, 3 ngày sau lấy thuốc ra, sấy khô tán thành bột, lại uống với rượu đã ngâm trước.

\* *Cách dùng:* Lấy rượu ngâm trước, cho chút ít muối ăn vào, mỗi lần uống với 10 bột thuốc.

\* *Chú ý:* Có thể tăng lượng rượu và thuốc theo tỉ lệ, chế nhiều uống lâu.

*Lại phương:* Ích trượng phu hưng dương, điều chỉnh lạnh của thất lưng đầu gối. Dùng 500g Sâm dương hoắc, 5 lít rượu, ngâm 3 ngày là uống được.

### **Rượu Thuỷ lục nhị tiên ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu:* Bổ nguyên dương. Trị thận hư rỉ dục di tinh.

\* *Phối phương:* Kim anh tử; Khiếm thực nhục mỗi thứ 500g.

\* *Cách chế:* giã vụn Kim anh tử cho vào bình hấp chín, lấy ra cho rượu sắc bằng lửa nhỏ thành cao. Khiếm thực đánh thành bột cho vào cao, cùng chế thành thuốc viên to như hạt trấu.

\* *Cách dùng:* Trước bữa ăn uống 20 viên với rượu.

\* *Chú ý:* Trong dân gian thích dùng 1 vị Kim anh tử ngâm rượu, lượng uống không hạn chế, nếu hấp chín chế thành cao dùng, tác dụng bổ dương của thuốc tăng nhiều.

### **Rượu cố thoát ("Nguy thị phương")**

\* *Công hiệu:* Hồi dương cố thoát, trị chứng thoát dương.

\* *Phối phương:* Quế chi 60g; rượu ngon 1/2 lít.

\* *Cách chế:* Bỏ quế chi vào trong rượu, sắc bằng lửa nhỏ đến khi rượu còn lại một nửa là thành.

\* *Cách dùng:* Để ấm, chia làm 2 lần uống.

\* *Chú ý:* Thoát dương, tức dương khí đại suy, khi phát bệnh mồ hôi đầm đìa, toàn thân mệt không có sức, sợ rét chân tay lạnh toát, môi xanh tím muốn ngất xỉu.

*Lại phương:* Trị thoát dương, dùng Thông bạch liên tu 7 nhánh, nghiền nhỏ trong sa bồn, cho vào 1 lít rượu ngon sắc đến khi còn lại nửa lít. Chia làm 3 lần uống, dương khí hồi ngay. Sinh khương 60g, thái nhỏ nghiền, sắc với rượu uống cũng có hiệu quả. Vẫn xào Thông bạch hoặc muối chườm huyết khí hải dưới rốn, chỗ dùng khí lạnh.

### **Rượu Thiên kim từ thạch ("Thiên kim phương")**

\* *Công hiệu:* Tráng dương ích khí, chữa trượng phu hư lao lạnh khí, đau trong xương, dương khí không đủ. Dương khí thượng nghịch (lên ngược). Một phương chữa đau nóng.

\* *Phối phương:* Từ thạch; Thạch hộc; Trạch tả; Phòng phong mỗi thứ 150g; Đỗ trọng; Quế tâm mỗi thứ 120g; Thiên hùng; Tang ký sinh; Thiên môn đông; Hoàng kỳ; Thạch nam mỗi thứ 60g; Cầu tích 250g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho 10 lít rượu trắng trong ngâm 7 ngày là dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 3 chén con, tăng dần lượng.

\* *Chú ý*: Cũng có thể ngâm riêng Từ thạch uống. Thiên hùng nên pha uống. Không được uống nhiều, người nóng thì giảm bớt lượng uống.

### **Rượu Nhũ thạch ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu*: Cực bổ nguyên dương, thông suốt huyết mạch, trị hư tổn.

\* *Phối phương*: Chung nhũ; Thạch học; Thung dung mỗi thứ 150g; Phụ tử; Cam cúc hoa mỗi thứ 90g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, đổ vào trong bình, cho 6 lít rượu trắng trong vào ngâm. 7 ngày sau là dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén, tăng dần lượng.

\* *Chú ý*: Người già sức yếu và phụ nữ nên pha Phụ tử uống. Phụ tử dùng sống rất độc, không thể uống quá. Thấy miệng tê phải dừng ngay.

## IV. RƯỢU BỔ ĐIỀU HOÀ TÍNH CÔNG NĂNG

### **Rượu Lộc nhung ("Bản thảo cương mục")**

\* *Công hiệu:* Khoẻ dương nhiếp tinh. Trị liệt dương, đi tiểu nhiều lần, di tinh.

\* *Phối phương:* Lộc nhung 30g, Sơn dược 120g.

\* *Cách chế:* Thái nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm với 2 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là dùng được.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày sớm, tối, mỗi buổi uống lượng vừa phải. Uống đến đâu thêm rượu mới vào bình ngâm đến đấy.

\* *Chú ý:* Sau khi uống rượu thuốc này cấm ăn củ cải trắng sống, nhưng sau khi uống mà thấy nóng, có thể ăn củ cải để giải.

### **Rượu Hưng dương ("Trừu hậu phương")**

\* *Công hiệu:* Ích trượng phu, hưng dương điều chỉnh lạnh của chân, đầu gối.

\* *Phối phương:* Dâm dương hoắc 200g, rượu trắng trong 2 lít.

\* *Cách chế*: Thuốc ngâm trong rượu, sau 3 ngày thì dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 1 chén.

\* *Chú ý*: Trong phương cổ có thể thêm Câu kỷ tử, Đường phèn.

### **Rượu Dương thận ("Bản thảo cương mục")**

\* *Công hiệu*: Ấm thận bổ dương. Trị thận khuy đau lưng, thiếu tính dục.

\* *Phối phương*: Thận dê sống 2 đôi; Lộc nhung 15g; Đại hồi hương 15g; Thố tì tử 30g.

\* *Cách chế*: Tán 3 vị cuối thành bột, rửa sạch thận dê thái nhỏ, ngâm các thứ với 4 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là có thể dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống lượng vừa phải.

\* *Chú ý*: Không thể uống quá lượng. Cấm ăn củ cải sống.

### **Rượu Tiên mao ("Bản thảo cương mục")**

\* *Công hiệu*: Ấm thận khoẻ dương. Trị tinh khí hư hàn, liệt dương, đầu gối yếu, chân đau tê chập chạp, bệnh của các loại hư.

\* *Phối phương*: Tiên mao 100g; rượu trắng trong 2 lít.

\* *Cách chế*: Thái nhỏ Tiên mao tươi, ngâm vào trong nước đậu đen 1 tối, lấy ra dùng rượu trắng

trong trộn đều cho ngâm 9 hấp 9 phơi (hấp 9 lần, phơi 9 nắng) rồi cho vào rượu ngâm, 7 ngày slitslaf dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi buổi sớm tối, uống 1 chén.

\* *Chú ý*: Người âm hư hoá vượng kỵ uống.

\* *Lại phương*: Chủ trị nội hư, bổ cốt tuỷ, trị liệt dương, tục tuyệt thương.

Dùng lọc cốt 200g, ngâm với rượu trắng trong, uống theo khả năng chịu được trước mỗi bữa ăn.

### **Rượu Cầu cốt thận ("Bản thảo cương mục")**

\* *Công hiệu*: Ấm thận khoẻ dương. Trị hư tổn lao lực, liệt dương tinh suy, eo - đầu gối yếu, đại bổ ích người.

\* *Phối phương*: Thận hải cầu 1 đôi, rượu trắng 2 lít.

\* *Cách chế*: Ngâm thận Hải cầu vào rượu là được.

\* *Cách dùng*: Mỗi sáng uống 1 chén con.

\* *Chú ý*: Không nên uống nhiều, nếu không thì sinh hư nhiệt.

### **Rượu Nam đẳng ("Bản thảo cương mục")**

\* *Công hiệu*: Chủ trị khí huyết, bổ suy lão, khởi dương, khoẻ eo chân.

\* *Phối phương*: Nam đẳng 120g, rượu trắng trong 2 lít.

\* *Cách chế*: Thuốc thái nhỏ, cho vào trong rượu ngâm 7 ngày là dùng được.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày uống 2 lần với lượng thích hợp.

\* *Chú ý*: Cũng có thể tán thuốc thành bột, mỗi lần lấy 5g đun với rượu uống.

### **Rượu Vạn an ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ hạ nguyên, khởi âm dương, an hồn định phách, hoà tan tiêu, phá tích tụ, thanh ngũ cốc, khoẻ xương nhẹ người, sáng mắt.

\* *Phối phương*: Nhục Thung dung 250g; Sơn dược; Ngũ vị tử mỗi thứ 80g; Đỗ trọng; Ba kích; Xích phục linh; mỗi thứ 90g; Ngưu tất; Trạch tả; Bạch phục linh; Thục địa hoàng; Dương qui; Sơn thù du mỗi thứ 60g.

\* *Cách chế*: Lấy nhục Thung dung 250g, cho rượu vào sắc om thành cao, lại tán nhỏ các vị thuốc còn lại thành bột, cho vào cao rượu, chế thành viên to như hạt trầu để hoà với rượu uống.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày 1 lần lấy 50 viên, hoà tan vào rượu uống.

\* *Chú ý*: Cũng có thể ngâm toàn bộ thuốc vào rượu, 7 ngày là được.

### **Rượu Ngọc đàn diên ("Thụy trúc đường")**

\* *Công hiệu*: Bổ thận ích tinh. Trị âm tổn hư lâu, dưới lạnh, đêm dậy nhiều lần, ẩm đản diên.

\* *Phối phương*: Thung dung; Thố ti tử; Ngưu

tất; Sơn dược; Thực địa hoàng; bào Ô dầu; Trạch tả; Nhân sâm; Dương qui; Quan quế mỗi thứ 30g.

\* *Cách chế*: Tán thuốc thành bột, cho lượng rượu trong vừa phải vào khuấy đều, chế thành viên to như hạt trấu.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày lấy 50 viên, pha với 1 chén rượu nóng uống.

\* *Chú ý*: Rượu này thích hợp cho trị bệnh giao hợp quá mức, thương hao đến thận tinh. \*

### **Rượu Ba kích thiên kim ("Thiên kim phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ nguyên dương. Trị hư còm dương đạo bất cử, ngũ lao thất thương bách bệnh.

\* *Phối phương*: Ba kích thiên; Ngưu tất; Câu khởi căn bì; Mạch môn đông; Địa hoàng; Phòng phong mỗi thứ 60g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, ngâm với lượng rượu vừa phải, 7 ngày sau là có thể được. Người sợ rét chân tay lạnh cho thêm Can khương- Quế tâm mỗi thứ 60g. Người hư lao nặng, thêm Ngũ vị tử. Thung dung mỗi thứ 60g. Người ướt âm hạ, thêm Ngũ gia bì căn; Thạch斛 mỗi vị 60g thì tốt. Bã thuốc phơi khô tán thành bột, uống với rượu thuốc này.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày uống tùy ý, khiến lúc nào cũng luôn có hơi rượu.

\* *Chú ý*: Mùa hè chớ uống. Không ăn đồ sống, cá, tỏi v.v...

### **Rượu Hồ lô ba ("Thánh tể tổng lục")**

\* *Công hiệu:* Khoẻ dương ích khí, ấm nguyên tạng, bổ hư thiếu, nhẹ thắt lưng, đầu gối.

\* *Phôi phương:* Hồ lô ba 15g; Hoài hương tử 90g; Vương qua; Ba kích thiên mỗi thứ 30g; Thương thuật 90g.

\* *Cách chế:* Sao chín Hoài hương tử, cùng với các vị thuốc tán thành bột, cho lượng rượu vừa phải và hồ mì vào trộn. Chế thành viên to như hạt trấu.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, lấy 20 viên pha với rượu uống.

\* *Chú ý:* Trị giao hợp quá mức, thương hao dương khí quá thịnh. Người âm khuy (thiếu) hư nhiệt cấm uống.

\* *Lại phương:* Lấy Lật dương (còn có tên Đáo dương) 2 cân, giã rây thành bột tán, ngâm với 5 lít rượu qua đêm, uống theo khả năng chịu được.

## V. RƯỢU BỔ HƯ ĐIỀU HOÀ TẠNG PHỦ

### Rượu Trầm hương ("Thánh tế tổng lực")

\* *Công hiệu:* Bổ hư trị khí, điều thuận Tam tiêu; Yên hoà tạng phủ.

\* *Phối phương:* Trầm hương 30g; Nhục đậu khấu; Quế tâm; Hậu phác; Mộc hương; Tân lang; Thanh quất bì; Ha lê lạc bì; Bạch truật; Đương qui; Nhân sâm; Bì bà diệp; Xuyên cung; Can khương; Nga thuật; Hoàng kỳ; Bạch phục linh; Thạch斛; Tiền hồ; Chỉ xác; Uất lý nhân; Tam lăng mỗi thứ 15g.

\* *Cách chế:* Tán nhỏ thuốc thành bột, sắc với rượu là được.

\* *Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn, lấy thuốc tán 15g, cho vào 1 chén rượu cùng với Sinh khương; Đại táo mỗi thứ 3 quả, sắc còn 7 phần, uống bỏ bã.

\* *Chú ý:* Cũng có thể ngâm các loại thuốc vào rượu, 7 ngày sau là được uống. Rượu này đặc biệt có công hiệu với điều hoà tì vị, làm cho ăn được.

### Rượu Thạch斛 dưỡng chân ("Thánh tế tổng lực")

\* *Công hiệu:* Điều hoà tạng phủ. Trị yếu chân

tạng nguyên khí, lạnh lửa vào trong, trong bụng có tiếng sôi, hay đi ngoài, ăn uống kém đi, hay buồn ngủ.

\* *Phối phương*: Thạch học 60g; Ngũ vị tử; Hoàng kỳ; Can địa hoàng; Trạch tả mỗi thứ 30g; Nhục thung dung 45g; Hạ lệ lạc bì; Sơn vu; Thương thuật mỗi thứ 15g.

\* *Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm vào 5 lít rượu trắng trong, 4 ngày sau là có thể dùng được.

\* *Cách dùng*: Trước bữa ăn uống 3 chén con.

\* *Chú ý*: Rượu này thiên về chữa thận- tử dương khuy hư, ăn uống không tiêu. Cũng có thể đem thuốc tán thành bột, cho rượu và bột mì vào trộn chế thành hoàn rượu to như hạt trấu. Mỗi lần lấy 20 viên, uống với rượu nóng.

### **Rượu Từ thạch ngọc chân ("Thánh huệ phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ âm hạ nguyên thủy tạng, cường ích khí lực sáng tai mắt, lợi eo chân, hiệu quả như thần.

\* *Phối phương*: Từ thạch 300g; Nhục thung dung; Mộc hương. Bồ cốt chi; Tân lang; Đậu khấu; Xà sàng tử mỗi thứ 60g.

\* *Cách chế*: Lửa to đốt Từ thạch cho đỏ, cho vào dấm nhúng 7 lần, rồi nghiền nhỏ thủy phi, lại lấy 1 lít rượu ngon sắc nó. Các loại thuốc khác tán thành bột, đổ vào rượu sắc Từ thạch, chế thành viên to như hạt trấu.

\* *Cách dùng:* Mỗi sáng lấy 30 viên thuốc pha với rượu nóng uống.

\* *Chú ý:* Rượu này lấy điều chỉnh âm dương tạng phủ là chính, đồng thời có thể điều hoà tì vị, để giúp cho vận hoá. Người thiếu âm tính khi uống cần thận trọng.

### **Rượu Điều trung ("Kinh tế tổng lục")**

\* *Công hiệu:* Tán túc lạnh, điều tạng khí, trị bệnh đau lưng đau đầu gối.

\* *Phối phương:* A ngụy; Hậu phác; Thảo đậu khấu; Bạch phụ tử mỗi thứ 30g.

\* *Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào 10 lít rượu trắng trong ngâm, sau 7 ngày, lấy bã thuốc ra hong trong râm cho khô tán nhỏ thành bột, trộn mật vào chế thành viên to như hạt trấu.

\* *Cách dùng:* Mỗi ngày trước bữa ăn uống 1 chén rượu thuốc với 20 viên bã thuốc.

\* *Chú ý:* Bạch phụ tử có độc, không thể uống nhiều.

### **Rượu Thiên chân ("Kinh nghiệm lương phương")**

\* *Công hiệu:* Điều hoà gan tì, nuôi tinh huyết. Trị mất máu, cơ thể gầy guộc, ăn không vào, không đi được, chân tay teo, khí huyết khô héo.

\* *Phối phương:* Thịt dê 7 cân; Đường qui 150g; Nhục thung dung; Sen dực mỗi thứ 500g; Thiên

môn đông 250g; Hoàng kỳ 120g; Nhân sâm 30g; Bạch truật 60g.

\* *Cách chế*: Bỏ 4 vị thuốc trước vào trong thịt dê bó chặt, cho vào 6 lít rượu nấu, rượu cạn lại đổ thêm cho đến khi thịt nhừ như đất. Rồi tán 3 vị thuốc cuối thành bột bỏ vào trong rượu thịt dê đã nấu trước khuấy đều chế thành viên to như hạt trầu.

\* *Cách dùng*: Mỗi ngày sớm, tối mỗi buổi lấy 30 viên pha với 1 chén rượu uống.

### **Rượu Ninh chí ("Phổ tế phương")**

\* *Công hiệu*: Bổ hư ích khí, nuôi dưỡng vinh vệ, khiến cơ bắp người đầy đặn, nhan sắc hồng hào, tâm trí bình yên.

\* *Phối phương*: Thần sa; Xương bồ mỗi thứ 60g; Bạch truật; Hoàng kỳ; Phục thần mỗi thứ 90g; Nhân sâm; Lộc nhung mỗi thứ 15g.

*Cách chế*: Cán nhỏ thuốc, cho vào túi vải, cho vào 8 lít rượu trắng trong ngâm 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng*: Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 3 chén con

*Chú ý*: Rượu này điều hòa tim, nuôi máu là chính. Thần sa có độc, không thể uống nhiều.

## VI. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG BỆNH LÂU NGÀY

### **Rượu Thược dược (Thánh tế tổng lục).**

*Công hiệu:* Dưỡng can huyết. Trị gan lao không đủ, bổ hư.

*Phối phương:* Thược dược, Mẫu đơn bì, Kinh giới tuệ mỗi thứ 25g, Thục can địa hoàng, Hoàng kỳ, Cửu cam thảo, Bạch phục linh, Thanh sương tử, Phòng phong, Sơn ngưu tử, Bạch phụ tử mỗi thứ 45g, Tế tân 15g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc như vừng, sắc với rượu là được.

*Cách dùng:* Uống trước bữa ăn. Lấy tán 5g, sắc với rượu uống.

*Chú ý:* Bạch phụ tử có độc, dùng sống không thể uống nhiều.

### **Rượu Giải loan (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Nuôi gan giãn gân. Trị gan hư lao tổn, khớp đau, gân mạch co giật

*Phối phương:* Can khương, Xuyên cung, Địa cốt

bì mỗi thứ 60g, Bạch truật, Chư tiêu cần, Ngũ gia bì mỗi thứ 75g, Chỉ xác, Thược dược, Đan sâm, Thục can địa hoàng, Sài hồ, Câu khởi tử mỗi thứ 120g.

*Cách chế:* Tán thuốc nhỏ như vừng, đựng vào túi lụa sinh quyền, ngâm vào 10 lít rượu, 4 ngày sau mở ra dùng.

*Cách dùng:* Mỗi ngày trước bữa ăn uống 1 chén.

*Chú ý:* Rượu này chủ trị gan hư, máu không nuôi gân, phong thấp lâu ngày, khớp đã biến hình.

### **Rượu bổ tâm môn đông (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Bổ dưỡng tâm huyết. Trị tâm lao nhiều, đập thất thường. Tâm khí không đủ.

*Phối phương:* Mạch môn động, Thạch xương bồ, Viễn chí, Thiên môn đông, Thục can địa hoàng mỗi thứ 45g, Nhân sâm, Bạch phục linh, Hoàng liên mỗi thứ 30g, Quế tâm 15g, Thăng ma 20g

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho 5 lít rượu trắng trong ngâm thuốc, 5 ngày sau có thể mở bình uống.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống lượng vừa phải, uống đến đâu thêm rượu mới vào bình ngâm đến đó, vị rượu nhạt đối thuốc ngay

*Chú ý:* Không nên uống nhiều, nếu không tìm đập nặng hơn.

### **Rượu Điều dưỡng phục linh (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Bổ thận, điều hòa ngũ tạng. Trị nội

thương ngũ tạng, khổ về phong lạnh, eo, cột sống đau dữ, ho hơi ngược lên, ngày càng gầy còm, hoặc miệng lưỡi khô nóng, hoặc chảy nước rãi, hoặc nằm mê man xuất tinh, thở ngắn, cơ thể phù thũng. Khí tắc ở sườn ngực, đông thu 3 tháng nên uống nó

**Phối phương:** Bạch phục linh, Phòng phong, Quế tâm, Bạch truật, Tế tân, Sơn thù du, Sơn dược, Trạch tả, Phụ tử, Can địa hoàng, Tử uyển, Ngưu tất, Thục dược, Đan sâm, Hoàng kỳ, Sa sâm, Can khương, Huyền sâm, Nhân sâm, Khô sâm, Độc hoạt mỗi thứ 60g

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau mở ra dùng.

**Cách dùng:** Uống trước mỗi bữa ăn, uống đến đâu thêm rượu mới vào đến đó.

**Chú ý:** Rượu này có thể điều lý nhiều loại bệnh mãn tính, như bệnh tim, viêm khí quản mãn tính, viêm thận mãn tính, trúng gió liệt nửa, lao tổn v.v... Phụ tử nên bào chế rồi hãy dùng.

### **Rượu Tứ quý thông bổ (phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Bổ tinh huyết, điều hoà phủ tạng, trị bệnh hư tổn lao lực ốm lâu.

**Phối phương:** Bạch phục linh, Chung nhữ, Vân mẫu phần, Thạch斛, Xương bồ, Bách tử nhân, Thố ti tử, Tục đoạn, Viễn chí, Đỗ trọng, Thiên môn đông, Ngưu tất, Ngưu vị tử, Thạch tả, Cam cúc hoa, Xà sàng tử, Sơn dược, Sơn thù du, Bào thiên hùng,

Thạch vi, Can địa hoàng, Thung dung mỗi thứ 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là có thể dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén

*Chú ý:* Không ăn thịt dê, cá chép, vu đề, không nên uống nhiều.

### **Rượu Bỏ chân bình tính (Ngự dược viện phương)**

*Công hiệu:* Có thể tiếp chân dưỡng khí, kiện tì ích vị, thăng giáng âm dương, điều thuận tam tiêu, uống thường xuyên lợi nhiều cho lồng ngực, tiêu hóa tốt, tính tình bình hòa không nóng nảy.

*Phối phương:* Trâm hương, Đinh hương, Đàn hương, Bạch đậu khấu mỗi thứ 30g, Nhục thung dung, Ngưu tất, Ba kích thiên, Bạch truật mỗi thứ 15g, Bỏ cốt chi 30g, Mộc hương, Hương phụ tử, Thanh bì mỗi thứ 60g, Khương hoàng, Mật dược, Túc sa nhân mỗi thứ 30g, Bào phụ tử 20g, Xuyên sơn giáp, Quế tâm mỗi thứ 15g, Can sơn dược 20g, Hồi hương, Nhũ hương mỗi thứ 15g, Cam thảo 60g, Thương thuật 90g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào hũ sứ đồ 10 lít rượu trắng trong vào ngâm 5 ngày, lại lấy thuốc ra chế thành viên với mật, viên to như hạt trâu.

*Cách dùng:* Trước bữa ăn lấy 50 viên thuốc, uống với rượu thuốc.

**Chú ý:** Người âm hư nóng trong, khi uống cần thận trọng.

### **Rượu Đậu khấu (Thánh tế tổng lục)**

**Công hiệu:** Chuyên bổ hư, ăn được, chính tì nguyên.

**Phối phương:** Nhục đậu khấu, Tân lang, Quế tâm, Thanh bì, Bán hạ, Bào phụ tử, Can khương mỗi thứ 30g, Bạch truật 60g, Tam lăng 45g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng, 7 ngày sau mở ra dùng.

**Cách dùng:** Uống trước mỗi bữa ăn 2 chén.

**Chú ý:** Rượu này ôn nhiệt, rất công hiệu với trị loại bệnh tì dương không đủ.

### **Rượu Bổ cốt chi (Bác tế phương)**

**Công hiệu:** Có thể bổ ích tinh tuỷ, ôn trung hạ khí, yên ngũ tạng, lợi eo chân, trừ khí lạnh bàng quang, đau nhói ở rốn sườn do khí lạnh, và trị tì thận hư lạnh, khí công tiêu trãng, đại bổ ích ăn uống ngon miệng.

**Phối phương:** Bổ cốt chi, Hồ lô ba, Hoài hương tử, Tân lang. Giản thực, Ba kích thiên, Tam lăng, Thanh bì mỗi thứ 30g, Chỉ xác, Tất bát, Bào phụ tử, Tất trùng gia, Mộc hương, Đinh hương, Quế tâm mỗi thứ 15g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau lấy bã ra tán thành bột.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén rượu ngâm, phụ nữ thì nửa chén nước nửa chén rượu ngâm. Lấy thêm 5g thuốc bột hâm rượu uống.

*Chú ý:* Phụ nữ trong kỳ hành kinh dùng uống. Phụ nữ có thai không được uống. Rượu này nóng, người thịnh hư nhiệt cấm dùng.

## VII. RƯỢU BỔ SINH TÓC - TÓC ĐEN

### **Rượu Nhất tuý ô (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Sinh tóc, đen tóc, uống nó đến say, tóc 3 ngày đen.

*Phối phương:* Hà lê lặc 10 quả, nước Sinh địa hoàng 300g, Mật thạch tử 30g, Lục phen 15g, Toan thạch lựu 3 quả, Nạo sa 5g.

*Cách chế:* ép Toan thạch lựu lấy nước bỏ bã, các loại thuốc cùng với nước cho vào bình sứ ngâm, bịt kín miệng bình 40 ngày sau lấy ra, dạng hạ tử của nó như mai đen.

*Cách dùng:* Trước khi đi nằm ngâm 1 quả nuốt nước, uống với 1 chén rượu, qua một khoảng thời gian lại uống rượu, dùng đến mức vừa say, không thể nôn.

*Chú ý:* Kiêng ăn hành sống, tỏi. Một phương khác có Lưu hoàng 3g, không có Mật thạch tử.

### **Rượu Đen tóc (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khiến tóc trắng biến thành đen.

*Phối phương:* Hoè tử 15g, Hạng liên thảo, Sinh địa hoàng mỗi thứ 30g

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, bỏ vào 1 bình rượu, bịt kín miệng bình ngâm 20 ngày là được.

**Cách dùng:** Lấy rượu uống say, tỉnh dậy tóc đen hết.

**Chú ý:** Trong nguyên văn nói: "Sợ người không tin, đem gà trắng, chó trắng ra cho uống, lông gà trắng, chó trắng đều biến thành đen đấy".

### **Rượu Hoè giác ô phát (Đức sinh đường)**

**Công hiệu:** Làm đen râu tóc.

**Phối phương:** Cẩu khởi tử, liên tử tâm, Hoè giác tử, Sinh địa hoàng mỗi thứ 120g

**Cách chế:** Bỏ thuốc vào trong 5 lít rượu ngâm, Xuân 5, Hạ 3, Thu 7, Đông 10 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống tùy ý, 7 ngày sau uống hết. Say khướt thì kiến hiệu.

**Chú ý:** Rượu này thích hợp với người tình khuy huyết thiếu, lông tóc khô.

### **Rượu Ngũ tinh ô phát (Ngự dược viện phương)**

**Công hiệu:** Tóc trắng trở lại đen, răng rụng thay mới, trị vụn bệnh.

**Phối phương:** Hoàng tinh 120g, Thiên môn đông, Tùng diệp, Bạch truật, Cẩu khởi tử mỗi thứ 150g.

**Cách chế:** Bỏ thuốc vào trong 10 lít rượu, ngâm 7 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống tùy thích, không được say.

**Chú ý:** Cách chế của nguyên phương là: "Nếu toàn dùng thuốc sống thì cho vào nồi, đổ 3 đũa nước, đun 1 ngày, bỏ bã, lấy nước cả váng trên mặt, nếu theo cách lên men rượu của gia đình, thì rượu chín lấy nước trong". Ở đây xin tóm lược cung cấp tham khảo.

### **Rượu Tiểu địa hoàng (Thánh tế tổng lục) -**

**Công hiệu:** Có thể bình bổ ích nhan sắc, đen râu tóc, khiến người béo khỏe.

**Phối phương:** Sinh địa hoàng 3 cân, Lộc giác giao 150g, Tía tô tử 90g, Tô 120g, Sinh khương 60g, Mật 250g.

**Cách chế:** Giã Sinh địa hoàng vắt lấy nước, lấy lửa nhỏ sắc sôi, rồi với 2 lít rượu nghiền tía tô tử lọc lấy nước đổ vào, lại sắc sôi, cho lộc giác vào hoà tan hết, cuối cùng bỏ tô, mật, khương chấp vào cùng sắc đến đặc như súp, đựng vào trong đồ đựng sạch.

**Cách dùng:** Mỗi lần uống 1 thìa, hâm rượu nóng pha với thuốc rồi uống, không kể thời gian.

**Chú ý:** Thích hợp với người âm huyết thiếu, lông tóc thưa thớt.

### **Rượu Tứ chế thương thuật (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Đen râu tóc, hạ bổ đan điền.

**Phối phương:** Thương thuật 500g, Xuyên tiêu,

Tiểu hồi hương, Phá cố chỉ, Xuyên giản, hà thủ ô, Bạch phục linh mỗi thứ 120g.

**Cách chế:** Dùng rượu ngâm Thương thuật trước, rồi vớt ra sấy khô, cùng với các vị thuốc còn lại tán nhỏ thành bột, cho vào lượng vừa phải rượu và bột mì, chế thành viên thuốc to như hạt trấu.

**Cách dùng:** Trước mỗi bữa ăn lấy 50 viên, dùng rượu ngâm Thương thuật hòa với thuốc để uống.

**Chú ý:** Nguyên phương khi chế Thương thuật, đem Thương thuật chia làm 4 phần, 1 phần ngâm rượu, 1 phần ngâm nước tiểu trẻ em, 1 phần ngâm nước gạo, 1 phần ngâm nước muối, tức gọi là "Tứ chế".

### **Rượu Trạch lan sinh phát (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Tóc đen, tóc không bạc.

**Phôi phương:** Tế tân, Tục đoạn, Tào giáp, Bạch nam thảo, Trạch lan, Hậu phác, Ô đầu, Mãng thảo, Bạch truật mỗi thứ 60g, thực tiêu 250g, Hạnh nhân 200g mỡ lợn 2 cân.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, ngâm rượu 1 đêm, cho mỡ lợn vào đun, cao thành bỏ bã.

**Cách dùng:** Nhổ tóc bạc đi trước, sáng sớm bôi thuốc cao lên đầu là được.

**Chú ý:** Đây là cao rượu dùng ngoài, không thể uống. 2 giờ sau khi bôi gội sạch đầu, ngày hôm sau lại bôi... 10 ngày kiến hiệu.

## **Rượu Hắc châu cao (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Giữ nhan sắc, khiến râu tóc đen.

*Phối phương:* Liên tử thảo 250g, Hạnh nhân 500g, Thục địa 500g

*Cách chế:* Cho cả 3 vị thuốc vào cối giã thành cao. Bảo quản trong bình sứ.

*Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn lấy cao khoảng 15g, cho vào 1 chén rượu dầm đều, ngâm 2 giờ rồi uống.

*Chú ý:* Có thể cho cao vào trong rượu, khi uống khuấy đều rồi uống.

\* *Lại phương:* Thiên môn đông 500g, Thục địa hoàng 500g. Dem thuốc giã thành cao, cho mật vào chế thành viên thuốc to như hạt trấu. Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần lấy 30 viên pha với rượu uống.

\* *Lại phương:* Sinh địa hoàng 2 cân, Xuyên căn 1 cân. Giã nát Sinh địa hoàng vắt lấy nước, thái nhỏ rễ Xuyên cho nước sắc lấy nước Xuyên, đổ 2 thứ nước vào nhau sắc lửa nhỏ thành cao, đựng vào đồ sứ. Mỗi ngày 3 lần lấy nửa thìa cao, cho vào 1 chén rượu hâm nóng uống.

## VIII. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH VẮNG ĐẦU, ĐAU MÌNH

### **Rượu Thiên ma đầu hơn (Ngự dược viện phương)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết ích khí. Trị các loại bệnh phong đầu, mắt, eo chân gân cốt, ích huyết thêm sức lực.

*Phối phương:* Đan sâm, Thiên ma, Quế tâm, Ngưu tất, Bạt khấp, Nhân sâm mỗi thứ 60g, Linh dương giác, Đỗ trọng, Xuyên cung, Ý dĩ nhân, Nam tiêu mỗi thứ 15g, Ngũ gia bì 250g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào 8 lít rượu trắng trong ngâm, ủ kín. Sau 6 ngày là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy lượng khi đói bụng, khiến người luôn có hơi rượu, uống bao nhiêu thêm rượu mới vào bình ngâm bấy nhiêu, vị thuốc nhạt thì thay thuốc.

*Chú ý:* Trong nguyên phương có Hồ cốt 250g, vì cấm dùng nên thay bằng Ngũ gia bì.

### **Rượu Chỉ bì (Đắc hiệu phương)**

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc. Trị phong đầu, đau mình.

*Phối phương:* Chỉ thụ bì 2 cân, rượu 4 lít.

*Cách chế:* Thái nhỏ vỏ cây chỉ, cho vào rượu ngâm 1 đêm là có thể sử dụng được.

*Cách dùng:* Mỗi lần hâm nóng 1 chén to uống tùy lúc.

*Chú ý:* Dạ dày bị tổn thương, có thể thêm thích đáng táo tàu hoặc đường phèn

### **Rượu Ô niêm tử (Y phương loại tỵ)**

*Công hiệu:* Thanh lợi đầu mắt. Trị vầng đầu hoa mắt, ngũ tạng hư, chân đầu gối tê lâu không có sức.

*Phối phương:* Ô niêm tử 250g, Cúc hoa 120g, thiên môn 500g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc ngâm vào 6 lít rượu, 5 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy khả năng, không được say.

*Chú ý:* Người yếu vầng đầu, chóng mặt thì dùng nhiều ô niêm tử, vầng đầu do phong thấp thì dùng nhiều cúc hoa. Đau mình là chính thì dùng nhiều thiên môn.

### **Rượu Ngưu tất căn (Y phương loại tỵ)**

*Công hiệu:* Ích tinh khí, bổ tủy, trị vầng đầu

chóng mặt, gân co rút đau, khu sạm mặt, làm cho da sáng mịn.

*Phôi phương:* Ngưu tất căn 2 cân, Đậu (đỗ) 2 cân, Sinh địa hoàng 2 cân.

*Cách chế:* Thái nhỏ thuốc, ngâm bằng 8 lít rượu, lại đem đậu rang chín, nhân lúc còn nóng bỏ vào rượu thuốc bịt kín bình ngâm 3 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tuý khả năng.

*Chú ý:* Không được say, kiêng ăn thịt trâu bò

*Lại phương:* Trị đau đầu do phong, đau mình 5 chặm 6 gấp: Dã xà chi (mỡ rắn hoang) 500g, luyện chín, lọc bỏ bã, mỗi sáng hâm nóng 1 chén rượu cho khoảng 15g mỡ rắn hoang vào hoà tan uống.

*Lại phương:* Trị huyết khí không thông lợi, co giật gấp đau: Lấy mỡ nhạn 120g, luyện chín, lọc bỏ bã, mỗi sáng lấy một thìa mỡ nhạn, hâm 1 ly rượu hòa với mỡ uống.

### **Rượu Uy linh tiên (Trứu hậu phương)**

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc, trị đau lưng, chân, mình lâu ngày không khỏi.

*Phôi phương:* Uy linh tiên 250g, rượu trắng trong 6 lít.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, ngâm vào rượu 10 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần. mỗi lần uống 2 chén con.

*Chú ý:* Rượu này, thích hợp nhất với trị các loại bệnh đau do phong thấp.

### **Rượu Dẫn phong (Liều sâm khả dụng phương)**

*Công hiệu:* Chỉ đau lợi thấp, trị đau phong, toàn thân phù.

*Phối phương:* Bào phụ tử, Chỉ thực, Trạch tả, Trần bì, Phục linh, Phòng phong, Cam thảo mỗi vị 30g, Đại đậu 150g (đậu nành).

*Cách chế:* Trước tiên lấy 3 lít rượu, 3 lít nước sắc Đại đậu, còn lại 4 lít đựng vào bình, lại tán thuốc thành nhỏ vụn ngâm vào nước đó, lại sắc nữa, còn lại 2 lít là được rượu thuốc.

*Cách dùng:* Chia rượu thuốc làm 3 phần, mỗi ngày uống 1 phần, 3 ngày uống hết là 1 liệu trình.

## IX. RƯỢU BỔ GIÚP CƯỜNG GÂN KIẾN CỐT (BỔ GÂN CỐT)

### **Rượu Ngũ gia bì (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Khoẻ gân cốt, hoạt huyết thông lạc. Trị gân hư cực, gân tê, hay lo nghĩ, nhan sắc trắng nhợt, tứ chi yếu, chân tay co giật, giờ chân tay ra lại vội co vào, bụng đau quặn.

*Phối phương:* Ngũ gia bì 100g, Ý dĩ nhân 30g, Chỉ thích 200g, Đại ma nhân 300g, Chư tiêu căn bì, Đan sâm mỗi thứ 80g, Can khương, Xuyên cung mỗi thứ 50g, Quế tâm, Đương qui, Cam thảo mỗi thứ 30g, Thiên hùng, Tần tiêu, Bạch tiểu bì, Thông thảo mỗi thứ 20g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào 8 lít rượu trắng ngâm trong 4-6 ngày là dùng được.

*Cách dùng:* Lúc đầu mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 2 chén con; sau đó có thể tăng dần lượng, không say là hơn.

*Chú ý:* Thiên hùng tức là Ô đầu không sinh Phụ tử, rất độc, nên lúc đầu không thể uống nhiều, nếu thấy miệng tê ngừng ngay.

## **Rượu Hổ cốt (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ máu gan, khoẻ gân cốt. Trị gan hư hàn bị tổn thương, miệng đắng, đau khớp đau xương, gân co rút, buồn bực.

*Phối phương:* Đan sâm 80g, Can địa hoàng 70g, Địa cốt bì, Can khương, Xuyên cung mỗi vị 40g, Ngũ gia bì 100g, Chư tiêu căn, Bạch truật, Chỉ thực mỗi vị 50g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm trong 5 lít rượu trắng trong, 4 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén con, có thể tăng dần lượng uống. Uống trước bữa ăn.

*Chú ý:* Nguyên phương có Hổ cốt 20g, vì cấm dùng, nên thay thế bằng Ngũ gia bì có thể lượng gấp đôi.

## **Rượu Ý dĩ nhân (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Nuôi gan mềm gân. Trị phong gan, co quắp không thể duỗi.

*Phối phương:* Ý dĩ nhân 250g, Ngưu tất 150g, Xích thực được, Tam táo nhân, Can khương, Thực phụ tử, Bạch tử nhân, Thạch斛 mỗi vị 90g, Cam thảo 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải ngâm trong 8 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý theo khả năng

tiếp nhận không say là tốt, sau mỗi lần uống bổ sung ngay rượu vào.

*Chú ý:* Phụ tử có độc, dùng chế phẩm bào là thích hợp. Rượu này có tác dụng an thần. Có thể trị bệnh u phiền mất ngủ.

### **Rượu Linh giác (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khoẻ gân cốt. Trị gan lao, đau khớp chi, gân mạch co rút.

*Phối phương:* Linh dương giác tiết, Toan táo nhân, Chư tiên căn mỗi thứ 30g, Ngũ gia bì 60g, Chỉ thực, Đan sâm, Xuyên cung, Quế tâm, Địa cốt bì mỗi thứ 30g, Sinh can địa hoàng 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, ngâm trong 4 lít rượu trắng trong, 7 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày trước bữa ăn hâm nóng 1 chén con uống.

*Chú ý:* Trong nguyên phương có Hồ cốt 150g, vì cấm dùng nên đã bỏ.

### **Rượu Can khương (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ thận, khoẻ gân cốt. Trị nội hư, ngồi không yên, hiếu động, tổn thương do khí lạnh xâm nhập tì.

*Phối phương:* Ngũ gia bì, Cẩu khởi bì mỗi thứ 150g, Can địa hoàng, Đan sâm mỗi thứ 80g. Thạch cao. Đỗ trọng mỗi thứ 150g. Can khương 40g, Phụ tử 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, ngâm trong 6 lít rượu trắng trong, 3 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, trước bữa ăn uống 2 chén con

**Chú ý:** Phụ tử có độc, dùng bào chế phẩm là hơn. Thuốc sống được tính mãnh liệt, lượng rượu uống không nên quá nhiều.

### **Rượu Tục đoạn (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Bổ thận tinh, khoẻ gân cốt, âm dương thông lạc. Trị phong độc lưu trú ở thận, co chân đau, đi đứng không có sức.

**Phối phương:** Tục đoạn, Thục địa hoàng, Xích tiễn, Thạch học, Phòng phong, Ngưu tất, Đan sâm, Quế tâm, Dương qui, Tì giải, Xuyên cung, Sao tảo nhân, Sơn thù du, Ngũ vị tử, Lâu hồ, Ngũ gia bì, Tiên linh tì, Bào phụ tử, Cốt toái bổ, Hải đồng bì, Nhục thung dung, Mộc hương mỗi thứ 30g, Kinh giới, Xuyên tiêu mỗi thứ 15g, Ô xà một con.

**Cách chế:** Cán nhỏ các vị thuốc, đựng vào túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là có thể dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, uống trước bữa ăn 1 chén con.

**Chú ý:** Trong nguyên phương có 60g Hồ kinh cốt. vì cấm dùng nên đã bỏ.

### **Rượu Ngưu tất (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Bổ thận khoẻ gân, khử phong thông lạc. Trị phong độc lưu trú ở thận, thắt lưng, đầu gối co giật đau.

*Phối phương:* Ngưu tất, Ý dĩ nhân mỗi vị 90g, Phòng phong, Độc hoạt, Sinh can địa hoàng mỗi thứ 60g, Dương qui, Sao táo nhân, Hoàng bách, Đan sâm, Quế tâm, Bào phụ tử mỗi thứ 60g, Đỗ đen 500g sao chín.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, ngâm vào 5 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là có thể sử dụng được.

*Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn hâm ấm 1 chén con uống.

*Chú ý:* "Phong độc lưu trú thận" là chỉ: "Dạng bệnh sốt rét hoặc đau, hoặc đầu mọc nhọt loét lở..."

### **Rượu Hải đồng (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, khử trừ phong thấp tê, teo tay chân, gân mạch giật, khớp xương đau không có sức, không đi lại được.

*Phối phương:* Hải đồng bì, Ngưu tất, Ngũ gia bì, Độc hoạt, Phòng phong, Đỗ trọng, Chỉ xác mỗi vị 60g, Sinh địa hoàng 80g, Bạch truật, Ý dĩ nhân mỗi thứ 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng trong 2 cái túi vải để trong 2 hũ sứ riêng mỗi hũ ngâm 15 lít rượu. Mùa xuân hạ ngâm 7 ngày, mùa thu đông ngâm 14 ngày là được uống.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 4 lần (ban ngày 3 lần, tối 1 lần) mỗi lần uống 1 chén to (khoảng 50g).

**Chú ý:** Rượu này chữa bệnh phong thấp lâu ngày, khớp xương đã biến dạng, hoặc người già gân cốt teo yếu là hợp.

### **Rượu Cự thắng (Thánh tế tổng lực)**

**Công hiệu:** Bổ thận kiện tì, thêm cơ bắp, khỏe xương. Trị phong thấp tê, đầu gối chân yếu, gân cơ giật đau gấp.

**Phối phương:** Sao cự thắng 200g, Ý dĩ nhân 100g, Sinh khương 20g, Địa hoàng 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng vào túi vải, cho vào 5 lít rượu trắng trong ngâm 3-7 ngày sau là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày trước khi ngủ uống 3 chén con.

**Chú ý:** Nguyên phương cự thắng dùng 1 thăng, rượu 2 đấu. Xin cung cấp tham khảo.

### **Rượu Độc hoạt (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Tráng eo bổ thận, hoạt huyết giãn gân. Trị eo chân lạnh tê. không có cảm giác đau.

**Phối phương:** Độc hoạt, Đương qui mỗi vị 30g, Đỗ trọng, Thục địa hoàng mỗi vị 60g. Đan sâm, Xuyên cung mỗi vị 50g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc. đựng vào túi vải, cho

vào bình sứ ngâm với 3 lít rượu trắng trong, bịt kín miệng bình, cho vào nồi nước đun sôi 2 giờ là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, với hơi say là tốt, người không biết uống rượu thì uống ít.

*Chú ý:* Nước đun bình rượu thuốc phải nhiều, đun khi đôi bằng lửa nhỏ.

### **Rượu Huân chung phương (Ngự dược viện phương)**

*Công hiệu:* Điều hòa gan tì, giãn gân thông lạc, trừ phong hàn. Trị thận khí suy thiếu, tỳ can tam kinh, bị hàn thấp dừng ở đùi đầu gối, khiến kinh lạc ứ tắc không thông, biến thành tê chân, nên phát đau. Thuốc này hòa vinh vệ, thông kinh lạc

*Phối phương:* Tiểu mạch phụ 20 cân, Tiểu tiêu 1 nắm, muối 1 nắm, rượu nửa lít, Thông bạch (hành củ) 3 nhánh to thái dài khoảng hơn 1 cm, Dấm không tính nhiều ít.

*Cách chế:* Trộn các loại thuốc với mạch phụ (cám mạch) ướt đậm đều là vừa, đặt trên bếp lửa sao cho thật nóng, đem chân bệnh hơ trên khói đó.

*Cách dùng:* Đặt thuốc nóng ở trên mền nằm, đặt chân bệnh ở khoảng không trên, trùm bằng chăn áo mỏng để hơi nóng thuốc xông chân, để ra mồ hôi khoảng hơn 1 giờ thì thôi.

*Chú ý:* Không được để chân ngay trên mặt thuốc nóng, nếu không thì bị bỏng, cũng có thể treo chân bệnh ở trên thuốc nóng hun chung, mà không cần để ở trên mền nằm.

## **Rượu Thông tê (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, khử phong thấp. Trị 2 chân đến đầu gối lạnh như nước, không thể tự giờ lên. Hoặc vì đang nóng đứng vào trong nước lạnh lâu ngày thành bệnh này.

*Phôi phương:* Độc hoạt, Xuyên cung, Thiên ma, Đương qui, Bạch truật mỗi thứ 100g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, ngâm với 5 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là có thể dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống trước bữa ăn 2 chén con.

*Chú ý:* Rượu này chủ trị 2 chi dưới lạnh đau không có sức, hoạt động khó hoặc ở lâu chỗ ẩm thấp mà mắc bệnh phong thấp.

## **Rượu Ngưu tất hoàn (Bản sự phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, ôn dương tản hàn. Trị gân cốt eo chân đau mềm không có sức.

*Phôi phương:* Ngưu tất 90g, Xuyên tiêu 15g, Bào phụ tử 30g, Ngưu gia bì 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7-10 ngày dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén to. Sau khi uống hết rượu, lấy bã thuốc tán nhỏ, cho thêm dấm vào chế thành viên to như hạt trấu, mỗi ngày uống 1 lần 20 viên với rượu nóng lúc bụng đói.

**Chú ý:** Trong nguyên phương dùng xương Hổ cước đồng nửa lạng dấm, cứu hoàng. Vì cấm dùng nên lấy Ngũ gia bì thay thế. Xin cung cấp tham khảo.

### **Rượu Hành bộ (Thập tiện lương phương)**

**Công hiệu:** Tráng eo kiện cốt, trừ thấp. Trị eo chân lạnh tê, không có cảm giác, bước đi yếu.

**Phối phương:** Tì giải 60g, Quế tâm 30g, Đỗ trọng 100g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 5 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén con.

**Chú ý:** Cách dùng của nguyên phương là: mỗi lần uống 6g, uống với rượu nóng bất kể thời gian, tức tán thuốc thành tán. Ở đây sửa là ngâm rượu. Xin cung cấp tham khảo.

**Lại phương:** Trị thất lưng, chân lạnh không tự điều khiển được, không thể đi.

Lấy Thối ti tử 30g, Ngưu tất 30g, cùng ngâm ở đồ đựng bằng bạc, cho rượu ngâm ngập thuốc trên 1 thốn, sấy khô bã thành bột. Đem rượu ngâm thêm 1 chút muối ăn, hòa với bột thuốc uống.

**Lại phương:** Thạch hoa tứ tiểu uống. Trị phong lạnh eo chân.

**Lại phương:** Dùng 1 cân Dâm dương hoặc ngâm với 1 đấu rượu. 30 ngày sau uống có kiến

hiệu. Trị ích trượng phu hưng dương điều chỉnh lạnh ở đầu gối chân.

### **Rượu Thạch học (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ thận ích khí, khỏe gân cốt, tản hàn. Trị phong hư khí chân tê giật, yếu không đi được.

*Phối phương:* Thạch học, Đan sâm, Ngũ gia bì mỗi vị 150g, Trắc tử, Tần giao, Đỗ trọng, Sơn thù du, Ngưu tất mỗi vị 120g, Quế tâm, Can khương, Khương hoạt, Xuyên cung, Quất bì, Hoàng kỳ, Bạch tiên, Thục tiêu, Nhân vu, Dương qui mỗi vị 90g, Ý dĩ nhân 250g, Phòng phong 60g, Chung nhữ 250g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ 3 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Lúc đầu mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén con, sau có thể tăng dần lượng tễ, không say là vừa.

*Chú ý:* Nhân vu đại độc, lượng dùng thông thường 3 – 10g quả và lá nó đều có độc, nhất là lá, ăn nhầm ít dẫn đến co giật nhẹ, ăn nhiều khiến huyết áp hạ, cơ tim tê mà tử vong. Phương pháp giải cứu: nếu xuất hiện co giật, có thể tiêm.

Sau khi đỡ co giật, có thể rửa dạ dày và cho tẩy sạch ruột. Nếu hạ huyết áp thì tiêm.

### **Rượu Ngũ gia bì tẩm (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, bổ khí huyết. Trị gân

co gập không có sức, lưng hông không uốn thẳng được, tứ chi yếu ớt.

**Phối phương:** Ngũ gia bì 100g, Ngưu tất, Xuyên đoạn, Thục địa, Đảng sâm, Dương qui, Quế tâm mỗi vị 50g, Hoàng kỳ, Thạch斛 mỗi vị 60g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén, có thể tăng thêm lượng dùng.

**Chú ý:** Rượu này dùng thuốc bình hòa, thích hợp với người già thận khuy, gân cốt yếu, cũng có thể coi là đồ uống để bổ cơ thể thông thường.

## **X. RƯỢU BỔ CHỮA ĐAU LƯNG, ĐAU CƠ THỂ DO LÀM QUÁ SỨC**

### **Rượu tì giải (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khử phong hoạt huyết, ích tinh chỉ đau. Trị đau do phong độc xâm nhập thất lưng, chân.

*Phôi phương:* Tì giải, Ngưu tất, Thạch斛, Thực can địa hoàng mỗi thứ 90g, Phòng phong, Độc hoạt, Xuyên cung, Sơn thù du, Dương qui, Quế tâm, Toan táo nhân mỗi thứ 60g, Đại ma nhân 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 10 lít rượu ngon, bịt kín bình, sau 7 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3-5 lần, mỗi lần uống 1 chén. Khiến người thường lâng lâng, không để say khướt.

*Chú ý:* Rượu này trị đau lao lực cơ thất lưng hay nhất khả năng chỉ thống khử phong mạch. Bất kỳ chứng hàn – nhiệt – hư thực đều có thể dùng.

### **Rượu Tiên linh tì (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe phần thất lưng, chỉ đau. Trị đau cơ đầu gối.

**Phối phương:** Tiên linh tì 90g, Quế tâm, Phòng phong, Khương hoạt, Tì giải, Xuyên cung, Sinh can địa hoàng, Hải đồng bì, Ngưu tất, Cốt toái bổ, Bào phụ tử mỗi vị 60g, Ngũ gia bì 120g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 8 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, 5 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống tùy ý, rượu vơi lại thêm rượu mới, khi vị thuốc nhạt thay thuốc mới, lấy cảm nhận làm mức. Không ăn đồ tươi sống, độc, trơn cá thịt.

**Chú ý:** Rượu này nóng khô nặng, người già không hàn cầm uống. Mỗi ngày nên uống chia ra nhiều lần, không thể uống nhiều, nguyên phương có Hồ cốt kinh 60g, vì cầm dùng, lấy Ngũ gia bì thay thế.

### **Rượu Ô dế (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Ích thận khỏe lưng, khử phong chỉ đau. Trị khí phong độc, công liên cốt tủy eo chân, ngày đêm đau đớn.

**Phối phương:** Bào ô dế, Chỉ xác, Phòng phong, Can khương, Độc hoạt, Địa cốt bì, Ngưu tất, Thạch nam điệp mỗi vị 60g, Ngũ gia bì, Can thực địa hoàng mỗi vị 90g, Đan sâm 45g

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, bịt kín bình. 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống 3-5 lần, mỗi lần hâm nóng 1 chén con uống. Khiến người luôn có hơi rượu, uống khỏi thì thôi.

*Chú ý:* Ô dế có độc, không được uống quá. Rượu này thích hợp nhất trong chữa đau lưng do viêm thần kinh xương chậu dẫn đến và đau lan đến chi dưới. Trong phương thuốc gốc có Hổ cốt 150g, có thể không dùng. Xin cung cấp tham khảo.

### **Rượu Mộc qua (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Giãn gân chỉ đau, tản hàn hoạt huyết. Trị phong, đau thắt lưng chân, và da tê dại, gân mạnh giật gắp.

*Phối phương:* Ngưu tất, Xương bồ, Toan táo nhân, Xuyên cung, Thạch斛, Tiên linh tì, Xích tiễn, Quế tâm, Bào phụ tử, Tì giải mỗi vị 90g, Mộc qua 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 10 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, mỗi lần 1 chén rượu ấm, khiến người luôn có hơi rượu lâng lâng, không được say khướt. Rượu hết lại thêm rượu mới, vị thuốc nhạt thì đổi thuốc mới. Không thức ăn sống mỡ độc.

*Chú ý:* Trong nguyên phương có Phụ tử, Quế tâm tính mãnh liệt, nên mỗi lần uống lượng rượu

không nên quá nhiều. Rượu này thiên trị về mặt mỗi mãn tính. Chỉ thể mềm đau không có sức. Phương gốc có tên là rượu Ngưu tất tẩm, có Hồ cốt 90g, ở đây lấy mộc qua để thay thế. Xin để tham khảo.

### **Rượu Can yết (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc. Trị phong độc vào chân đầu gối, đi lại không được.

*Phối phương:* Can yết, Hải đồng bì, Ngũ gia bì, Độc hoạt, Phòng phong, Đỗ trọng, Ý dĩ nhân, Toan táo nhân, Quế tâm, Bào phụ tử mỗi vị 30g, Sinh can địa hoàng 90g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc như hạt vừng, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, mùa hè thu 7 ngày, mùa xuân đông 14 ngày là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy lúc, mỗi lần hâm ấm 1 chén con uống.

*Chú ý:* Rượu này có khả năng khử gió chỉ thống mạnh, trị đau thần kinh tọa là tốt, Phụ tử có độc, lượng uống rượu mỗi lần không nên quá nhiều.

### **Rượu Ô kim (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khử phong tán hàn, ích tinh khí. Trị các loại bệnh phong.

*Phối phương:* Đậu đen 500g, Phòng phong, Quế tâm, Bào phụ tử, Khương hoạt mỗi vị 60g, Thục can địa hoàng 90g, Ô kê phân 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 8 lít rượu ngon, bịt kín bình, đặt vào chảo cho nước nấu bình 2 giờ. Đậu đen sao chín tán nhỏ trước.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén con.

**Chú ý:** Toàn phương dùng thuốc thiên nặng. Mỗi lần không nên uống nhiều, lượng dùng Đậu đen có thể thêm.

### **Rượu Ngưu bàng (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Bổ thận khỏe lưng, chữa các loại phong, cho đến mười – hai mươi năm cũng không kém đi.

**Phôi phương:** Ngưu bàng căn 200g, Sinh địa hoàng, Ngưu tất, Câu kỷ tử mỗi vị 150g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào ngâm với 6 lít rượu trắng trong, mùa Xuân hạ 7 ngày; mùa Thu đông 14 ngày sau thì có thể uống.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống khi đói bụng, khiến hơi có sắc rượu.

**Chú ý:** Rượu này chủ yếu trị các loại hư tổn do làm quá sức, nhất là mệt nhọc tổng hợp.

### **Rượu Cửu vị ngưu tất (Y phương đại thành)**

**Công hiệu:** Ích tính khí – khỏe thắt lưng đầu gối. Trị thắt lưng đầu gối đau không thể chịu. Dung y với thận thương phong độc, công thích để

chữa, bước đi ngày càng nặng. Thích sử Quân Châu, Ngũ Thiệu Nhan nói: "Tôi bị đau lưng không thể chịu được, chữa với phong độc thận tạng công kích không chữa được. Vì uống tễ này, bệnh giảm 5 phần, bước đi đã nhẹ nhàng".

**Phối phương:** Ngưu tất, Xuyên cung, Khương hoạt, Địa cốt bì, Ngũ gia bì, Ý dĩ nhân mỗi vị 30g, Cam thảo, Sinh can địa hoàng mỗi vị 15g, Hải đồng bì 60g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 4 lít rượu trắng trong, 7 ngày là được

**Cách dùng:** Mỗi ngày 4 lần, mỗi lần uống 1 chén, thường khiến hơi rượu không dứt là tốt. Cũng có thể thêm vào phương trên Đỗ trọng 30g, Xuyên đoạn 30g, cấm ăn thức ăn có chất kích thích.

**Chú ý:** Rượu này lấy bổ làm chính, chủ trị tổn thương lao lực thành tật, lao cơ lưng mãn tính. Đối với mệt mỏi do vận động quá mức cũng rất có hiệu quả.

### **Rượu Đỗ trọng (Phong khoa tập nghiệm phương)**

**Công hiệu:** Bộ thận khỏe lưng. Trị đau eo lưng.

**Phối phương:** Đỗ trọng 250g.

**Cách chế:** Bỏ vỏ Đỗ trọng, cho Đỗ trọng vào ngâm với 6 lít rượu 7 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén rất hay.

*Chú ý:* Rượu này chỉ trị đau lưng do tổn thương của lao lực; cũng trị phát u cấp, như trong sách ghi: "1 người ở cung Tống Minh Đế, mắc bệnh đau eo liên tâm, lên cơn đau thì ngất, tắc thở. Từ Văn Bá nhìn người đó nói, phát u. Lấy dầu đổ cho uống, nhổ ra vật như tóc, kéo dài 2 thước, đầu đã thành rắn, có thể ngoe nguẩy, treo nó lên, chỉ nhỏ một phát bệnh khỏi ngay.

## XI. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH CƠ BẮP YẾU TEO

### **Rượu Địa hoàng kỳ (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Kiện tỳ ích khí. Trị cơ bắp cực hư hàn, vì tỳ phong âm động thương hàn, người nặng trĩu không muốn cử động, khớp đau, không thiết ăn uống, vì hư cực dẫn đến.

*Phối phương:* Hoàng kỳ, Quế tâm, Ba kích thiên, Thạch斛, Trạch tả, Phục linh, Bách tử nhân, Can khương, Thục tiêu mỗi vị 90g, Phòng phong, Độc hoạt, Nhân sâm mỗi vị 60g, Thiên hùng, Thược dược, Phụ tử, Ô đầu, Nhân vu, Qua lâu căn, Sơn thù du, Bán hạ, Tế tân, Bạch truật, Hoàng linh mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, mùa thu đông ngâm 7 ngày, mùa Xuân hạ 3 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Lúc đầu mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 chén con dần dần tăng thêm lượng.

*Chú ý:* Trong phương có Thiên hùng, Phụ tử, Ô đầu rất độc, dùng bào chế phẩm là hơn, lượng uống rượu mỗi lần không thể quá nhiều, nếu không sẽ trúng độc.

## **Rượu Tần giao (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Kiện tì ích khí, sinh cơ khử phong. Trị tì trướng phong, tay không co được, bước đi yếu, gấp đại giật nhanh, 2 chân teo què, tê không cảm giác.

*Phối phương:* Tần giao, Ngưu tất, Thiên môn đông, Ngũ gia bì mỗi vị 45g, Ý dĩ nhân 10g, Tế tân, Bào phụ tử, Ba kích thiên, Thạch nam diệp, Đỗ trọng mỗi vị 35g, Độc hoạt 100g, Quế tâm 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, mùa đông 10 ngày, mùa xuân 7 ngày, mùa thu 5 ngày, mùa hạ 3 ngày sau là có thể dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 1 chén con, dần dần tăng lên 3-4 chén, ban ngày 3 lần, tối 1 lần.

*Chú ý:* Rượu này dùng thuốc hơi nặng, nên tăng lượng từ từ, không thể uống nhiều, chủ trị chi thể kém hoạt động lâu ngày, cơ bắp teo lại.

## **Rượu Nhân vu (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khử phong tản hàn, chữa phong mới, lâu, cơ thể tê dại, không điều khiển co duỗi được, hoặc phù thũng giật gấp hoặc khô nóng đều có thể chữa.

*Phối phương:* Nhân vu, Cẩu tích, Trạch thực hoa, Ô dầu, Phụ tử, Thiên hùng mỗi vị 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, 6-9 ngày là được.

**Cách dùng:** Lúc đầu ngày uống nửa chén con, sau tăng dần lượng.

**Chú ý:** Cả phương thuốc đều là thuốc mạnh, mà phương gốc yêu cầu dùng thuốc sống thì độc tính càng cao, nên khi uống nhất định phải uống ít, tăng dần lượng. Càng không thể uống bữa bãi. Nên uống theo chỉ dẫn của thầy thuốc. Để hạ thấp độc tính, có thể thay thế bằng thuốc bào chế.

### **Rượu Hạnh nhân uẩn (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Dưỡng phổi sinh cơ bắp, trị phong ẩm chi thể, khó hoạt động tự chủ, mất tiếng không nói được

**Phôi phương:** Hạnh nhân ngâm bỏ đầu vỏ 2 nhân 3 đấu, gạo nếp 1 thạch, men rượu mạch 20 cân, sấy lửa nhỏ cho khô tán thành bột.

**Cách chế:** Trong 3 vị, lấy 2 đấu hạnh nhân trước, giã, sao, cho vào chậu nghiền thành bột, thêm dần 8 đấu nước khuấy xoay tròn, vắt xoay lấy hết nước, bỏ bã, sắc lấy 4 đấu, nếm nếu thấy thơm trơn là chín, để vào trong hũ không xoay, đậy lại, làm rượu uẩn loại thứ 3.

Ủ (uẩn) loại thứ 1: Lấy 6 đấu gạo nếp, đồ thành xôi, dùng 12 cân men rượu bột trộn đều, lại lấy 4 thăng Hạnh nhân, nghiền nát, cho dần 1 đấu 6 thăng

nước vào, sắc lấy 8 thăng trong nhiệt độ vừa phải, cho vào hũ thuốc trên ủ, khiến gạo nửa chín nát.

Ủ (uẩn) loại thứ 2: lấy 2 đấu gạo nếp đồ cơm, trộn với 4 cân bột mem rượu, lại lấy 3 thăng Hạnh nhân, nghiền nát cho vào 1 đấu 1 thăng nước, sắc lấy 6 thăng, với nhiệt độ vừa phải, đổ vào hũ rượu trước.

Ủ (uẩn) loại thứ 3: dùng men rượu nước Hạnh nhân, theo tất cả các biện pháp chế uẩn thứ 2.

Tất cả 3 uẩn đã vào hũ xong xuôi, dùng giấy nển bịt kín miệng hũ, không để rò khí, để ở nơi sạch sẽ chờ ngày thơm chín.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống lấy 5 hợp, uống vào bất kỳ lúc nào, cứ uống kế tiếp, khiến thường nửa say, không đến nỗi say nôn ra là hay nhất. Bã tán thành bột hòa với rượu uống.

*Chú ý:* Rượu này chế tác phức tạp, không hợp với gia đình tự chế. Thường là do các thầy thuốc thời xưa chế ra dùng vào chữa trị, chúng tôi đưa ra đây xin để tham khảo.

*Lại phương:* Trị phong ám chân, chi thể hoạt động không tự chủ, mất tiếng không nói.

Dầu thầu dầu 500g, rượu 5 lít, cùng cho vào bình quấy đều, đem bình này cho vào nồi nấu 1 ngày khuấy liên tục là chín. Mỗi ngày 3 lần mỗi lần uống 1 chén. Khi mới uống nhỏ nước bọt phong. chớ ngại, không nhỏ thì nước bọt không chảy ra.

### **Rượu Ngưu bàng tử (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Dưỡng âm khử phong. Trị nhu phong, lâu không khỏi, tứ chi chậm yếu.

*Phối phương:* Ngưu bàng tử, Sinh can địa hoàng, Cầu khởi tử mỗi vị 90g, Ngưu tất 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình ngâm với 6 lít rượu trắng ngon, bịt kín bình, mùa xuân hạ 7 ngày, mùa Thu đông 14 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống khi đói bụng 1 chén, khiến thường có hơi rượu.

*Chú ý:* Rượu này chủ trị cơ bắp tứ chi bị teo dần sức yếu, nặng có thể tay không thể cầm vật và chân không thể đi.

### **Rượu Ngũ vị tử (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Điều hòa doanh vệ, kiện tì sinh cơ. Trị vinh hư vệ thực, cơ bắp tê dại.

*Phối phương:* Ngũ vị tử, Phòng phong, Ngưu tất, Cầu khởi tử, Mẫu đơn bì mỗi vị 60g, Nhục thung dung, Hoàng linh, Bạch truật, Đan sâm, Đương qui, Cam thảo, Chỉ xác, Quế tâm, Hậu phác, Ngũ gia bì, Trạch tả, Tri mẫu, Tế tân, Bạch chỉ mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, ủ kín 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sáng, tối uống 5 chén con, có thể tăng dần lượng.

*Chú ý:* Rượu này chủ trị cơ bắp tê dại không có sức, trong rượu có vị Tế tân. Nếu sau khi uống tim đập nhanh và nhiều mồ hôi, thì phải giảm lượng uống.

### **Rượu Phòng phong (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Điều hòa doanh vệ, khử phong sinh cơ. Trị vinh hư vệ thực, cơ bắp tê dại.

*Phối phương:* Sinh khương, Ý dĩ nhân mỗi vị 60g, Bạch truật, Sơn vu, Sơn thù du, Bào phụ tử, bào Thiên hùng, Tế tân, Độc hoạt, Tần giao mỗi vị 45g, Nhân vu, Hạnh nhân, Sinh địa hoàng mỗi vị 30g, Tử ba kích, Quế tâm, Ma hoàng mỗi vị 50g, Tù thạch 250g, Phòng phong 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ kín 6 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi sáng uống 2 chén con.

*Chú ý:* Trong phương có Thiên hùng, Nhân vu là vị độc, không thể uống nhiều, càng không thể uống bữa. Thiên hùng có thể thay bằng Ô đầu. Sau khi uống miệng tê, là phản ứng ngộ độc bước đầu, không thể uống thêm.

### **Rượu Thất xuyên (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết sinh cơ, khử phong ích khí. Trị các kiểu phong tê, đau chân tay, đi lại khó khăn, chân đầu gối chập yếu, uống lâu trẻ trung khỏe mạnh, vận động nhanh nhẹn, điều hòa

huyết khí, thông hành vinh vệ, bổ hư bài ta, có ích chân khí.

**Phối phương:** Xuyên phụ tử, Xuyên ô mỗi vị 45g, Xuyên khung hoạt, Xuyên khung, Xuyên Ngưu tất, Độc hoạt, Xích thược, Bạch truật, Đỗ trọng, Tì giải, Phòng phong, Nhục quế, Nhục thung dung, Hoàng kỳ, Kim mao cẩu tịch, Bạch phục linh, Bạch tật lê, Nhân sâm, Thiên ma, Xuyên đoạn mỗi vị 30g, Xuyên dương qui 45g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 15 lít rượu trắng trong, ủ kín. Xuân 5 ngày, Hạ 3 ngày, Thu 7 ngày, Đông 10 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Mỗi sáng uống 1 chén rượu nóng. Bã thuốc phơi khô trộn với rượu – hồ chế thành viên, uống cùng với rượu, trong mỗi buổi sáng.

**Chú ý:** Phụ tử, Ô đầu dùng bào chế phẩm, lượng uống mỗi ngày không nên quá lớn. Nguyên phương có Hồ cốt 75g, vì cấm dùng, đã bỏ. Xin để thao khảo.

### **Rượu Phục linh cúc hoa (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Ích khí sinh cơ, khử phong hoạt huyết. Trị đàn ông đàn bà đau khớp, đi lại khó khăn, vai lưng gầy guộc, nói năng chậm ngọng, miệng méo mặt lệch, trúng gió mất tiếng, bán thân bất toại.

**Phối phương:** Bạch phục linh 150g, Cam cúc hoa, Sơn thù du, Dương qui, Mẫu đơn, Nhục thung dung, Qua lâu căn, Phòng phong, Bào thiên hùng,

Can thực địa hoàng, Hoàng kỳ, Xương bồ, Thạch hộc, Đỗ trọng, Viễn chí, Can khương, Xích thực được, Bào phụ tử, Thương nhĩ tử, Câu tích, Tì giải, Ngưu tất, Khương hoạt, Ngưu bàng căn, Văn tâm sa, Xuyên đoạn mỗi vị 60g, Tế tân, Bạch truật, Nhân sâm, Mẫu lệ, Tử uyển, Xà sàng tử, Cát canh, Thử niêm tử mỗi vị 30g, Thố tì tử 90g, Câu khởi tử 15g

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào trong hũ sứ ngâm với 20 lít rượu trắng trong, bịt kín hũ 14 ngày sau là được.

*Cách dùng:* mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén, khiến thường có sắc rượu, không thể uống quá mức, mỗi lần lấy ra 1 chén thì bù luôn 1 chén rượu mới vào, mùi thuốc hơi giảm thì lấy bã ra hong khô, tán thành bột, cho mật ong vào chế thành viên to như hạt trầu, mỗi ngày uống 30 viên với rượu thuốc. Không đồ ăn sống, lạnh, mỡ, thịt lợn, gà.

*Chú ý:* Toàn phương 37 vị, dùng thuốc toàn diện. Thiên hùng có thể thay bằng Ô đầu. Nguyên phương có Hồ cốt kính 30g có thể không dùng. Chủ trị đau tổn thương lao động mãn tính, cơ bắp teo yếu, khớp biến dạng và trúng gió liệt nửa người.

## XII. RƯỢU BỔ GIÚP CHO LUYỆN CÔNG SINH CƠ CƯỜNG KIẾN

### Rượu Hoàng kỳ sinh cơ (Phổ tế phương)

*Công hiệu:* Tán hàn khử phong, hoạt huyết ích khí. Trị phong thấp chân đau teo yếu, khó thở không tự hồi phục được.

*Phối phương:* Hoàng kỳ, Ô đầu, Phụ tử, Can khương, Tần giao, Thục tiêu, Xuyên khung, Độc hoạt, Bạch truật, Ngưu tất, Nhục thung dung, Tế tân, Cam thảo mỗi vị 90g, Cát căn, Đường qui, Xương bồ mỗi vị 110g, Quế tâm, Sơn thù du, Chung nhữ, Bách tử nhân, Thiên hùng mỗi vị 60g, Thạch hộc, Phòng phong mỗi vị 50g, Đại hoàng, Thạch nam mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ kín 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi uống 1 chén con, ngày 3 lần; khi không thấy phản ứng dị thường, có thể tăng thêm lượng uống.

*Chú ý:* Luyện công ngoài trời và các loại hoạt động thể dục thể thao, rất dễ bị phong thấp. Tà khí

nhập trong, thì cơ bắp đau, khó thở, mệt yếu. Rượu này công bổ đều được, khỏe gân cốt, nên có thể trợ công cường tráng. Trong phương có các vị Ô đầu, Thiên hùng, Phụ tử rất độc, nên dùng chế phẩm bào chế, đồng thời không thể uống nhiều.

### **Rượu Linh dương giác (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, trừ phiền nhiệt. Trị khí chân phát động, nóng đau, gân mạch giật gáp, không đi lại được.

*Phối phương:* Linh dương giác, Ngũ gia bì, Phòng phong, Độc hoạt mỗi vị 90g, Ý dĩ nhân, Ngưu tất mỗi vị 150g, Ngưu bàng căn 250g, Quế tâm, Hải đồng bì, Đại ma nhân mỗi vị 30g, Đỗ đen 500g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Uống tùy ý trước mỗi bữa ăn.

*Chú ý:* Rượu này trị luyện công không thỏa đáng, thương thấp ủ ở trong cơ thể lâu ngày, hóa thành nhiệt sinh phiền, khiến cơ bắp đau khó chịu trong thời gian dài. Linh dương giác (sừng, linh dương) quý đắt, lượng dùng bớt đi vừa phải ảnh hưởng không lớn đến hiệu quả chữa trị.

### **Rượu Ý dĩ nhân tằm (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Kiện tì trừ thấp, tản hàn hoạt huyết. Trị phong hàn thấp khí trúng chân, giao tranh ở gân mạch, tê gáp không thể co duỗi.

**Phối phương:** Ý dĩ nhân, Bạch truật, Thược dược, Toan táo nhân, Can khương, Cửu cam thảo mỗi vị 150g, Bào phụ tử 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, ngâm với 8 lít rượu 1 đêm, rồi sắc với lửa nhỏ bỏ bã, sau cho vào trong bình sứ bảo quản để dùng.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống nhiều lần tùy ý, khiến thường có hơi rượu.

**Chú ý:** Rượu này chủ trị luyện công làm tổn thương đến cơ bắp, đau khó chịu. Cũng có thể dùng rượu này bôi ở chỗ bị tổn thương, đồng thời xoa bóp.

### **Rượu Kim nha (Bảo thảo cương mục)**

**Công hiệu:** Khử phong trừ thấp, ích thận khỏe gân. Trị hư lao thấp lạnh, cơ hoạt động chậm chạp không có cảm giác. Phong chú bách bệnh.

**Phối phương:** Kim nha, Tế tân, Địa phu tử, Mãng thảo, Phòng phong, Can địa hoàng, Hồ lô căn, Bào phụ tử, Nhân vu, Xuyên đoạn, Thục tiêu, Độc hoạt mỗi vị 120g, Thục địa hoàng, Ngũ gia bì, Nhân sâm mỗi vị 30g.

**Cách chế:** Dem Kim nha và các vị thuốc khác tán nhỏ riêng ra, gói riêng từng loại rồi ngâm vào trong 10 lít rượu, ủ kín 4 ngày sau là thành.

**Cách dùng:** mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén, tăng dần lượng rượu.

**Chú ý:** Luyện công quá sức, cơ bắp thiếu dinh

dưỡng, không khỏe ngược lại teo yếu, gân cốt không có sức, lấy rượu này điều chỉnh, trong phương có các vị Nhân vu, Phụ tử rất độc, không thể uống nhiều.

### **Rượu Dương qui (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Nuôi máu hoạt huyết, bổ thận khỏe gân. Trị cơ thể hoạt động chậm yếu, đau không có sức, đi lại khó khăn.

*Phối phương:* Dương qui, Bạch truật, Uy linh tiên, Thạch học, Tần giao, Tía tô tử mỗi vị 30g, Tiên linh tì, Phòng phong, Xích phục linh, Hoàng cầm, Hán phòng kỷ, Quế tâm, Đan sâm, Xuyên tiêu, Xuyên khung, Tế tâm mỗi vị 10g, Phụ tử 60g, Ý dĩ nhân 250g, Đậu đen (hắc đậu) 200g, Độc hoạt 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 8 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Uống tùy ý trước mỗi bữa ăn.

*Chú ý:* Rượu này thích hợp với trị bệnh ở người luyện công quá sức, thêm vào do hoạt động làm tổn thương cơ bắp gân cốt dẫn đến chứng sức yếu.

### **Rượu Sinh địa (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Ích tinh huyết, thông kinh lạc. Trị khí chân thiếu sức.

*Phối phương:* Sinh địa hoàng 500g, Sam mộc tiết 150g, Ngưu bàng tử 500g, Đan sâm 60g, Ngưu

tất, Đại ma nhân mỗi vị 150g, Phòng phong, Độc hoạt, Địa cốt bì mỗi vị 90g

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Uống tùy ý trước mỗi bữa ăn, không say thì tốt.

*Chú ý:* Rượu này hợp với trị bệnh do luyện công tổn thương tinh lực quá mức, lao nhiệt nội sinh, nặng thì cơ bắp không khỏe ngược lại còn teo nhỏ.

### **Rượu Phụ tử (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, khử phong hàn. Sau tháng 9 khi luyện công nên uống rượu này.

*Phối phương:* Phụ tử 150g, Sinh khương, Tang căn, Bạch bì, Bạch truật mỗi vị 240g, Quế tâm, Ngưu tất, Tế tân mỗi vị 120g, Ngũ gia bì 180g

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, ủ kín 6 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Lúc đầu mỗi ngày uống 1 chén con trước lúc luyện công, sau tăng dần lượng uống với mức cảm giác vừa phải.

*Chú ý:* Sau tháng 9 khí của phong hàn mạnh dần. Nên uống rượu này để phòng phong hàn. Phụ tử nên qua bào chế hãy dùng. Uống rượu rồi thấy tim đập mạnh, phiền nhiệt là phản ứng của Tế tân quá lượng, chỉ dùng 30g Tế tân ngâm rượu là vừa.

## **Rượu Dĩ nhân (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Ích khí khỏe gân, trừ phiền nhiệt. Trị phát khát đau, tứ chi co gập, lưng cổ cứng đơ.

*Phối phương:* Ý dĩ nhân 150g, Linh dương giác 10g, Tần giao, Ngũ gia bì mỗi vị 90g, Thăng ma, Hoàng cầm, Khương hoạt, Độc hoạt, Ngưu bàng tử, Quế tâm mỗi vị 60g, Địa cốt bì, Chỉ xác mỗi vị 30g, Đại ma nhân 100g, Ngưu tất, Sinh địa hoàng mỗi vị 120g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc đựng bằng túi vải, ngâm vào 8 lít rượu ngon, ủ kín 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn hâm nóng một lượng rượu vừa sức để uống, không say là được.

*Chú ý:* Rượu này thích hợp với trường hợp luyện công đồ nhiều mồ hôi, uống nước không đủ, bị tổn thương âm tâm lâu ngày, bệnh phát là khát nước nhiều. Cũng trị các bệnh sái, vẹo cấp tính.

## **Rượu Xà sàng tử (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khử hàn thấp, khỏe gân cốt. Trị khí chân co gập yếu.

*Phối phương:* Xà sàng tử 30g, Kim nha, Ngưu tất, Thạch lộc mỗi vị 90g, Nhân vu, Sinh địa hoàng, Bào phụ tử, Măng thảo mỗi vị 60g, Tế tân, Can khương, Phòng phong mỗi vị 30g, Độc hoạt 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho

vào ngâm với 10 lít rượu trắng trong, ủ kín sau 7 ngày là được.

**Cách dùng:** Trước mỗi bữa ăn uống tùy khả năng tiếp nhận.

**Chú ý:** Rượu này thích hợp với các bệnh luyện công ở ngoài trời không chú ý giữ ấm, khí hàn thấp vào trong cơ thể, làm chi thể đau mềm không có sức trong thời gian dài. Trong phương có các vị Tế tân, Nhân vu, Phụ tử độc nặng nên không thể uống nhiều.

### **Rượu Tô giác (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Thanh nhiệt trừ phiền, dưỡng âm sinh cơ. Trị phong độc khí chân, công lên tim phổi.

**Phối phương:** Sừng trâu 100g, Mộc hương, Linh dương giác, Xích phục linh, Trần bì mỗi vị 30g, Chế bán hạ, Độc hoạt mỗi vị 45g, Long cốt, Ngô thù du, Ô mai mỗi vị 40g.

**Cách chế:** Tán thuốc thành bột, cho vào chút ít gừng sống, đổ rượu trắng trong vào cùng sắc là được.

**Cách dùng:** Mỗi lần lấy 10g bột thuốc, cho vào 1 chén rượu, đun sôi uống, mỗi sớm, tối 1 lần.

**Chú ý:** Rượu này thích hợp với bệnh nặng phát nóng do luyện công bị tổn thương, nặng thì hôn mê bất tỉnh. Cũng trị luyện công trong ngày nóng nực, tà nhiệt xâm nhập phổi, cơ bắp khô héo không có

sức. Trong phương gốc có Tê giác 15g, vì cấm dùng nên lấy sừng trâu 100g thay thế.

### **Rượu Từ thạch (Thánh tể tổng lục)**

*Công hiệu:* Giãn gân hoạt huyết, ích khí sinh cơ. Trị chân yếu cơ duỗi khó, cơ bắp gân cốt không có sức.

*Phối phương:* Từ thạch, Kim nha mỗi vị 240g, Bào phụ tử, Độc hoạt, Đan sâm, Ngũ gia bì, Ý dĩ nhân mỗi vị 90g, Nhân sâm, Nhân vu diệp, Thục tiêu mỗi vị 30g, Ngưu tất, Thạch斛 mỗi vị 120g, Xuyên khung, Can khương, Bào thiên hùng, Thạch cao, Quế tâm, Đương qui mỗi vị 45g, Bạch truật, Tì giải, Phòng phong, Thục can địa hoàng, Sơn thù du, Bạch phục linh, Tế tân mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ kín 5-7 ngày là được. Nếu trường hợp xưa nay sợ rét, chân tay lạnh, thêm Chung nhữ thạch 150g. Nếu xưa nay có hư nhiệt, bỏ Thục địa hoàng, mà dùng 150g Sinh địa hoàng thay thế.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 5 lần, mỗi lần uống 1 chén con.

*Chú ý:* Rượu này có thể coi là rượu bổ dưỡng cho luyện công, uống bất kỳ lúc nào. Nếu trường hợp vận động quá mức mệt mỏi, uống rượu này có tác dụng hồi phục nhanh chóng. Trong rượu có

nhiều vị thuốc kích thích, không thể uống nhiều.

### **Rượu Cúc hoa địa hoàng (Thái bình thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe xương bổ tủy. Trị 8 phong 12 tê, bổ hư tổn.

*Phối phương:* Cúc hoa, Ngũ gia bì, Cẩu kỷ căn, Bạch truật mỗi vị 240g, Cam thảo, Tần giao mỗi vị 120g, Sinh địa hoàng 500g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, ủ kín 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Trước mỗi khi hành công uống 3 chén con.

*Chú ý:* Rượu này là rượu bổ dưỡng luyện công, thích hợp nhất với người bình thường yếu nhiều bệnh, tinh huyết không đủ uống khi vận động. Người già uống càng tốt. Cách chế của phương gốc là: "Lấy 3 thạch nước sắc còn 1 thạch cho vào máng ép lấy nước, dùng 1 thạch gạo nếp đồ chín, giã nhỏ men rượu 10 cân, trộn đều, cho vào hũ, bịt kín ủ ba bảy ngày". Xin để tham khảo.

### **XIII. RƯỢU BỔ GIỮ GÌN SẮC ĐẸP (BẢO VỆ DA GIỮ SẮC ĐẸP)**

#### **Rượu Đào nhân chu sa (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Nuôi gan bảo vệ da. Trị phong gan, ích máu sinh thịt mỡ, sáng nhan sắc, trừ gầy yếu.

*Phối phương:* Đào nhân 500g, Chu sa 60g.

*Cách chế:* Ngâm đào nhân vào nước bỏ đầu vỏ trước, dùng trấu sao vàng nghiền nhỏ, rồi cho vào ngâm với 10 lít rượu ngon cùng với Chu sa, thuốc ngâm 7 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, tùy lúc. Không thịt dê.

*Chú ý:* Phương thuốc này bổ máu dưỡng dung nhan, khiến người hồng hào, cũng có thể trị phong gan, gân mạch co giật gấp đau.

#### **Rượu Đậu tằm (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Bổ ích tinh huyết, khử tàn nhang râm mặt, nhuận da lông, kiêm trị mắc bệnh phong tê thấp lâu ngày, gân giật đầu gối đau, điều chỉnh khí dạ dày kết tụ.

*Phối phương:* Ngưu tất 500g, hạt Đậu tương, Sinh địa hoàng mỗi vị 500g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, trộn đều, rồi cùng cho vào hấp, sau đó đựng vào túi, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 3-5 chén.

*Chú ý:* Phương này lấy khử tà nham, râm mặt làm chính, cũng có thể chữa chống phong thấp đồng thời có thể khử nhiệt độc.

### **Rượu Toan táo nhân (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Dưỡng huyết nhuận da, làm cho cơ da sáng sủa, nhuận dưỡng tạng phủ. Trị chân phù đau.

*Phối phương:* Toan táo nhân, Hoàng kỳ, Thiên môn đông, Xích phục linh, Linh dương giác, Ngũ gia bì mỗi vị 90g, Can bổ đào, Ngưu tất mỗi vị 150g, Phòng phong, Độc hoạt, Quế tâm mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, ủ kín, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Trước mỗi bữa ăn hâm nóng theo lượng vừa sức uống.

*Chú ý:* Uống lâu rượu này thì công năng nội tạng khỏe, da dễ sáng sủa. Rượu này cũng có thể trị phong tê đau.

## **Rượu Phong tằm (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Khử phong bảo vệ da. Trị da phong hủi.

*Phối phương:* Phòng phong 500g, Thiên ma 150g, Cẩu khởi căn 500g, Hòe bạch bì 500g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào hũ ngâm với 15 lít rượu trắng ngon, 7 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, khiến thường có hơi rượu, không để say quá.

*Chú ý:* Rượu này trị phong ban da, nhất là trị bệnh hủi. Cách chế của phương gốc là: "Đem 3 vị Phòng phong, Thiên ma, Cẩu khởi căn, nấu với 6 đấu nước lấy 3 đấu bỏ bã, đổ vào đồ đựng sạch khô, đem ngô đồ theo phương pháp làm rượu đồ chín, đồ nổ, trộn với men rượu, ủ làm 3 mẻ như cách thông thường, lại lấy 1 cân Hòe bạch bì, xát nhỏ, đồng thời dùng mèo đen tuyền 3 năm, bỏ da lông đi, nấu nhừ, xát cùng, trộn với Hòe bạch bì, đổ rượu vào, rượu chín ép bỏ bã, mỗi lần uống hâm nóng rượu" Đây rõ ràng là phương pháp sản xuất đại trà để dự phòng khi cần dùng. Xin để tham khảo.

## **Rượu Thần ứng (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Bảo vệ da khử ban, trị bệnh phong lớn và các loại bệnh phong.

*Phối phương:* Nhân vu, Phụ tử, Thiên hùng, Đan sâm, Trích trúc hoa, Thục tiêu, Cam thảo.

Thạch xương bồ, Quế tâm, Can khương, Ô đầu, Độc hoạt, Địa cốt bì, Tần giao, Phòng phong, Xuyên khung, Nhân sâm, Dương qui, Bạch chỉ, Cảo mộc, Sinh can địa hoàng mỗi vị 60g, Bạch tiểu bì, Kinh giới mỗi vị 50g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, cho vào bình sứ ngâm với 20 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, ngâm 7 ngày là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống nửa chén khi đói bụng, tăng dần lượng uống, mỗi lần uống xong, ăn cơm ngay để, uống chén nào thì thêm chén rượu nấy vào ngâm thuốc. Kiên thịt, mì, gà, cá, thịt trâu bò, đồ mỡ nhậy, hoa quả, nước chấm thối thiu v.v...

*Chú ý:* Phương thuốc này chủ trị bệnh hủi da, loét lở, rụng tóc v.v... Dùng thuốc độc nhiều, không thể uống nhiều, uống từ từ để thích ứng.

### **Rượu Quế chi tẩm (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Bảo vệ da khử phong. Trị phong, nửa người như sâu bò.

*Phối phương:* Quế chi, Xuyên khung, Độc hoạt, Cửu cam thảo, Ngưu tất, Hoài sơn được, Bào phụ tử, Can khương, Trạch trạch hoa mỗi vị 30g, Phòng phong, Nhân vu, Đỗ trọng, Bào thiên hùng, Bạch truật mỗi vị 45g, Sóc hoắc, Chư tiêu căn mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho

vào bình ngâm với 10 lít rượu trắng trong 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày khi bụng đói và trước khi đi ngủ hâm nóng 1 chén uống.

*Chú ý:* Rượu này chủ trị phong ban da, ngứa mọt mụn, cũng là bệnh hủi, không thể uống quá.

### **Rượu Hùng phụ (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Bảo vệ da khử phong. Trị bệnh phong hủi nặng, rụng lông mày.

*Phối phương:* Bào thiên hùng, Bào ô đầu, Bào phụ tử, Nhân vu, Xuyên tiêu, Can khương, Quế tâm, Trích trúc hoa, Phòng phong, Thạch nam diệp, Cửu cam thảo, Mãng thảo mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình ngâm với 8 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén, tăng lượng dần.

*Chú ý:* Rượu này trị bệnh phong hủi, lông mày rụng. Dùng thuốc rất độc, không thể uống quá.

### **Rượu Thạch lựu tử (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết ích khí, thanh nhiệt giải độc. Trị nhiệt độc đầu mặt da lên nhọt, trên mặt nổi hạch, như người rụng lông mày.

*Phối phương:* Toan thạch lựu (thạch lựu chua),

Điềm thạch lựu (Thạch lựu ngọt) mỗi thứ 7 quả, Nhân sâm, Khổ sâm, Sa sâm, Đan sâm, thương nhĩ tử, Khương hoạt mỗi vị 50g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 8 lít rượu trắng trong, ủ kín 7-14 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Trước mỗi bữa ăn hâm nóng 1 chén uống.

**Chú ý:** Rượu này trị tất cả mụn nhọt độc trên đầu mặt có lâu ngày không khỏi, nặng thì hủ lông mày rụng. Có thể lấy rượu này bôi ở chỗ bệnh.

### **Rượu Thương nhĩ (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Khử phong giải độc, nuôi máu làm đẹp dung nhan. Trị các loại phong, khiến người khoan khoái, chữa các loại bệnh phong hiểm nghèo, thậm chí cốt tủy trúng độc phong.

**Phối phương:** Thương nhĩ 1 thạch, Ngưu tất căn 1 thăng, Thương lục căn 1 đấu, Thử niêm căn 1 đấu, Tùng diệp 2 đấu.

**Cách chế:** Lấy nước 2 thạch 5 đấu nấu thuốc còn 6 đấu nước thuốc, nếu nồi nhỏ có thể chia làm nhiều mẻ, tính theo tỉ lệ. Lấy 3 đấu nước thuốc ngâm 1 đấu 2 thăng men rượu, lượng men rượu cao hơn cách lên men thường 5 phần vì thuốc tổn men. Còn thừa 3 đấu nước thuốc, để lại trộn với các thứ nấu rượu, gạo nếp 1 thạch 2 đấu, chia làm 5 mẻ. Vo sạch để ráo nước.

Chung cất mẻ thứ 1: Một ngày nấu 4 đấu gạo trộn với 9 thăng nước thuốc cho chín, thái nhỏ 3 đấu Sinh địa hoàng trộn với gạo.

Chung cất mẻ thứ 2: 3 ngày nấu 2 đấu gạo trộn với 7 thăng nước thuốc cho chín, cho vào 1 đấu Hạnh nhân đã bỏ dầu vỏ đã nát.

Chung cất mẻ thứ 3: 5 ngày nấu 2 đấu gạo, lấy nước thuốc 6,5 thăng trộn vào cho chín, cho vào 1 đấu Đại ma tử đã giã nhỏ hòa nhau.

Chung cất mẻ thứ 4: 7 ngày nấu 2 đấu gạo, lấy nước thuốc 3 thăng rượu trộn vào cho chín, hòa vào 1 đấu Hồ ma đã giã vụn.

Chung cất mẻ thứ 5: 9 ngày nấu 1 đấu gạo trộn với 3 thăng nước thuốc cho chín.

Cách nấu đi nấu lại 5 mẻ trên đây, phải đợi gạo hết sạch, tức là nấu nếu gạo ít vị rượu loãng, nấu lại cho vào 1-2 đấu, khiến vị rượu đủ, rồi bỏ bã lấy nước.

*Cách dùng:* Theo cách bình thường uống nửa thăng, người không uống được rượu, có thể uống theo khả năng có thể chịu, khiến thường có hơi rượu nồng, uống vào buổi tối thích hợp nhất. Bổ dưỡng tinh thần, khiến người khỏe mạnh, khử mạnh bệnh phong.

*Chú ý:* Nguyên phương là loại rượu dùng dự phòng sản xuất với khối lượng lớn. Xin để tham khảo.

## **Rượu Tùng chi (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Nhẹ người tăng tuổi thọ, khử phong bảo vệ da. Trị phong hủi nặng, da ngứa, gãi rụng

như vẩy cám, yên phủ tạng, khử nhiệt ủ trong dạ dày, giải cổ họng khô, lưỡi đắng, trừ phong tê hự còm, trị mảy râu rơi rụng. Uống lâu người nhẹ nhõm trường thọ không già.

*Phối phương:* Tùng chi 2 đấu 5 thăng. Ngô hạt 2 đấu 5 thăng, bột men rượu 15, 5 cân, gạo nếp 5 đấu.

*Cách chế:* Nước 1 thạch sắc Tùng chi nổi lên, vớt lấy cho vào trong nước lạnh, lại cho vào nước nấu, như vậy nhiệt độ Tùng chi lúc này khoảng 40-50 độ, nấu tăng mỗi 5 độ thay nước, phơi khô tán thành bột, được 1 đấu 1 thăng 2 hộp rưỡi. Phương pháp luyện Tùng chi bước đầu, dùng 4 đấu nước ngâm men rượu, lên men 1 đấu 5 thăng hạt ngô, lấy bột Tùng chi cho vào mẻ thứ 1 này, tiếp theo lại nấu 3 đấu gạo nếp cho bột Tùng chi vào cơm trộn dùng hết mỗi đấu gạo cho bột Tùng chi 1 thăng 5 hộp rưỡi, trộn vào chưng cất rượu xong bỏ bã lấy nước.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 5 hộp, nhấm nháp, 1 ngày đêm có thể uống 4-5 lần, dần dần tăng lên 1 thăng, hâm nóng uống tùy khả năng, thường khiến có tư thể say liên tiếp.

*Lại 1 phương,* thêm Hạnh nhân 5 thăng, bỏ vỏ và trường hợp 2 nhân, hạt hạnh nhân phải đều, ngâm nước để bỏ vỏ, đập vỡ nghiền thành cao rất tốt.

*Chú ý:* Phương này là rượu dùng dự phòng sản xuất địa trà, chế tác phức tạp mà không thích hợp với tự gia đình chế. Xin dẫn nguyên văn để tham khảo.

## **XIV. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG SAU KHI SINH CON**

### **Rượu Kim hoàng kỳ (Thánh tế tổng lực) -**

*Công hiệu:* Ích khí hoạt huyết. Trị sau khi đẻ trúng gió bán thân bất toại, khô héo, nói khó, đau không có sức.

*Phối phương:* Hoàng kỳ, Xuyên tiêu, Bạch truật, Ngưu tất, Cửu cam thảo, Cát căn, Phòng phong, Xuyên khung, Tế tân, Sơn thù du, Bào phụ tử, Tần giao, Can khương, Đương qui, Bào ô đầu, Nhân sâm mỗi vị 75g, Độc hoạt 30g, Nhục quế 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc như hạt vừng, đựng bằng túi vải, cho ngâm vào 15 lít rượu trắng trong, 5 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, không thể uống nhiều.

*Chú ý:* Rượu này dùng thuốc khá nặng, vì sau khi sinh cơ thể yếu không thể uống quá lượng.

### **Rượu Thù du (Thiên kim dục phương)**

*Công hiệu:* Dưỡng âm đổ mồ hôi, trị sản hậu đổ mồ hôi trộm, thỉnh thoảng toát nhiều mồ hôi.

*Phối phương:* Sơn thù du 30g, rượu trắng trong 4 lít.

*Cách chế:* Cán nhỏ vụn Thù du cho vào bình, đổ rượu trắng trong vào, ngâm nửa ngày rồi đun sắc, được ngay.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 1 chén con.

*Chú ý:* Rượu có thể phát mồ hôi, sản hậu nhiều mồ hôi, trị bằng rượu này, không thể uống quá lượng.

### **Rượu Khúc (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết thông lạc. Trị sau khi sinh nở máu ứ, đau bụng.

*Phối phương:* Hồng khúc (men rượu đỏ), rượu trắng 500g.

*Cách chế:* Bỏ tạp chất của men rượu, đập nhỏ, ngâm với rượu rồi sắc là được.

*Cách dùng:* Bỏ bã, hâm nóng nước rượu thuốc uống, mỗi ngày 2 lần.

*Chú ý:* Sau khi sinh nở bụng dưới đọng máu thì đau bụng nhưng không thể uống nhiều.

### **Rượu Lưu ký nô (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Tan máu ứ chỉ đau. Trị sau khi sinh nở máu đọng ứ tắc, vết bầm máu.

*Phối phương:* Lưu ký nô, cam thảo mỗi vị lượng bằng nhau.

*Cách chế:* Cùng nghiền nhỏ 2 vị trên trộn đều,

cho vào bình sạch bảo quản, mỗi lần uống lấy 30g, lấy 2 chén nước sắc thuốc lấy 1 chén trước, rồi lại đổ 1 chén rượu trắng trong vào sắc còn 1 chén, bỏ bã uống 1 lần.

*Cách dùng:* Hâm rượu nóng uống 1 lần 1 bữa.

*Chú ý:* Sau khi uống rượu, hạ âm xuất huyết quá nhiều, dùng uống ngay.

### **Rượu Phá phong (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Khử phong định kinh. Trị sản hậu trúng gió, người chướng như giác cung, cấm khẩu không nói .

*Phối phương:* Xuyên ô đầu 90g, Đậu đen 300g,

*Cách chế:* Sao cả 2 vị trên thành nửa đen, đổ vào chảo, cho 2 lít rượu trắng trong vào khuấy đều, lọc bỏ bã lấy rượu.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 1 chén, hơi ra mồ hôi là được, nếu không mở miệng thì cậy miệng ra đổ vào.

*Chú ý:* Xuyên ô dùng bào chế phẩm. Rượu này trị sản hậu, uốn ván.

### **Rượu Khương trấp (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Khử phong định kinh. Trị sản hậu trúng gió, xương sống eo gấp ngược, gân giật cấm khẩu.

*Phối phương:* Địa hoàng trấp 2 cân, Rượu trắng trong 2 lít. Sinh khương trấp (nước gừng tươi) 100g.

*Cách chế:* Nấu Địa hoàng trấp trước, rồi đổ Khương trấp và rượu vào, cùng sắc một lát. Người sợ lạnh thêm Quế tâm bột 75g, phiên nhiệt thêm Sinh ngải trấp (nước ngó sen tươi) với lượng vừa phải.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý.

*Chú ý:* Rượu này trị uốn ván sản hậu, cũng trị phong hàn.

### **Rượu Hổ phách tán (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Phá huyết thông kinh. Trị sản hậu tằng phủ phong lạnh, máu hôi ra ít, kết thành u, cản trở nước hôi ra.

*Phối phương:* Hổ phách, Lưu hoàng, Mạt dược, Kỳ lân yết, Thủy diệp, Can tất mỗi vị 15g, Nạo sa, Ban mao, Quế tâm, Đương qui, Nguyên hoa mỗi vị 30g, Hải mã tử 10 quả, Manh trùng 1g, Xạ hương 1g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc thành bột, mỗi lần lấy 3g với nửa chén rượu, nửa chén nước giải trẻ em, 7 hạt đào nhân, cùng nấu sôi là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống khi đói 1 lần, thì máu hư ra ngay.

*Chú ý:* Rượu này rất độc, dùng thuốc nặng, bệnh khỏi ngừng uống ngay, không thể uống nhiều, mỗi ngày uống nhiều nhất 2 lần.

### **Rượu Nạo sa (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Phá huyết tán kết. Trị sản hậu trong bụng có u máu đau.

**Phôi phương:** Nạo sa, Can tất, Nguyên hoa, Đương qui, Am lưu tử mỗi vị 15g, Giá trùng (Địa miết) 30g, Ba đậu 10 quả, Mạnh trùng 14 g.

**Cách chế:** Dùng dấm nấu hồ, thuốc tán thành bột, trộn với hồ cho đều rồi viên thành viên to gấp 3 lần viên trầu, khi uống lấy nửa chén rượu, 1 chén con nước tiểu trẻ em đun 1 viên sôi qua là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 1-2 lần, đun 1 viên theo cách trên uống.

**Chú ý:** Trị sản hậu trong bụng có u sưng đau khó chịu. Rượu này rất độc, tuyệt đối không được uống nhiều, đồng thời nếu cơ thể có xuất huyết cũng không được uống rượu này.

### **Rượu Tứ thuận (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Bổ khí thăng huyết. Trị sản hậu khí huyết đều hư tổn, ngũ tạng hư nặng, chi thể gầy yếu, thiếu khí nhiều mồ hôi.

**Phôi phương:** Nhân sâm 30g, Cam thảo, Bạch truật mỗi vị 60g, Can khương 60g, Đương qui 90g

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, để vào trong bình sứ, ngâm vào 4 lít rượu trắng trong, 3 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén con.

**Chú ý:** Sản hậu cơ thể yếu, nhưng lại không thích hợp với bồi bổ quá mức, nên uống rượu không thể quá nhiều.

### **Rượu Dương qui Nhân sâm (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Bổ khí kiện tì, khử ứ máu chỉ đau. Trị sản hậu hư tổn gây yếu, khó vận động, đau chướng ngực, không muốn ăn.

*Phối phương:* Dương qui, Bạch truật, Hoàng cầm, Thục dược, Đại hoàng, Phục linh, Trần bì mỗi vị 30g, Nhân sâm, Hoàng kỳ, Hậu phác, Xuyên cung, Quan quế mỗi vị 50g, Cam thảo, Chỉ xác mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 8 lít rượu trắng trong, ủ kín 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén. Nếu đại tiện không thông có thể uống thêm.

*Chú ý:* Trong phương có loại phá huyết như Đại hoàng, thường không nên uống quá nhiều. Xuất huyết nhiều càng nên uống ít.

### **Rượu Hắc kê (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khiến người mặt trắng.

*Phối phương:* Gà trống đen 1 con, bột Ngũ hương lượng vừa phải.

*Cách chế:* Thái nhỏ gà, cho bột Ngũ hương vào sao cho thơm chín, cho ngay vào trong 6 lít rượu trắng ngâm, ủ kín 1 đêm là có thể dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý.

*\* Lại phương:* Dùng gà mái đen và Ô đầu ma 4 cân, om cho vàng thơm, thái nhỏ ngâm với rượu là được.

*Chú ý:* Dưới điều kiện sinh hoạt ngày nay, không cần tuân theo cách chế trên. Thường để gà hấp với chút Đường qui, Hoàng kỳ xong, cho một chút rượu vang là ăn được.

### **Rượu tư huyết (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Tư dưỡng (nuôi) vinh huyết. Bổ các loại suy nhược của phụ nữ, bổ máu bị lạnh lâu.

*Phối phương:* Đường qui, Xuyên khung, Thuộc dược, Nhân sâm, Mạch môn đông, Mẫu đơn bì, A giao mỗi vị 60g, Hồ phách 10g, Sao tảo nhân, Phấn thảo, Quế tâm mỗi vị 30g, Bán hạ khúc 50g, Sinh khương 3 lát.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ, ngâm vào 8 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sớm tối uống 1 chén.

*Chú ý:* Phụ nữ sinh con mất máu, chỉ nên bổ từ từ, nên chỉ có thể uống ít một trong thời gian dài. Rượu này còn có thể an thần, để trị sản hậu mất ngủ.

### **Rượu dưỡng huyết Nhân sâm (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Bổ khí ích huyết. Trị sản hậu ích khí hư tổn, Bổ xung nhâm, điều hòa huyết mạch, đẩy lùi tà nhiệt, an thần nhuận nhan sắc, vàng dầu hoa mắt và sinh đầy tháng trở ra vẫn gầy còm không thể hồi phục sức khỏe.

*Phối phương:* Nhân sâm, Xích thuộc, Xuyên

khung, Xương bồ mỗi vị 30g, Đương qui 60g, Thực địa hoàng 150g, Ô mai nhục 90g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 4 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sớm tối mỗi buổi uống lượng vừa phải.

*Chú ý:* Trong phương các vị hoạt huyết tương đối nặng. Sau khi uống thấy xuất huyết nhiều hơn, nên dùng uống hoặc uống bột đi.

### **Rượu dưỡng Vị (Vệ sinh bảo giám)**

*Công hiệu:* Khai vị ích khí, bổ vị khí để trợ khí sinh phát trị sản hậu khí, huyết đều thiếu, vàng đầu hoa mắt, mệt mỏi, kém ăn.

*Phối phương:* Nhân sâm, Hoàng kỳ, cứu Cam thảo, Bạch truật mỗi vị 30g, Thăng ma, Xài hồ mỗi vị 15g, Đương qui, Sao khúc mỗi vị 60g, Trần bì, Sinh địa hoàng mỗi vị 45g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 4 ngày là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày trước bữa ăn uống 2 chén, uống xong bổ sung rượu mới.

### **Rượu Lộc nhung bổ can (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Ích can huyết, ấm dương khí. Trị sản hậu lao thương, huyết khí can kinh không đủ, vàng đầu tim đập mạnh, tứ chi uể oải, ong ong thổ gấp. uống thường xuyên bổ ngũ tạng, giữ nhan sắc đẹp.

**Phối phương:** Lộc nhung 20g, Thục can địa hoàng, Dương qui, Bạch truật, Hoàng kỳ mỗi vị 60g, Bào phụ tử 30g, Bách tử nhân, Thạch斛, Chỉ xác, Bạch phục linh, Phúc bồn tử, Toan táo nhân mỗi vị 45g, Trâm hương, Nhục quế mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào hũ sứ, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, 5 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén con.

**Chú ý:** Phương này vị thuốc khô dương nặng, thích hợp với trường hợp mất máu quá nhiều, sợ rét chi lạnh, bực bội không yên. Trường hợp không lạnh không dùng rượu này.

### **Rượu Bảo sinh (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Điều xung nhâm, khử phong hàn. Trị sản tiền sản hậu huyết khí phong lạnh và các loại bệnh của phụ nữ trong sinh nở.

**Phối phương:** Thạch斛, Can địa hoàng, Dương qui mỗi vị 120g, Cửu khối tử 200g, Phòng phong, Thục tiêu, Tế tân mỗi vị 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 8 lít rượu trắng trong, 5 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén con.

**Chú ý:** Trong phương có Tế tân, nếu uống mà thấy tim đập bất thường nhiều mồ hôi thì dừng lại.

## **XV. RƯỢU BỔ GAN ĐIỀU KINH SÁNG MẮT**

### **Rượu Tùng cao (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ gan, trị gan hư hàn, hoặc phong nặng chảy nước mắt.

*Phối phương:* Tùng chi 10 cân, men gạo vừa lượng.

*Cách chế:* Thái nhỏ Tùng chi, ngâm nước 1 tuần rồi nấu, vớt khéo cao ở trên mặt nước ít một, nước kiệt lại thêm vào đun cho đến khi hết Tùng chi. Lấy 1 cân gạo thổi chín, trộn cao Tùng chi vào cho men rượu, ủ để lên men là được, ủ 100 ngày thì tốt.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý vào bất kỳ giờ nào.

*Chú ý:* Rượu này hợp với gia đình dùng, trong thời gian ủ rượu nhiệt độ không nên cao quá, cho men rượu lúc cơm nóng thì hơn.

### **Rượu Ngưng thủy thạch (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Ích gan điều kinh, khử phong hoạt huyết. Trị các dư tật hậu sản của phụ nữ, nước

tháng không đều, cũng trị 8 phong 12 tê, liệt nửa người, ngũ tạng thất thương.

*Phối phương:* Ngưng thủy thạch, Bạch thạch anh, Bạch thạch chi, Đại giả thạch, Phàm thạch (phên), Thạch cao, Mang tiêu, Quyển bách, Thạch nam diệp, Thạch vi, Bào thiên hùng, Bào phụ tử, Thường sơn, Tục đoạn, Nguyên hoa, Bạch truật, Phòng phong, Hoàng cầm, Hoàng liên, Sao đại hoàng, Ma hoàng, Thục can địa hoàng, Sơn thù du, Hạnh nhân, Nguyên sâm, Lữ như, Lang độc, Bán hạ, Lê lô, Xương bồ, Tiên hồ, Ngô công, Cam thảo, Long đởm, Cát cánh, Tần giao, Thược dược, Tù uýển, Bạch chỉ, Viễn chí, Thố ti tử mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ kín, 7-10 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 chén con. Bã thuốc lấy ra đem phơi khô, tán thành bột, mỗi lần uống lấy 3g hòa với rượu này uống.

*Chú ý:* Trong phương có nhiều vị thuốc chống nhau. Tức là 2 loại thuốc gặp nhau sẽ sinh độc lớn, như Nguyên sâm, Thược dược chống Lê lô; Nguyên hoa chống Cam thảo v.v... người xưa vận dụng như vậy, có phải có dụng ý đặc biệt hay không tạm thời chúng tôi chưa rõ, xin cung cấp để tham khảo. Ngoài ra, cách chế rượu của phương gốc là : "Dùng nước 3 đấu, men rượu ngày mồng 7 tháng 7: 3 cân, hạt ngô 3 cân làm cái theo cách ủ rượu thông

thường, thuốc đựng vào túi cho vào trong ủ". Tức là khi làm rượu gạo thì đặt thuốc ở trong cơm để cùng lên men.

### **Rượu Man di (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Ích gan điều kinh, khử phong hoạt huyết. Trị các dư tật hậu sản của phụ nữ, nước tháng không điều và 8 phong 12 tê, liệt nửa người, ăn ở hư hàn lâu ngày, 5 lao 7 thương.

*Phối phương:* Bạch thạch anh, Dự thạch, Quế tâm, Bạch truật, Lang độc, Bán hạ, Thạch nam, Long đởm, Tục đoạn, Nguyên hoa, Đại giả thạch, Lữ như, Thạch vi, Bạch thạch chi, Huyền sâm, Thiên hùng, Phòng phong, Sơn thù du, Cát cánh, Lê lô, Quyển bách, Tế tân, Hàn thủy thạch, Ô đầu, Trích trục, Thục tiêu, Bạch chỉ, Tần giao, Xương bồ mỗi vị 30g, Phàm thạch, Viễn chí mỗi vị 60g, Thạch cao 75g, Ngô công (rết) 1 con.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, cho vào bình sứ, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, 4 ngày sau thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén con.

*Chú ý:* Phương này dùng thuốc như phương "rượu ngưng thủy thạch". Trị chứng như nhau. Nhưng trong phương này Thiên hùng, Ô đầu dùng vị sống, thì độc tính càng cao; lại có thuốc chống như Tế tân, Huyền sâm chống Lê lô, Bán hạ

chống Ô đầu, Thiên hùng v.v... nên khi uống phải theo dõi tỉ mỉ phản ứng của cơ thể càng không thể uống nhiều.

### **Rượu Thông kinh (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết thông kinh. Trị kinh nguyệt không thông.

*Phối phương:* Đại ma tử 300g, Am lữ tử 200g, Thổ qua căn, Xạ can mỗi vị 120g, Đào nhân 100g, Cù kỷ 90g, Quế tâm mỗi vị 90g, Ngưu tất 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, ủ kín 5 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm, tối mỗi lần uống 1 chén con.

*Chú ý:* Rượu này phá huyết, tổn thương huyết, bệnh khỏi phải ngừng uống ngay.

### **Rượu Nguyên hồ (Nho môn sư thân)**

*Công hiệu:* Dưỡng huyết thông kinh. Trị kinh nguyệt sắp có bụng chướng đau.

*Phối phương:* Dương qui, Nguyên hồ, Nhũ hương, Mạt được, Hồng hoa mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 4 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau lấy phần trong uống được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm, tối uống 1 chén.

*Chú ý:* Thích hợp với huyết ứ thống kinh. Kinh nguyệt ra nhiều thì phải ngừng uống.

## XVI. RƯỢU BỔ TĂNG CƯỜNG TIÊU HÓA

### **Rượu Tiêu thực cao (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Kiện tì tiêu thực (tiêu hóa tốt). Trị tì hư hàn lao tổn, khí chướng đầy, ăn không xuôi, ợ hơi hôi của thức ăn ứ đọng qua đêm.

*Phối phương:* Chư cao 500g, Can khương 500g, Ngô thù du 150g, Bạch truật 150g.

*Cách chế:* Giã Thù du, Bạch truật thành bột trước, rồi sắc Can khương với Chư cao (cao lợn) được nước đặc, rồi đổ thuốc tán vào khuấy đều là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén con pha với rượu nóng.

*Chú ý:* Thiện trị ăn uống không tiêu, lưu ở dạ dày, bụng chướng buồn nôn. Bệnh nặng có thể uống nhiều với lượng thích đáng. Đối với bệnh viêm dạ dày, ruột mãn tính có hiệu quả trị đặc biệt, cũng có thể để uống lâu dài.

### **Rượu Liễu (Thiên tiện lương phương)**

*Công hiệu:* Kiện tì ích khí. Trị dạ dày đau không ăn được. Tai mắt không minh mẫn. Tử chi

phù nước, mùa đông ngủ chân lạnh, sau 10 tháng uống rượu này, mắt vừa tỉnh táo, người vừa khỏe.

*Phối phương:* Liễn mộc, Gạo nếp, men rượu 3 thứ với lượng vừa phải cho ủ rượu.

*Cách chế:* Tháng 8 lấy Liễn mộc hơn 60 cho nước nấu lấy nước đặc, rồi thổi 6 cân gạo nếp, cho nước thuốc và men rượu vào, trong hũ ủ lên men là được.

*Cách dùng:* Uống tùy ý, hiệu lực rất nhanh, không nên uống say.

*Chú ý:* Trong dạ dày đầy thức ăn lưu trữ nên uống nhiều; chỉ để giữ sức khỏe thì nên uống từ từ vừa phải.

### **Rượu Thập vị tiêu thực (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Ấm dương kiện tì. Trị tam tiêu bất hòa, Tì vị hoạt động kém, kết tụ chặt đồ ăn ở trong, hại đến khả năng ăn uống, khó nuốt nôn ọe, ăn không sinh cơ bắp, tích trệ 8 phong 5 thuyền, thân cử động khó, không xoay mình được đi lại khó khăn không tự chủ được, lại mất tiếng ... nói ngọng, tứ chi đều tê, gân sưng đau, vận hành không bình thường, lao lạnh tích tụ, khí thiếu, lúc nóng lúc lạnh.

*Phối phương:* Kim nha, Xà sàng tử, Can địa hoàng, Sóc địch căn, Phụ tử, Phòng phong, Tế tân. Mãng thảo mỗi vị 120g. Thục tiêu 30g. Khương hoạt 250g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sứ ngâm với 15 lít rượu trắng trong, bịt kín bình, 4-7 ngày sau là thành.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống lượng vừa phải. Rượu này không độc, có thể hơi say, khiến thường có hơi rượu kế tiếp, một thang bệnh sẽ khỏi.

**Chú ý:** Phụ tử sống độc nên dùng bào chế phẩm. Tế tân uống nhiều có thể tim đập nhanh mồ hôi nhiều. Rượu này trị bệnh kém ăn do tì vị yếu kém; cũng trị phong thấp hoặc trúng gió liệt nửa người. Rượu hết có thể thêm các loại thuốc trên mỗi vị 90g, chỉ có thực tiêu lượng dùng như trước, không thêm Kim nha nữa. Người lạnh thêm Can khương 120g. Uống rượu này hơn châm cứu, trị hơn 30 loại phong thần nghiệm. "Trừu hậu bị cấp" dùng Thăng ma, Can khương mỗi vị 120g, Nhân sâm 60g, Thạch học, Ngưu tất mỗi vị 150g, không dùng Sóc địch căn, cùng 14 vị.

### **Rượu Sâm kỳ (Thánh tế tổng lục)**

**Công hiệu:** Ích khí kiện tì. Ôn dương lợi thủy. Trị tì tê, cơ bắp cứng hư hàn, thể trọng sút, tứ chi hoạt động kém, đau khớp, không muốn ăn.

**Phối phương:** Hoàng kỳ, Quế tâm, Ba kích thiên, Thạch học. Trạch tả, Bạch phục linh, Bách tử nhân, Can khương, Thực tiêu mỗi vị 90g, Phòng phong, Độc hoạt. Nhân sâm mỗi vị 60g, Bào thiên

hùng, Thuộc dược, Bào phụ tử, Bào ô đầu, Nhân vu, Bán hạ, Tế tân, Bạch truật, Hoàng cầm, Quát lâu căn, Sơn thù du mỗi vị 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, Thu đông 7 ngày, Xuân hạ 3 ngày thành.

**Cách dùng:** Lúc đầu mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén, sau tăng lượng dần, khi miệng thấy hơi tê là kiến hiệu.

**Chú ý:** Trong phương có Thiên hùng, Phụ tử, Ô đầu rất độc, nên không thể uống quá, miệng tê là phải dừng ngay.

### **Rượu Toán khương (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Ấm dạ dày, tiêu hóa tốt. Trị dạ dày nóng, đói mà không ăn được

**Phôi phương:** Độc khoa toán, Sinh khương mỗi vị 10g.

**Cách chế:** Cán vụn thuốc, trộn với nửa lít rượu, bỏ bã là được.

**Cách dùng:** Khi chưa lên cơn bệnh, mới uống từ từ.

**Chú ý:** Rượu này trị bệnh nóng, hay đói không ăn được.

\* **Lại phương:** Trị bệnh nóng, nôn mửa không thể ăn. Chế bán hạ, A nguy mỗi vị 30 g. Hai vị này nghiền nát thành bột, mỗi lần lấy 5 g hâm nóng với 1 chén rượu để uống.

## **Rượu Phục linh (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Kiện tì bổ trung. Trị trung hư chướng đầy. Phong đầu trống vắng, Ngũ lao thất thương, nước thấp ứ đọng, nước giải, ít phù thũng v.v... có thể bổ eo chân ích dương đạo.

*Phối phương:* Phục linh 500g, rượu trắng trong 4 lít.

*Cách chế:* Bỏ vỏ Phục linh, rồi ngâm vào rượu, 10 ngày sau được. Hoặc tán Phục linh thành bột, thổi 4 cân gạo nếp, trộn thuốc và men rượu với cơm nếp, cho vào hũ để lên men, ép lấy nước trong.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, bất kể nhiều ít.

*Chú ý:* Trường hợp chỉ để giữ sức khỏe nên uống từ từ, trường hợp cần lợi cho bài tiết nước có thể uống nhiều.

\* *Lại phương:* Khỏe tì vị, ích tinh tủy. Dùng Hoài sơn được 250g, cho ngâm với 1 lít rượu, 3 ngày sau được. Uống tùy ý.

\* *Lại phương:* Kiện vị ích khí, trị không ăn uống được. Lấy Sơn được, Sơn thù du, Ngũ vị tử, Nhân sâm mỗi vị với lượng vừa phải ngâm với rượu uống.

## **Rượu Hồ trượng (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Khỏe dạ dày tiêu hóa tốt. Trị kém ăn, địa nhiệt nóng nảy, chỉ khát lợi tiểu.

*Phối phương:* Hồ trượng 10g, Cam thảo 3g, Sao

đậu nành, Sao mạch nha, Sao cốt nha mỗi vị 15g, Cúc hoa 3 g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, cho 2 lít nước vào sắc, sắc xong thêm 60g đường phèn vào khuấy tan, cho thêm 60ml rượu vào, bỏ bã là được

*Cách dùng:* Uống tùy ý, không say là tốt.

*Chú ý:* Phụ nữ có thai khi uống cần thận trọng, đến mùa Thu mát không nên uống lâu.

### **Rượu Thập hoa tán (Hòa tễ phương)**

*Công hiệu:* Kiện tì ôn dương, khứ phong trừ thấp. Trị tì vị khí hư, không muốn ăn uống, tả nôn mửa ía chảy, tứ chi lạnh tê khô héo, trúng độc thương hàn, và đàn ông Ngũ lao thất thương, đau toàn thân, tứ chi giật gáp, thất lưng, chân yếu, khí chân ứ đọng phù thũng đau, không đi được cùng các bệnh hư lao đều có thể chữa.

*Phối phương:* Ngũ gia bì, Trần bì, Can khương, Cam thảo mỗi thứ 180g, Cát cánh, Nhục quế, Khương hoạt, Hoàng kỳ, Thương thuật mỗi thứ 240g, Xuyên Ô đầu 90g, Phụ tử 180g.

*Cách chế:* Giã nhỏ thuốc thành bột, mỗi lần lấy 5g, cho vào chén rượu sắc uống, mỗi ngày 3 lần.

*Cách dùng:* Khi sắc thuốc cho vào 2 lát gừng, 1 quả táo tàu, để uống.

*Chú ý:* Trong phương có Ô đầu, Phụ tử v.v., không thể uống nhiều.

## XVII. RƯỢU BỔ DƯỠNG SINH TRƯỜNG THỌ

### **Rượu Thạch học vạn bệnh (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ lao tổn, ích tinh khí. Chữa ngũ lao thất thương, phong nặng chân gấp. Thấp ngứa không cảm giác nặng thì liệt một bên, gân mạch co giật, xương sườn chi đầy, người cẳng, hoặc cổ gáy lưng eo đau, tứ chi mỏi buồn, liệt dương, ngứa ôn, ngủ ra mồ hôi trộm, ngực bụng đầy chướng, đi tiểu đau kinh, hoặc đôi lúc đi ngoài ra máu, họng khô miệng nóng, ăn uống không tiêu, sốt rét lặp đi lặp lại, gầy còm khí ngắn, cơ bắp gầy mòn, hoặc không có con, nếu sinh con, sắp thành người liền chết, đây là do cực lao thương khí huyết, tâm thần kém dẫn đến, nếu rượu gặp đúng người có bệnh trên khiến người khỏe mạnh nhiều con.

*Phối phương:* Ngưu tất, Viễn chí, Tục đoạn mỗi vị 60g, Thổ tì tử, Phục linh, Nhục thung dung, Đỗ trọng mỗi vị 90g, Xà sàng tử, Bào phụ tử, Bào thiên hùng, Quế tâm, Can khương, Thục tiêu, Vân mẫu phần mỗi vị 30g, Phòng phong, Can địa

hoàng, Bạch truật, Tì giải, Thạch斛, Cúc hoa, Xương bồ mỗi vị 80g, Tế tân 15g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, ủ kín, 7 ngày sau được, lấy bã ra phơi khô, tán thành bột.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén cùng với khoảng 5g bột thuốc, với cảm giác làm mức độ, hiệu nghiệm.

*Chú ý:* Kiêng ăn thịt lợn, dê, nước lạnh, đào mận, thịt chim, hành sống, rau sống v.v... Rượu này nếu có bệnh thì chữa, không bệnh thì dưỡng sinh.

### **Rượu Thuật cao(Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Bổ ích tinh khí. Chữa ngũ lao thất thương, khí chân yếu, phong hự, vạn bệnh, uống lâu tăng tuổi thọ.

*Phối phương:* Sinh bạch truật, Thanh trúc, Man kinh, Sinh ngũ gia bì, Sinh địa hoàng căn mỗi vị với lượng vừa phải.

*Cách chế:* Cho nước vào sắc 5 loại thuốc trên lấy nước đặc, rồi đồ 4 cân gạo nếp, cho nước thuốc và men rượu vào cơm nếp đổ vào hũ ủ cho lên men, rồi bỏ bã lấy nước trong.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm, tối uống 2 chén con

*Chú ý:* Cách chế của phương gốc phức tạp, tức là "Sắc 5 vị thuốc Bạch truật ... v.v được 9 đấu 5 thăng nước thuốc, thêm 1 thạch 5 đấu gạo nếp, 8

cân men rượu tiểu mạch đã phơi khô tán thành bột, lấy 6 đấu nước thuốc, ngâm diện 5 ngày, đợi men lên đợt 1 vo sạch 7 đấu gạo, khiến được 30 lượt đổ gạo ở trên bàn sạch lau bằng vải sạch mới thật sạch sẽ, không sót một vết bẩn, rồi đổ nó để làm cái rượu, lấy nước thuốc còn lại ngâm nó cho vừa mức, lại đổ, đợi đến khi trên cái sinh vẩy rồi rải trên bàn, không chế mức nóng lạnh cho vừa phải, theo cách ủ rượu thông thường, cho vào hũ lên men, bịt kín hũ, 3 ngày sau mẻ thứ 2 lại vo gạo 4 đấu, lặp lại như cách trên 3 ngày sau thì thêm thuốc như tả. Đây rõ ràng là phương pháp sản xuất đại trà. Xin để tham khảo.

### **Rượu Thiên môn đông (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Đại bổ tinh khí, thọ mãi không già. Trị đau phù chân.

*Phối phương:* Thấp kinh, Thanh trúc, Gạo nếp trắng, Sinh địa hoàng, Sinh ngũ gia bì, Thiên môn đông mỗi vị với lượng phối hợp vừa phải.

*Cách chế:* Sắc chung các loại thuốc trên lấy nước đặc, rồi đồ chín cân gạo nếp, để nguội rồi cho nước thuốc và men rượu vào, đổ vào hũ để lên men là được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm, tối uống 2 chén con, chân phù nhiều có thể uống nhiều hơn với lượng vừa phải.

*Chú ý:* Trong phương trên có thể thêm Quế tâm, Cửu cam thảo, Bạch chỉ, Xuyên cung, Ma

hoàng, Dương qui mỗi vị 180g, Can khương, Ngũ gia bì mỗi vị 30g, Phụ tử 150g, Ngưu tất 250g để ngâm cùng. Cách chế rượu của phương gốc là: "Lấy nước thuốc trên 6 thăng ngâm bột men rượu 5 ngày, trong men sôi lên, mẻ thứ 1 vo sạch 7 đấu gạo 20 lượt, để trên bàn sạch lấy vải mới sạch lau khô, rồi cho vào trong chỗ đồ để làm cái rượu, lập tức lấy nước thuốc đổ vào trong chậu sạch trộn với cơm cho đều rồi để nguội ủ như cách lên men rượu thông thường, cho vào hũ sứ ủ kín 3 ngày sau cho vào mẻ thứ 2, lại vo sạch 4 đấu gạo làm như cách trên sau khi đồ cơm, để nguội vừa phải, cho vào hũ rượu trước ủ. Lại 3 ngày sau nữa thì cho thuốc sau. Thuốc sau chỉ Quế tâm, Cam thảo, Bạch chỉ, ... v.v. Đồng thời có 4 đấu gạo nếp trắng, chế tác là : Ngoài gạo, đều giã nhỏ như hạt gạo, cho gạo vào trộn đều cùng đổ vào chỗ đồ chín kỹ, đổ ra trải cho tản nhiệt đến mức như nhiệt độ cơ thể người, đổ vào bình rượu trước, 3 ngày sau có thể nếm chút ít, nếu thấy được thì bịt kín miệng hũ, 27 ngày sau nữa, ép lấy nước trong, để vào đồ đựng khô sạch, mỗi lần uống hâm nóng 4 chén uống hết. Cách chế biến rượu như vậy rất phức tạp, không thích hợp với gia dụng, nên chúng tôi đã đơn giản hóa. Xin để tham khảo.

### **Rượu Mã quán (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Trừ phong khí, thông huyết mạch, ích tinh hoa, định lục phủ, thông minh tại mắt,

sáng đượm nhan sắc, tóc bạc biến đen, răng rụng lại mọc, uống thuốc 20 ngày lực thể gấp bội, 60 ngày chí khí tràn trề, 80 ngày có thể viết sách vào đêm, 100 ngày đến thần minh, quan hệ phòng sự như tuổi 30 mươi, người 80 tuổi uống cũng có con, bệnh đau lưng đau đầu gối đều có thể chữa.

**Phối phương:** Thiên hùng 60g, Thương lục căn, Trạch thực, Ô đầu, Phụ tử mỗi vị 30g, Quế tâm, Bạch liêm, Nhân vu, Can khương mỗi vị 90g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc đựng bằng túi vải, cho vào hũ sứ ngâm với 20 lít rượu trắng trong. Mùa xuân hạ 5 ngày, mùa thu đông 7 ngày là thành.

**Cách dùng:** Mỗi uống nửa chén, dần tăng đến 3 chén con, bã thuốc tán thành bột mỗi lần uống lấy 5g pha với rượu này uống.

**Chú ý:** Ngày hạ e rượu biến chất, có thể bảo quản ở trong tủ lạnh. Trong rượu thuốc này dùng Thiên hùng, Ô đầu, Phụ tử sống, độc tính càng lớn, tuyệt đối không thể uống quá, nên tăng lượng dần dần để thích ứng, với mức miệng tê làm chuẩn.

### **Rượu Thương nhĩ (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Tăng tuổi thọ nhẹ người, khỏe chắc sáng sủa. Trị hư nhược gây yếu, các loại phong trúng gió tủy xương, nếu kém hoặc phát nhọt, sau khi bị nhọt, đau da, khử phong da. Bổ hư hiệu lực tốt.

**Phối phương:** Thương nhĩ tử, Sinh địa hoàng,

Ngưu tất mỗi vị 150g,, Đan sâm, Thiên môn đông mỗi vị 120g, Hạnh nhân, Tùng diệp, Kinh căn nhũ học tử, Câu khởi tử, Đại ma tử, Cam cúc hoa mỗi vị 90g, Thạch học 100g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đổ vào bình sạch cho 10 lít rượu trắng trong vào ngâm, bịt kín bình, 7 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày bất kể giờ giấc, uống tùy ý.

*Chú ý:* Cách chế của phương gốc là : Sau tháng 6 lấy Thương nhĩ tử, phơi khô đến tháng 9 tuốt lấy một đấu to, đem đun với 3 đấu nước, nấu lấy 4 đấu, ngâm 2 đấu to men rượu, 3 mẻ. Đều với 1 đấu gạo to, ngâm 3 ngày, ủ như cách lên men rượu thông thường. Sau ngày rượu chín, mỗi ngày uống 2-3 lần, mỗi lần uống 5 hợp, nếu người yếu gây còm, bất kể nam nữ, thêm Sinh địa hoàng 5 thăng to, Ngưu tất căn 3 thăng to, Đan sâm 2 thăng to, Thiên môn đông 2 thăng to, Hạnh nhân 1 thăng to đã bỏ chóp vỏ, Kinh căn nhũ học tử 2 thăng to, Tùng diệp 5 thăng to, Câu khởi căn 5 thăng to, nước 3 thạch to, nấu riêng Ngưu tất, Đan sâm, Tùng diệp lấy 6 đấu to, cùng với nước Thương nhĩ tổng cộng 1 thạch, ngâm 5 đấu men rượu, dùng gạo 2 thạch 5 đấu, chia làm 4 mẻ lên men. Hạnh nhân giã thành bột cho vào cơm mẻ 1; Sinh địa hoàng giã như đất, cho vào mẻ cơm thứ 2; Thiên môn đông đồ chín bỏ vỏ, giã như đất cho vào mẻ cơm thứ 3; lại Đại ma

tử già nhỏ, cho vào mẻ thứ 4, khử phong da, bổ hư có hiệu quả rất tốt; người nhiều phong đầu lấy Cam cúc hoa 1 thăng ngâm vào bã mẻ thứ 5 khuấy đều. Điều khiển cho rượu chín, già trẻ lớn bé đều có thể uống. Không ăn các thịt. Chỗ đủ vị thuốc thì thực hiện được theo phương thuốc, chỗ không có thuốc thì có thể lấy Thương nhĩ làm gốc, nếu thiếu 2-3 vị cũng được không cần đủ cả. Rượu ủ quanh năm đến tháng 3 uống, có thể chữa được nhiều bệnh, trẻ lại sống lâu nhẹ người, Kỵ cá chép, vụ di. Đây là cách chế biến đại trà. Xin để tham khảo.

### **Rượu Môn đông (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Bổ ích tinh khí. Trị 6 tạng 6 phủ bị phong to, động hư, Ngũ lao thất thương, chứng kết đọng khí, các loại phong nóng lạnh, bệnh động kinh, diếc tai phong đầu, tứ chi co giật, chân què do phong, vạn bệnh đều có thể trị, Uống lâu tăng tuổi thọ nhẹ người, răng rụng lại mọc, tóc bạc lại đen.

*Phối phương:* Thiên môn đông 3 cân, Gạo nếp 6 cân, men rượu nửa cân.

*Cách chế:* Già Thiên môn đông lấy nước, lại đồ chín gạo, để nguội rồi cho men rượu và thuốc vào với nhau rồi đổ vào hũ ủ, sau khi lên men thành rượu ép lấy nước trong.

*Cách dùng:* Uống tùy ý, khiến thường có hơi rượu kế tiếp chớ say.

*Chú ý:* Cũng có thể ngâm trực tiếp Thiên môn đông vào rượu trắng trong, kiêng ăn cá chép, dầu mỡ. Thời gian ủ kín nên dài, 1 tháng là tốt. Lúc đầu rượu chua, dùng lâu là thơm ngon.

### **Rượu Khai tâm (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Thư gan ích khí. Trị tim đập nhanh thiếu khí, thường có u sầu, ăn uống kém, ngày càng gầy mòn.

*Phối phương:* Sa thảo căn 2 cân, rượu trắng 6 lít.

*Cách chế:* Thái nhỏ Sa thảo căn (rễ) cho một ít nước om cho thơm đựng bằng túi vải, ngâm vào rượu trắng trong, ủ kín, 3 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén, khiến có hơi rượu kế tiếp, với mức có cảm giác hơi là được.

*Chú ý:* Sa thảo căn, tức mầm của Hương phụ tử, khi chế rượu cũng có thể cho thêm 100g Hương phụ tử vào rượu thuốc trên ngâm cùng.

### **Rượu Cầu khởi Địa hoàng (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Ích tinh huyết, tăng tuổi thọ.

*Phối phương:* Cầu khởi tử 500g, Sinh địa hoàng 500g.

*Cách chế:* Cho 6 lít rượu ngon vào trong bình sứ ngâm Cầu khởi tử trước, 20 ngày sau mở nắp bình cho nước Địa hoàng (Địa hoàng giã nhỏ ép ra nước) ngâm cùng, lại bịt kín bình, 30 ngày sau mở dùng.

*Cách dùng:* Mỗi sáng, hãm nóng 1 chén uống.

*Chú ý:* Không ăn rau mùi, hành v.v...

### **Rượu Sơn vu (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Ích tinh thần, thông huyết mạch, trừ phong thấp, sáng tai mắt, sáng nhan sắc. Người cao tuổi uống 50 ngày, sức gấp bội khí đầy đủ, uống trăm ngày thần trí minh mẫn như tuổi 30, sức có thể kéo cung, người có bệnh ở thất lưng-đầu gối, rượu này trị thích hợp. -

*Phối phương:* Thiên hùng, Bạch liễm, Sơn vu mỗi vị 90g, Thục tiêu, Dương trịch trạch mỗi vị 15g, Ô đầu Phụ tử, Can khương mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình ngâm với 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Lúc đầu uống nửa chén một ngày, tăng dần đến 1 ngày 3 chén con, bã thuốc cán thành bột, mỗi lần uống lấy 3g pha với rượu thuốc này uống.

*Chú ý:* Trong thuốc Thiên hùng, Ô đầu, Phụ tử dùng sống. Độc tính tương đối lớn, không thể uống nhiều, uống quá.

### **Rượu Cúc hoa diên niên (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, bổ tủy, ích thọ sống lâu trẻ lâu.

*Phối phương:* Cúc hoa, Sinh địa hoàng, Cầu khởi tử căn mỗi vị 2 cân.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, cho thêm nước lượng vừa phải sắc lấy 5 lít nước đặc đồ 5 cân gạo nếp cho nước thuốc và men rượu vào cơm nếp trộn đều rồi đổ vào hũ ủ kín, lên men rồi chắt lấy nước trong.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén.

**Chú ý:** Cũng có thể thay thế Cầu khởi cân bằng Cầu khởi tử, các loại thuốc 150g ngâm vào rượu trắng trong 6 lít là được.

### **Rượu Bôn mã (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Thông huyết mạch, điều vinh vệ. Trị xương héo vàng, chữa không khỏi, uống một thang, uống hết 100 ngày, nhan sắc đầy đặn, sức lực tăng gấp nhiều lần, tai mắt thông minh, đi như ngựa phi, tóc trắng trở lại đen, răng rụng mọc lại, ngày đêm sáng sủa, kéo dài tuổi thọ, uống lâu được thông thần.

**Phối phương:** Xương bồ 3 cân, rượu trắng trong 10 lít, Thuật mễ (gạo cao lương) 5 cân.

**Cách chế:** Thái nhỏ Xương bồ phơi khô, đựng bằng túi vải, ngâm vào 5 lít rượu ngon, ủ kín sau trăm ngày mở ra xem, thấy rượu như màu xanh lá cây, lại đồ Thuật mễ, đổ vào rượu, lại ủ 40 ngày, bèn lọc bỏ bã lấy nước.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần hâm nóng 1 chén uống. bã thuốc trên phơi khô, giã làm tán,

mỗi lần uống lấy 3g hoà với rượu thuốc trên, uống vào rất hay.

**Chú ý:** Sau khi ngâm Xương bồ với rượu, có thể không cần thêm Thuật mễ mà cũng dùng được.

**Lại phương:** Dùng Xương bồ già, vắt lấy nước 5 lít, gạo nếp 5 cân đồ chín, nửa cân men rượu ngon giã vụn, trộn đều, cho vào hũ ủ kín, 3 tuần sau dùng được, mỗi lần uống hâm nóng 1 chén nhỏ, ngày uống 3 lần.

**Lại phương:** Xương bồ 500g, Bạch truật 500g.

Cho vào túi lụa, để vào hũ ngâm với 5 lít rượu trắng trong bịt kín hũ, mùa xuân đông 14 ngày, mùa Thu hạ 7 ngày sau được, mỗi lần uống hâm nóng 1 chén, ngày uống 3 lần, khiến người trẻ khỏe, sắc mặt sáng sủa, thần hiệu.

### **Rượu Thông khiếu (Phổ thế phương)**

**Công hiệu:** Thông 9 khiếu, bổ ngũ tạng, khiến người không bị bệnh.

**Phôi phương:** Đan sâm 500g, rượu trắng trong 3 lít.

**Cách chế:** Thái nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào rượu 3 ngày thành.

**Cách dùng:** Có thể uống theo khả năng bản thân.

**Chú ý:** Phụ nữ có thai và trong thời kỳ hành kinh cấm uống.

### **Rượu Địa tiên (Thập tiện lương phương)**

*Công hiệu:* Ông Lư Sơn Đàm 50 tuổi, uống rượu này sống đến 140 tuổi.

*Phối phương:* Tường vi căn kính (rễ, cành cây tường vi), rượu trắng trong mỗi thứ với lượng vừa phải.

*Cách chế:* Thái nhỏ thuốc, hấp chín phơi khô tán thành bột, hoặc sắc cô nước đặc.

*Cách dùng:* Mỗi lần lấy 5g, sắc với 1 chén rượu uống, hoặc nước đặc 1 chén pha với 1 chén rượu uống.

### **Rượu Ích thọ (Trửu hậu phương)**

*Công hiệu:* Kéo dài tuổi thọ, trị các loại bệnh thất lưng đầu gối.

*Phối phương:* Thỏ ti tử 80g, Ngưu tất, Cẩu khởi tử mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình ngâm với 4 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Dưỡng sinh thì mỗi buổi sớm tối uống 1 chén. Trị bệnh thì uống theo khả năng, uống nhiều là tốt.

*Chú ý:* Ngày hè e rượu chua, nên bảo quản trong tủ lạnh hoặc nước lạnh.

### **Rượu Tiên linh (Phổ tế bản sự phương)**

*Công hiệu:* Bổ ích khí huyết, khỏe gân cốt, sức chân.

**Phối phương:** Tiên linh tì, Tì giải, Ngưu tất, Ý dĩ nhân, Thục địa, Ngũ gia bì mỗi vị 75g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 8 lít rượu trắng trong, bịt kín, 7 ngày sau là dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống 1 chén, lấy chén nào bổ sung luôn chén rượu mới nấy.

**Chú ý:** Trong phương gốc có Hồ cốt, vì cấm dùng, lấy ngũ gia bì thay thế.

### **Rượu Đào hoa (Bản thảo cương mục)**

**Công hiệu:** Bổ hư ích khí, khứ phong thấp tê khí, uống lâu ích thọ lâu già, tốt nhan sắc.

**Phối phương:** Đào hoa 100g, Mã lan hoa 160g, Chi ma hoa (hoa vừng) 200g, Cam cúc hoa 300g, Đào nhân 30g.

**Cách chế:** 5 vị trên hong khô, tán thành bột, thêm vào khoảng 4 cân bột mì trắng, giấy ướt bọc kín 49 ngày làm thành viên men rượu.

**Cách dùng:** Mỗi lần uống 1 viên men rượu, một miếng mì chín 1 chén nước, cho vào đồ đựng sạch, bịt kín một thời gian là thành, bỏ bã uống nước rượu trong.

**Chú ý:** cũng có thể chế rượu chỉ 1 lần, tức là đem men rượu trên, lại cho vào 10 cân bột mì chín, lượng nước vừa phải, cho vào hũ lên men là thành

### **Rượu Dưỡng tạng (Trung tạng kinh)**

**Công hiệu:** Dưỡng khí ngũ tạng, uống lâu ích thọ. Chủ trị tinh thần, cơ thể mệt mỏi sức yếu, ăn uống giảm sút, vàng đầu hoa mắt, thất lưng đầu gối không khỏe.

**Phối phương:** Hoàng tinh, Câu khởi tử, Thương thuật mỗi vị 90g, Thiên môn đông 120g, Tùng diệp 60g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào bình sạch ngâm với 8 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi buổi sớm, tối uống 1 chén con.

**Chú ý:** Nếu mùi tanh trong rượu nặng, có thể giảm lượng Tùng diệp, hoặc lấy Tùng diệp ra, cho thêm đường phen trộn với rượu vào ngâm cùng.

### **Rượu Lão quân ích thọ (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Ích thọ sống lâu.

**Phối phương:** Bạch truat 120g, Phòng phong, Cát cánh, Nhục thung dung, Viễn chí, Trạch tả mỗi vị 30g, Can khương 45g, Tế tân 10g, Phụ tử 45g, Thiên môn đông 150g, Can địa hoàng 60g, Bào thiên hùng, Thạch斛, Quế tâm, Bách thực, Vân mẫu phẩn, Thạch vi, Đỗ trọng, Ngưu tất, Bạch phục linh, Xương bồ, Ngũ vị tử, Xà sàng tử, Cam cúc hoa, Sơn thù du mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào ngâm với 20 lít rượu trắng trong, bịt kín, 7 ngày sau được. lấy bã rượu ra, tán thành bột.

*Cách dùng:* Mỗi sáng lấy rượu thuốc uống với 10g thuốc tán, ngày hè uống 1 lần, Xuân thu uống 2 lần, sau khi uống rượu thuốc này, như trong sách nói "Mười ngày biết hiệu nghiệm, 20 ngày cảm giác mệt giảm, 30 ngày sung sức, 40 ngày trừ được các bệnh, 60 ngày người nhẹ như bay, 70 ngày mặt sáng sủa, 80 ngày thần thông, 90 ngày tinh thần phi thường, 100 ngày trở lên không già nữa, nếu có thể đoạn phòng thì trường sinh".

*Chú ý:* Phương gốc không ngâm rượu, mà tán nhỏ các vị thuốc thành bột, mỗi ngày pha với 1 chén rượu uống.

### **Rượu Thần tiên thập tinh (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Uống lâu tóc bạc lại đen, răng rụng lại mọc, da thịt đầy đặn, nhan sắc sáng sủa, cơ chân nhanh nhẹ, tai mắt thông minh, bổ não thêm tinh, sống lâu không già, công đích thực không thể nói hết.

*Phối phương:* Ba kích (Thiên tinh), Vân mẫu phấn (Nhật tinh), Cam cúc hoa (Nguyệt tinh), Thục can địa hoàng (Địa tinh), Thố ti tử (Sơn tinh), Ngũ vị tử (Thảo tinh), Chung nhữ phấn (Thủy tinh), Thạch học (Thạch tinh), Nhân sâm (Được tinh) mỗi vị đều có lượng bằng nhau.

*Cách chế:* Tán nhỏ các vị thuốc thành bột tán.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần lấy bột tán 10g, pha với rượu uống.

*Chú ý:* Bất kể già yếu tuổi nhỏ đều có thể uống, cũng có thể ngâm thuốc với rượu trắng trong, đồng thời lấy bã thuốc sau khi đã ngâm thành rượu thuốc giã thành bột để pha với rượu thuốc uống.

### **Rượu Chân nhân linh phi ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Sáng sửa nhẹ người, đêm nhìn thấy sáng, huyết mạch sung sức thịnh vượng, đi nhanh như ngựa phi, bỏ cơm không đói.

*Phối phương:* Vân mẫu phấn 250g, Phục linh, Chung nhũ phân, Sinh địa hoàng mỗi vị 150g, Bách tử nhân, Tục đoạn, Cúc hoa mỗi vị 90g, Nhân sâm 30 g, Thiên môn đông 500g, Quế tâm 60g.

*Cách chế:* Giã Thiên môn đông vắt lấy nước trước, rồi cán nhỏ các vị còn lại, lấy nước Thiên môn đông rưới vào các vị thuốc, lại cho vào túi vải, ngâm vào 20 lít rượu trắng trong, ủ kín, 10 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm, tối uống 1 chén, kiến hiệu như trong sách viết, 1 ngày sức gấp đôi, 5 ngày huyết mạch xung thịnh, 7 ngày người nhẹ, 10 ngày sắc mặt hồng hào, 15 ngày đi nhanh như ngựa phi, 30 ngày đêm nhìn có sáng, 70 ngày tóc bạc trở thành đen, răng cũ rụng mọc lại.

*Chú ý:* Bã thuốc phơi khô, tán thành bột, cho mật ong trộn chế thành viên thuốc to như hạt trầu để uống cùng với rượu.

### **Rượu Tứ phiên ("Thánh huệ phương")**

**Công hiệu:** Biến trắng nhẹ người, bỏ già trẻ lại, trừ bệnh loang trắng, giữ nhan sắc ích thọ, điền tinh bổ não.

**Phôi phương:** Tùng chi, Trạch tả Bạch truật, Vân mẫu phấn, Can khương, Nhục quế, Xương bồ, Sinh can địa hoàng mỗi vị 60g.

**Cách chế:** Tán nhỏ thuốc thành bột, đựng bằng túi vải, ngâm với 8 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi buổi sớm, tối uống 1 chén con.

**Chú ý:** Trường hợp bình thường, tình thiếu da khô, giảm một nửa Can khương, Nhục quế, mà Sinh địa hoàng thì lượng gấp đôi, cũng có thể bảo quản bột thuốc bằng giấy nến bịt kín, mỗi gói nhỏ 10g, mỗi lần uống lấy 1 gói, uống với 1 chén rượu sắc lên hoặc thêm mật chế thành thuốc viên to như hạt trầu, mỗi lần uống lấy 15 viên pha với rượu trắng trong. Trăm ngày có hiệu lực ngay.

### **Rượu Bát tiên bất lão ("Phổ tế phương")**

**Công hiệu:** Bảo mệnh, sống lâu không già, trị vạn bệnh.

**Phôi phương:** Thục can địa hoàng 250g, Ngũ vị tử 30g, Thiên môn đông, 90g Xương bồ 45g, Viễn chí 30g, Thạch vi 30g, Bạch phục linh 60g, Quế tâm 15g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải,

cho vào bình sứ sạch ngâm với 10 lít rượu, bịt kín bình 14 ngày thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 2 chén. Kiến hiệu là "30 ngày sức chịu lực gấp đôi bình thường, 60 ngày sung sức, các bệnh đều hết, 300 ngày thì đi như ngựa phi, 500 ngày không ngộ độc hại, nghìn ngày đêm nhìn thấy sáng, 9 năm thành địa tiên".

*Chú ý:* Cũng có thể tán thuốc thành bột, mỗi lần uống lấy 10g pha với rượu. Người không uống được rượu có thể uống với nước.

### **Rượu Địa tuỷ ("Thánh tể tổng lực")**

*Công hiệu:* Bảo mệnh quanh năm, không sinh các bệnh.

*Phối phương:* Sinh can địa hoàng 12g, Sa thảo căn, Khiến căn, Địa cốt bì, Am lữ tử, Mao căn (rễ cỏ tranh) mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Các vị thuốc tập trung vào để tán phải chọn ngày giờ đúng tức là: Xuân dùng Giáp tý, Hạ dùng Bính tý, Thu dùng Canh tý, Đông dùng Nhâm tý, "ví dụ mùa đông yêu cầu ngày Nhâm tý" mới có thể tập hợp các vị thuốc lại để tán thành bột thuốc.

*Cách dùng:* Mỗi sáng lấy khoảng 5 g, sắc với 1 chén rượu uống.

*Chú ý:* Cũng có thể ngâm thuốc vào 8 lít rượu, 5 ngày sau thành. Phần "chọn ngày" của cách chế thuốc này ghi chép theo nguyên văn và có phần chú thích, xin để tham khảo.

## **Rượu Vương mẫu tử đông ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Nhẹ người, sống lâu không già.

*Phối phương:* Hồ ma nhân, Thiên môn đông, Bạch phục linh, Thục hoàng tinh, Đào nhân, Thương thuật mỗi vị 100g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột, sắc với rượu là được.

*Cách dùng:* Mỗi sáng lấy 10g bột thuốc, sắc với 1 chén rượu uống, tối lại uống như vậy, tăng dần lượng.

*Chú ý:* Ma nhân, Đào nhân nên bỏ vỏ, nếu không sẽ đi ngoài, nhưng nếu người già đi phân khô thì không nên bỏ vỏ.

## **Rượu Thần tiên lục bất suy ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Ích sức lực, tối có thể đọc sách.

*Phối phương:* Tùng chi 120g, Bạch lập 1 cân, Dương chi 2 cân, Bạch mật 2 cân, Di đường (Mạch nha) 120g.

*Cách chế:* Cho các vị thuốc vào trong bình đựng bằng đồng, sắc nhỏ lửa khoảng 2 giờ lấy ra, đựng trong đồ đựng sạch.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống lấy khối lượng bằng khoảng 1 quả trứng gà, pha với 1 chén rượu, mỗi ngày uống 3 lần.

*Chú ý:* Đề phòng thuốc biến chất, có thể chế ít hoặc bảo quản trong tủ lạnh.

## XVIII. RƯỢU BỔ PHỤC HỒI SỨC KHỎE DO TRÚNG GIÓ BỊ LIỆT

### Rượu Long hổ (Phổ tế phương)

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc, khỏe gân cốt, trị phong liệt, bất kể nặng nhẹ, nằm lâu trên giường.

*Phối phương:* Thiên ma, Cốt toái bổ, Long cốt, Ngũ gia bì, Ô xà, Bạch hoa xà, Ác thực, Khương hoạt, Độc hoạt, Ngưu tất, Thục can địa hoàng mỗi vị 15g, Tùng tiết, Bại quy, Xuyên cung, Đương quy mỗi vị 30g, Đại ma tử, Gia tử căn, Văn tằm sa mỗi vị 60g, Bào phụ tử 45g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, ngâm với 15 lít rượu, ủ kín, mùa Xuân Hạ 3 ngày, mùa Thu Đông 7 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 1 chén, bất kể giờ nào uống tùy ý.

*Chú ý:* Trong phương gốc có Hổ cốt 30g, cấm dùng, lấy Ngũ gia bì thay thế. Rượu này nóng nặng không thể uống nhiều.

### **Rượu Địa linh gia tử căn (Y học thiết vấn)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết sinh cơ, trị trúng gió liệt.

*Phối phương:* Gia tử căn 150g, Thử niêm tử, Man kinh tử mỗi vị 30g, Hoả ma nhân, Văn tằm sa mỗi vị 120g, Thương nhĩ tử, Cầu khởi tử mỗi vị 200g, Tần giao, Tì giải, Ngưu, Bàng diệp, Ngũ gia bì mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào một hũ to ngâm với 15 lít rượu trắng trong, bịt thật kín, 14 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén.

*Chú ý:* Trong phương gốc có Hổ cốt 60g, ở đây lấy Ngũ gia bì thay thế. Xin để tham khảo, thích hợp cho người bị trúng gió lâu uống.

### **Rượu Mộc miết (Bào thị phương)**

*Công hiệu:* Hoạt huyết khử phong, trị các loại phong, liệt trái liệt phải, viêm khớp đau.

*Phối phương:* Ma hoàng Mộc miết, Hạnh nhân, Đại hoàng mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, cho vào nồi, đổ vào 6 lít rượu ngon, sắc lấy 4 lít.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 2 chén.

*Chú ý:* Cũng có thể sắc được 1 lít rượu thuốc, lại ngâm vào 5 lít rượu, bỏ bã uống.

### **Rượu Tiên nhân (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc, ích tinh huyết. Trị bán thân bất toại, tay chân co giật.

*Phối phương:* Ngưu tất 500g, Thương truật 2 cân, Phòng phong, Tầm sa, Cẩu khởi tử, Địa hoàng, Đương quy mỗi vị 60g, Tần giao 30g, Thiên ma 150g, Ngưu bàng tử 3 cân.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào vại sứ, đổ 10 lít rượu trắng trong vào ngâm, bịt kín vại, 7 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 chén.

*Chú ý:* Kiêng các đồ thấp mị. -

### **Rượu Phục linh tẩm (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Ích khí ôn dương, khứ phong thông lạc. Trị thiên phong, 1 bên tay chân run co không tự chủ được, bách bệnh chữa không thấy đỡ, tuổi đã nhiều.

*Phối phương:* Sơn thù du, Bạch truật, Mẫu lệ, Thương nhĩ, Thạch học, Cẩu tịch, Cát cánh, Bào phu tử mỗi vị 30g, Ngưu tất, Đỗ trọng, Can khương, Viễn chí, Tì giải, Xà hoàng tử, Tử uyên mỗi vị 15g, Quất lâu căn, Phòng phong, Mẫu đơn bì, Nhân sâm, Cúc hoa, Hoàng kỳ, Xương bồ mỗi vị 60g, Cẩu khởi tử 250g, Tục đoạn 150g, Khương hoạt, Ác thực căn, Nhục thung dung, Bào thiên hùng mỗi vị 20g, Xích phục linh, Bách tử nhân mỗi vị 120g, Thược dược, Thố ti tử, Thục can địa hoàng, Văn tằm sa mỗi vị 90g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải,

cho vào hũ sứ, đổ 20 lít rượu trắng trong vào ngâm, bịt miệng hũ bằng giấy nấn cho kín, sau 14 ngày dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 3 chén con, không được uống nhiều quá.

*Chú ý:* Nếu bệnh nặng thì khiến luôn có hơi rượu không được say. Lấy bã rượu ra, phơi khô, tán thành bột, mỗi lần lấy 10g uống với rượu này.

### **Rượu Hoán cốt (Vệ sinh gia bảo)**

*Công hiệu:* Khử phong hoạt huyết, ấm dương ích thận, ngày xưa có người mắc bệnh phong thiên từ lâu, tứ chi không cử động được, khi chưa uống thuốc này, người không thể hồi chuyển được, không thể tự do cử động, uống thuốc 3 ngày, bèn có thể tự chải đầu, 7 ngày tứ chi thư giãn dần, 10 ngày đi lại được, nửa tháng cảm thấy nhẹ người sáng mắt, thuốc này có hiệu lực như thần.

*Phối phương:* Bạch phục linh, Văn tằm sa mỗi vị 90g, Cam thảo, Tân lang, Hà thủ ô, Bạch phụ tử, Ích chí nhân, Thiên ma, Sơn thù du, Nhục thung dung, Cẩu tích, Bào thiên hùng, Can phương, Thương nhĩ tử, Thố ti tử mỗi vị 30g, Uất lý nhân, Bào phụ tử, Phòng phong, Qua lâu, Ngưu bàng tử căn, Ngưu tất, Can cúc hoa, Đỗ trọng, Hoàng kỳ, Mẫu đơn bì, Mẫu lệ, Cẩu khởi tử, Thử niêm tử, Tử uyển, Bạch truật, Cát cánh, Bạch hoa xà mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào hũ ngâm với 20 lít rượu trắng trong, bịt kín hũ, Xuân Hạ 14 ngày, Thu Đông 21 ngày sau là dùng được.

**Cách dùng:** Lấy bã thuốc ra tán thành bột, cho thêm mật vào chế thành thuốc viên to như hạt trấu tên gọi là Hoán cốt đan, mỗi lần uống lấy 30 viên uống với rượu thuốc, ngày 3 lần. Rượu này bổ tinh khí, hoạt huyết, giữ nhan sắc, nhuận da, kiềm trị mắt, có thể khử các loại bệnh phong. Uống thường xuyên tóc đen, người nhẹ nhõm, khoẻ xương, tinh thần sảng khoái. Tĩnh phòng tu dưỡng 1 tháng rất hay.

**Chú ý:** Trong phương gốc có Hồ cốt 15g, cấm dùng. Rượu này vị độc rất nặng, không nên uống nhiều, uống bữa.

### **Rượu Khương hoạt (Thánh tế tổng lục)**

**Công hiệu:** Mở khiếu khử phong. Trị thiên phong, u mê bất tỉnh nhân sự, tay chân run rẩy, phát bệnh uống luôn thì thần hiệu.

**Phối phương:** Khương hoạt Độc hoạt Xuyên khung mỗi vị 15g, Đại ma tử, Đậu đen mỗi vị 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, sao Đại Ma tử, cùng ngâm với 2 lít rượu, 7 ngày sau sắc lên, cuối cùng sao đậu đen cho khói bốc lên, nhân nóng đổ vào rượu, để lắng trong bỏ bã là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 3 chén con.

**Chú ý:** Nếu bệnh tình nguy cấp, người bệnh hôn mê thì có thể trực tiếp đổ thuốc vào rượu sắc lên rồi uống.

### **Rượu Cáp (Thánh tế tổng lục)**

**Công hiệu:** Khử phong thông lạc. Trị Thiên phong, tay chân không tự chủ được, miệng mặt méo xệch.

**Phối phương:** Ma tử nhân, Đậu đen, phân chim Bồ câu, Liễn chi mỗi vị 60g.

**Cách chế:** Lấy 3 lít rượu sắc Liễn chi trước, lấy 2 lít nước, rồi sao phân chim Bồ câu, Ma nhân, Đậu đen cho vàng nhân nóng đổ vào trong rượu Liễn chi. Qua một chốc lát bỏ bã lấy nước.

**Cách dùng:** Mỗi buổi sớm, tối uống 3 chén con.

**Chú ý:** Được tính rượu này yếu, có thể uống nhiều, cũng có thể bôi ngoài.

### **Rượu Trúc lệ (Thánh tế tổng lục)**

**Công hiệu:** Sạch đờm thông lạc. Trị Thiên phong, một bên tay chân không cử động, miệng méo mắt chảy nước, nói khó, ngọng, già trẻ đều có thể uống rượu này.

**Phối phương:** Nước Sinh địa hoàng, Trúc lệ, Kinh lệ mỗi vị 500g.

**Cách chế:** Lấy Khương hoạt, Phòng phong mỗi vị 30g, Phụ tử 15g cho vào 3 thứ nước trên trước, sắc bằng lửa nhỏ lấy nước thuốc 2 lít, bỏ bã rồi lại cho vào nửa lít rượu là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần hâm nóng 1 chén uống.

**Chú ý:** Phụ tử nên bào chế dùng, uống lâu có tác dụng giữ sức khỏe.

**Lại phương:** Trị Thiên phong, tay chân không tự chủ được, da tê dại. Dùng Tiên linh tì 1 cân xát nhỏ, ngâm rượu ủ 5 ngày sau được. Uống tùy ý, khiến thường hơi say, không được say quá.

**Lại phương:** Trị Đại phong, đờm nhiều do lạnh, Thiên phong liệt nửa người. Dùng Đại phụ tử 1 quả, loại nặng nửa lạng, 2 quả cũng được, qua bào chế rồi ngâm rượu 3 ngày là được. Ngày uống 3 chén, đến khi khỏi bệnh thì thôi.

**Lại phương:** Trị liệt nửa người, mất tiếng không nói được. Lấy Bí ma tử (hạt Thầu dầu) nửa cân, rượu 3 lít, sắc 1 ngày, uống dần rượu nóng.

### **Rượu Ngự tiên (Gia tàng phương)**

**Công hiệu:** Khử phong thông lạc, trị thiên phong, tay chân co giật, liệt nửa người.

**Phôi phương:** Ngưu tất, Ngưu bàng căn mỗi vị 250g, Đại ma tử 500g, Cửu khởi tử 120g, Thương truật 300g, Ngưu bàng tử, Tầm sa, Tàn giao, Cát cánh, Khương hoạt, Phòng phong mỗi vị 130g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, cho vào đồ đựng sạch, đổ 10 lít rượu trắng trong vào ngâm, bịt kín, 7 ngày sau được.

**Cách dùng:** Mỗi lần uống 1 chén to, uống trước bữa ăn, khiến thường có hơi rượu.

**Chú ý:** Đại ma tử sao rồi dùng, lượng rượu nên uống đủ.

**Lại phương:** Chủ trị Thiên phong miệng méo, tay chân đại chậm. Bổ hư ích dương, khứ khí lạnh phong hàn.

Dùng Long thủ đẳng lượng vừa phải, hâm nóng rượu trắng trong cho thuốc vào, uống khi đói, ra mồ hôi là kiến hiệu.

### **Rượu Thiên cô linh nghiệm (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Ấm dương tản hàn, khoẻ gân cốt, trị phong và teo nửa người, eo, đầu gối đau.

**Phôi phương:** Ngưu tất, Gia tử căn mỗi vị 250g, Phòng phong, Thử niêm tử mỗi vị 90g, Tì giải, Cửu khối tử, Khương hoạt, Hải đồng bì, Thương nhĩ tử, Bào phụ tử, Ngũ gia bì, Ngưu bàng tử, Đại ma tử, Tầm sa, Đậu đen mỗi vị 60g, Tần giao 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, bịt kín, 7 ngày sau được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 1 chén con, uống đến đâu thêm rượu mới đến đấy, vị thuốc nhạt thì thay thuốc.

**Chú ý:** Không thể uống quá, kiêng ăn các loại thịt lợn, gà, cá. Trong phương gốc có Hồ kính cốt 60g, cấm dùng, có thể bỏ.

### **Rượu Thiên mộc (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Sinh cơ bấp, ích tinh, khử phong thông lạc. Trị trúng gió, liệt teo nửa người, mất tiếng không nói.

**Phối phương:** Thiên liễu mộc, Tang căn bạch bì, Địa cốt bì, Thạch học, Viễn chí, Ngưu tất, Thỏ tử tử mỗi vị 150g, Sinh địa hoàng, Phòng phong mỗi vị, 15g, Hoè tử, Bạch tật lê mỗi vị 120g, Ô xà (rắn đen) 1 con, phân Ô kê (phân gà đen) 30g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, lại lấy Thiên liễu mộc cho nước, rượu mỗi thứ 5 lít vào sắc lấy nước, rồi đem túi thuốc cho vào ngâm với nước đó, ủ kín, tháng Thu Đông 21 ngày, Xuân Hạ 14 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Uống tùy ý, khiến thường có sắc rượu, nếu cảm thấy nôn thì giảm bớt, người mất mũi miệng mất méo 7 ngày là chỉnh ngay ngắn, người tay chân không tự chủ được, trong nửa tháng khỏi, mất tiếng uống vào nói được ngay.

**Chú ý:** Không nên uống quá nhiều, phân gà đen sao rồi dùng.

### **Rượu Quĩ phong (Tế sinh phương)**

**Công hiệu:** Tản hàn khử phong. Trị Thiên

phong teo liệt nửa người, nếu bị quỉ kích. Tứ chi không hoạt động tự chủ được, không thể đi lại, còn thích hợp cho trị tất cả các chứng co giật.

*Phối phương:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, bịt kín 10 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, hâm ấm uống, bất kể giờ giấc.

*Chú ý:* Trong phương gốc có Hồ cốt 30g, ở đây lấy Ngũ gia bì thay thế. Rượu thuốc này có độc, không thể uống quá nhiều.

### **Rượu Xích xa sứ giả (Thánh tế tổng lục)**

*Công hiệu:* Ôn dương tản hàn. Trị thấp trúng gió, teo liệt nửa người, ngũ lao thất thương, bách bệnh hàn lạnh.

*Phối phương:* Xích ma sứ giả Dương quy mỗi vị 15g Phòng phong Độc hoạt Tế tân Nhân sâm mỗi vị 30g Phục linh 60g Phụ tử 45g.

*Cách chế:* Thối 5 cân gạo nếp trước, cho men rượu vào rồi cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, cho vào trong cơm, rồi để vào hũ ủ lên men, bịt hũ thật kín, ngâm ở đáy giếng 3 ngày, chớ để nước vào.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén.

*Chú ý:* Không có giếng có thể đặt hũ ở chỗ ấm nóng để lên men, Phụ tử nên qua bào chế rồi dùng.

## **XIX. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH PHONG THẤP** *(Thư giãn gân, chữa phong thấp)*

### **Rượu Thiên hùng Ô đầu (Thánh tế tổng lục)-**

*Công hiệu:* Khử phong tán hàn trừ thấp. Trị thận trúng gió, gân giật, 2 đầu gối không co duỗi được, tay chân không tự chủ được, bệnh ngày càng nặng, phong hàn ác tính, các loại bệnh phong lạnh ở thất lưng, đầu gối co giật rã rời chữa đều thích hợp.

*Phối phương:* Bào thiên hùng, Nhân vu mỗi vị 90g, Phòng phong, Thục tiêu mỗi vị 15g, Can khương 30g, Dương trịch trục 45g, Bào phụ tử, Bào ô đầu mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, bịt kín 5 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sớm tối uống 1 chén, tăng dần lượng. Rượu gần hết, lấy bã thuốc ra phơi khô, tán thành bột, mỗi lần lấy khoảng 1,5g uống với rượu.

*Chú ý:* Dương trịch trục sao rồi dùng để giải độc. Rượu này rất khô nóng, không thể uống nhiều. uống bữa, uống bột thuốc càng không nên quá

nhiều, nên thêm rượu mới luôn. Cấm người âm hư phiến nhiệt uống.

### **Rượu Thiên kim chi (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Tản hàn khử phong. Trị gan hư hàn, tứ chi chậm yếu.

*Phối phương:* Quế chi, Xuyên khung, Độc hoạt, Ngưu tất, Sơn dược, Cam thảo mỗi vị 90g, Phụ tử 60g, Phòng phong, Phục linh, Thiên hùng, Nhân vu, Đỗ trọng, Sóc địch căn, Bạch truật mỗi vị 120g, Can khương 150g, Đại táo 100g, Trích trực, Chủ tiên, Tang căn bì mỗi vị 50g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 3 chén con, tăng dần lượng uống.

*Chú ý:* Không thể uống nhiều, Phụ tử, Thiên hùng, Trích trực nên qua bào chế rồi dùng, nhất là Phụ tử đối với người già sức yếu.

### **Rượu Thánh gia tử căn (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Giãn gân hoạt lạc, trị phong độc công trú, thất lũng, đầu gối, tuỷ xương đau, da lạnh tê, gân mạch co giật, co duỗi không được.

*Phối phương:* Gia tử căn 500g, Thương nhĩ tử 150g, Ngưu tất, Bào phụ tử, Cầu khởi tử, Thục địa, Đương qui mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Thái nhỏ gia tử căn, cùng với các vị

thuốc khác cho vào túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén, thường khiến ngà ngà say.

*Chú ý:* Kiêng ăn các thứ động phong độc, trơn, cá, thịt. Rượu này thích hợp nhất cho người già phong thấp, thiếu tinh huyết, uống tùy thời gian, uống xong bổ sung luôn rượu mới.

### **Rượu Phụ tử tẩm (Thánh huệ phương)**

*Công hiệu:* Khỏe gân cốt, khử phong thấp. Trị phong, thắt lưng, chân đau tê.

*Phối phương:* Ngũ gia bì 300g, Phụ tử, Đương qui mỗi vị 150g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 5 ngày sau là thành.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 2 chén con.

*Chú ý:* Phương gốc có Hồ kính cốt 150g cấm dùng, lấy Ngũ gia bì thay thế, cũng có thể dùng được vật khác thay.

### **Rượu Thương công đường qui (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Ôn dương tán hàn khử phong. Trị phong giật, bệnh khớp xương.

*Phối phương:* Đương qui, Phòng phong mỗi vị 90g, Độc hoạt 15g, Ma hoàng 30g, Bào phụ tử 20g.

**Cách chế:** Tán thuốc thành bột, cho rượu vào sắc là được.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần lấy 15g tán thuốc sắc với 1 chén rượu uống.

**Chú ý:** Sau khi uống nhiều mồ hôi hoặc nóng thì giảm lượng.

### **Rượu Bách bạch bì ("Thánh tế tổng lục")**

**Công hiệu:** Điều chỉnh khí hoạt huyết, trị khớp đau nhói.

**Phối phương:** Chỉ xác, Bách bạch bì mỗi vị 250g, Ngũ diệp thảo 500g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 6 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là được.

**Cách dùng:** Uống tùy ý, thường khiến có hơi rượu là tốt.

**Chú ý:** Người âm huyết khuỵu hư uống nên thận trọng.

**Lại phương:** Trị chích phong, du phong. Ác thực căn, Sinh Sốc dịch căn 500g/mỗi thứ.

Xát nhỏ, đựng bằng túi vải, ngâm vào 4 lít rượu, mỗi lần hâm nóng 1 chén uống, mỗi ngày 3 lần.

### **Rượu Nhiếp phong ("Nguy thị phương")**

**Công hiệu:** Khử phong thấp, lợi khớp. Trị phong bạch hổ lệ tiết (phong xâm hại khớp xương), và các loại phong thấp lưu trú tứ chi, đại phong hồng 1 đầu gối. Các loại bệnh phong khác.

*Phối phương:* Tâm phong đẳng, Tam giác tiêm, Thanh đẳng căn, Thạch tiết lệ mỗi vị 30g.

Ngũ gia bì, Cột toái bổ, Uy linh tiên, Xuyên đoạn, Dương qui, Khương hoạt, Ngưu tất, Phòng phong, Tô mộc, Cam thảo, Sinh khương, Xuyên ô đầu mỗi vị 45g, Ô dược, Thạch nam diệp, Thanh mộc hương, Nam mộc hương, Tế tân, Nhũ hương mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc đựng bằng túi vải, cho vào 1 hũ rượu trắng trong ngâm, bịt miệng hũ bằng giấy nện, cho vào 1 chảo nước, để đứng hũ trong lòng chảo, đun nhỏ lửa từ sáng sớm đến trưa, lấy hũ ra để nguội.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, hâm nóng rượu lên rồi uống.

*Chú ý:* Trong phương gốc có Hồ kính cốt 5g. Nếu tháng hạ chế rượu, e thời gian để lâu rượu chua, có thể chế ít, giảm lượng thuốc theo tỉ lệ. Rượu này thích hợp nhất với trường hợp viêm khớp phong thấp, khớp biến dạng.

### **Rượu Cổ thánh ("Thánh tế tổng lục")**

*Công hiệu:* Lợi khớp, Thông kinh lạc trị phong khớp nặng, mạch co giật, đau khớp xương.

*Phối phương:* Lâu lô, Địa long mỗi vị 15g, Sinh khương 60g.

*Cách chế:* Lấy nước gừng trước, đổ thêm vào 60g mật và 1 chén rượu to vào cùng đun sôi, cho

vào bình sứ đựng, tán các vị thuốc khác thành bột.

*Cách dùng:* Mỗi ngày ba lần, mỗi lần lấy 1 chén con rượu trên pha với 3 g thuốc bột sống.

*Chú ý:* Địa long tanh, không thích hợp khi sắc chung với rượu hoặc thời gian ngâm lâu. Thích hợp cho chữa đau khớp phong thấp.

### **Rượu Tùng tiết ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Khử phong thấp, khoả gân cốt, trị phong khớp nặng, đau tứ chi như là trút bỏ.

*Phối phương:* Tùng tiết, Chư tiêu điệp mỗi vị 30 cân, Bách tử nhân, Thiên hùng, Tì giải, Xuyên hương mỗi vị 150g, Tần giao 180g, Nhân sâm mỗi vị 120kg, Phòng phong, Từ thạch, Độc hoạt mỗi vị 350g.

*Cách chế:* Dùng nước sắc, Tùng tiết và Chư tiêu điệp được nước thuốc trước. Rồi thổi cơm nếp với lượng vừa phải, đổ vào nước thuốc, thêm men rượu, cho vào hũ ủ kín. Khi thấy có vị chua lại cho các vị thuốc còn lại vào, ủ kín 4 ngày sau ép lấy rượu trong.

*Cách dùng:* Uống tùy ý, không nên say quá.

*Chú ý:* Thiên hùng nên qua bào chế thì hơn, có thể dùng ô đầu thay. Phong khớp nặng (Lệ tiết phong) tức là viêm khớp phong thấp.

*Lại phương:* Dùng Tùng điệp 5kg, rượu 10 lít, ngâm 21 ngày thành. Uống 1 chén ngày 6 lần, hoặc dùng Tùng tiết cũng được, hoặc dùng Tùng chi cũng được.

## **Rượu kinh nghiệm từng tiết ("Gia tàng kinh nghiệm phương")**

*Công hiệu:* Lợi khớp, thông kinh lạc, khử phong hàn thấp khí.

*Phối phương:* Đương qui, Thục địa hoàng, Tùng tiết, Liệt tiết, Ngưu tất mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 4 lít rượu trắng trong, 3 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 chén, uống 1 chén thì thêm 1 chén rượu mới, Vị thuốc nhạt thì thay thuốc.

*Chú ý:* Rượu này hợp với người cơ thể yếu, tinh huyết thiếu.

## **Rượu Đơn những thương nhĩ ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Khử phong hoạt huyết, ích tinh huyết. Khử các phong nhiệt da khớp đầu chân, làm cho khô chắc sáng sủa, bổ hư nhược gây còm.

*Phối phương:* Thương nhĩ tử 150g, Ngưu tất căn 500g, Đan sâm, Thiên môn đông, Hạnh nhân, Kinh căn nhược tử, Tùng điệp, Cấu khởi căn mỗi vị 120g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, bịt kín bình ngâm, 10 ngày sau được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, thường khiến có hơi rượu.

**Chú ý:** Cách chế của phương gốc là: Hái vào sau tháng 6, ngày phơi khô, đến tháng 9 xát 1 hộc to, cho 3 đấu nước vào nấu lấy 4 đấu, ngâm 2 đấu to men rượu 3 độ lấy 1 đấu to gạo đồ ngâm. Rồi ủ như cách lên men rượu thông thường 3 ngày sau rượu chín, mỗi ngày uống 2 -3 lần, mỗi lần 5 hợp. Các loại phong trong cốt tuỷ, nếu lở hoặc mọc nhọt sau khi nhọt vỡ, da đau, uống thì lành lặn chắc sáng sủa, lưng chân hoạt động tốt. Nếu hư nhược gây còm, bất kể nam nữ, cho thêm Sinh địa hoàng 5 thăng to, Ngưu tất căn xát 3 thăng to, Đan sâm 2 thăng to, Thiên môn đông 2 thăng to, Hạnh nhân bỏ chóp vỏ 1 thăng to, Kinh căn nhược tử 2 thăng to, Tùng diệp 5 thăng to, Cẩu khởi căn 5 thăng to, nước 3 thạch to. Nấu riêng Ngưu tất, Đan sâm, Tùng diệp tử, lấy 6 đấu to cùng với nước Thượng nhĩ là 1 thạch, ngâm 5 đấu men rượu, dùng gạo 2 thạch 5 đấu, chia 4 độ cất rượu. Bột Hạnh nhân cho vào cơm của mẻ lên men thứ 1. Sinh địa hoàng giã thành như đất cho vào mẻ cơm thứ 2. Thiên môn đông hấp chín bóc bỏ vỏ, giã nát như đất, cho vào mẻ cơm thứ 3. Lại Đại ma tử 1 đấu to giã vụn cho vào mẻ cơm thứ 4. Có công hiệu khử phong da, bổ hư tốt. Người nhiều phong đầu được ngâm 1 thăng Cam cúc hoa cho vào mẻ bã thứ 5, khuấy lên, khi rượu chín cùng uống là được, không cấm đối tượng dùng. Kiêng đồ ăn độc, cá, thịt không nên ăn. Nơi có đủ thuốc thì làm theo. Nơi không đủ thuốc có thể lấy Thượng nhĩ tử làm

nên, thêm hoặc bớt vài vị cũng được, không cần đủ cả. Quanh năm nấu rượu thuốc này, đến tháng 3 uống, xua đuổi mạnh các bệnh, trẻ lại sống lâu, nhẹ nhõm. Ngâm thêm rượu Thạch học càng tốt. Không ăn cá chép, Vu đề (Xin để tham khảo).

### **Rượu Đơn nhưỡng thử niêm căn ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Kiện tì trừ thấp, khử phong hoạt lạc, trị phong thấp tê đau, khử phong đau ngứa, chỉ ho, tiêu đờm.

*Phối phương:* Thử niêm căn 500g, Độc hoạt, Sơn thù du, Thiên môn đông, Hoàng kỳ, Cam cúc hoa, Phòng phong, Bào thiên hùng, Bào phụ tử, Phòng kỷ, Bạch truật, Phục linh, Ngưu tất mỗi vị 120g, Cẩu khí 90g, Đan sâm 120g, Sinh khương 180g, Tử thạch 300g, Quán chúng 80g, Sinh địa hoàng 240g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 15 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 chén.

*Chú ý:* Không nước lạnh, đào mận, cá chép, vu đề, thịt chim. Cách chế của phương gốc là: lấy thử niêm căn hơn 20kg, cho nước nấu lấy nước thuốc, rồi nấu gạo nếp, với lượng vừa phải, cho nước thuốc và men rượu vào cơm nếp đổ vào hũ sứ để lên men. Thành rượu lấy rượu trong, rồi dùng rượu này ngâm các vị thuốc còn lại.

### **Rượu Thần toán ("Thánh tế tổng lục")**

*Công hiệu:* Khử phong hoạt huyết, trị cảm giác mới có phong thấp.

*Phối phương:* Tỏi 500g, Đào nhân 250g, Thị 50g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc như hạt đỗ. Tỏi và Đào nhân nên sao trước, lấy túi vải đựng thuốc, đổ rượu ngon 6 lít vào bình sạch, cho túi thuốc vào ngâm bịt kín bình, 7 ngày sau được.

*Cách dùng:* Lúc đầu chỉ mới uống nửa chén, dần dần tăng lên 1 chén, mỗi ngày 3 lần. Thường khiến có sắc rượu. Nếu uống hết rượu, lại thêm rượu mới vào, thêm lượng trên vừa phải.

*Chú ý:* Tỏi nên sao lâu, đào nhân bỏ vỏ.

*Lại phương:* Trị mới chớm phong thấp. Dùng Cáp mô đẳng 1 bó, phơi khô, tán thành bột, dùng 1 chén rượu trắng pha muối, 2 chén nước, hoà thuốc vào uống.

*Lại phương:* Dùng Ôma 500g, sắc chóc lát, giã nhỏ, ngâm với 4 lít rượu 1 đêm, uống tùy ý, rất tốt.

### **Rượu Ô dược ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Khử phong trừ thấp, trị chân phù mới phát.

*Phối phương:* Thổ ô dược lượng vừa phải, Xạ hương một ít.

*Cách chế:* Thổ ô dược tước rễ cây chương lùn, không dùng dụng cụ sắt để đào rễ và cạo vỏ...

không cần qua nước, dùng vải khô lau sạch, dùng mảnh sứ cạo vỏ, để ở trong đồ sứ, ngâm rượu 1 đêm, ngày hôm sau, bụng đói không có gì lấy 1 ít nước thuốc trên uống.

*Cách dùng:* Cho chút ít xạ hương vào trong rượu cùng uống.

*Chú ý:* Sau khi uống rượu này có thể bị đi ngoài nhiều lần đó là phản ứng rất bình thường.

### **Rượu Tế tân ("Phổ tế phương")**

*Công hiệu:* Khoẻ gân cốt, lợi khớp, phòng ngừa phong thấp tái phát vào mùa đông.

*Phối phương:* Bào phụ tử, Can khương, Ngưu tất, Cam thảo, Xuyên cung, Bạch truật, Phong kỷ, Xuyên tiêu, Tế tân, Hoàng cầm mỗi vị 600g, Phục linh, Sơn thù du mỗi vị 120g, Thạch斛 240g, Đan sâm, Phòng phong, Đương qui, Quế tâm, Ngũ vị tử, Tần giao, Độc hoạt mỗi vị 90g, Bào phụ tử 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 15 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần, mỗi lần uống 4 chén con, tăng dần lượng.

*Chú ý:* Rượu này là rượu thuốc để phòng phong thấp tái phát. Thường uống vào trước mùa đông là thích hợp. Kiêng ăn các loại hải tảo, rau cải trắng, nước lạnh, hành sống, rau sống, đào mật. Trong rượu có thuốc mạnh, không thể uống bữa, nên thêm rượu mới luôn.

## **XX. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG BẨM SINH YẾU** *(Tiên thiên bất túc điều dưỡng tửu)*

### **Rượu Dưỡng thận ích tinh ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ tinh thận, ích bẩm sinh, an thần định phách, thay đổi dung nhan cho tốt, thông thần tiên, tăng tuổi thọ, bổ tủy trú tinh, ích khí, trị hư nhược, giãn gân cốt, nhuận da thịt, tóc bạc trắng đen lại, răng rụng lại mọc mới, ánh mắt sáng, tâm sức không mệt mỏi, đi nhanh như bay, trăm bệnh không xâm nhập được.

*Phối phương:* Thục địa hoàng, Sinh địa hoàng, Hà thủ ô mỗi vị 120g, Ngưu tất, Quan quế, Câu khởi tử, Nhục thung, Thố ti tử, Nhân sâm, Thiên môn đông, Phúc linh, Cự thắng tử, Xuyên ô, Phúc bồn tử, Sơn dược, Chỉ thực, Xuyên đoạn, Bách tử nhân, Toan táo nhân, Phá cố chỉ, Ba kích thiên, Ngũ vị tử, Quảng mộc hương, Phi tử, Kê đầu thực, Liên tử mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Dùng rượu ngâm Ngưu tất, Nhục thung dung, Thố ti tử, Thiên môn đông 3 ngày trước, rồi lấy thuốc ra sấy khô cùng với các vị thuốc

khắc tán thành bột, trong mùa Xuân, Hạ cho mật vào chế thành thuốc viên to như hạt trầu, mùa Thu, Đông cho cùi táo tàu viên thành viên.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 2 lần lấy 20 đến 30 viên pha với rượu ngâm thuốc trước, uống khi bụng đói.

*Chú ý:* Ô đầu nên bào chế rồi dùng, uống lâu dài có thể bỏ đi.

### **Rượu Chân châu ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Bổ nguyên khí, ích tinh tủy, sáng nhan sắc, trị các loại khí lạnh, sáng tai mắt, hoà phủ tạng, an tâm thần, khoẻ gân.

*Phối phương:* Chân châu, Ba kích thiên, Hoàng kỳ, Thạch斛, Long cốt, Thố ti tử, Bào phụ tử, Trâm hương, Nhân sâm, Sơn thù du, Bạch phục linh, Sơn dược, Mộc hương, Chu sa mỗi vị 30g, Đinh hương, Xuyên cung, Ngũ vị tử, Nhục quế, Tâm lang mỗi vị 15g, Cửu tử, Xạ hương mỗi vị 5g, Thục địa hoàng, Phúc bồn tử mỗi vị 45g, Nhục thung dung, Lộc nhung mỗi vị 60g.

*Cách chế:* Dùng 20 lít rượu ngâm Thố ti tử, Nhục thung dung, Ba kích, Thục địa 3 ngày trước, rồi lấy thuốc ra sấy khô, cho chung vào các vị thuốc khác tán thành bột, cho mật vào luyện chế thành viên thuốc to như hạt trầu.

*Cách dùng:* Mỗi buổi sáng, lấy 30 viên uống với rượu ngâm thuốc trước.

**Chú ý:** Kiênng đồ ăn sống lạnh, thịt dê, không có xạ hương thì có thể không dùng, Lộc nhung có thể bớt đi một nửa lượng.

### **Rượu Thánh địa hoàng ("Thánh tế tổng lục")**

**Công hiệu:** Chuyên bổ tinh tuỷ, dưỡng bẩm sinh.

**Phối phương:** Sinh địa hoàng 150g, Thạch hộc, Ba kích thiên, Ngưu tất, Nhục thung dung, Quế tâm, Bồ cốt chi, Lộc giác giao, Thố ti tử, Mộc hương, Bào phụ tử mỗi vị 30g, Cẩu khởi tử 250g.

**Cách chế:** Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm với 10 lít rượu trắng trong , 7 ngày slitslaf dùng được.

**Cách dùng:** Mỗi buổi sáng uống 1 chén.

**Chú ý:** Cũng có thể lấy 2 kg Địa hoàng cho rượu nấu thành cao trước, lại dùng rượu ngâm Nhục thung dung, Thố ti tử, Ngưu tất 5 ngày rồi lấy thuốc ra, sấy khô cho chúng vào các vị thuốc khác tán thành bột, cho vào cao, chế thành viên to như hạt trầu. Mỗi ngày uống 20 viên, tăng dần đến 30 viên, uống với rượu ngâm thuốc.

### **Rượu Cửu tiên ("Thánh tế tổng lục")**

**Công hiệu:** Chuyên bổ thiếu hụt, điền tinh tuỷ, trừ phong biến trắng.

**Phối phương:** Sinh địa hoàng, Sinh ngưu tất mỗi vị 2kg, Sinh khương 250g, Cự thắng tử, Thố ti

tử, Hạnh nhân, Đào nhân, Tật lê tử mỗi vị 30g, Bạch mật 500g.

*Cách chế:* Thái nhỏ Sinh địa hoàng, Ngưu tất, Sinh khương trước, cho rượu trắng trong vào nấu thành cao, lấy bã ra, rồi tán nhỏ các thuốc còn lại thành bột cho cùng với mật vào cao chế thành viên rượu thuốc to như hạt trầu.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sớm tối, mỗi buổi lấy 40 viên pha với rượu uống.

*Chú ý:* Trong phương gốc, Sinh địa hoàng 20kg, Sinh ngưu tất 10kg, Sinh khương 3kg, ở đây giảm bớt lượng xin để tham khảo.

### **Rượu Thập toàn bổ tinh ("Thánh huệ phương")**

*Công hiệu:* Chuyên bổ bẩm sinh, âm hạ nguyên, lợi eo, đầu gối.

*Phối phương:* Nhục thung dung, Xà sàng tử, Viễn chí, Ngưu vị tử, Phòng phong, Bào phụ tử, Ba kích thiên, Thóc tì tử, Đỗ trọng mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, đựng bằng túi vải, ngâm vào 10 lít rượu trắng trong, 7 ngày sau là dùng được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần với lượng vừa phải.

*Chú ý:* Nếu muốn uống lâu dài, nên bỏ Phụ tử.

## GIỚI THIỆU TÓM TẮT CÁC VỊ THUỐC ĐÔNG Y THƯỜNG DÙNG CHO CHẾ RƯỢU

### MA HOÀNG

*Tính trạng:* Cay, hơi đắng, ôn, cộng chất cổ.

*Công hiệu:* Phát mồ hôi, bình suyễn, lợi nước.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong hàn, sốt nóng sốt rét, đau đầu, đau mình, ngạt mũi, không có mồ hôi. (2) Ho suyễn do phong hàn bó buộc ở ngoài; khí phổi tắc nghẽn gây nên. (3) Phù thũng mà thấy rõ sừng. (4) Phong thấp tê đau, mụn âm, đờm hạt. (5) Rượu thuốc: có thể trị phong thấp tê đau và ngoại cảm phong hàn. Như "Thiên kim phương) rượu Ma hoàng trị thương hàn nhiệt bốc ra phát hoàng đảm.

*Nghiên cứu hiện đại:* Phát mồ hôi, giải nhiệt, giải trừ co giật khí quản, lợi tiểu, tăng áp, chống cảm bệnh độc.

### QUẾ CHI

*Tính trạng:* Cay, ngọt, ôn, cành non mùi thơm mát.

*Công hiệu:* Phát mồ hôi giải cơ, ổn kinh thông

mạch. Thông dương hóa khí. Bổ trung ích khí, nhẹ người ích thọ.

**Ứng dụng:** (1) Ngoại cảm phong hàn, thấy nhức đầu phát sốt rét. (2) Phong hàn thấp tê, vai lưng, chân tay khớp đau. (3) Tâm tì hư dương, dương khí không thông, thủy thấp dừng ở trong dẫn đến đờm đọng, phù thũng, bí đại. (4) Ngực tê, đau ngực hoặc tim đập nhanh, mạch kết đại v.v... (5) Kinh lạnh ứ đọng, bế kinh, đau bụng khi hành kinh và chứng u bụng v.v.. (6) Trung tiêu hư hàn sinh đau bụng. (7) Rượu thuốc: Dùng nhiều về ấm kinh thông mạch như "Thiếu lâm tự bí phương tập cấm) trong rượu Thiếu lâm dụ từng có quế chi có thể bổ ích ngũ tạng, tăng cường thể chất, phòng ngừa suy già.

**Nghiên cứu hiện đại:** Giải nhiệt, kháng khuẩn, giảm đau, lợi tiểu, tăng cường tuần hoàn máu, tăng cường công năng tiêu hóa.

## TẾ TÂN

**Tính trạng:** Cay, ôn, toàn cỏ, mùi thơm nồng

**Công hiệu:** Khử phong tản hàn chỉ đau, ấm phổi tiêu đờm, tuyên thông lỗ mũi (khởi ngạt mũi) khai ngực dẫn ứ, trợ tim thông mạch v.v..

**Ứng dụng:** (1) Đau đầu, đau răng, phong thấp tê đau. (2) Ngoại cảm phong hàn biểu chứng. (3) Đờm lạnh ứ ở phổi gây ho suyễn ra đờm trong

loãng, lưng lạnh. (4) Viêm xoang mũi mãn tính và viêm mũi dị ứng, mũi chảy nước mũi trong, ngạt mũi đau đầu. (5) Tế tân hòa bì ngoài, đắp gan bàn chân trị miệng lưỡi sinh mụn. Y học ngày nay thường dùng trị đau đỉnh tim, tim đau thắt, viêm khí quản mãn tính.

*Nghiên cứu hiện đại:* Gây tê cục bộ (ứng dụng thuốc nước hoặc thuốc ngâm rượu, thuốc sắc vô hiệu) giải nhiệt, chấn đau, ức chế khuẩn, giãn mạch máu não, nâng công năng bơm của tim, cải thiện vi tuần hoàn, nâng cao khả năng trao đổi chất, chống tổ chức a-min và chống phản ứng biến thái, phản ứng lược độc tính.

## PHÒNG PHONG

*Tính trạng:* Cay, ngọt, vị ôn, rễ.

*Công hiệu:* Khử phong giải biểu, thăng thấp, chỉ đau, giải kinh.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong hàn, thấy đau đầu, đau mình, rét. (2) Phong nhiệt phát ban hoặc da ngứa. (3) Phong hàn tê thấp, đau khớp, tứ chi giật gập. (4) Uốn ván thấy người cong, răng nghiến chặt, co quắp v.v.. (5) Phong mặt mắt đỏ, nước mắt nhiều, mũi đỏ. (6) Rượu thuốc: các chứng trên đều có thể chữa trị phong hàn tê đau là tốt.

*Nghiên cứu hiện đại:* Giải nhiệt (thuốc sắc tốt

hơn thuốc ngâm). Chấn đau (rượu Ê ti la khá tốt), chống khuẩn, chống bệnh độc lưu cảm, giải độc, như ngộ độc thạch tín, chống ngứa.

## SINH KHƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, ngọt, vị ôn, rễ rọc. Thường làm gia vị.

*Công hiệu:* Phát mồ hôi giải biểu: ôn trung chỉ nôn, ôn phổi dứt ho (long đờm khử đờm, giải độc trừ hôi).

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong hàn thấy rét phát sốt, đau đầu, ngạt mũi. (2) Nôn mửa, với nôn mửa do dạ dày bị lạnh là vừa. Thường gọi là "Thánh dược nhà nôn". (3) Ho do phong hàn. (4) Giải độc bán hạ, nam tinh, cá cua. (5) Gia vị với lượng ít tăng vị ngon. (6) Bôi ngoài trị hôi nách, bôi tai lạnh và phong bạch xích diện. (7) Rượu thuốc: như rượu Lai vu khương (nhà máy rượu thành phố Lai vu tỉnh Sơn Đông, Trung Quốc sản xuất) có tác dụng chống suy nhược và bồi bổ sức khỏe rất rõ rệt.

*Nghiên cứu hiện đại:* Thúc tiến tiết dịch vị, dứt nôn, kháng khuẩn tiêu viêm, xúc tiến tuần hoàn ngoại vi, hưng phấn hô hấp trung ương vận động của mạch máu và tim, làm ấm phát mồ hôi, chống già kéo dài tuổi thọ.

## ĐẠM ĐẬU XỊ (ĐỔ TƯƠNG NHẬT)

*Tính trạng:* Cay, ngọt, hơi đắng, hàn, sản phẩm gia công đổ tương.

*Công hiệu:* Giải biểu, trừ phiền.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong hàn hoặc sốt phong nhiệt, phong hàn nặng, đau đầu v.v.. (2) Bệnh nhiệt, lồng ngực u phiền, mất ngủ.

*Nghiên cứu hiện đại:* Súc phát mồ hôi yếu, có tác dụng kiện vị giúp tiêu hóa.

## CÚC HOA

*Tính trạng:* Cay, ngọt, đắng, hơi hàn (lạnh), hoa thơm mát.

*Công hiệu:* tân phong thanh nhiệt, giải độc, sáng mắt, điều lợi huyết mạch, nhẹ người dai sức sống lâu.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong nhiệt và mới mắc ôn bệnh thấy phát sốt, vầng nhức đầu v.v.. (2) Can kinh phong nhiệt hoặc can hỏa bốc lên làm cho mắt sưng đỏ và do can thận âm hư dẫn đến mắt tối sầm. (3) Đau đầu do can phong và đau đầu do can dương bốc lên, choáng. (4) Y học hiện đại thường dùng để trị bệnh đĩnh tim, bệnh cao huyết áp. Chứng xơ cứng động mạch, chứng nhiều mỡ trong máu, chứng viêm thần kinh thị giác, viêm

võng mạc thị trung tâm v.v.. (5) Nhẹ người trẻ lâu tăng tuổi thọ có thể làm đồ uống bồi bổ sức khoẻ. (6) Rượu thuốc như: Tử Tụ bá - Cúc hoa tửu. Trị choáng phong.

*Nghiên cứu hiện đại:* Ngoài tác dụng kháng khuẩn, kháng bệnh độc và giải nhiệt, đối với hệ thống tim mạch còn có tác dụng rõ hơn trong khuyếch trương mạch máu đỉnh tim, tăng lưu lượng của mạch máu đó, hạ huyết áp, hạ huyết chi.

## XÀI HỒ

*Tính trạng:* Đắng, cay, hơi lạnh, rễ hoặc toàn cỏ.

*Công hiệu:* Hòa giải thoải nhiệt, khơi thông gan giải uất, thăng cú dương khí.

*Ứng dụng:* (1) Tà thương hàn ở thiếu dương, thấy hàn nhiệt vắng lai. Sườn ngực đầy hơi, miệng đắng, khô cổ, hoa mắt. (2) Can khí uất kết ở sườn ngực làm đau tức, hoặc đau đầu, kinh nguyệt không đều, đau bụng khi hành kinh v.v.. (3) Khí hư tụt xuống dẫn đến sa hậu môn, sa tử cung và khí ngắn (thở dốc), mệt mỏi v.v..

*Nghiên cứu hiện đại:* Giải nhiệt, tiêu viêm, chấn đau, chấn tĩnh cải thiện công năng gan rõ rệt, tăng huyết đường, giáng áp độ nhẹ, tăng cường công năng miễn dịch, cải thiện trao đổi chất mỡ.

## CÁI CĂN (SẮN GIẤY)

*Tính trạng:* Ngọt, cay, mát, rễ, màu trắng.

*Công hiệu:* Phát biểu giải cơ bắp, thăng dương thấu chẩn, giải nhiệt sinh tân, chỉ tả.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phát sốt, đau đầu, không có mồ hôi, cổ lưng đau cứng. (2) Mối mọc sởi, nốt sởi không ra hết. (3) Thấp mệt tả lỵ và đi ngoài do tì hư. (4) Bệnh nhiệt khát nước và bệnh đái đường. (5) Y học hiện đại thường dùng để trị bệnh não cao huyết áp, có hiệu lực đối với cải thiện bệnh đau đầu, choáng váng, cổ cứng, ù tai, chi thể tê. (6) Rượu thuốc: tương đối tốt trong chữa trị bệnh đĩnh tim, đau thắt tim.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tăng lưu lượng mạch máu đĩnh tim, có tác dụng bảo hộ đối với tim bị thiếu máu, tăng lưu lượng máu não, hạ thấp lực cản của mạch máu não, hạ huyết áp, có tác dụng giải kinh đối với ruột, giải nhiệt rất tốt, hạ huyết đường, chống nhịp tim thất thường, có thể dùng làm thực phẩm dinh dưỡng, có thể làm tăng tuổi thọ.

## THẠCH CAO

*Tính trạng:* Cay, ngọt, đại hàn, phần khoáng thạch.

*Công hiệu :* Thanh nhiệt tả hỏa, trừ phiền chỉ khát.

*Ứng dụng:* (1) Tà ôn bệnh ở phần khí, thấy sốt nóng khát nước, mạch nổi to thể hiện nhiệt rất thịnh. (2) Ho đờm đặc do phế nhiệt gây nên, phát sốt, suyễn v.v.. (3) Nhức đầu, mộng răng sừng do vị hỏa bốc lên. (4) Thạch cao nung sôi ngoài trị nhọt loét lở mà không xe lại, mẩn ngứa, thương bỏng nước lửa. (5) Ngoài ra: (Nhân trai trực chỉ phương) Nhất túy cao, với rượu ngâm bột thạch cao có thể xúc tiến liền miệng nhọt.

### **BỘT THIÊN HOA**

*Tính trạng:* Đắng, hơi ngọt, hàn, rễ củ, màu trắng.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt sinh tân, tiêu sưng bài mủ.

*Ứng dụng:* Tà nhiệt bệnh nhiệt thương tân, miệng lưỡi khô rất khát và bệnh gần như đi đái đường. (2) Ho do phế nhiệt hoặc ho đờm đặc, ho ra máu. (3) Nhọt độc mụn do nhiệt độc gây nên. (4) Với thuốc tiêm thiên hoa phẩn tiêm bắp giữa kỳ mang thai, cũng thử dùng ở thai chữa trứng ác tính và ung thư trên mặt màng nhung mao. (5) Ngoài ra: (Vĩnh loại kiểm hương) với rượu nóng pha với phẩn Thiên hoa uống, và lấy phẩn hương bôi mụn sữa. (6) Chống ô đầu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tác dụng dẫn sản trong kỳ giữa, chất đậm bột Thiên hoa có tính kháng

nguyên khá mạnh, có thể gây dị ứng, chât chiết xuất Ê ta nô la 40% của bột Thiên hoa, trong thí nghiệm đối với động vật chưa thấy có tác dụng hạ đường huyết.

## TÊ GIÁC

*Tính trạng:* Đắng, mặn, hàn, sừng.

*Công hiệu:* Mát máu chỉ huyết. Xả hoả giải độc, an thần định kinh.

*Ứng dụng:* (1) Thở huyết do máu nóng hoành hành, đổ máu cam mũi, đổ máu chân răng và da bầm tím. (2) Bệnh ôn nhiệt nhiệt thịnh hoả bốc, nóng mãi không khỏi, mê man lâm nhảm. (3) Bệnh ôn nhiệt nhiệt độc bốc thịnh, nóng sốt phát ban. (4) Ngoài ra: như (Thánh tể tổng lục) Sinh tê tán (Tê giác, Cát cánh) trị thổ huyết ngày đêm không dứt, rượu nóng hòa uống. (5) Sơ Xuyên ô, Thảo ô.

## SINH ĐỊA HOÀNG

*Tính trạng:* Ngọt, đắng, hàn, rễ củ, có màu nâu hoặc đen.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt, mát máu. Dưỡng âm sinh tân.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh ôn nhiệt nhiệt xâm nhập doanh huyết, người nóng miệng khô, lưỡi đỏ sẫm

và hậu kỳ bệnh ôn nhiệt chưa tiêu hết nhiệt độc hoặc bệnh âm hư nội nhiệt mãn tính với chứng sốt nhẹ. (2) Nhiệt ép máu hoành hành dẫn đến thổ huyết, đổ máu cam, đi tiểu ra máu, băng huyết v.v.. (3) Miệng khô uống nước nhiều do nhiệt bệnh thương âm và phiền khát uống nhiều của bệnh Tiêu khát (như bệnh đái đường). (4) Ruột táo bí đại tiện do nhiệt làm tổn thương âm cướp nước. (5) Rượu thuốc: như Rượu Địa hoàng trong (Thánh huệ phương) trị sản hậu băng huyết, máu ra không ngừng.

*Nghiên cứu hiện đại:* Xúc tiến máu ngưng tụ, có tác dụng rõ trong trợ tim do tim suy, lợi tiểu và tác dụng hạ đường huyết rõ.

## MẪU ĐƠN BÌ

*Tính trạng:* Đắng, cay, hơi lạnh, rễ bì.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt mát máu, hoạt huyết tân ú.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh ôn nhiệt nhiệt bệnh vào máu dẫn đến phát ban hoặc máu nhiệt hoành hành dẫn đến thổ huyết, đổ máu cam. (2) Hậu kỳ bệnh ôn nhiệt hoặc sốt nhẹ của âm hư nội nhiệt mãn tính và phụ nữ sốt trước khi hành kinh. (3) Máu đọng tắc kinh, thống kinh, chứng u trong bụng. (4) Ung nhọt, nhọt độc và ung trong. (5) Thời

xưa có thuyết uống lâu nhẹ người ích thọ. (6) Rượu thuốc: chủ yếu dùng cho hoạt huyết tản ứ.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn tĩnh, thôi miên, hạ tính thông thấu mạch máu, tiêu trừ sưng trài chân, chống ngất điện và ngất do thuốc gây nên, hạ áp, ức chế khuẩn. (2) Trên lâm sàng dùng để trị bệnh cao huyết áp có hiệu quả xác thực.

## XÍCH THUỐC

*Tính trạng:* Đắng, hơi lạnh, rẻ.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt mát máu, khử ứ, giảm đau.

*Ứng dụng:* (1) Nhiệt bệnh ôn nhiệt ở trong máu, làm cho người sốt phát ban và thổ máu, đổ máu cam do nhiệt máu gây nên. (2) Huyết động tắc kinh, thống kinh và tổn thương ngoài máu ứ đọng sưng đau. (3) Ung nhọt, mắt sưng đỏ. (4) Lậu nhiệt, lậu huyết và lý nhiệt có máu. (5) Rượu thuốc: chủ yếu dùng để khử ứ giảm đau. (6) Chống Lô lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng tốt trong giải co giật, thiện giải trừ giập gập vùng bụng, hạ áp. Tăng lưu lượng mạch chóp tim và chấn đau, chấn tĩnh, chống ngất, chống viêm, chống lở loét, ức chế khuẩn.

## ĐỊA CỐT BÌ

*Tính trạng:* Ngọt, nhạt, lạnh, rễ bì.

*Công hiệu:* Mát máu thoái chung (bốc hơi), thanh tiết phế nhiệt (nhuận âm bổ thận).

*Ứng dụng:* (1) Âm hư nội nhiệt, cam tích trẻ em phát sốt và xương bốc hơi nóng ẩm, đổ mồ hôi trộm. (2) Hen suyễn phế nhiệt. (3) Nhiệt máu hoành hành gây thổ huyết, đổ máu cam. (4) Có thể dùng để tiêu khát trị nhiều nước đãi và đau răng hư hỏa. (5) Trong sách cổ có viết Địa cốt bì có tác dụng trẻ lâu chậm già nua. (6) Rượu thuốc: như trong (Thánh tể tổng lục) có rượu địa cốt (địa cốt bì, sinh địa hoàng, cam cúc hoa) làm khoẻ gân cốt, bổ tinh tủy, tăng tuổi thọ, lâu già. Rượu Địa cốt của (Kinh nghiệm quảng tập) trị bệnh lậu huyết.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hạ huyết áp, hạ đường và giảm nhiệt rất rõ. (2) Dùng nhiều trong trị bệnh cao huyết áp.

## HOÀNG CẨM

*Tính trạng:* Đắng, hàn. Rễ.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt táo thấp, xả hỏa giải độc, cầm máu, an thai.

*Ứng dụng:* (1) Nhiều loại bệnh do thấp nhiệt gây nên như thấp ôn, hoàng đản, tả lý, lậu huyết,

ung sưng nhọt độc. (2) bệnh thiếu dương hàn nhiệt vãng lai. (3) Ho phế nhiệt. (4) Nhiệt thịnh ép huyết hoành hành gây thổ huyết, chảy máu cam, đi ngoài ra máu, băng huyết v.v.. (5) Thai nhiệt không yên.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống viêm, chống phản ứng biến thái, chống tác dụng vi sinh vật, có phổ kháng khuẩn khá rộng, giải nhiệt, hạ áp, lợi tiểu, chấn tĩnh và lợi đả (mật) hoãn giải co giật ruột. (2) Thường dùng cho cảm nhiễm đường hô hấp trẻ em, viêm khí quản mãn tính, lý vị trùng cấp, bệnh thể mốc, viêm gan truyền nhiễm, viêm thận, viêm đường tiết niệu, bệnh cao huyết áp.

## HOÀNG LIÊN

*Tính trạng:* Đắng, hàn, rẻ, rất đắng.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt táo thấp, xả hoả giải độc.

*Ứng dụng:* (1) Iả chảy, kiết lý, nôn mửa, dạ dày, ruột thấp nhiệt. (2) Bệnh ôn nhiệt thấy sốt cao, bực dọc, mê man nói lảm nhảm. (3) Ung sưng nhọt độc, tai mắt sưng đau. (4) Vị hoả bốc thịnh thấy hay đói. bệnh tiêu khát uống nhiều (trung tiêu). (5) Tâm hoả bốc thịnh gây mất ngủ. (6) Rượu Hoàng liên tiên trong (Trửu hậu phương) để ngậm trị mụn nhọt miệng lưỡi.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hạ áp, giãn mạch máu đỉnh tim, lợi đả (mật), phổ kháng khuẩn rộng,

nhất là chống khuẩn roi kiết lỵ, có tác dụng hưng phấn đối với tử cung, bàng quang, vị tràng, lợi đả (mật), giải nhiệt, lợi tiểu. (2) Thường dùng trị khuẩn lỵ, thương hàn, lao phổi, chảy não, viêm phổi, tính hồng nhiệt, bạch hầu, sung phổi có mủ, ngược có mủ, viêm kết tràng dạng lở loét và cao huyết áp.

## KHỔ SÂM

*Tính trạng:* Đắng, hàn, rễ.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt táo thấp, khử phong diệt trùng, lợi tiểu.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh da vàng, tả lỵ do thấp nhiệt gây nên, ra khí hư nhiều, âm ngứa (những năm gần đây trị bệnh trùng màng uốn roi đuôi âm đạo có hiệu quả khá tốt). (2) Ngứa da, nhọt mủ, ghẻ, hủi. (3) Thấp nhiệt uẩn kết, bí đái, đau móng bóng khó chịu. (4) Rượu thuốc: như trong (Bổ khuyết trử hậu phương), Khổ sâm cùng tổ ong ngoài trời ngâm rượu trị các loại nhọt độc tràng nhạc (Điều tạng thần tập nghiệm phương) trị nhiệt độc chân sưng đau như muốn rụng, Khổ sâm sắc với rượu ngâm nó. (5) Chống Lê lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Lợi tiểu, ức chế khuẩn. (2) Dùng nhiều cho các bệnh cảm nhiễm lý khuẩn, viêm dạ dày ruột, viêm gan cấp.

## KIM NGÂN HOA

*Tính trạng:* Ngọt, hàn, nhuỵ hoa, thơm mát.

*Công hiệu:* Ngoại cảm phong nhiệt hoặc bệnh ôn nhiệt mới phát thấy phát sốt và hơi sợ gió lạnh. (2) Nhiệt xâm nhập khí thấy sốt cao, khát, mạch hồng lớn hoặc nhiệt nhập doanh huyết thấy nổi ban, lưỡi đỏ sẫm mà khô. (3) Dùng cho sưng ung, nhọt đĩnh. (4) Kiết lý: mủ máu do nhiệt độc v.v.. (5) Ngoài ra: Trong (Y học tâm ngộ) viết nhẵn đông (Kim hoa ngân) sắc lấy nước chữa tất cả các loại sưng trong ngoài, người uống được thì sắc với rượu uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Ức khuẩn phổ rộng, có thể giảm bớt sự hấp thụ côle-xtê-rôn của đường tiểu tràng, có thể phòng ngừa bệnh loét dạ dày với mức độ nhẹ. (2) Dùng nhiều ở hạ thấp tỉ suất mang khuẩn phần yết hầu của mọi người, thường dùng để chữa viêm phổi, kiết lý, khuẩn cấp tính v.v..

## LỤC ĐẬU (ĐỎ XANH)

*Tính trạng:* Ngọt, hàn, hạt, lại là thực phẩm.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt giải độc, tiêu nhiệt.

*Ứng dụng:* (1) Khử nhiệt khát nhiều. (2) Ung sưng nhọt độc. (3) Giải ngộ độc các thứ Ba đậu, Phụ tử và thuốc nhiệt độc khác.

## BÁN HẠ

*Tính trạng:* Cay, ôn, có độc, thân củ.

*Công hiệu:* Khô thấp hóa đờm. giáng nghịch dứt nôn, tiêu báng tán kết.

*Ứng dụng:* (1) Tì không hóa thấp, đờm dãi ung thịnh gây nhiều đờm, ho, khí bốc ngược lên. (2) Buồn nôn nôn mửa. (3) Ngực có báng, mai hạt khí, u bướu cổ có đờm, ung nhọt độc sưng. (4) chống ô đầu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn ho khử đờm, phòng trị sỏi phổi, dứt nôn, giải độc. (2) Trên lâm sàng thường dùng trị nôn mửa, sốt rét, viêm tuyến sữa cấp, đau răng, viêm tai giữa có mủ cấp mãn tính, dự phòng và giảm nhẹ bệnh trùng hút máu và phản ứng ngộ độc thuốc uống pha chế với Sb, sốt phổi (phần nhiều dùng ngoài).

## THIÊN NAM TINH

*Tính trạng:* Đắng, cay, ôn, có độc, thân củ.

*Công hiệu:* Khô thấp hóa đờm, khử phong dứt giạt.

*Ứng dụng:* (1) Ho đờm nhiều ngực chướng khó thở. (2) Phong đờm choáng váng, trùng gió đờm ung, miệng mắt méo xệch. động kinh và uốn ván. (3) Sinh nam tinh đắp ngoài có thể tán kết tiêu sưng trị ung nhọt hạch đờm sưng đau. (4) Chống ung thư, thường dùng trị ung thư cổ tử cung.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống ngất lịm, chấn tĩnh và giảm đau, khử đờm, chống u sưng. (2) Dùng nhiều cho trị ung thư cổ tử cung, đắp ngoài chữa viêm tuyến nước bọt.

## QUA LÂU

*Tính trạng:* Ngọt, hàn, quả, lại chia vỏ, nhân.

*Công hiệu:* Thanh (nhuận) phế hóa đờm, lợi khí khoan ngực (vỏ), nhuận tràng thông tiện (nhân).

*Ứng dụng:* (1) Ho do phế nhiệt, đờm đặc khó ra. (2) Tê ngực ngực kết, báng bụng trên hoặc đau (dùng vỏ nhiều). (3) Ruột khô táo bón (dùng nhân nhiều). (4) Phương cổ thường dùng rượu sắc uống. Hiện đại dùng thuốc ngâm cồn đối với u trong và tế bào ung thư nước bụng có tác dụng ức chế nhất định. (5) Chống Ô đầu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, chống ung thư, tăng lưu lượng mạch máu đỉnh tim rõ rệt, hạ mỡ máu. (2) Thường dùng để chữa bệnh đỉnh tim.

## HẠNH NHÂN

*Tính trạng:* Đắng, vị ôn, tiểu độc, quả nhân.

*Công hiệu:* Chỉ suyễn bình ho, nhuận tràng thông tiện.

*Ứng dụng:* (1) Ho suyễn. (2) Ruột khô táo bón. (3) Trong sách cổ viết uống Hạnh nhân khiến người thông minh, già mà tráng kiện, tâm lực không mệt mỏi.

*Nghiên cứu hiện đại:* Thường dùng để trị viêm khí quản mãn tính. Trong Hạnh nhân có một loại chất biên đào thanh có thể kéo dài tuổi thọ và làm chậm sự suy già của sinh vật.

## **BÁCH BỘ**

*Tính trạng:* Ngọt, đắng, bình, rễ củ.

*Công hiệu:* Nhuận phế chỉ ho, diệt chảy diệt trùng.

*Ứng dụng:* (1) Ho lâu, mới ho, ho gà, ho lao phổi. (2) Bệnh giun kim, chảy, rận. (3) Dùng ngoài trị bệnh mên đay. Viêm da, ghẻ, muỗi đốt. (4) Trương Văn Trọng trị ho nặng dùng Bách bộ ngâm rượu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, diệt trùng. (2) Chủ yếu dùng trị ho gà, lao phổi, viêm khí quản mãn tính, bệnh giun kim, bệnh trùng màng uốn roi đuôi âm đạo, ghẻ.

## **BÌ BÀ DIỆP**

*Tính trạng:* Đắng, bình, lá cây.

*Công hiệu:* Long đờm hóa đờm, hoà vị (dạ dày) giáng nghịch.

*Ứng dụng:* (1) Ho đờm đặc. (2) Vị nhiệt nôn ọe.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tác dụng chấn ho khá mạnh, tác dụng khử đờm kém. (2) Trên lâm sàng thường dùng để trị viêm khí quản mãn tính.

## PHỤ TỬ

*Tính trạng:* Cay, nhiệt, có độc, sản phẩm gia công hạt rế.

*Công hiệu:* Hồi dương cứu nghịch, bổ hoả trợ cương, tản hàn chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Chứng vong dương: chứng thấy toát mồ hôi lạnh, tứ chi lạnh ngắt, mạch yếu muốn ngừng. (2) Chứng dương hư, như Thận dương hư, sợ rét, chi lạnh, mỗi buổi lưng chân yếu, liệt dương đi đái dắt (đi nhiều lần); Tì dương hư quản bụng lạnh đau, đi ỉa chảy; Tâm dương hư, tim đập nhanh thở gấp, ngực tê tim đau; Vị dương hư cú toát mồ hôi, dễ cảm phong hàn. (3) Hàn thấp tê đau. (4) Thuốc sắc nước nên sắc trước 60 phút để giảm bớt độc tính của nó. Thuốc ngâm rượu nên thận trọng trong khi dùng, chống Bán hạ, Qua lâu, Bạch cập, Bạch vị, Bối mẫu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Trợ tim, có tác dụng tiêu viêm đối với viêm khớp, chấn đau. (2) Chủ yếu dùng cho trị tâm suy (suy tim) và viêm khớp phong thấp hoặc tựa phong thấp.

## NHỤC QUẾ

*Tính trạng:* Cay, ngọt nhiệt, vỏ cây, thơm khí nồng.

*Công hiệu:* Bổ hoả trợ dương, tản hàn dứt đau, ôn thông kinh mạch (Bổ trung ích khí, ấm tì vị, hoà đẹp nhan sắc, nhẹ người sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Thân dương hư hoặc Tì dương hư thấy sợ rét, chân tay lạnh, eo đầu gối mỗi mêm, liệt dương, đái nhiều lần hoặc quản bụng lạnh đau, ăn ít đi ngoài lỏng. (2) Hàn thấp tê đau, đau lưng và tắc kinh do nghẽn tắc hàn tính, thống kinh. (3) Mụn âm và ung sưng mào mủ không vỡ hoặc sau khi vỡ miệng loét lở không liền do khí huyết hư hàn. (4) Trong phương thuốc bổ khí dưỡng huyết bổ trợ một chút Nhục quế để có tác dụng ôn vận dương khí, thôi thúc khí huyết sinh trưởng. (5) (Thần nông bản thảo kinh) ghi: "Chủ trị bách bệnh, dưỡng tinh thần, đẹp nhan sắc... uống lâu nhẹ người không già, mặt sinh sáng sủa, mày đẹp, thường như trẻ con" (6) Rượu thuốc: đều hợp với các bệnh nêu trên. Trong (Thiếu lâm dụ tòng tửu) có Nhục quế (thấy ở Quế chi), Kỵ Xích thạch chi.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Giải nhiệt, chấn đau, chấn tĩnh, tăng tiết nước bọt, dịch vị, giải trừ co giật của cơ trơn nội tạng, làm dịu cơn đau giật thành ruột, tăng lưu lượng mạch máu đỉnh tim. Kháng khuẩn kháng bệnh độc, điều tiết công năng miễn dịch, chống ô xi hóa chất mỡ, chấn ho khử đờm. (2)

Trên lâm sàng từng dùng để chữa hen phế quản, đồng thời cho rằng có thể tăng cường năng lực thanh trừ gốc tự do và điều tiết công năng miễn dịch nên có ích cho tăng cường thể chất, tăng tuổi thọ.

## CAN KHƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, nhiệt, Rễ.

*Công hiệu:* Ôn trung, hồi dương, ôn phế hóa đờm.

*Ứng dụng:* (1) Chứng lạnh tì vị gây đau lạnh vùng bụng, nôn mửa, ỉa chảy. (2) Chứng vong dương, thường phối hợp với Phụ tử (thấy ở Phụ tử). (3) Đờm lạnh phục ở phổi thấy ho suyễn đờm loãng lưng tim lạnh. (4) Rượu Lai vu khương thấy sợi sinh khương.

*Nghiên cứu hiện đại:* Cho rằng Sinh khương có các tác dụng thúc đẩy tiết dịch vị, chỉ nôn, kháng khuẩn, tiêu viêm, xúc tiến tuần hoàn ngoại vi, hưng phấn hô hấp và trung khu huyết quản vùng tim, làm ấm phát mồ hôi v.v., mà Can khương có công năng tựa Sinh khương.

## NGÔ THÙ DU

*Tính trạng:* Cay, đắng, nhiệt, tiểu độc, quả chưa chín, thơm.

*Công hiệu:* Tản hàn chỉ đau, Sơ can hạ khí, khô thấp.

*Ứng dụng:* (1) Quản bụng lạnh đau do sa, đau đầu và ỉa chảy hư hàn. (2) Chân phù hàn thấp đau hoặc xông lên bụng. (3) Nôn mửa ợ chua. (4) Nghiền thành bột hòa với dấm đắp gan bàn chân, trị miệng lưỡi sinh nhọt. (5) (Cục phương) đoạt mệnh đơn trị đau răng dùng Ngô thù du sắc với rượu ngâm súc miệng.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tẩy giun đũa, kháng khuẩn, hưng phấn trung khu, chấn đau, tăng nhiệt độ cơ thể và huyết áp, co tử cung. (2) Lâm sàng thường dùng trị cao huyết áp (đắp ở gan bàn chân), trị rối loạn tiêu hóa, mẩn ngứa, viêm da thần kinh, nhọt nước vàng.

## CAO LƯƠNG KHƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, nhiệt, thân rễ, hương thơm.

*Công hiệu:* Ôn trung chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Tì vị hư hàn, khoang bụng lạnh đau, nôn mửa, ỉa chảy. (2) Đau bụng do giun đũa, nôn hoặc nhổ ra giun. (3) (Thọ vực thần phương) trị lạnh trũng gây đau tim dùng Hoa tiêu 120g. Sao ra mồ hôi, dội vào 1 bát rượu rồi uống rượu đó.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Giết giun đũa, gây tê cục bộ chỉ đau. (2) Chủ yếu dùng trị tắc ruột do giun đũa, bệnh huyết hấp trùng, bệnh giun kim, chỉ đau bụng và các thứ đau khác. Hồi phục sữa.

## ĐINH HƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, ôn, nhụy hoa, hương thơm.

*Công hiệu:* Ôn trung giáng nghịch, ôn thận trợ dương.

*Ứng dụng:* (1) Vị hàn nôn mửa, nấc ợ và ăn ít đi ngoài nhiều. (2) Thận dương thiếu dẫn đến liệt dương, chân yếu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, tẩy giun, kiện vị, chỉ đau răng. (2) Lâm sàng thường dùng Đinh hương thêm vào 70% rượu Êtila trung, bôi ngoài chữa ghẻ.

## NGẢI DIỆP

*Tính trạng:* Đắng, cay, ôn, lá, hương thơm.

*Công hiệu:* Ôn kinh cầm máu, tản hàn, chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Xuất huyết hư hàn. (2) Hạ tiêu hư hàn, trong bụng lạnh đau, kinh nguyệt không đều, hành kinh đau bụng và khí hư ra nhiều. (3) Nấu nước rửa ngoài trị mẩn ngứa. (4) Bánh ngải cứu chế thành sợi ngải, thổi ngải để cứu có tác dụng ôn khí huyết, thấu đạt kinh lạc. (5) Những năm gần đây phát hiện dầu ngải có thể chỉ ho, khử đờm, bình suyễn. (6) (Trừu hậu phương) trị động thai với rượu nấu lá ngải, uống rượu.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Thư giãn khí quản. hưng phần tử cung, lượng nhiều làm ức chế ruột và

tim. (2) Từng dùng trị viêm gan mạn tính, chứng thổ độc, ho lao, viêm khí quản mạn tính, kiết lỵ khuẩn cấp tính, sốt rét cách nhật, viêm da, giun móc, phụ nữ khí hư ra nhiều, u thường.

### THẢO ĐẬU KHẤU

*Tính trạng:* Cay, ôn, hạt, hương thơm.

*Công hiệu:* Khô thấp. Ôn trung, hành khí.

*Ứng dụng:* Hàn thấp ứ cản tỳ vị; dạ dày bụng chướng đau và nôn, ỉa chảy.

### KHUƠNG HOẠT

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn. Rễ.

*Công hiệu:* Giải biểu tản hàn, khử phong thắng thấp, chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Ngoại cảm phong hàn, sốt rét nặng sốt nóng, đầu thân đau. (2) Phong hàn thấp tê đau, với nửa thân trên đau càng hợp hơn. (3) Rượu thuốc: Dùng nhiều cho trị tê đau.

### ĐỘC HOẠT

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, rễ.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, chỉ đau, giải biểu.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, với nửa thân dưới đau càng thích hợp hơn. (2) Biểu chứng phong hàn kiêm có thấp tà. (3) Rượu thuốc: như trong "Thiên Kim phương" rượu Độc hoạt trị phong tê.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn đau, thôi miên, chấn tĩnh chống viêm (chống viêm khớp). (2) Tàng dùng để trị viêm khí quản mãn tính 282 trường hợp có hiệu lực.

## CẢO BẢN

*Tính trạng:* Cay, ôn, rẽ thân.

*Công hiệu:* Phát biểu tản hàn, khử phong thắng thấp, chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Đau đầu do ngoại cảm phong hàn, đỉnh đầu đau dữ, đau liên răng mặt và thiên đầu thống. (2) Tê đau do phong hàn thấp tà gây nên. (3) Rửa ngoài trị ghẻ, gầu đầu. (4) Rượu thuốc: Trị nhiều về phong thấp tê đau.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Ức chế nhiều loại chân khuẩn da, chấn tĩnh, chán ăn. (2) Vận dụng lâm sàng: 50% thuốc tiêm Thảo bản trị viêm da thần kinh 139 ca, có hiệu suất 98,3%.

## UY LINH TIÊN

*Tính trạng:* Cay, mặn, ôn, rẽ và rẽ thân.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, thông kinh lạc, chỉ tê đau, trị hóc xương.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau (tác dụng chỉ thống mạch). (2) Hóc các loại xương. (3) Trong "Tu tiên bí quyết" có ghi bổ tinh hóa đen râu tóc, kéo dài tuổi thọ, xin để tham khảo. (4) Rượu thuốc: dùng nhiều cho phong thấp tê đau. Trong phương cổ trị tay chân không tự chủ được, phong thấp tê đau, sốt rét, u tích, độc phân, uốn ván.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hạ huyết áp, hưng phấn tim và cơ trơn ruột, kháng lợi tiểu, hạ huyết đường. (2) Dùng nhiều cho chữa viêm tuyến nước bọt, viêm gan Hoàng đản truyền nhiễm cấp tính, bệnh chân voi, viêm khớp, viêm amêdan, hóc xương v.v..

## THƯƠNG NHĨ TỬ

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, có tiểu độc, quả.

*Công hiệu:* Thông mũi, khử phong thấp, chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Ngạt mũi, đau đầu, không ngủ, thấy mùi, luôn chảy mũi đặc. (2) Phong thấp tê đau, tứ chi co giật. (3) Có thể trị ghẻ lở, ngứa. (4) Rượu thuốc: như "Bản thảo thập di" "Rượu ngâm khử phong, bổ ích". (5) Dùng quá lượng dễ dẫn đến trúng độc, nôn mửa, đau bụng và ỉa chảy.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Có độc, trường hợp

nặng có thể chết. (2) Dùng dùng trị thất lũng, chân đau (chế thành thuốc tiêm, tiêm vào huyết), trị viêm mũi dị ứng và viêm mũi mãn tính, sốt rét, viêm tuyến nước bọt v.v..

## TẦN GIAO

*Tính trạng:* Cay, đắng, vị hàn, rễ.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, giãn gân lạc, thanh hư nhiệt.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau và tay chân không tự chủ. (2) Cốt chưng khí ẩm. (3) Còn có thể lợi thấp lui Hoàng đàn trị bệnh Hoàng đàn. (4) Rượu thuốc: chủ yếu để trị phong thấp tê đau.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng viêm (viêm khớp), chấn tĩnh, chấn đau, giải nhiệt, hạ huyết áp, tăng huyết đường. (2) Thường dùng trị đau khớp, đau răng, đau đầu, não nhũn, viêm gan Hoàng đàn cấp tính.

## MỘC QUẢ

*Tính trạng:* Chua, ôn, quả.

*Công hiệu:* Giãn gân hoạt lạc, hoá thấp hoà vị (dạ dày).

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, gân mạch cứng đờ, chân phù đau (gân mạch khó co duỗi có hiệu quả càng tốt). (2) Nôn, tả chuyển gân. (3) Còn

có thể tiêu hóa trị chứng rối loạn tiêu hóa. (4) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị phong thấp tê đau.

## TẦM SA

*Tính trạng:* Cay, ngọt, ôn, phân tâm.

*Công hiệu:* Khử phong trừ thấp, hòa vị hóa thấp.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, chi thể bất toại, mẩn ngứa. (2) Thổ tả chuyển gân (Thấp đục dẫn đến). (3) Rượu thuốc: Trị nhiều phong thấp tê đau, chi thể không tự chủ được. "Bản thảo thập di": "Sao vàng, đựng vào túi ngâm rượu, khử phong..." "Nội kinh thập di phương luận" Rượu tầm sa trị kinh nguyệt tắc lâu.

## THƯƠNG TRUẬT

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, thân rễ.

*Công hiệu:* Khô thấp kiện tì, khử phong thấp (khoẻ gân cốt, sáng mắt).

*Ứng dụng:* (1) Chứng thấp trừ trung tiêu, thấy khoang bụng chướng, không muốn ăn, buồn nôn nôn mửa, mệt mỏi không có sức, bực lười đục. (2) Ứ đờm, phù thũng. (3) Phong hàn tê thấp, chân đầu gối sưng đau, yếu mềm (thân nhiệt cũng có thể vận dụng). (3) Quảng gà và con người mờ đục (như chứng giác mạc nhuyễn hóa). (4) Trong sách cổ có viết có tác dụng nhẹ người sống lâu, trong các phương thuốc

tăng tuổi thọ truyền thống dùng nó rất nhiều. (5) Rượu thuốc: Dùng nhiều để trị phong hàn tê thấp hoặc "Bổ hư sáng mắt, kiện xương hòa huyết".

*Nghiên cứu hiện đại:* Hạ huyết đường, lợi tiểu (yếu), tăng thêm natri, kali tiết ra từ nước tiểu.

## HẢI ĐỒNG BÌ

*Tính trạng:* Cay, đắng, bình, vỏ cây.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, thông kinh lạc.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, tứ chi co giật, đau lưng đau đầu gối. (2) Sát trùng chỉ ngứa trị ghẻ. (3) Đau răng. (4) Rượu thuốc: dùng nhiều trong trị phong thấp tê đau.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng ức chế với mức độ khác nhau đối với nhiều loại chân khuẩn da, chấn đau.

## HẢI PHONG ĐẰNG

*Tính trạng:* Cay, đắng, vị ôn, thân gãy leo

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, khớp hoạt động khó, gân mạch co giật, đau eo, chân và thương tật ngoài. (2) Lợi tiểu trị phù ít đái, chân phù do thấp. (3) Rượu thuốc: Dùng nhiều trong trị

phong thấp tê đau, các loại chấn thương, "Tứ xuyên Trung dược chí" đẳng với Hải phong đẳng cùng Đại huyết đẳng ngâm rượu trị chấn thương.

## LẠC THẠC ĐẰNG

*Tính trạng:* Đẳng, vị hàn, thân giây leo.

*Công hiệu:* Khử phong thông lạc, mát máu tiêu sưng.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, gân mạch co giật. (2) Tê họng (viêm Amêdan, viêm họng) ung sưng. (3) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị phong thấp tê đau, như "Hồ nam dược vật chí" chỉ đơn thuần dùng vị này ngâm rượu trị đau gân cốt.

## TÙNG TIẾT

*Tính trạng:* Đẳng, ôn, đốt cành cây.

*Công hiệu:* Khử phong khô thấp, chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, đau do chấn thương (Thiên hàn thấp là hợp). (2) Rượu thuốc: Trị nhiều về các chứng trên, "Thiên kim phương" "Bổ khuyết Trừu hậu phương" đều có đẳng dùng dược vật Tùng tiết nấu rượu trị lê tiết phong (như các chứng viêm khớp dạng phong thấp, khớp biến dạng). (3) Phụ: Trong sách cổ có dùng Tùng chi, Tùng diệp (lá kim). Tùng tử nhân từ bệnh sống lâu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tùng dùng để trị viêm khớp phong thấp 204 ca, hiệu quả chữa trị vẫn tốt (với Tùng tiết chế thành thuốc tiêm phúc phương trên bắp hoặc tiêm huyết).

## NGŨ GIA BÌ

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, vỏ rễ.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, khoẻ gân cốt. Ngũ gia bì chỉ chủ yếu là Ngũ gia bì nam mà Ngũ gia bì nam chủ yếu có 2 loại tức là Ngũ gia bì không cành và Ngũ gia bì gai. Công hiệu của Ngũ gia bì không cành thiên về khử phong thấp, kháng viêm chấn đau tác dụng bổ ích tương đối kém; công hiệu của Ngũ gia bì gai thiên về bổ trung khí ích thận tinh, chắc gân cốt, vững ý chí, ăn được khoẻ sức lực, an thần, ích trí, điều bổ ngũ tạng và kéo dài tuổi trẻ lâu già.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, tứ chi co giật, thắt lưng đầu gối yếu mềm, trẻ nhỏ chậm biết đi. (2) Lợi tiểu trị phù thũng. (3) Ngũ gia bì gai có thể dùng trị trung khí thiếu, ngũ tạng hư, đồ mồ hôi trộm, thổ dốc, đau lưng chân yếu, người già đái dầm, liệt dương xuất sớm, mệt mỏi uể oải, hoảng hốt hay quên, vầng đầu mất ngủ, ho suyễn nhiều đờm, tóc rụng, răng long, nhìn vật không rõ. (4) Rượu thuốc: Dùng nhiều cho trị các chứng trên như "Thái thanh kinh" (đời Tấn). Rượu Ngũ gia có tác dụng làm cho nhẹ người khỏe cơ thể.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Ngũ gia gai nâng cao năng lực thích ứng của cơ thể, chống mệt mỏi, tăng thêm công năng miễn dịch của cơ thể, điều chỉnh hệ thống thần kinh trung khu, điều tiết tuần hoàn và hệ thống nội tiết. (2) Thường dùng ở viêm khí quản mãn tính, người già cao huyết áp, huyết áp thấp, bệnh đĩnh tim, bệnh đái đường, cơ năng sinh dục suy giảm v.v..

## **TANG KÝ SINH**

*Tính trạng:* Đẳng, bình, thân cành mang lá.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, bổ gan thận, khỏe gân cốt, an thai.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, đau eo đau đầu gối. (2) Eo đầu gối đau do yếu gan thận, gân cốt teo yếu. (3) Thai ra máu, thai động bất yên do gan thận hư. (4) Rượu thuốc: Dùng nhiều để trị phong thấp tê đau, eo đầu gối buốt mềm mõi.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Trờ tim lợi tiểu, giáng áp, giãn mạch máu, chấn tĩnh, tăng tuổi thọ trẻ lâu. (2) Dùng nhiều cho trị bệnh đĩnh tim, đau thắt tim. Từng dùng để trị chứng tinh thần phân liệt.

## **THẠCH NAM DIỆP**

*Tính trạng:* Cay, đắng, tính bình, lá cây.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, bổ gan thận.

*Ứng dụng:* (1) Chủ yếu trị thận hư mà có chứng phong thấp như eo đau gối đau mỏi, chân yếu. (2) Lại trị phong đầu đau đầu, ban phong v.v.. (3) Rượu thuốc: phần nhiều dùng để trị các chứng tiêu, như "Thánh tể tổng lục" Rượu Thạch nam tức trị phong ấn chấn kinh tuần bất giải (trị ban phong đã qua hàng chục ngày chưa khỏi).

## BẠCH HOA XÀ

*Tính trạng:* Ngọt, mặn, ôn, có độc, cả con rắn (trị nội tạng).

*Công hiệu:* Khử phong, hoạt lạc, định kinh.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, gân mạch co gập. (2) Miệng mất méo xệch, chi thể tê dại, bản thân bất toại. (3) hủi, ghẻ, hắc lao, da ngứa. (4) Uốn ván, kinh phong trẻ em. (5) Rượu thuốc: dùng nhiều cho chữa các chứng trên như "Bản thảo cương mục" có rượu Bạch hoa xà chữa các chứng trên (trừ uốn ván, kinh phong trẻ em cấp mãn).

*Nghiên cứu hiện đại:* Hạ áp, chấn tĩnh, thôi miên.

## Ô TIÊU XÀ

*Tính trạng:* Ngọt, bình, cả con rắn (trừ nội tạng)

*Công hiệu:* và ứng dụng như Bạch hoa xà, chỉ có được lực yếu hơn.

## THẦN KHÚC

*Tính trạng:* Ngọt, cay, ôn, sản phẩm gia công của bột mì và được vật hỗn hợp lên men.

*Công hiệu:* Tiêu hóa thức ăn hoà vị, kiến khúc có thể phát tán phong hàn.

*Ứng dụng:* Ăn tích không tiêu, khoang bụng chướng đầy, không muốn ăn uống và ruột kêu đi ngoài nhiều. Kiến khúc thường dùng trị ăn đầy không tiêu kiêm ngoại cảm phong hàn.

## SỬ QUÂN TỬ

*Tính trạng:* Ngọt, ôn, hạt.

*Công hiệu:* Diệt trùng tiêu tích.

*Ứng dụng:* (1) Đối với giun đũa lợn, giun đất, đũa đều có hiệu năng gây tê hoặc giết chết khá mạnh, đối với giun kim cũng có tác dụng khử trừ nhất định. (2) Chủ yếu dùng để tẩy giun đũa, cũng dùng trị giun kim và trùng màng uốn roi đuôi đường ruột.

## QUA ĐẾ

*Tính trạng:* Đắng, hàn, có độc, cưỡng quả.

*Công hiệu:* Uống nhỏ mạnh đờm nóng, thức ăn không tiêu, ngoài dùng tán thành bột thổi mũi, có

thể dẫn thấp nhiệt ra.

*Ứng dụng:* (1) Đờm nóng uất ở trong ngực hoặc thức ăn không tiêu qua đêm ứ ở dạ dày thấy động kinh phát cuồng, họng tê thở hỗn hển, bực bội mất ngủ, lồng ngực chướng. (2) Thấp nhiệt hoàng đản, thấp gia đau đầu. (3) Vị này có độc, trúng độc có thể dẫn đến nôn kịch liệt, dùng nên thận trọng.

## THƯỜNG SƠN

*Tính trạng:* Đắng, cay, hàn, có độc, rễ.

*Công hiệu:* Nôn tháo đờm rãi, chặn sốt rét.

*Ứng dụng:* Trong ngực ứ đờm. (2) Sốt rét. (3) Có độc dùng nên thận trọng.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống sốt rét, chống amíp, giải nhiệt. (2) Chữa trị bệnh sốt rét.

## ĐẠI HOÀNG

*Tính trạng:* Đắng, hàn, rễ hoặc thân rễ.

*Công hiệu:* Xổ xuống công tích, thanh nhiệt tả hỏa, giải độc, hoạt huyết khử ứ (sống lâu ích thọ).

*Ứng dụng:* (1) Đường ruột tích ứ, đại tiện táo bón, ly nhiệt mới chớm. (2) Huyết nhiệt hoành hành gây thổ máu, đổ máu cam và mắt đỏ do tà hỏa thương viêm, đau cổ họng, sưng mọng răng,

mụn mồm. (3) Nhọt mụn do nhiệt độc và bỏng. (4) Chứng ứ máu, như phụ nữ ứ máu tắc kinh, sản hậu máu hôi không ra, khối u tích tụ và tổn thương do chấn thương ngoài. (5) Hoàng đả, bệnh lậu. (6) Thông tin gần đây cho biết liều lượng ít Đại hoàng có tác dụng bổ ích, đồng thời mới thêm vào hàng ngũ thuốc chống suy già truyền thống. (7) Rượu thuốc: Dùng nhiều cho chứng ứ máu và chống suy già, tăng tuổi thọ.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Thanh nhiệt, kháng khuẩn, chống bệnh độc, chống ung thư, kiện vị, hoãn hạ, lợi đả, bảo vệ gan, trợ tim, chống cao huyết áp, chống chứng máu mỡ nhiều. (2) Thường dùng ở táo bón, ruột chướng khí. Xuất huyết hoặc tiểu cầu máu giảm, viêm xoang miệng, miệng lưỡi loét lở và viêm mao nang, bỏng, chi dưới lở loét, tắc ruột do giun đũa, cao huyết áp, chứng máu nhiều mỡ và xơ cứng động mạch, tụ máu não, xuất huyết não và khờ dại tuổi già.

## HOÀ MA NHÂN

*Tính trạng:* Ngọt, bình, quả.

*Công hiệu:* Nhuận tràng thông tiện (Bổ trung ích khí v.v..)

*Ứng dụng:* Chủ yếu dùng cho người già, sản phụ và người cơ thể yếu do chất dinh dưỡng kiệt

thiếu máu gây nên, ruột khô táo bón, cổ có cách nói: "Bổ trung ích khí, uống lâu béo khỏe" xin để tham khảo. Trong "Thiên kim phương" Rượu Ma tử trị sản hậu máu không đi.

*Nghiên cứu hiện đại:* Hưng phần ống ruột, tăng lực nhu động, hạ mỡ nhẹ.

## PHỤC LINH

*Tính trạng:* Ngọt, nhạt, bình, hạt khuôn dạng củ.

*Công hiệu:* Lợi thủy thấm thấp, kiện tì, an thần.

*Ứng dụng:* (1) Tiểu tiện khó, phù thũng và ngừng uống do thủy thấp. (2) Chứng hư tì: như người mệt mỏi, ăn ít ỉa lỏng v.v... (3) Tim đập mạnh, mất ngủ. (4) "Thần nông bản thảo kinh" ghi "Uống lâu an hồn dưỡng thần, không đói, sống lâu hơn" Tống Tô Trung "Đồ kinh bản thảo" có liệt kê ở hạng vị bổ chi quý giá "Bánh Phục linh" là loại bánh bổ dưỡng nổi tiếng trong cung đình nhà Thanh.

*Nghiên cứu hiện đại:* Lợi tiêu, kháng khuẩn, tăng cường công năng miễn dịch, chống u, ngoài ra còn có tăng lực co bóp của cơ tim, ức chế sự phát sinh loét dạ dày, bảo vệ gan, giảm GPT, hạ huyết đường v.v..

## Ý DĨ NHÂN

*Tính trạng:* Ngọt, nhạt, vị hàn, nhân hạt.

*Công hiệu:* Lợi thủy thẩm thấp, kiện tì, trừ tê, thanh nhiệt bài mủ.

*Ứng dụng:* (1) Tiểu tiện khó, phù thũng, chân phù khí, tì hư, ỉa chảy. (2) Phong thấp tê đau, gân mạch giắt gáp. (3) Bệnh ung phổi ung ruột (như loại bệnh ngày nay gọi là sưng mủ phổi và viêm ruột thừa). (4) Trị trai bằng. (5) "Thần nông bản thảo kinh" ghi "Uống lâu ngày nhẹ người ích khí". (6) Rượu thuốc: có thể ngâm rượu, ủ rượu dùng nhiều để trị phong thấp tê đau và tì hư ỉa chảy.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Xúc tiến miễn dịch của tế bào và thể dịch, ngăn cản sự sinh trưởng của tế bào ung thư. (2) Tăng dùng để trị trai bằng, hiệu lực cũng tốt.

## MỘC THÔNG

*Tính trạng:* Ngọt, hàn, thân giầy leo.

*Công hiệu:* Lợi thủy thông lâm, xả nhiệt, thông sữa.

*Ứng dụng:* (1) Bàng quang thấp nhiệt thấy đái giắt, nước tiểu đỏ, đái buốt hoặc tâm hỏa bốc cháy lên trên, miệng lưỡi lên mụn, buồn bực. (2) Sau khi sinh sữa ít. (3) Cũng có thể thông lợi mạch máu trị ứ máu tắc kinh và tê đau thấp nhiệt, khớp hoạt động khó. (4) "Thực liệu bản thảo" ghi "Sắc lấy nước ủ rượu thông khí huyết phụ nữ. Trị nhọt kim v.v..

*Nghiên cứu hiện đại:* Lợi tiểu rất rõ, có tác dụng nhất định trong chống viêm khớp, chấn đau, chống khuẩn, có trường hợp do dùng lượng Mộc thông lớn (60g) mà gây suy kiệt công năng thận cấp tính.

## PHÒNG KỈ

*Tính trạng:* Đắng, cay, hàn, rể.

*Công hiệu:* Khử phong thấp, chỉ thống, lợi thủy.

*Ứng dụng:* (1) Phong thấp tê đau, với trường hợp thấp nhiệt là thích hợp, chỉ thống hiệu quả khá. (2) Phù thũng, bụng nước, chân phù sưng. (3) "Bản thảo thiết yếu" dùng Phòng kỷ các thứ thuốc nấu với rượu, uống trị ghẻ lở toàn thân. Rượu thuốc phần nhiều trị phong thấp tê đau.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn đau rõ, giải nhiệt, tiêu viêm, chống dị ứng, hạ áp, cơ bắp rã v.v.. Tác dụng lợi tiểu cũng rõ. (2) Dùng vị này chiết xuất Giáp tố Phòng kỷ trị bệnh cao huyết áp, hiệu quả còn có thể.

## TÌ GIẢI

*Tính trạng:* Đắng, bình, thân rể.

*Công hiệu:* Lợi thấp đục, khử phong thấp.

*Ứng dụng:* (1) Đi giả nước như nước gạo, nước

sữa và khí hư phụ nữ ra nhiều (thiên thấp đục). (2) Phong thấp tê đau, đau eo. (3) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị phong thấp tê đau, đau eo. Phương cổ các thứ hoàn tán trị bệnh này, phần nhiều uống với rượu và nước muối.

## NHÂN TRẦN CAO

*Tính trạng:* Đắng, vị hàn, mầm non.

*Công hiệu:* Thanh lợi thấp nhiệt, lùi hoàng đả.

*Ứng dụng:* (1) Chủ trị bệnh Hoàng đả. (2) Cũng dùng cho ngứa mụn thấp, chảy nước vàng.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Lợi mật gan, xúc tiến tái sinh tế bào gan, giải nhiệt và kháng vi sinh vật, hạ áp, lợi tiểu. (2) Chủ yếu dùng trị viêm gan Hoàng đả truyền nhiễm cấp tính.

## XÍCH TIỂU ĐẬU

*Tính trạng:* Ngọt, chua, bình, hạt.

*Công hiệu:* Lợi thủy tiêu sưng, giải độc bài mủ.

*Ứng dụng:* (1) Phù thũng bụng đầy, chân phù sưng (hiện đại thường dùng phù thũng do viêm thận, bụng nước do gan bị biến cứng và phù thũng suy dinh dưỡng). (2) Ung nhọt nhiệt độc: như quai bị (như viêm tuyến nước bọt), ung sữa (như viêm tuyến sữa). Đan độc nhọt lở, ung ruột (như viêm ruột thừa). (3) Lợi thủy lui hoàng có thể dùng chữa

Hoàng đảm thấp nhiệt. (4) "Trửu hậu phương" trị trĩ ruột đại tiện thường ra máu, uống với rượu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Thường đắp ngoài trị viêm tuyến nước bọt và tần với cá chép trị bụng nước do gan cứng hóa v.v..

## NHÂN SÂM

*Tính trạng:* Ngọt, hơi đắng, vị ôn, rễ. -

*Công hiệu:* Đại bổ nguyên khí, bổ phế ích tì, sinh tân chỉ khát, an thần ích trí, điều bổ ngũ tạng, cường tinh thông mạch, trẻ lâu.

*Ứng dụng:* (1) Khí hư muốn thoát: phàm mất máu nhiều, thổ, ỉa chảy nhiều và tất cả các bệnh vì nguyên khí hư cực dẫn đến cơ thể suy yếu muốn mất, mặt trầm muốn tắt. (2) Chứng tì khí hư: như thấy mệt mỏi không có sức, không muốn ăn, ỉa chảy v.v.. (3) Chứng phế khí hư: như thấy hô hấp nhanh, yếu sức, thở dốc, đổ mồ hôi trộm, dễ cảm. (4) Tân thương miệng khát và tiêu khát (như bệnh đái đường ngày nay). (5) Tâm thần bất an, mất ngủ mê nhiều, hoảng hốt hay quên. (6) Chứng huyết hư: như sắc mặt tái nhợt hoặc vàng vọt, vầng dầu, hoa mắt, lưỡi nhợt mạch trầm nhỏ v.v.. (7) Liệt dương. (8) Rượu thuốc: các chứng trên đều hợp. (9) chống Lê lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống suy lão, nâng cao năng lực thích ứng, tăng cường cơ năng miễn dịch của cơ thể, kích thích cơ năng tạo máu của tủy xương và cơ năng giải độc của gan, đối với hệ thống thần kinh trung khu, đối với hệ nội tiết và trao đổi chất, đối với hệ thống tuần hoàn, hệ thống bài tiết đều có tác dụng quan trọng. (2) Thường dùng cho cấp cứu; chữa trị bệnh của hệ thống mạch máu như bệnh cao huyết áp, suy dinh dưỡng cơ tim, bệnh đĩnh tim v.v., bệnh dạ dày và bệnh gan như viêm dạ dày mãn tính, viêm gan; bệnh đái đường, thần kinh suy nhược, bệnh tinh thần, liệt dương v.v..

## ĐẢNG SÂM

*Tính trạng:* Ngọt, bình, rể.

*Công hiệu:* Bổ trung ích khí, sinh tân dưỡng huyết.

*Ứng dụng:* (1) Chứng tì khí hư (thấy ở nhân sâm). (2) Chứng hư phế khí (thấy ở nhân sâm). (3) Bệnh nhiệt thương tân, khí ngán miệng khát. (4) Huyết hư vàng héo, vầng đầu tâm hoảng. (5) Rượu thuốc: trị các chứng trên. (5) Chống Lê lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* Cường tráng, bổ huyết, hạ áp. Ngoài ra khử đờm kiện vị, tăng tiến trao đổi chất, giúp tiêu hóa v.v..

## THÁI TỬ SÂM

*Tính trạng:* Ngọt, hơi đắng, vị hàn, rễ.

*Công hiệu:* Bổ ích sinh tân.

*Ứng dụng:* Tì hư ăn ít, mệt mỏi sức yếu, ho do phế hư, Tân khuy miệng khát và tim đập mạnh toát mồ hôi. Ích lợi của nó sinh tân, bổ phế tì như nhân sâm, nhưng lực thuốc yếu hơn, chống Lê lô.

## TÂY DƯƠNG SÂM

*Tính trạng:* Đắng, hơi ngọt, hàn, rễ.

*Công hiệu:* Bổ khí dưỡng âm, thanh hoả sinh tân, điều bổ ngũ tạng, an thần.

*Ứng dụng:* (1) Âm hư hoả vượng, ho suyễn đờm máu. (2) Nhiệt bệnh khí âm đều tổn thương, quá mệt khát nước. (3) Tân dịch thiếu miệng lưỡi khô. (4) Tràn nhiệt đại tiện ra máu. (5) Chống Lê lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* Điều tiết hệ thống thần kinh trung khu, nâng cao năng lực thích ứng. Xúc tiến tiết kích tố vỏ tuyến thượng thận, chống nhịp tim thất thường, xúc tiến công năng miễn dịch.

## HOÀNG KỲ

*Tính trạng:* Ngọt, vị ôn, rễ.

*Công hiệu:* Bổ khí thăng dương, ích vệ cố biểu, tiêu độc sinh cơ, lợi thủy lùi sưng.

*Ứng dụng:* (1) Phế tì khí hư và trung khí tụt xuống như thấy mệt mỏi không có sức - ăn ít khó tiêu, ỉa chảy, đổ mồ hôi trộm, ho và sa hậu môn, sa tử cung, đại tiện ra máu, băng huyết. (2) Toát mồ hôi hoặc đổ mồ hôi trộm. (3) Khí huyết thiếu dẫn đến ung nhọt lâu ngày không khỏi, hoặc khỏi rồi không liền miệng. (4) Phù sưng ít dài. (5) Khớp tê đau do khí hư huyết ú, tê dại, bán thân bất toại. (6) Tiêu khát (như bệnh đái đường ngày nay). (7) Rượu thuốc phần lớn trị các chứng trên, như trong "Thập toàn đại bổ tửu" có vị Hoàng kỳ, có tác dụng bổ khí kiện tì, khoẻ thân thể.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có các tác dụng làm khoẻ mạnh, chống già sống lâu, điều tiết cân bằng miễn dịch, cải thiện công năng gan, hạ áp, tăng mạnh co bóp tim, hạ huyết đường, lợi tiểu v.v..

## BẠCH TRUẬT

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, ôn, thân rễ.

*Công hiệu:* Bổ khí kiện tì, khô thấp lợi thủy, chỉ mồ hôi an thai (nhẹ thân sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Chứng tì khí hư như thấy ăn ít đi lỏng, khoang bụng chướng đầy, uể oải mệt mỏi sức yếu. (2) Tì hư mà thủy thấp ú đọng thấy đờm phù thũng v.v... (3) Tì hư mà mặt cơ bắp không

chắc hay toát mồ hôi vô cớ. (4) Mang thai thì hư khí yếu, thai động bất yên. (5) Rượu thuốc: chủ trị thì hư kéo dài tuổi thọ như "Thiên kim dịch phương" có rượu Bạch truật có công hiệu nhẹ thân sống lâu. "Tam nhân phương" có rượu Bạch truật trị trung thấp, cảm khẩu, không biết người".

*Nghiên cứu hiện đại:* Cường tráng, tăng cường công năng miễn dịch, chống u sưng, hạ đường, bảo vệ gan, điều tiết công năng đường ruột.

## SƠN ĐƯỢC

*Tính trạng:* Ngọt, bình, rễ củ.

*Công hiệu:* Ích khí dưỡng âm, bổ thì phế thận, cường chí tăng trí nhẹ người sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Các chứng thì hư. (2) Phế hư ho suyễn. (3) Thận hư di tinh, đái nhiều lần, phụ nữ khí hư ra nhiều. (4) Tiêu khát (như bệnh đái đường hiện đại). (5) Người xưa dùng nhiều để xung ngũ tạng, trị các loại tổn thương hư lao, chữa ngũ lao thất thương, nhẹ người sống lâu. (6) Rượu thuốc: trị các loại hư lao tổn, như trong "Cương mục" rượu Sơn được trị các bệnh phong choáng, ích tinh tủy, khỏe thì vị.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tăng cường công năng miễn dịch, chống ung thư, chống viêm khớp v.v.. Sơn được có chứa chất đạm và 10 loại axit amin, trong đó

6 axit amin cần thiết, có giá trị dinh dưỡng khá cao. Còn chứa nhiều loại nguyên tố vi lượng, đối với chống suy già có ý nghĩa rất quan trọng.

## HOÀNG TINH

*Tính trạng:* Ngọt, bình, rẻ.

*Công hiệu:* Nhuận phế chi âm, bổ tì ích khí (cường tráng gân cốt, điều hòa ngũ tạng, nhẹ người sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Phế hư ho khan. (2) Đau lưng, váng đầu, chân mềm do thận hư tinh khuy. (3) Tì vị hư yếu thấy mệt mỏi không có sức, không muốn ăn, miệng khô, táo bón, mạch yếu v.v.. (4) Bệnh đái đường. (5) Thời cổ thường coi Hoàng tinh là vị thuốc chống già, khỏe người kéo dài tuổi thọ. (6) Rượu thuốc: Trị các chứng trên, như trong "Thiên kim phương" rượu Hoàng tinh làm tăng tuổi thọ "Cương mục" dùng các vị thuốc Hoàng tinh v.v.. cất rượu tác dụng như trên.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tăng tuổi thọ, tăng cường công năng miễn dịch, ức chế chất mỡ ôxi hóa, hạ huyết chi giãn mạch máu đỉnh tim, tăng lưu lượng mạch máu đỉnh tim, giải trừ co giật cơ trơn dạ dày, ruột, bảo vệ gan, kháng khuẩn và chống bệnh độc. Từng dùng trị lao phổi, hiệu quả khá.

## ĐẠI TÁO

*Tính trạng:* Ngọt, ôn, quả.

*Công hiệu:* Bổ trung ích khí, nuôi máu an thần, hoà hoãn được tính.

*Ứng dụng:* (1) Tì vị hư yếu như thấy người mệt mỏi sức yếu, ăn ít đi lỏng. (2) Huyết hư vàng héo, phụ nữ huyết hư tạng khô thấy tính thần bất an, bi khốc bất thường. (3) Hoà hoãn thiên tính được vật. (4) Rượu thuốc nặng về kiện tì bổ ích hoà hoãn được tính.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tăng thêm tác dụng của CAMP trong tế bào trắng, chống phản ứng biến thái, trung khu thần kinh ức chế, bảo vệ gan, tăng lực cơ bắp v.v...(2) Từng dùng trong phản ứng truyền máu, hạ thấp sự chuyển hóa thành nấm Amôniắc.

## CAM THẢO

*Tính trạng:* Ngọt, bình, rễ hoặc thân rễ.

*Công hiệu:* Bổ tì ích khí, nhuận phổi chỉ ho, hoãn gấp chỉ đau, hoà hoãn được tính.

*Ứng dụng:* (1) Tì vị hư yếu (thấy ở Đại táo). (2) Ho suyễn. (3) Mụn nhọt, nhọt độc, ngộ độc thức ăn và thuốc. (4) Khoang bụng và tứ chi giật gập đau. (5) Hòa hoãn thiên tính được vật, điều hòa trầm

thuốc. (6) Chống Đại kích, Nguyên hoa, Cam toại. Uống nhiều lâu dài có thể dẫn đến phù thũng, cao huyết áp.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tác dụng của kích tố màng tuyến thượng thận, chống viêm và chống phản ứng biến thái, có tác dụng chống lở loét, giải giât cho hệ thống tiêu hóa, giải độc, chấn đau. Chấn ho, chống u sưng v.v... (2) Thường dùng cho loét dạ dày, tá tràng, bệnh đái tháo, hơ lao, hen phế quản, viêm gan truyền nhiễm, bệnh huyết hấp trùng cấp tính, sốt rét, hắc lao do tiểu cầu giảm, cơ bắp chân co giât, cơ cứng thẳng bẩm sinh, viêm tĩnh mạch tụ máu, lở loét cổ tử cung, chứng viêm da, tay chân nứt.

## LỘC NHUNG

*Tính trạng:* Ngọt, mặn, ôn, sùng non.

*Công hiệu:* Bổ thận dương, ích tinh huyết, khỏe gân cốt.

*Ứng dụng:* (1) Thân dương thiếu, tinh huyết khuy hư gây sợ rét chi lạnh, liệt dương xuất sớm, cung lạnh vô sinh, tiểu tiện nhiều lần, đầu gối thất lưng mỏi đau, vầng đầu ù tai, tinh thần mệt mỏi v.v.. (2) Tinh huyết thiếu, gân cốt yếu hoặc trẻ em phát triển kém, xương mềm, chậm biết đi, thóp không liền. (3) Phụ nữ xung nhâm hư hàn, băng

huyết không dứt, khí hư ra quá nhiều. (4) Nhọt lở loét lâu ngày không liền miệng, mụn âm lún vào trong. (5) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị các bệnh trên, như trong "Phổ tế phương" rượu Lộc nhưng là chữa hư yếu, không sinh hoạt tình dục được.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tác dụng khoẻ mạnh tốt, nâng cao năng lực làm việc của cơ thể, cải thiện ngủ và ăn uống, hạ mức mệt mỏi của cơ bắp, xúc tiến sự sinh sản của tế bào đỏ. Xúc tiến tế bào tuyến dịch Lim pha chuyển hóa. Từng dùng trị bệnh máu hiệu quả khá tốt.

## XÀ SÀNG TỬ

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, quả.

*Công hiệu:* Âm thận khoẻ dương, tản hàn khử phong, khô thấp sát trùng (nhẹ người, nhan sắc đẹp).

*Ứng dụng:* (1) Liệt dương vô sinh, tử cung lạnh không thụ thai. (2) Hàn thấp khí hư ra, thấp tê đau lưng eo. (3) Âm hộ thấp ngứa, mẩn ngứa, ghẻ. (4) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị liệt dương vô sinh, tử cung lạnh không thụ thai, cũng dùng cho nhẹ người khoẻ cơ thể.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tác dụng tương tự Hóc môn sinh dục, kháng khuẩn. (2) Thường dùng trị viêm âm đạo trùng uồn roi đuôi (dùng ngoài). Bệnh da chảy nước cấp tính.

## DÂM DƯƠNG HOẮC

*Tính trạng:* Cay, ngọt, ôn, toàn cỏ (thường gọi là tiên linh từ).

*Công hiệu:* Bổ thận khỏe dương, khử phong trừ thấp.

*Ứng dụng:* (1) Liệt dương, đái giắt, eo, đầu gối không có sức. (2) Phong hàn thấp tê hoặc phong thấp tê dại. (3) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị các chứng trên. Trong "Thánh huệ phương" Tiên linh từ ngâm rượu trị Thiên phong, tay chân không tự chủ, da tê dại. "Thực y tâm kinh" rượu Dâm dương hoắc trị phong hàn tê thấp hoặc tê dại, liệt dương v.v..

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tăng cơ năng sinh dục, tăng lưu lượng mạch máu đỉnh tim, cải thiện sự thiếu máu của cơ tim, chấn ho, khử đờm, bình suyễn, có tác dụng điều tiết song hướng đối với công năng miễn dịch của cơ thể. (2) Tăng dùng trị chứng tê liệt trẻ em, thần kinh suy nhược, viêm phế quản mãn tính v.v..

## NHỤC THUNG DUNG

*Tính trạng:* Ngọt, mặn, ôn, thân chất thịt.

*Công hiệu:* Bổ thận trợ dương, nhuận tràng, thông tiện

*Ứng dụng:* (1) Liệt dương, vô sinh, eo, đầu gối

lạnh đau hoặc gân cốt yếu. (2) Ruột khô kiệt nước sinh táo bón. (3) Rượu thuốc: thường có tác dụng bổ thận trợ dương.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng hạ áp.

## HỒ ĐÀO NHÂN

*Tính trạng:* Ngọt, ôn, nhân quả (thường gọi là hạt đào nhân).

*Công hiệu:* Bổ thận, ấm phổi, nhuận tràng (đen tóc, nhuận cơ da).

*Ứng dụng:* (1) Thận hư, eo đau chân yếu, liệt dương, di tinh, đái dầm. (2) Hư hàn ho suyễn. (3) Ruột khô táo bón.

*Nghiên cứu hiện đại:* Trị sỏi đường tiết niệu, hiệu quả tốt. Sao đen ra dầu nghiền thành hồ bôi ngoài trị viêm da, mụn mẩn, hiệu quả tốt.

## BỔ CỐT CHI

*Tính trạng:* Đắng, cay, đại ôn, hạt.

*Công hiệu:* Bổ thận khỏe dương, cố tinh rút nước tiểu, ôn tì chỉ tả.

*Ứng dụng:* (1) Liệt dương, eo đau gối lạnh đau. (2) Trượt tinh đái dầm, đái dắt. (3) Tì thận dương hư, ỉa chảy. (4) Hư hàn ho suyễn. (5) Rượu thuốc: các

chứng trên. Phương cổ uống Bồ cốt chi và thành phương, phần lớn uống với rượu và nước muối.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Giãn động mạch đỉnh tim, tăng lực co bóp cơ tim, có thể làm sắc tố da sinh mới, có tác dụng giải giết đối với cơ trơn phế quản, chống suy già, tăng tuổi thọ v.v.. (2) Trị tử cung xuất huyết, bệnh vẩy bạc, phong bạch diện, hói tóc, ghẻ móng tay móng chân v.v..

## ÍCH TRÍ NHÂN

*Tính trạng:* Cay, ôn, quả.

*Công hiệu:* Ôn tỳ khai vị nhiếp nước bọt. Ấm thận chắc tinh, giảm đái.

*Ứng dụng:* (1) Tỳ vị bị lạnh, đau bụng thổ tả. (2) Tỳ vị hư, ăn ít nhiều nước bọt. (3) Thận khí hư hàn, di tinh đái dầm, nước tiểu có sạn, đêm đái nhiều lần, v.v...

## ĐỖ TRỌNG

*Tính trạng:* Ngọt, ôn, vỏ cây.

*Công hiệu:* Bổ gan thận, khoẻ gân cốt, an thai, sống lâu ích thọ.

*Ứng dụng:* (1) Gan thận yếu, eo đau gối mỏi đau hoặc teo mềm yếu ớt. (2) Gan thận hư hàn gây

liệt dương, đái nhiều lần v.v.. (3) Thai động bất an hoặc sảy thói quen. (4) Cũng có thể dùng trị đầu mắt choáng váng do can dương bốc lên. (5) Rượu thuốc: phần nhiều dùng trị eo đầu gối mỗi đau hoặc teo mềm yếu và liệt dương, đái nhiều lần.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hưng phấn thủy thể, hệ thống màng tuyến thượng thận, tác dụng xúc tiến đối với tính miễn dịch phi đặc dị và điều tiết 2 chiều của tế bào miễn dịch, khiến hàm lượng huyết tương CAMP lên cao, lợi tiểu v.v.. (2) Thường dùng trị liệu bệnh cao huyết áp.

## TỤC ĐOẠN

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, cay, vị ôn, rễ.

*Công hiệu:* Bổ gan thận, hành huyết, tục gân cốt (cầm máu ra an thai) nhẹ người, tăng tuổi thọ.

*Ứng dụng:* (1) Đau lưng chân yếu, di tinh, băng huyết. (2) Truy thai ra máu, thai động muốn truy. (3) Tổn thương ngoài, nhọt kim, ung nhọt lở loét. (4) Rượu thuốc: trị các chứng trên hoặc thường dùng bột Tục đoạn uống với rượu cùng với thành phương của nó.

*Nghiên cứu hiện đại:* Giàu vitamin E, mà những năm gần đây ứng dụng trên lâm sàng về vitamin E ngày càng rộng rãi, nó đã trở thành vị thuốc chống suy già được công nhận, điều này có

rất nhiều điểm chung với vận dụng truyền thống của Tục đoạn.

## CẦU TỊCH

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, ôn. Thân dạng rễ.

*Công hiệu:* Bổ gan thận, khoẻ eo đầu gối, khử phong thấp.

*Ứng dụng:* (1) Đau eo sống cứng, không thể ngửa cúi, chân đầu gối mềm yếu, đối với các loại chứng bệnh trên do gan thận khuy hư kiêm có phong hàn thấp tà gây nên là thích hợp nhất. (2) Tiểu tiện không tự chủ được, phụ nữ khí hư ra nhiều. (3) Rượu thuốc: trị nhiều thận hư eo đầu gối đau, phong thấp tê đau, như "Quế châu thảo dược" với các thứ thuốc cùng Cầu tịch ngâm rượu trị đau xương phong thấp, eo đầu gối yếu.

## THỔ TÌ TỬ (CÂY TƠ HỒNG)

*Tính trạng:* Cay, ngọt, bình, hạt.

*Công hiệu:* Bổ dương ích âm, chắc tinh rút đái, sáng mắt chỉ tả (tăng tuổi thọ).

*Ứng dụng:* (1) Eo chân mỏi đau, liệt dương, trượt tinh, đái nhiều lần, khí hư quá nhiều. (2) Mắt mờ không nhìn rõ. (3) Tì hư ỉa lỏng hoặc ỉa chảy. (4) Còn có thể dùng cho gan thận yếu, thai

nguyên không chắc và âm khuy tiêu khát. (5) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị chứng trên. (ít dùng cho Thai nguyên không chắc và tiêu khát). Thời xưa thường ngâm thuốc này với rượu rồi phối phương chế thành hoàn tán, hoặc uống nó với rượu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng rõ rệt đối với hệ thống tuần hoàn, như tăng lưu lượng động mạch đỉnh tim, hạ hao tổn ôxi của cơ tim, tăng cường công năng miễn dịch, trẻ lâu v.v.. -

## THỰC ĐỊA

*Tính trạng:* Ngọt, vị ôn, rẽ củ.

*Công hiệu:* Dưỡng huyết bổ âm, bổ tinh ích tủy (bổ ngũ tạng nội thương, trị ngũ lao thất thương, tăng tuổi thọ).

*Ứng dụng:* (1) Huyết hư héo vàng, choáng váng, tim đập mạnh, mất ngủ, kinh nguyệt không đều, rong kinh v.v.. (2) Thận âm yếu thấy nóng, mồ hôi trộm, di tinh, tiêu khát v.v.. và tinh huyết khuy hư gây mỗi lưng chân mềm, váng đầu hoa mắt, ù tai điếc tai, tóc râu bạc sớm, phát triển kém v.v.. (3) Rượu thuốc: phần nhiều trị các chứng trên, như "Cảnh nhạc toàn thư" Địa hoàng lễ (rượu) trị nam, phụ tinh huyết thiếu, doanh vệ bất xung.

*Nghiên cứu hiện đại:* Đối với công năng màng tuyến thượng thận có ảnh hưởng như đối với sự ức

chế của tuần màng huyết tương có tác dụng bảo hộ nhất định v.v.. Điều tiết công năng miễn dịch, hạ huyết áp cầm máu v.v..

## HÀ THỦ Ô

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, chát, vị ôn, rễ củ.

*Công hiệu:* Bổ ích tinh huyết, chặn sốt rét, giải độc, nhuận tràng thông tiện (đen tóc, nhẹ người, sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Tinh huyết khí hư thấy vàng dầu hoa mắt, râu tóc bạc sớm, mỗi eo, chân mềm, di tinh, rong kinh. Khí hư nhiều (cần dùng hà thủ ô chế). (2) Sốt rét lâu, ung nhọt tràng nhạc, ruột khô táo bón (cần dùng hà thủ ô sống). (3) Rượu thuốc: dùng nhiều cho bệnh tinh huyết khuy hư, gan thận kém.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hạ mỡ máu, hạ huyết đường, tăng thêm năng lực chống sốt rét của cơ thể, bảo vệ gan, chấn tĩnh, trẻ lâu v.v..(2) Tăng dùng trị sốt rét, ho gà hạ côlextêrôn.

## ĐƯƠNG QUY

*Tính trạng:* Ngọt, cay, ôn, rễ.

*Công hiệu:* Bổ huyết, hoạt huyết, chỉ thống nhuận tràng, điều kinh.

*Ứng dụng:* (1) Các chứng huyết hư. (2) Kinh nguyệt không đều, thông kinh, tắc kinh (là thuốc điều kinh quan trọng của phụ khoa). (3) Đau bụng hư hàn, máu ứ, gây đau, tổn thương ngoài, tê đau liệt. (4) Ung nhọt lở. (5) Huyết hư ruột khô táo bón. (6) Rượu thuốc: Phần nhiều trị các chứng trên.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Có tác dụng "2 chiều" đối với tử cung, chấn tĩnh, chấn đau, bảo vệ gan, chống thiếu sinh tố E, tăng lưu lượng mạch đỉnh tim, chống nhịp tim thất thường v.v., chống suy già. (2) Dùng rộng rãi trong bệnh tim não mạch máu, bệnh đái đường, viêm gan bệnh độc, viêm mạch quản do bế tắc, u sưng, bệnh bụng cấp, đau cơ bắp, khớp và thần kinh, viêm khí quản mãn tính, viêm khoang xương chậu mãn tính, bệnh kinh nguyệt, mụn nhọt dạng dài, viêm mũi v.v..

## BẠCH THUỘC

*Tính trạng:* Đắng, chua, vị hàn, rễ.

*Công hiệu:* Dưỡng huyết thu lại âm, nhu gan chỉ đau, bình ức can dương.

*Ứng dụng:* (1) Kinh nguyệt không đều, hành kinh đau bụng, rong huyết. (2) Toát mồ hôi, đổ mồ hôi trộm. (3) Can khí bất hòa, sườn, bụng đau, hoặc tứ chi co giật đau. (4) Can dương bốc lên thấy đau đầu, choáng váng. (5) Chống Lê lô. (6) Rượu thuốc: có thể trị các chứng trên. "Kinh nghiệm hậu

phương" với Bạch thược cùng Hồ cốt ngâm rượu uống trị đau do phong độc cốt tủy.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tác dụng dược lý như Xích thược, chất Glucôxít thược được có trong Bạch thược có tác dụng giải kinh, chấn đau, chấn tĩnh, chống ngất, hạ áp, giải nhiệt, tiêu viêm, chống loét lở khá tốt, thuốc sắc Bạch thược đối với khuẩn roi li có tác dụng ức chế khá mạnh.

## A GIAO

*Tính trạng:* Ngọt, bình, cao do da lừa nấu thành.

*Công hiệu:* Bổ huyết, cầm máu, bổ âm nhuận phổi (sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Trị bệnh huyết hư. (2) Thổ huyết, đổ máu cam, băng huyết. (3) Âm hư tâm bực bội, mất ngủ. (4) Hư lao ho suyễn. (5) Thường pha với rượu vang uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* Xúc tiến tế bào tái sinh, tăng tế bào đỏ và huyết sắc tố, tăng công năng miễn dịch của cơ thể, tăng cường năng lực thích ứng hoàn cảnh, cải thiện sự thăng bằng canxi trong cơ thể, kéo dài tuổi trẻ.

## LONG NHÂN NHỤC

*Tính trạng:* Ngọt, ôn, cùi quả.

*Công hiệu:* Bổ tâm tì, hoảng hốt, loạn nhịp tim, mất ngủ hay quên. (2) Các bệnh do khí huyết thiếu. (3) Rượu thuốc: trị các chứng trên. "Vạn thị gia sao phương" có rượu Long nhân trị kém ăn, tinh thần mệt mỏi, hay quên. "Thanh đại cung đình diên hoãn suy lão được giản thuật" trong phương rượu Tùng linh Thái bình xuân có Long nhân nhục, đây là rượu thuốc ích thọ thường uống của vua Càn Long đời Thanh.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng ức chế nhất định đối với tế bào ung thư, còn có thể hạ mỡ máu, tăng lưu lượng mạch máu đỉnh tim, tăng cường thể chất.

## THIÊN MÔN ĐÔNG

*Tính trạng:* Ngọt, đắng, đại hàn, rễ củ.

*Công hiệu:* Thanh phế giáng hoả, bổ âm (phế thận) nhuận táo.

*Ứng dụng:* (1) Ho khan đờm dính, ho lao thổ huyết. (2) Nhiệt bệnh thương âm, lưỡi khô miệng khát hoặc Tân khuy tiêu khát.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, diệt muỗi, ấu trùng ruồi, chống u sưng. (2) Dùng trị u vú và mở cổ tử cung (dùng ngoài) hiệu quả tốt.

## MẠNH MÔN ĐÔNG

*Tính trạng:* Ngọt, hơi đắng, vị hàn, rễ củ nhỏ.

*Công hiệu:* Nhuận phế dưỡng âm, ích vị sinh tân, thanh tâm trừ phiền (diên niên ích thọ) - sống lâu hơn.

*Ứng dụng:* (1) Ho khan đờm dính, ho lao thổ huyết. (2) Vị âm thiếu, lưỡi khô miệng khát và tiêu khát. (3) Tâm phiền mất ngủ. (4) Nhuận tràng thông tiện trị ruột khô táo bón.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Cải thiện trao đổi chất của cơ tim, bảo vệ công năng co bóp của tim khi cơ tim thiếu máu. Cải thiện biến học chảy của máu, nâng cao sức miễn dịch của cơ thể, kháng khuẩn, chống ung thư, hạ huyết đường v.v.. (3) Thường dùng trị bệnh đĩnh tim và bệnh đái đường.

## HUYỀN SÂM

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, mặn, hàn, rễ.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt, giải độc, dưỡng âm.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh ôn nhiệt (như nhiều bệnh cấp tính, bệnh sốt, bệnh truyền nhiễm), nhiệt xâm nhập doanh phạm, thấy người nóng, miệng khô, lưỡi đỏ sẫm hoặc tà sê bao tin thấy mê man nói lảm nhảm v.v.. (2) Bệnh ôn nhiệt máu nóng ung thịnh thấy phát ban, sưng họng, nặng thì bực bội

mê sáng. (3) Sưng đau cổ họng, ung sưng nhọt độc, tràng nhạc đờm cục. (4) Chống Lê lô.

*Nghiên cứu hiện đại:* Hạ áp rõ rệt, hạ đường huyết, giãn mạch máu chi dưới, trợ tim độ nhẹ.

## THẠCH HỘC

*Tính trạng:* Ngọt, vị hàn, thân.

*Công hiệu:* Dưỡng vị sinh tân, bổ âm trừ nhiệt (nhẹ người sống lâu).

*Ứng dụng:* (1) Nhiệt bệnh thương tân hoặc vị âm thiếu, lưỡi khô, miệng khô khát. (2) Âm hư tân khuy - hư nhiệt không lùi. (3) Sáng mắt và khoẻ eo, đầu gối, trị thị lực giảm, eo đầu gối mềm yếu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Giải nhiệt tiêu viêm đối với một số bệnh như đau nhọt có hiệu quả chữa rất tốt, khiến sự nhu động của đường ruột tiến triển tốt mà thông tiện (lượng lớn thì ngược lại).

## CẦU KHỞI

*Tính trạng:* Ngọt, bình, quả.

*Công hiệu:* Bồi bổ gan thận, sáng mắt, nhuận phế (Bồ hư tổn, sinh cơ bắp, ích nhan sắc, người mập khoẻ).

*Ứng dụng:* (1) Gan thận âm hư, vầng đầu hoa mắt, thị lực sút, eo đầu gối mỏi mềm, di tinh tiêu

khát. (2) Âm hư lao ho. (3) Rượu thuốc: trị các chứng trên. "Trung quốc y học đại từ điển" có rượu Cầu khởi với tác dụng biến trắng, dai sức, nhẹ người, đen râu tóc, uống lâu ngày đẩy lùi suy già. "Diên niên phương" "Thánh huệ phương" có rượu Cầu khởi tử đều với tác dụng trên.

### NỮ TRINH TỬ

*Tính trạng:* Ngọt, đắng, mát, quả.

*Công hiệu:* Bổ ích gan thận, thanh nhiệt sáng mắt, đen râu tóc, khoẻ thân thể.

*Ứng dụng:* Vàng đầu hoa mắt, eo đau gối mỏi mềm, râu tóc bạc sớm do gan thận âm hư. (2) Âm hư phát sốt. (3) Gan thận âm hư gây thị lực sút, mắt mờ không nhìn rõ. (4) Rượu thuốc: thường dùng ở bổ gan thận. "Triết Giang dân gian Trung thảo dược" dùng Nữ trinh tử ngâm rượu gạo trị thần kinh suy nhược.

*Nghiên cứu hiện đại:* Hạ mỡ máu chống động mạch xơ cứng dạng cháo, cường tráng, trợ tim, lợi tiểu, chỉ ho, hoãn tả (cầm ỉa chảy) tăng cường công năng miễn dịch.

### QUI BẢN

*Tính trạng:* Ngọt, mặn, hàn, giáp bụng.

**Công hiệu:** Tư âm tiềm dương, ích thận kiện cốt, dưỡng huyết bổ tim.

**Ứng dụng:** (1) Váng đầu hoa mắt do âm hư dương bốc lên hoặc nhiệt bệnh tổn thương âm phong hoạt động ở trong thấy váng đầu hoa mắt, nặng thì giật ngất xỉu. (2) Âm hư phát sốt, ho ra máu, đổ mồ hôi trộm, di tinh. (3) Eo chân yếu, gân cốt không khoẻ, trẻ em không liền thóp do thận hư. (4) Tâm hư hoảng hốt - mất ngủ hay quên. (5) Băng huyết hoặc kinh nguyệt quá nhiều do âm hư máu nóng.

**Nghiên cứu hiện đại:** Điều tiết công năng cơ thể, kích thích cơ chế cơ thể tự thân điều tiết, tăng cường trạng thái tự ổn định của cơ thể, cải thiện sự mất thăng bằng về trao đổi chất của cơ thể - nâng cao công năng miễn dịch của cơ thể và năng lực thích ứng đối với hoàn cảnh trong ngoài.

## MIẾT GIÁP

**Tính trạng:** Mặn, hàn, giáp lưng.

**Công hiệu:** Bổ âm tiềm dương, mềm cứng tán kết, thoát nhiệt trừ chùng

**Ứng dụng:** (1) Bệnh nhiệt thương âm - hư phong nội động, lưỡi khô răng đen, ngón tay nhu động, nặng thì giật ngất. (2) Âm hư phát sốt. (3) Sốt rét lâu ngày, sốt rét gây gan tì sưng, tắc kinh u báng bụng.

*Nghiên cứu hiện đại:* Điều tiết công năng miễn dịch của cơ thể, nâng cao tỉ suất chuyển hóa của tế bào mẹ linpha dịch, khiến thời gian tồn tại của kháng thể kéo dài, xúc tiến công năng tạo máu của tuỷ xương, bảo vệ công năng màng tuyến thượng thận, phòng ngừa đột biến của tế bào ung thư. ức chế tăng sinh của tổ chức kết để nên có thể tiêu tăng kết.

### MA HOÀNG CẦN

*Tính trạng:* Ngọt, bình, rễ.

*Công hiệu:* Chăm mồ hôi.

*Ứng dụng:* Toát mồ hôi vô cớ, đổ mồ hôi trộm.

### NHỤC ĐẬU KHẤU

*Tính trạng:* Cay, ôn, nhân hạt.

*Công hiệu:* Ôn trung hành khí, chất ruột cầm đi ngoài.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh đi ngoài không cầm. (2) Hư hàn khí ứ thấy bụng lạnh chướng đau, ăn ít nôn mửa.

*Nghiên cứu hiện đại:* Trơn ruột (dùng sống), lượng ít thì tăng tiết dịch vị, kích thích dạ dày, ruột nhu động, tăng khẩu vị muốn ăn. Xúc tiến tiêu hóa đồng thời có tác dụng lên men nhẹ, lượng nhiều thì sinh ức chế dạ dày, đường ruột. Lượng quá thì sẽ ngộ độc.

## KHA TỬ

*Tính trạng:* Đắng, chua, chát, bình, quả.

*Công hiệu:* Chát ruột, khỏi phổi, hạ khí, lợi họng.

*Ứng dụng:* (1) Iả chảy lâu ngày, kiết lỵ lâu ngày, sa hậu môn. (2) Phổi hư hen suyễn hoặc ho lâu ngày mất tiếng. (3) Còn có thể dùng trị bằng huyết, khí hư nhiều, di tinh, đái nhiều lần.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chỉ tả, kháng khuẩn (nhất là đối với khuẩn roi kiết lỵ có hiệu quả tốt), đối với cơ trơn có tác dụng giải kinh dạng kiềm thuốc phiện. (2) Thường dùng trị viêm phổi, kiết lỵ vi trùng, bạch hầu có khuẩn.

## Ô MAI

*Tính trạng:* Chua, bình, quả xanh.

*Công hiệu:* Khỏi phổi, chát ruột, sinh tân, an giun dưa.

*Ứng dụng:* (1) Phế hư lo lâu. (2) Iả chảy lâu, kiết lỵ lâu ngày. (3) Hư nhiệt tiêu khát. (4) Giun dưa ngoáy đau bụng nôn mửa. (5) Còn có thể cầm máu trị bằng huyết và đắp ngoài trị nhọt độc và thịt thừa nhô ra.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, chống chân khuẩn, chống dị ứng. (2) Thường dùng trị khuẩn lỵ, bệnh giun kim, bệnh á sừng và bệnh giun dưa chui ống mật (có thể lợi mật).

## THẠCH LỰU BÌ

*Tính trạng:* Chua, chát, ôn, vỏ quả.

*Công hiệu:* Chát ruột, chỉ tả, diệt trùng.

*Ứng dụng:* (1)Ỉả chảy lâu ngày, kiết lỵ lâu ngày, sa hậu môn. (2) Giun tích đau bụng, có thể trị giun đũa v.v.. (3) Uống còn có thể trị trượt tinh, rong huyết, khí hư nhiều. Dùng ngoài có thể trị bệnh á sừng.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tẩy giun (như giun đũa, giun sán dây) kháng khuẩn, chống bệnh độc v.v.. (2) Thường dùng trị sán dây, bệnh giun đũa, khuẩn lỵ, lỵ amíp, nhiều chứng viêm cảm nhiễm.

## NGŨ VỊ TỬ

*Tính trạng:* Chua, ôn, quả.

*Công hiệu:* Khỏi phổi bổ thận, sinh tân khôi mô hôi, cầm tinh chỉ xả, ninh tâm an thần.

*Ứng dụng:* (1) Ho lâu hư suyễn. (2) Bị thương khát nước ,toát mồ hôi, đổ mồ hôi trộm. (3) Di tinh, trượt tinh, ỉa chảy lâu không khỏi. (4) Tim đập mạnh, mất ngủ hay mê. (5) Viêm gan mãn tính chuyển thành tăng vọt nấm amin, uống vị này có thể hạ thấp. (6) Rượu thuốc: Thường dùng trị tim đập mạnh, mất ngủ mộng nhiều, như "Trung dược đại từ điển" có viết dùng nước thuốc có 50% rượu

cồn ngâm hoặc rượu ngâm thuốc uống trị suy nhược thần kinh.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tăng cường quá trình hưng phấn và ức chế của hệ thống thần kinh trung khu, xúc tiến sự cân bằng hưng phấn và ức chế. Cải thiện hoạt động trí lực của người, nâng cao hiệu suất công tác, có thể điều tiết tuần hoàn máu của hệ thống tim mạch, có tác dụng điều tiết đối với huyết áp không bình thường, đối với trường hợp tuần hoàn suy kiệt có thể nâng cao huyết áp. Có thể hưng phấn cơ trơn tử cung, tăng cường công năng màng tuyến thượng thận, có thể khử đờm chỉ ho, điều tiết tiết dịch vị, điều tiết trao đổi đường, cải thiện thị lực và thính giác, mở rộng tầm nhìn, bổ gan, hạ thấp chuyển nấm amin v.v.. (2) Thường dùng cho viêm gan Hoàng đảm truyền nhiễm cảm nhiễm đường ruột cấp tính, thần kinh suy nhược.

## SƠN THỦ DU

*Tính trạng:* Chua, vị ôn, cùi quả.

*Công hiệu:* Bổ ích gan thận, cầm lại chắc chắn.

*Ứng dụng:* (1) Gan thận khuy hư thấy vàng đầu hoa mắt, eo đầu gối mỏi mềm, liệt dương. (2) Di tinh trượt tinh, tiểu tiện không tự chủ, vã mồ hôi không dứt. (3) Ngoài ra có tác dụng cầm máu, trị băng huyết rong kinh và kinh nguyệt quá nhiều. (4) Rượu thuốc:

Chủ trị gan thận khuy hư. Rượu Sơn thù tức là dùng rượu vàng ngâm Sơn thù du.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chống ôxi hóa, nâng cao năng lực miễn dịch của cơ thể, hạ huyết đường, kháng khuẩn.

## XẠ HƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, ôn, vật tiết ra khô của hương nang động vật.

*Công hiệu:* Mở khiếu tỉnh người, hoạt huyết tán ú, chỉ thống thôi sản (làm cho sinh sản nhanh).

*Ứng dụng:* (1) Ôn nhiệt bệnh nhiệt nhập tâm bào thấy sốt cao mê man ngất và trúng gió đờm tắc không thở được, động kinh. (2) Uống hoặc bôi ở nhọt mụn sưng độc. (3) Tắc kinh. (4) Tim bụng đau dữ tổn thương ngoài và các loại đau tê (y học cận đại dùng trị tim đau thắt có hiệu quả khá). (5) Trị thai chết lưu trong bụng hoặc nhau không ra.

*Nghiên cứu hiện đại:* Hưng phấn hô hấp, tăng nhanh mạch đập, tăng huyết áp. Thường dùng trị bệnh đình tim, đau thắt tim, có hiệu lực xác thực.

## NGƯU HOÀNG

*Tính trạng:* Đắng, mát, sỏi mật của bò hoặc trâu.

*Công hiệu:* Thanh nhiệt giải độc, dẹp phong chỉ kinh, hóa đờm mở khiếu.

*Ứng dụng:* (1) Bệnh ôn nhiệt và kinh phong trẻ em, sốt cao mê man co giật v.v.. (2) Bệnh ôn nhiệt nhiệt xâm nhập bao tim hoặc trúng gió, kinh phong, động kinh do đờm nhiệt cản tắc tâm khiến gây nên hôn mê cứng khẩu. (3) Sưng họng lở loét, miệng lưỡi lên mụn nhọt - ung nhọt đỉnh đầu do nhiệt độc uất kết gây nên.

*Nghiên cứu hiện đại:* Cải thiện tình hình tim mạch, nâng cao năng lực thích ứng của người già đối với môi trường sống và các nhân tố gây bệnh khác, xúc tiến sinh sản của tế bào đỏ và tăng huyết sắc đỏ, có vai trò quan trọng trong quá trình miễn dịch, chứng viêm có tác dụng chống u sưng, trợ tim. Tác dụng hạ áp tương đối mạnh.

## THẠCH XƯƠNG BỔ

*Tính trạng:* Cay, ôn, thân nhẹ.

*Công hiệu:* Mở khiếu ổn định tinh thần, hóa thấp hoà vị (thông minh tai mắt, ích trí, nhẹ người sống lâu hơn).

*Ứng dụng:* (1) Thần chí hỗn loạn do thấp đục bít hết các khiếu, đồng thời có thể dùng cho hay quên, ù tai, điếc tai. (2) Diên cuồng, mất trí. (3) Ngực bụng chướng đầy buồn nôn, thấp ứ khí tắc, hoặc đau ung nhọt ghẻ lở. (5) Trong "Thiếu lâm tự

bí phương tập cầm" có dùng nước, rượu mỗi thứ một nửa sắc Thạch xương bồ các thứ thuốc trị người già chuột rút.

*Nghiên cứu hiện đại:* Dẫn phế quản, hãm giết cơ trơn, cải thiện khí lượng qua lại của phổi, khử đờm, bình suyễn, xúc tiến tiết dịch tiêu hóa, cải thiện công năng tiêu hóa, tăng ý muốn ăn, chấn tĩnh, chống ngất, chống động kinh, mở rộng mạch máu chu vi, hạ huyết áp. Tăng lưu lượng máu tim tăng sức chịu đựng thiếu ô xi.

## CHU SA

*Tính trạng:* Ngọt, hàn, khoáng thạch.

*Công hiệu:* Chấn tâm an thần, thanh nhiệt giải độc.

*Ứng dụng:* (1) Tâm hỏa bốc thịnh gây nên tâm thần bất an, tức ngực, hoảng hốt mất ngủ. (2) Động kinh. (3) Nhọt ung sưng độc, sốt rét chướng khí, đồng thời thường dùng cho sưng họng đau. (4) Có thể làm áo bọc hoàn tể - có tác dụng an thần và phòng thiu thối. (5) Trong "Thánh tể tổng lục" Đan sa hoàn và Đan sa tán đều dùng rượu nóng pha uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* Uống để chấn tĩnh, bồi ngoài diệt khuẩn ký sinh trùng v.v..

## TỪ THẠCH

*Tính trạng:* Cay, mặn, hàn, khoáng thạch.

*Công hiệu:* Tiềm dương an thần, tai mắt rõ ràng, nạp khí bình suyễn.

*Ứng dụng:* (1) Âm hư dương bốc gây nóng nảy không yên, tim đập mạnh, vầng đầu đau đầu và động kinh. (2) Gan thận âm hư gây ù tai, điếc, mắt mờ (những năm gần đây thường dùng trị bệnh đục thủy tinh thể, có thể tăng tiến thị lực cho một phần bệnh nhân). (3) Thận hư thở dốc. (4) Rượu thuốc: phần nhiều trị ù tai, điếc như trong "Cương mục" rượu Từ thạch trị các bệnh đó.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chấn tĩnh, có tác dụng bổ huyết đối với bệnh thiếu máu do thiếu sắt.

## LONG CỐT

*Tính trạng:* Ngọt, chất, tản hàn, hóa thạch xương.

*Công hiệu:* Bình gan tiềm dương, chấn tĩnh an thần, thuốc cầm lại giữ chắc.

*Ứng dụng:* (1) Âm hư dương bốc gây nóng nảy dễ khùng, vầng đầu hoa mắt. (2) Thần chí bất an, tim đập mạnh mất ngủ, động kinh, điên cuồng. (3) Di tinh, ra khí hư, vã mồ hôi, rong kinh. (4) Nướng long cốt tán thành bột rắc ở ngoài có thể hút nước liên miện nhọt, có thể dùng trị nhọt thấp mẩn

ngứa và nhọt vỡ lâu ngày không liền miệng "Mai sư tập nghiệm phương" trị mất tinh. "Thiên kim phương" trị phụ nữ vô cô đái máu, đều dùng rượu uống với bột Long cốt.

*Nghiên cứu hiện đại:* Thành phần chủ yếu của Long cốt là Axit cacbonic Canxi, phát phát canxi và lượng rất ít sắt, kali, natri, clo, có tác dụng trợ giúp đối với sự sinh trưởng và sức khỏe của người.

## MẪU LỆ

*Tình trạng:* Mặn, vị hàn, vỏ sò.

*Công hiệu:* Bình gan tiềm dương, mềm rắn tân kết, thu lặc giữ chắc.

*Ứng dụng:* (1) Âm hư dương bốc gây nóng nảy không yên, tim đập mạnh mất ngủ, vàng đầu hoa mắt ù tai. (2) Bệnh nhiệt thương âm, can phong hoạt động ở trong thấy tứ chi co giật. (3) Viêm hoá uất kết gây ra tràng nhạc, đờm cục (những năm gần đây thường dùng trị gan tì sưng). (4) Dùng nung có thể rút lại chắc chắn thường dùng trị và mồ hôi, di tinh, ra khí hư, rong kinh. (5) Vị này có tác dụng chế ngự axit, có thể dùng trị axit dạ dày quá nhiều, loét dạ dày. (6) "Thiên kim phương" trị băng huyết ra huyết đỏ trắng không dứt và "Bổ khuyết trửu hậu phương" trị bệnh nặng khỏi rồi có các chứng tiểu lao đại tiện ra máu, đều dùng rượu uống với bột này hoặc thuốc tễ có vị này.

## TOAN TÁO NHÂN

*Tính trạng:* Ngọt, bình, hạt.

*Công hiệu:* Dưỡng tâm an thần, cầm mồ hôi.

*Ứng dụng:* (1) Mất ngủ, hoảng hốt tim đập mạnh (phần nhiều do tim gan huyết hư gây nên). (2) Toát mồ hôi vô cớ, đổ mồ hôi trộm.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chấn tĩnh, thôi miên, chống ngất, hạ nhiệt độ, hạ áp liên tục.

## BÁCH TỬ NHÂN

*Tính trạng:* Ngọt, bình, nhân hạt.

*Công hiệu:* Dưỡng tâm an thần, nhuận tràng thông tiện.

*Ứng dụng:* (1) Hư phiền mất ngủ, hoảng hốt loạn nhịp tim. (2) Ruột khô táo bón. (3) Cũng dùng cho đổ mồ hôi trộm. (4) Có trường hợp dùng Bách tử nhân cùng Đường qui trị rụng tóc.

## VIỄN CHÍ

*Tính trạng:* Cay, đắng, rễ.

*Công hiệu:* Ổn định tâm thần, khử đờm khai khiếu, tiêu ung sưng.

*Ứng dụng:* (1) Tâm thần bất an, hoảng hốt, mất ngủ, hay quên. (2) Đờm cản tâm khiếu gây

nên rối loạn tinh thần, thần chí hoảng hốt, động kinh. (3) Ho đờm nhiều khó nhổ ra. (4) Bệnh ung nhọt sưng độc, vú sưng đau. (5) Rượu thuốc: trị các chứng trên. Như "Tam nhân phương" có rượu Viễn chí có thể trị ung nhọt, nhọt độc ghẻ lở.

*Nghiên cứu hiện đại:* Khử đờm, hưng phấn tử cung, tẩy lọc máu, chấn tĩnh thôi miên, có thể kích thích niêm mạc dạ dày, gây buồn nôn nhẹ.

## TIỂU MẠCH

*Tính trạng:* Ngọt, mát, hạt.

*Công hiệu:* Dưỡng tâm an thần trừ phiền.

*Ứng dụng:* Phụ nữ tâm thần bị thương muốn khóc.

*Nghiên cứu hiện đại:* Từng dùng trị cảm nhiễm ngoại khoa (đắp ngoài) vài nghìn ca, tỉ suất hữu hiệu trên 90%.

## THUẬT MỄ

*Tính trạng:* Ngọt, vị hàn, nhân hạt.

*Công hiệu:* Ích âm hoà vị an thần (ích khí bổ trung).

*Ứng dụng:* Dương thịnh âm hư, đêm mất ngủ và dạ dày không yên gây nên chứng đêm không yên ổn. (2) tả lỵ, khát nhiều, nôn ợ.

## THIÊN MA

*Tính trạng:* Ngọt, bình, thân củ.

*Công hiệu:* Đẹp phong chỉ kinh bình gan tiềm dương.

*Ứng dụng:* (1) Can phong hoạt động ở trong, động kinh co giật v.v.. (2) Can âm bốc lên gây choáng và đau đầu (cũng thường dùng trị Thiên chính đầu thống) (3) Còn có thể dùng khử phong thấp, chỉ tê đau thường dùng trị phong thấp tê đau và chỉ tê tê dại, tay chân không tự chủ được. (4) Rượu thuốc: dùng nhiều cho trị phong thấp tê đau, chỉ tê tê dại, tay chân không tự chủ, thiên chính đầu thống, như "Thập tiện lương phương" rượu Thiên ma trị phụ nữ phong tê, tay chân không tự chủ.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chấn tĩnh, hạ áp, tăng lưu lượng máu quán mạch, tăng lưu lượng máu não, hạ trở lực mạch máu não, co tương đối mạch máu não, tăng sức chịu đựng thiếu ôxi và tác dụng bảo hộ của sự thiếu máu cơ tim.

## CƯƠNG TẪM

*Tính trạng:* Mặn, cay, bình, xác ấu trùng (tằm).

*Công hiệu:* Dùng phong chỉ kinh, khử phong chỉ đau, giải độc tản kết.

*Ứng dụng:* (1) Can phong hoạt động ở trong và

đờm nhiệt ung thịnh gây co giật động kinh, miệng mất méo xệch, cơ mặt giật. (2) Đau đầu đỏ mắt do phong nhiệt và can nhiệt gây nên, cổ họng sưng đau, răng phong sâu. (3) Tràn nhạc đờm cục, đình sưng đau độc, (4) Lại có thể khử phong chỉ ngứa trị mẩn ngứa phong. (5) "Dương thị gia tàng phương" Khiên chính tán trị trúng gió miệng mất méo xệch. "Thánh huệ phương" trị phong, toàn thân mẩn, và "Kinh nghiệm hậu phương" dùng để xuống sữa, đều dùng rượu pha với cương tằm uống (và tể chí của cương tằm).

## TOÀN YẾT

*Tính trạng:* Cay, bình, có độc, trùng thể khô (lại tên là Toàn trùng yết tử).

*Công hiệu:* Dùng phong chỉ kinh, giải độc tán kết, thông lạc chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Kinh phong cấp mẩn, trúng phong liệt mặt, uốn ván. (2) Nhọt sưng độc, tràn nhạc kết cục. (3) Bệnh thiên chính đầu thống ngoan cổ, phong thấp tê đau. (4) Cổ phương trị các bệnh trên, phần lớn có dùng bột Toàn yết uống với rượu hoặc tể thuốc chế với nó, như "Dương thị gia tàng phương" Khiên chính tán trị trúng gió miệng mất méo xệch.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống ngứa, hạ áp,

chấn tĩnh. (2) Thường dùng trị động kinh, đau phong thấp, tuyến limpha kết hạch.

## NGÔ CÔNG

*Tính trạng:* Cay, ôn, có độc, Trùng thể khô.

*Công hiệu:* Dùng phong chỉ kinh, giải độc tán kết, thông lạc chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Kinh phong cấp mẫn tính, trúng gió liệt mặt, uốn ván. (2) Nhọt sưng độc, tràng nhạc kết hạch. (2) Thiên chính đầu thống ngoan cổ, phong thấp tê đau. (4) Uống với rượu trị các chứng trên.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chống u sưng, chỉ kinh (mạnh hơn Toàn yết). (2) Thường dùng trị bệnh kết hạch, ho gà, ung thư, viêm tuyến hạch dưới cằm, viêm tuỷ xương, viêm giáp cầu, bong.

## QUẤT BÌ

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, vỏ quả (thường gọi là Trần bì).

*Công hiệu:* Điều chỉnh khí, điều trung, khô thấp, hóa đàm.

*Ứng dụng:* (1) Tì vị khí ú gây khoang bụng chướng đầy, ợ, buồn nôn, nôn mửa. (2) Đầy ngực chướng bụng, tưa lưỡi dày bản do thấp độc. (3) Đàm thấp tắc đầy phổi không thông, ho đàm nhiều khí nghịch. (4) "Phổ tế phương" trị táo bón dùng

rượu ngâm Quất bì sấy khô tán bột rồi hòa với rượu uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Xúc tiến tiết dịch vị, trợ tiêu hóa, có tác dụng thư giãn nhất định đối với cơ trơn dạ dày, ruột. Kích thích niêm mạc đường hô hấp, khiến tiết dịch nhiều, nước đờm loãng, có lợi cho khử ra. Bình suyễn, Thẳng áp và hưng phấn tim (lượng lớn ức chế), chống viêm chống loét, lợi đàm (mật). (2) Từng trị 88 ca viêm tuyến sữa cấp tính, hiệu lực tốt.

## THANH BÌ

*Tính trạng:* Đắng, cay, thấp, Vỏ quả xanh.

*Công hiệu:* Thông gan phá khí, tản kết tiêu ứ.

*Ứng dụng:* (1) Can khí uất kết gây sườn chướng đau, vú căng đau, và nang đau. (2) Khoang bụng báng tức chướng đau. (3) Kết u do khí đọng huyết ứ, sốt rét lâu ngày gây tăng kết. (4) "Thánh huệ phương" trị sốt rét hàn nhiệt dùng rượu âm uống với Thanh bì bột (đốt còn giữ chất).

*Nghiên cứu hiện đại:* Tăng huyết áp.

## MỘC HƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, đắng, thấp, rễ.

*Công hiệu:* Hành khí, điều trung, chỉ đau.

**Ứng dụng:** (1) Tì vị khí đọng gây nên không muốn ăn, ăn tích không tiêu, bụng chướng đau, ruột kêu ỉa chảy và đi lị, đau bụng, buồn đi khó rặn. (2) Tì vị khí hư, vận hóa không có sức gây bụng chướng đầy, không muốn ăn uống hoặc nôn mửa đi ngoài, thính ẩm thích ẩm, tưa lưỡi trắng. (3) Cũng dùng cho gan uất khí đọng, thấp nhiệt giáo chưng gây sườn chướng đau, miệng đắng tưa vàng, hoặc sinh ra hoàng đả. (4) "Thánh tể tổng lục" trị tả chuyển gân, lấy rượu nóng pha một hương, một qua uống.

**Nghiên cứu hiện đại:** Hạ áp, giải kinh, kháng khuẩn, có thể điều chỉnh công năng hoạt động của hệ thống tiêu hóa và hệ thống tim mạch.

## HƯƠNG PHỤ

**Tính trạng:** Cay, hơi đắng, hơi ngọt, bình, rễ.

**Công hiệu:** Thông gan điều chỉnh khí, điều kinh chỉ thống, ích khí kéo dài tuổi thọ, chắc răng, giúp phát triển râu tóc, lông mày.

**Ứng dụng:** (1) Can khí uất ứ gây sườn đau, bụng chướng đau và sa nang đau. (2) Kinh nguyệt không đều, thống kinh và vú chướng đau kết tử v.v..

**Nghiên cứu hiện đại:** An định, chấn tĩnh, cải thiện hưng phấn hệ thống thần kinh - Thăng bằng của ức chế. Trị liệu rối loạn công năng thần kinh

thực vật; trợ tim, giảm chậm nhịp tim, hạ áp chống dị ứng và bình suyễn, chấn đau giải nhiệt, có tác dụng như kích tố chính, ức chế hợp thành sinh vật tuyến tiền liệt (PG).

## CHÍ THỰC

*Tính trạng:* Đắng cay, vi hàn. Quả xanh.

*Công hiệu:* Phá khí tiêu tích, hóa đờm trừ báng.

*Ứng dụng:* (1) Thức ăn tích đình trệ, đau bụng táo bón, và tả lỵ không thông, trong buồn ngoài khó rặn. (2) Đờm đục cản trở khí cơ, ngực đầy báng. (3) Trong những năm gần đây còn dùng cho dạ dày, sa dạ dày, sa hậu môn, sa tử cung v.v.. (4) Tăng huyết áp.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Tăng áp, tăng rõ rệt lưu lượng máu quán mạch não, thận, hạ sức cản mạch máu khiến lượng hao tổn ôxi của cơ tim và nhịp tim tăng không rõ, hưng phấn tử cung, khiến tử cung co bóp mạnh, khiến dạ dày, ruột hưng phấn, nhịp co bóp mạnh, hạ côlêstêrôn, chống dị ứng. (2) Thường dùng cho tắc thở, sa dạ dày v.v..

## HẬU PHÁC

*Tính trạng:* Đắng, cay, ôn, vỏ rễ và vỏ cành.

*Công hiệu:* Hành khí, khô thấp, tiêu tích, bình suyễn.

**Ứng dụng:** (1) Thấp trở, tích thức ăn khí ứ khiến tì vị bất hòa, bụng chướng đầy. (2) Ho suyễn đờm nhiều.

**Nghiên cứu hiện đại:** (1) Kháng khuẩn, hưng phấn cơ trơn phế quản, hạ áp, gây hưng phấn hô hấp một cách phản xạ, nhịp tim tăng. (2) Thường dùng trị bệnh lỵ amíp, trước khi gây mê bụng để làm phẫu thuật 12 giờ uống 5 - 10g bột Hậu phác, có hiệu lực tương đối tốt đối với tiêu trứ và giảm nhẹ hiện tượng căng ruột.

## SA NHÂN

**Tính trạng:** Cay, ôn, quả, thơm.

**Công hiệu:** Hóa thấp, hành khí, ôn trung, an thai.

**Ứng dụng:** (1) Chứng thấp trở trung tiêu và tì vị khí ứ như báng bụng chướng đau, không muốn ăn uống, nôn mửa, ỉa chảy, tưa lưỡi dày v.v.. (2) Nghén thấy buồn nôn, nôn mửa và thai động không yên. (3) Rượu thuốc: trong "Cương mục" rượu Túc sa (1 vị sa nhân ngâm rượu) dùng cho tiêu thức ăn hòa trung, hạ khí chỉ tâm đau bụng.

**Nghiên cứu hiện đại:** Tế sắc lượng nhỏ có thể làm cho sự căng thẳng của Tiểu tràng hạ thấp, có thể làm dịu cơn đau giật của dạ dày, ruột.

## BẠCH ĐẬU KHẤU

*Tính trạng:* Cay, ôn, quả, thơm ngát.

*Công hiệu:* Hóa đờm, hành khí, ôn trung, cầm nôn.

*Ứng dụng:* (1) Chứng thấp trở trung tiêu và ỉ vị khí ứ (như Sa nhân). (2) Nôn mửa, với nôn mửa do dạ dày lạnh là hợp nhất. (3) Bạch đậu khấu tán, trong "Xích thủy huyền châu" trị ỉ vị khẩu hàn nôn và đau thì dùng rượu uống với bột Bạch đậu khấu.

*Nghiên cứu hiện đại:* Có tác dụng kiện vị tốt do mùi thơm ngát dễ chịu, có thể xúc tiến tiết dịch vị, xúc tiến nhu động của dạ dày, ruột, ngăn ngừa sự lên men dị thường ở trong ruột, khử trừ khí tích tụ trong dạ dày, ruột, đồng thời có thể cắt cơn nôn.

## TRẦM HƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, ôn, đắng, gỗ, thơm ngát.

*Công hiệu:* Hành khí chỉ đau, giáng nghịch điều trung, ấm thận, nạp khí.

*Ứng dụng:* (1) Hàn ngưng khí động, ngực bụng buồn chướng. (2) Dạ dày lạnh gây nôn, nấc. (3) Hạ nguyên hư lạnh, thận không nạp khí gây hư suyễn, chứng trên thịnh dưới hư.

## CAM TÙNG

*Tính trạng:* Cay, ngọt, ôn, thân rễ và rễ, thơm ngát.

*Công hiệu:* Hành khí chỉ đau, khai uất tĩnh tì.

*Ứng dụng:* Lo nghĩ tổn thương tì hoặc ngực buồn nôn bụng chướng do hàn uất khí ú gây nên, không muốn ăn uống và đau vị quản.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn tĩnh, chống nhịp tim không đều, mở rộng phế quản, chống tác dụng của tổ chức amin. Amin màu OH 51 và kiềm axim B. (2) thường dùng cho chấn tĩnh, chống nhịp tim không đều, trị hen suyễn, ho, hạ tả, đau bụng v.v..

## XUYỀN KHUNG

*Tính trạng:* Cay, ôn, thân rễ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết hành khí, thông kinh, tắc kinh, khó sinh, sản hậu, máu ú cản trở gây đau bụng, sườn đau, chi thể tê dại và chấn thương ngoài, ung nhọt sưng đau v.v.. (2) Đầu đau, phong thấp tê đau. (3) Những năm gần đây thường dùng trị bệnh đỉnh tim đau thắt và bệnh mạch máu não thiếu máu. (4) Rượu thuốc: có thể trị các chứng trên như "Tôn thị tập hiệu phương" có phương thuốc trị đau tim dùng Xuyên cung tán thành bột, uống với rượu, chủ trị tất cả các loại bệnh tim.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Chấn tĩnh, mở rộng

mạch máu, hạ huyết áp, tăng lưu lượng máu chi dưới và quán mạch, ức chế tiểu cầu tụ tập và lên cao lưu động của mô tiểu cầu, tác dụng hòa tan tụ máu đỏ nhất định, chống tác dụng của thiếu vitamin E. (2) Thường dùng trị bệnh đau thắt tim, bệnh mạch máu não dạng bế tắc.

## ĐAN SÂM

*Tính trạng:* Đắng, vị hàn, rễ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết khử ứ, mát máu tiêu ung, dưỡng huyết an thần.

*Ứng dụng:* (1) Kinh nguyệt không đều, máu ứ tắc kinh, sản hậu máu đọng đau bụng, tâm phúc đau, u tích tụ và chi thể đau. (2) Nhọt ung sưng đau. (3) Bệnh nhiệt ôn nhiệt xâm nhập doanh huyết, chứng thấy sốt cao, lúc có nói mê, phiền bức không ngủ được, hoặc nổi mẩn lấm tẩm, lưỡi đỏ sẫm v.v.. (4) Tim đập nhanh, mất ngủ. (5) Những năm gần đây vận dụng càng rộng rãi, nhiều loại bệnh tắc ứ máu và máu không thông đều có thể vận dụng. (6) năm gần đây còn thường dùng trị bệnh sưng gan tì và bệnh đĩnh tim, có thể co nhỏ gan tì và làm dịu cơn đau thắt tim. (7) Rượu thuốc: có tác dụng nhiều về hoạt huyết khử ứ, dưỡng huyết an thần. Như Trương Văn Trọng đã trị đau lưng, tì liên chân là lấy các vị thuốc cùng Đan sâm

ngâm rượu uống; Đào Hoàng Cảnh từng nói: "Ngâm rượu để uống chữa lở phong".

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Cải thiện tuần hoàn ngoại vi, nâng cao sức chịu đựng thiếu ôxi, tăng lưu tốc vi tuần hoàn, tăng thêm màng lưới mao mạch, dẫn quán mạch và mạch máu ngoại vi, tăng lưu lượng quán mạch, hạ huyết áp, chấn tĩnh rõ rệt, xúc tiến phục hồi và tái sinh tổ chức, chống tụ máu, hạ đường, bảo vệ gan, trẻ lâu. (2) Thường dùng trị viêm gan kéo dài, mạn tính, viêm tắc mạch máu do tụ máu, bệnh huyết hấp trùng kỳ cuối sung gan tì, bệnh đỉnh tim v.v..

## ÍCH MẪU THẢO

*Tính trạng:* Cay, đắng, vi hàn, toàn cỏ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết khứ ứ, lợi tiểu tiêu sưng.

*Ứng dụng:* (1) Phụ nữ huyết mạch tắc gây kinh nguyệt không đều, hành kinh không thông, bụng dưới chướng đau, tắc kinh, sản hậu máu ứ cản trở đau bụng, máu hư không hết và tổn thương ngoài, máu ứ gây đau. (2) Tiểu tiện không lợi, phù thũng. (3) Còn có thể thanh nhiệt giải độc, có thể dùng ở các chứng sưng ung nhọt độc, nổi mẩn ngứa. (4) Nằm gần dây sử dụng sản phẩm này có tăng nhiều như thường dùng cho bệnh chóp tim. (5) "Mẫn đông bản thảo" trị kết tủa ứ máu lấy nửa nước

nửa rượu sắc ích mẫu thảo và dùng rượu tần Ích mẫu thảo uống trị tắc kinh.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hưng phấn tử cung, lợi tiểu rõ ràng, hạ áp. (2) Thường dùng trị viêm thận cấp tính, máu ứ trong kỳ sinh nở.

## ĐÀO NHÂN

*Tính trạng:* Đắng, bình, nhân hạt.

*Công hiệu:* Hoạt huyết khử ứ, nhuận tràng thông tiện.

*Ứng dụng:* (1) Thống kinh, huyết ứ tắc kinh, sản hậu huyết ứ đọng, bụng đau, u, tổn thương ngoài, đau do máu ứ. (2) Ung phổi, ung ruột. (3) Ruột khô táo bón. (4) Cũng có thể chỉ ho trị ho hen suyễn.

## HỒNG HOA

*Tính trạng:* Cay, ôn, tán hoa.

*Công hiệu:* Hoạt huyết khử ứ, thông kinh.

*Ứng dụng:* (1) Thống kinh, huyết ứ đọng tắc kinh, sản hậu ứ đọng gây đau bụng, khối u, tổn thương ngoài tụ máu đau và đau khớp v.v.. (2) Phát ban màu sẫm. (3) Hoạt huyết tan ứ khá tốt, nhưng năm gần đây trên lâm sàng sử dụng rộng

rãi trị các chứng máu ứ trở tắc và máu chảy không thông suốt. (4) Rượu thuốc: các chứng trên đều có thể vận dụng như "Kim qui yếu lược" có rượu Hồng hoa trị 62 loại phong phụ nữ và đau nhói do huyết khí trong bụng v.v..

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hưng phấn tử cung, dẫn quán mạch, tăng lưu lượng quán mạch, hạ áp, có tác dụng bảo hộ đối với tổn thương não do thiếu máu thiếu ôxi, giáng mỡ. (2) Thường dùng trị lao cơ bắp cấp mãn tính, xung huyết, sưng do chấn thương, nhọt, hoại tử, bệnh đỉnh tim, tai.

## NGUU TẮT

*Tính trạng:* Đắng, chua, bình, rẻ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết khứ ứ, bổ gan thận, khoẻ gân cốt, lợi tiểu thông lâm, dẫn huyết đi xuống dưới (nhẹ người dai sức).

*Ứng dụng:* (1) Kinh nguyệt không đều, thống kinh, tắc kinh do máu ứ sản hậu ứ trở sinh đau bụng và các chứng đau do chấn thương. (2) Dùng cho thất lưng đầu gối mỏi đau, chi dưới yếu (phần nhiều do gan thận yếu hoặc phong thấp gây nên. (3) Di giải ra máu, tiểu tiện khó, niệu đạo buốt đau. (4) Thổ huyết, đổ máu cam, đau răng, miệng lưỡi mọc mụn, và đầu đau choáng váng. (5) Lại có thể dùng cho khó đẻ. (6) Rượu thuốc: có thể trị các

chúng trên "Cương mục" rượu Ngưu tất (một vị Ngưu tất) tức trị tê teo, bổ hư tổn, khỏe gân cốt, trừ sốt rét lâu ngày. "Trừu hậu phương" trị đi lị đỏ trước trắng sau cũng với một vị Ngưu tất ngâm rượu uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* Ngưu tất ức chế thần kinh trung khu, tiêu viêm, tác dụng đồng hóa prôtein, hạ áp, lợi tiểu, chỉ đau, ức chế cơ tim, dẫn mạch máu vòng ngoài, giảm độ dính máu, tăng nhanh ngưng máu, từng dùng cho mở ống cổ tử cung.

### LƯU KÝ NÔ

*Tính trạng:* Đắng, ôn, toàn cỏ.

*Công hiệu:* Phá máu thông kinh, tản ứ chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Huyết ứ tắc kinh, sản hậu ứ trở thành đau bụng, gãy xương tổn thương ngoài và chấn thương ra máu. (2) Còn có thể tỉnh tê khai vị, tiêu thức ăn tích tụ không tiêu, bụng chướng đau. (3) Lưu ký nô bắc (tức âm hành thảo) còn có thể thanh nhiệt lợi thấp trị Hoàng đảm. (4) "Thiên kim phương" trị gãy xương máu ứ sưng đau, lấy Lưu ký nô phối cốt toái bổ. Huyền hồ dùng nước sắc thuốc thêm rượu và nước tiểu trẻ em uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* Từng dùng trị viêm gan truyền nhiễm cấp tính, bỏng

## KHUƠNG HOÀNG

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, thân rễ.

*Công hiệu:* Phá huyết hành khí, thông kinh chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Đau ngực sườn do khí động, đau bụng do tắc kinh. (2) Phong thấp tê đau. (3) Bôi ngoài có tác dụng hoạt huyết tán ứ, tiêu sưng chỉ đau, có thể trị ung nhọt Dương chứng. (4) Thời cổ trị các chứng trên, phần nhiều dùng rượu hoà với thuốc tán này uống.

*Nghiên cứu hiện đại:* Lợi đàm, hưng phấn tử cung, hạ áp, chấn đau.

## UẤT KIM

*Tính trạng:* Cay, đắng, hàn, rễ củ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết chỉ đau, hành khí giải uất, mát máu thanh tâm, lợi đàm thoái hoàng.

*Ứng dụng:* (1) Can khí uất ứ, huyết ứ nội trở gây ngực bụng sườn chướng đau, kinh nguyệt không đều, thống kinh và u báng v.v.. (2) Tà thấp ôn bệnh đục che lấp thanh khiếu, khoang bụng báng đầy, thần chí mơ màng và đờm khí ung trở, bế tắc tâm khiếu gây động kinh hoặc điên cuồng v.v.. (3) Dùng cho gan uất hoá nhiệt, ép máu hoành hành gây thổ máu cam, đi tiểu ra máu và phụ nữ kinh mạch nghịch hành (đi ngược) kèm có

ứ động máu. (4) có thể dùng trị Hoàng đả, sỏi mật. (5) Kỵ Đinh hương.

*Nghiên cứu hiện đại:* Tế bột có thể giảm xơ cứng hóa động mạch, xúc tiến tiết nước mật và bài tiết, có chấn đau nhẹ, từng dùng trị viêm gan truyền nhiễm, hiệu quả tốt.

## NGŨ LINH CHI

*Tính trạng:* Đắng, ngọt, ôn, dạng hạt gạo phân.

*Công hiệu:* Hoạt huyết chỉ đau, tan ứ máu chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Thống kinh, tắc kinh do máu ứ cản trở, sản hậu đau bụng do ứ trở và đau ngực đau bụng v.v.. (2) Bệnh chứng xuất huyết mà kiêm có tụ máu, như phụ nữ băng huyết, kinh nguyệt nhiều, thấy màu tím và nhiều cục, bụng dưới đau nhói v.v.. (3) Vị này còn có thể giải độc rắn, thường dùng cho trường hợp bị rắn, bò cạp, rết cắn. (4) Người xưa trị các chứng trên, thường pha với rượu uống. (5) kỵ nhân sâm.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chống kết hạch, làm dịu cơn co giật cơ trơn. Từng dùng trị sản hậu tử cung hồi phục không hoàn toàn.

## HUYẾT YẾT

*Tính trạng:* Ngọt, mặn, bình, mủ cây khô, màu đỏ gụ.

*Công hiệu:* Uống thì hoạt huyết, tan ứ chỉ đau. Bôi ngoài thì cầm máu sinh cơ liền miệng nhọt.

*Ứng dụng:* (1) Uống thường để trị các chứng đau do máu tụ, như chấn thương, phụ nữ tắc kinh, thống kinh, sản hậu đau bụng do ứ máu trở ngại và tim bụng đau nhói v.v.. (2) Dùng ngoài phần nhiều trị bị thương xuất huyết, lở loét không liền miệng. (3) Thời cổ chủ chương dùng rượu uống với Huyết yết.

## NHŨ HƯƠNG

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, nhựa cây, thơm ngát.

*Công hiệu:* Hoạt huyết chỉ đau, tiêu sưng sinh cơ.

*Ứng dụng:* (1) Thông kinh, tắc kinh đau vị quản, chấn thương đau và đau ung nhọt sưng, ung ruột (như bệnh ngày nay gọi là viêm ruột thừa). (2) Nhọt vỡ lâu ngày không liền miệng. (3) Thời xưa thường có ghi lại là hoà với rượu uống nó, như là uống Hoạt lạc hiệu linh đan, Tỉnh tiêu hoàn vậy.

## MẬT DƯỢC

*Tính trạng:* Đắng, bình, nhựa cây.

*Công hiệu:* Ứng dụng như Nhũ hương, phần nhiều phối ngũ sử dụng có một chút ít khác nhau là Nhũ hương có khả năng trội về hoạt huyết dẫn gân, nếu trị phong thấp tê đau chọn nhiều về Nhũ

hương, còn Mạt được thiên về hoạt huyết tiêu ú (tụ máu) trị đau dạ dày có huyết ú khí ngưng trệ tương đối nặng, thường chọn Mạt được.

## DIÊN HỒ SÁCH

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, thân củ.

*Công hiệu:* Hoạt huyết, hành khí chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Khí trệ huyết ú, gây các loại đau tim đau bụng và đau toàn thân. (2) Nhũn năm gần đây thường dùng trị bệnh đỉnh tim đau thất tim và loạn nhịp tim. (3) Phương cổ thường có dùng rượu uống với vị này.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Hiệu lực chấn đau mạnh, thôi miên chấn tĩnh, giải kinh v.v.. (2) Dùng nhiều cho các loại đau như: đau thần kinh, đau đầu, đau lưng, đau bụng, đau khớp, đau bụng thấy kinh, đau nhọt sưng, còn đã từng chế thành thuốc tiêm gây tê từng phần hiệu quả rất tốt.

## XUYÊN SƠN GIÁP

*Tính trạng:* Mặn, vi hàn, vẩy.

*Công hiệu:* Hoạt huyết thông kinh, ra sữa, tiêu sưng, khử mủ.

*Ứng dụng:* (1) Máu ngưng tắc kinh, u báng và phong thấp tê đau. (2) Sữa không thông hoặc ít

sữa. (3) Mới lên ung sưng hoặc ung nhọt chưa chín mủ chưa vỡ và trảng nhạc hạch đờm (như bệnh kết hạch tuyến limpha cổ ngày nay). (4) Trong phương cổ thường có dùng rượu uống với nó.

*Nghiên cứu hiện đại:* Thăng An-bu-min cầu. Từng sau khi rán rồi nghiền bột, dùng cho xuất huyết trong phẫu thuật, hiệu lực rất tốt

### TAM LĂNG

*Tính trạng:* Đắng, bình, Thân củ.

*Công hiệu:* Phá huyết khử ứ máu, hành khí chỉ đau.

*Ứng dụng:* (1) Khí trệ huyết ứ gây tắc kinh đau bụng và tích tụ u sưng, (2) Thúc ăn tích trệ, bụng chướng đau, (3) Thời cổ hoà với rượu uống.

### NGA TRUẬT

*Tính trạng:* Cay, đắng, ôn, Thân rễ.

*Công hiệu:* Ứng dụng đều như Tam lăng, thường phối ngũ sử dụng. Hơi có khác là: tác dụng phá huyết của Tam lăng mạnh hơn Nga truật. Sức hành khí chỉ thống của Nga truật mạnh hơn Tam lăng.

*Nghiên cứu hiện đại:* Chống u sưng, kháng khuẩn, v.v.. Từng dùng điều trị ung thư cổ tử cung 80 ca, hiệu quả vừa lòng.

## TAM THẤT

*Tính trạng:* Ngọt, hơi đắng, ôn, Rễ.

*Công hiệu:* Hóa ứ cầm máu, hoạt huyết chỉ thống.

*Ứng dụng:* (1) Các loại xuất huyết, kèm ứ trệ càng thích hợp. (2) Chấn thương, ứ trệ sưng đau. (3) Những năm gần đây dùng trị bệnh đĩnh tim đau thất tim. (4) Thời cổ thường dùng rượu uống với nó.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Cầm máu, tăng rõ rệt lưu lượng quán mạch, giảm lượng tiêu hao ô xy của cơ tim, hạ áp, trợ tim (hưng phấn cơ tim), đối với viêm khớp có tác dụng phòng ngừa và chữa trị. (2) Thường dùng trị đau thất tim và thổ huyết, hiệu quả vừa ý.

## HOÈ HOA

*Tính trạng:* Đắng, vị hàn, nụ hoa.

*Công hiệu:* Mát máu cầm máu.

*Ứng dụng:* (1) Dùng cho các chứng xuất huyết, nhất là thiện trị đi ngoài ra máu, trĩ ra máu. (2) Những năm gần đây thường dùng trị cao huyết áp. (3) Thời cổ thường dùng trị các bệnh trĩ xuất huyết, v.v. "Y học khảo mông" có Hoè hoa kim ngân hoa ngâm với rượu trị mụn nhọt.

*Nghiên cứu hiện đại:* Cải thiện tính xơ cứng mao quản, hạ áp, chống viêm, giải kinh, chống loét

lở, dẫn quán mạch, tăng lưu lượng máu quán mạch, có hiệu lực dự phòng về chữa trị xơ cứng động mạch. (2) Từng dùng trị bệnh á sừng, lao hạch cổ, ghẻ hễ, phản ứng dị ứng.v.v.

### LƯU HOÀNG (HUỲNH)

*Tính trạng:* Chua - ôn, có độc, sản phẩm gia công khoáng thạch.

*Công hiệu:* Uống vào khoả dương thông tiện, dùng ngoài sát trùng, trị ngứa.

*Ứng dụng:* (1) Uống vào trong có thể trị thận hoả suy yếu, hạ nguyên hư lạnh gây bệnh như Thận dương thiếu hàn suyễn không thể nạp khí và Thận dương hư liệt dương, đi tiểu nhiều lần, eo, đầu gối lạnh đau và dương hư táo bón.v.v. (2) Ngoài dùng trị ghẻ, mẩn ban ngứa da v.v.. (3) "Nhân trai trực chỉ phương" trị phong có nói dùng rượu hoà với bột lưu huỳnh, uống nước.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Sau khi tiếp xúc với da, biến thành sunfua hydro và axít sunfuric 5, có thể mềm hóa mặt da và diệt khuẩn mốc, con cái ghẻ. Sau khi uống vào trong ruột biến thành sunfua hydro và Sun fua As, kích thích thành ruột, xúc tiến nhu động, làm mềm phân. (2) Từng dùng trị viêm phế quản mãn tính, bệnh giun kim, bệnh da đỏ, thấp âm nang (bao tinh hoàn), mẩn ngứa âm hộ.

## HÙNG HOÀNG

*Tính trạng:* Cay, đắng, thấp, Khoáng thạch.

*Công hiệu:* Giải độc sát trùng.

*Ứng dụng:* (1) Trị ung nhọt độc đầu đinh, ghẻ, sâu độc, muỗi đốt. Có hiệu quả tốt. (2) Giun tích tụ trong bụng đau. (3) Còn có thể dùng trị hen suyễn, sốt rét, động kinh (có công tảo thấp, cắt sốt rét, định kinh) (4) Dân gian có tập tục uống rượu vào ngày tết Đoan ngo để tránh tà.

*Nghiên cứu hiện đại:* (1) Kháng khuẩn, chống huyết hấp trùng. (2) Thường dùng trị viêm phế quản mãn tính và hen phế quản, chứng tăng tế bào đỏ sung nhiệt đới, mụn nước dạng dải, mọng thịt dạng cánh, uốn ván, quai bị.v.v..

## **CÁC PHƯƠNG THUỐC GIẢI ĐỘC RƯỢU, CAI RƯỢU**

### **BÁCH TRÂM HƯƠNG TỰ HƯƠNG- (Đức sinh đường)**

*Công hiệu:* Chuyên trị tiêu hóa rượu lưu qua đêm, khử mùi miệng, trợ vị, hòa ăn uống.

*Phối phương:* Hương phụ tử, Cam thảo mỗi vị 150g, Đinh hương, Đà hương, Tam lăng, Phục linh, Cam tùng, Bạch đậu khấu, Sa nhân mỗi vị 60g, Trâm hương, Mộc hương, Bàng sa mỗi vị 30g, Cát hoa, Can cát mỗi vị 120g.

*Cách chế:* Cam thảo om thành cao, lại sao bột gạo chín, rồi tán nhỏ các vị thuốc, cùng đổ vào cao trộn đều, nặn thành viên bánh con.

*Cách dùng:* Ngậm tan - ăn tùy ý hoặc sau khi uống rượu.

### **CÁT HOA HOÀN (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Tỉnh rượu, giải độc, tiêu đờm.

*Phối phương:* Cát hoa, Sa nhân, Mộc hương, Trần bì, Ô mai, Sơn quả mỗi vị 15g, Trầm hương, Đậu khấu, Tất trùng gia, Cam thảo mỗi vị 10g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột, cho mật vào luyện chế thành thuốc viên.

*Cách dùng:* Sau khi uống rượu ngậm tan một viên to như quả long nhãn.

### **CÁT HOA GIẢI TÍNH THANG (Tế sinh bát tủy)**

*Công hiệu:* Trị uống rượu quá nhiều, nôn mửa đờm nghịch, tâm thần phiền loạn, cách ngực báng tắc, tay chân khuya múa, ăn uống giảm, bí đại.

*Phối phương:* Bạch đậu khấu, Sa nhân, Cát hoa, Mộc hương mỗi vị 15g, Bạch truật, Trần bì, Thanh bì, Sinh khương, Phục linh, Trạch tả, Chư linh, Thân khúc, Nhân sâm mỗi vị 10g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột, trộn nước uống.

*Cách dùng:* mỗi ngày 3 lần. mỗi lần lấy 10g thuốc, trộn với nước uống, khi được chút mồ hôi ra thì hết bệnh rượu, không được uống nhiều sợ tổn thọ.

### **TRẦM ĐÀN KHOÁI CÁCH HOÀN (Đức sinh đường)**

*Công hiệu:* Chuyên trị bị tổn thương do uống

rượu, ngực cách đây buồn nôn, khí nghịch nhỏ  
đờm, miệng trào nước chua.

*Phối phương:* Hương phụ tử, Đinh bì, Quế chi,  
Cam tùng, Ích trí nhân, Đàm hương, Đinh hương  
mỗi vị 60g, Hắc hương, Khương hoàng, Trầm  
hương mỗi vị 10g, Sơn quả tử 30g, Sa nhân 15g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột, cho mật vào  
chế thành viên to như hạt trấu.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý 5 viên, sau lúc  
uống rượu tăng gấp đôi.

### LỤC HOÀ THANG (Phổ tế phương)

*Công hiệu:* Trị uống rượu khát nước nhiều.

*Phối phương:* Nhân sâm, Xích phục linh, Hậu  
phác, Bạch biển đậu, Mộc qua, Bán hạ, Bạch truật,  
Hoắc hương, Sa nhân, Hạnh nhân, Cam thảo,  
Hương nhu, Sinh khương mỗi vị 15g Đại táo 3 quả.

*Cách chế:* Sắc với nước uống.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống lượng  
vừa phải.

### BÁCH BÔI HOÀN (Tế sinh bát tủy)

*Công hiệu:* Chuyên trị rượu đọng ở trong bụng,  
hơi cách chướng đầy, sắc mặt bàng đen, sắp thành  
bệnh say, ăn uống không vào, ngày càng gầy còm,

nếu uống thuốc này trước khi uống rượu trăm chén không say cũng như không có các loại đờm.

**Phối phương:** Trần bì, Can khương mỗi vị 90g, Mộc hương, Quảng mậu, Đinh hương, Cam thảo, Hồi hương, Tam lăng, Sa nhân, Bạch đậu khấu mỗi vị 15g Sinh khương 30g.

**Cách chế:** Tán nhỏ thuốc thành bột, cho mật vào luyện chế thành thuốc viên.

**Cách dùng:** Mỗi ngày nhai kỹ một viên thuốc to như quả nhãn.

### **TRANH HƯƠNG BÌNH** (Ngự dược viện phương)

**Công hiệu:** Ấm tì, ích vị giáng khí khoan trung, sinh tâm dịch, dứt cơn khát tiêu đờm, và trị trúng rượu không tan.

**Phối phương:** Tranh bì (vỏ cam), Bạch đậu khấu mỗi vị 30g, Mộc hương, Quất hồng, Bạch đàn, Cam tùng mỗi vị 15g, Tất trùng gia, Trâm hương mỗi vị 10g, Long não 3g, Khương hoàng 60g.

**Cách chế:** Dùng cam thảo với lượng vừa phải, cho nước nấu thành cao trước, rồi tán nhỏ các vị thuốc trên thành bột, cho vào cam thảo trộn đều, chế thành bánh nhỏ.

**Cách dùng:** Mỗi lần uống 3 cái bánh với nước lọc.

### **NHÂN SÂM THANG (Tam nhân phương)**

*Công hiệu:* Chuyên trị uống rượu quá nhiều, nhiệt khô nặng, ăn nói lảm lẩn, và trị phòng lao (sinh hoạt tình dục quá mức).

*Phối phương:* Nhân sâm, Thược dược, Lâu thực, Xác thực, Phục thần, Sinh địa hoàng, Cửu cam thảo, Cát căn, Toan táo nhân mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Tán thuốc nhỏ như hạt vừng, sắc với nước uống.

*Cách dùng:* Mỗi lần lấy 10g sắc uống tùy ý, không quá 2 lần.

### **BÁCH BÔI HOÀN (Ngự dược viện phương)**

*Công hiệu:* Chuyên trị rượu không tan, cách ngực ứ đọng buồn nôn, nôn ra nước chua, đau bụng đều uống được.

*Phối phương:* Trầm hương, Hồng đậu, Cam cát, Trần bì, Cửu cam thảo mỗi vị 15g, Đinh hương, Sa nhân, Bạch đậu khấu, Sinh khương mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, cho mật vào luyện chế thành viên to như hạt trấu.

*Cách dùng:* Sau khi uống 20 viên với nước gừng sống nấu chín.

## **MỘC HƯƠNG PHÂN KHÍ HOÀN** (Đức sinh đường)

*Công hiệu:* Trị sau khi uống rượu, ngực chướng đầy, nên thường xuyên uống.

*Phối phương:* Hương phụ tử, Tam lăng, Quảng mậu, Đinh bì, Cam tùng, Đàn hương, Cam thảo mỗi vị 60g, Đậu phẩn 150g, Khương hoàng 30g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, cho nước vào chế thành viên to như quả táo tàu.

*Cách dùng:* Mỗi ngày uống tùy ý, ngày uống không quá 3 lần.

## **ĐẬU KHẤU HOÀN** (Thánh huệ phương)

*Công hiệu:* Chuyên trị uống rượu quá nhiều, buồn nôn đầy bụng, nôn nữa.

*Phối phương:* Thảo đậu khấu, Đinh hương, Tiểu đậu, Nhân sâm, Mộc hương, Cao lương hương, Tân lang, Trần bì mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, sắc bằng nước uống.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 10g, sắc với 1 chén nước uống.

## **KHA LÊ LẠC TÁN** (Thánh huệ phương)

*Công hiệu:* Chuyên trị sau khi uống rượu đờm ứ, ngực khó chịu.

*Phối phương:* Kha lê lạc bì 30g, Thảo đậu khấu, Nhân sâm, Quất cánh, Can mộc qua, Quế tâm, Cam thảo mỗi vị 15g, Mộc hương 10g.

*Cách chế:* Giã thuốc thành tán, sắc với nước uống.

*Cách dùng:* Mỗi lần lấy 10g thêm 1 lát gừng sống, sắc với nước uống.

### **CAO LƯƠNG KHƯƠNG TÁN** (Thánh huệ phương)

*Công hiệu:* Chuyên trị sau khi uống rượu Tì hử, ngực bụng chướng đầy, không tiêu hóa được, đau đầu buồn nôn.

*Phối phương:* Cao lương khương 90g, Nhân sâm 30g, Thảo đậu khấu, Trâm hương mỗi vị 10g, Bạch truật, Tía tô, Trần bì mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, sắc với nước uống.

*Cách dùng:* Sau khi uống rượu lấy 10g thuốc tán sắc với nước uống.

### **NGŨ ĐẬU THANG (Đức sinh đường)**

*Công hiệu:* Chuyên năng giải độc rượu, dứt cơn khát có thể làm cho nhọt độc phát ra khi không phát được, đồng thời giải chứng bệnh khát nước, sau thành thương tích.

*Phối phương:* Hắc đậu (đỗ đen), Hoàng đậu (đỗ vàng), Lục đậu (đỗ xanh), Thanh đậu, Xích tiểu đậu, Can cát, Cam thảo, Quán chúng mỗi vị 250g

*Cách chế:* Cho các vị thuốc vào nồi, nấu om đến khi đậu chín thì thôi, lọc nước đậu bỏ bã đi, đựng bằng đồ sứ, bịt kín.

*Cách dùng:* Sau khi uống rượu uống tùy ý.

### **NHÂN SÂM ẤM (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Chuyên trị say rượu, phòng lao hư bị nhiệt (hư tổn do sinh hoạt tình dục), đây nhiều ngày không ăn, giữa tháng 4 nóng nực uống rượu không ngưng, rượu xâm nhập bách mạch, tâm khí hư, khiến người nói mê bất thường.

*Phối phương:* Nhân sâm, Thuộc dược, Quát lâu căn chỉ thực, Tri mẫu mỗi vị 60g, Cam thảo 30g, Sinh địa hoàng 240g, Toan táo nhân 250g, Phục thần 90g, Bạch vị 60g.

*Cách chế:* Cán nhỏ thuốc, sắc với nước là được.

*Cách dùng:* Mỗi ngày sắc uống 3 lần, có thể giảm lượng nước thuốc.

### **ÍCH TRÍ TỬ TÁN (Thánh lực phương)**

*Công hiệu:* Chuyên trị uống rượu quá nhiều, bụng chướng đầy.

**Phối phương:** Ích trí tử, Sa nhân, Mao căn, Thảo đậu khấu, Đinh hương, Mộc qua, Trần bì mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Dã thuốc thành tán thô, cho 3 lát gừng sống vào sắc với nước uống.

**Cách dùng:** Mỗi lần lấy 10g thuốc sắc với 1 chén nước uống.

### **CỐC THẦN HOÀN (Thánh huệ phương)**

**Công hiệu:** Trị sau khi uống rượu, ngực chướng buồn nôn.

**Phối phương:** Mộc hương 15g, Sa nhân 60g, Đàn hương 30g, Cam tùng 30g, Bạch đậu khấu 60g, Khương hoàng, Cam thảo mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Tán thuốc thành bột, trộn với nước cam thảo chế thành viên thuốc to như hạt trầu.

**Cách dùng:** Mỗi ngày tùy ý lấy 1 viên uống với nước lọc.

### **TOÀN CHÂN HOÀN (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Trị nam phục uống rượu tổn thương quá độ, lồng ngực đầy báng, buồn nôn.

**Phối phương:** Hắc khiên ngư tử 30g, Đại hoàng, Mộc hương, Trần bì, Cam thảo mỗi vị 15g, Tọa giác 30g.

**Cách chế:** Cho dấm gạo vào bột thuốc, thêm bột mì trộn chế thành viên thuốc to như hạt trấu.

**Cách dùng:** Mỗi ngày 3 lần, sau bữa ăn lấy 30 viên uống với nước canh. Hắc khiên ngư có độc, không thể uống nhiều. Nếu sau khi uống đi ngoài quá nhiều, thì lập tức dừng uống thuốc.

### **GIẢI TỬ PHƯƠNG (Phổ tế phương)**

**Công hiệu:** Trị uống rượu quá nhiều, say nặng không tỉnh, nôn mửa không dứt.

**Phối phương:** Cát căn, Bạc hà, Sa nhân, Cam thảo mỗi vị 15g.

**Cách chế:** Tán nhỏ như hạt vừng, nhai kỹ.

**Chú ý:** Sau khi uống rượu lấy chút ít thuốc nhai kỹ là được.

**Lại phương:** Thảo đậu khấu 10g, Cao lương khương, Thanh bì mỗi vị 20g, Nhân sâm 30g, Phục linh 60g, giã thuốc thành bột, mỗi lần lấy 10g, 3 lát gừng sống, sắc lên uống.

**Lại phương:** Cam thảo, Can cát hoa, Cát căn sa nhân, Quán chúng mỗi vị 15g. Can nhỏ thuốc, sắc với nước uống bỏ bã.

**Lại phương:** Trần bì, Cát căn, Cam thảo, Thạch cao mỗi vị 30g. Can nhỏ thuốc, sắc với nước uống.

**Lại phương:** Bách được tiên, Can cát, Cửu khởi

tử, Ô mai mỗi vị với lượng bằng nhau. Tán nhỏ thuốc, trộn bột mì chế thành viên thuốc to như hạt trâu, ngày uống 20 viên.

*Lại phương:* Thạch cao 15g, Cát căn, Sinh khương mỗi vị 30g. Cho thuốc vào nước sắc lên uống, ngày 3 lần.

*Lại phương:* Cam toại, Trần bì, Cát hoa mỗi vị 30g. Tán thuốc thành bột, trước khi ngủ lấy 3g uống với rượu ấm. Kỵ ăn cam thảo. Đi ngoài nặng, uống cháo gạo ngội có thể giải.

*Lại phương:* Thông bạch (củ hành), Xì mỗi vị 15g. Sắc với lượng nước vừa phải uống.

*Lại phương:* Dùng Đại đậu (đậu nành) 500g sắc với nước uống, nôn ra thì khỏi.

*Lại phương:* Dùng hạt rau cải trắng, không kể số lượng, hoà với nước uống.

*Lại phương:* Cạo chỗ cứng của gót chân con lừa, lấy nước nấu cô thành nước đặc, uống lúc nguội.

*Lại phương:* Lấy rễ cỏ tranh sống, giã vắt lấy nước, mỗi lần uống 1 chén con, uống nhiều lần liên tục.

*Lại phương:* Dùng vỏ cam 60g, rửa sạch sấy khô, giã thành tán, mỗi lần lấy 10g sắc với nước uống.

*Lại phương:* Dùng quả dâu khô 100g, nửa cân rượu, ngâm khoảng 1 giờ, lấy rượu uống dần là giải ngay.

*Lại phương:* Dùng rễ củ xu hào, bất kể nhiều ít, hấp chín 3 lần, sấy khô làm thành bột, mỗi lần lấy 5g pha với nước uống.

*Lại phương:* Trị uống rượu đau đầu. Dùng Trúc như 150g, sắc với nước, cho 5 quả lòng trắng trứng khuấy đều uống là khỏi.

*Lại phương:* Giải độc rượu, khai vị. Lấy hoa xích tiêu đậu (hoa của cây đỗ đỗ nhỏ) nấu uống.

*Lại phương:* Dùng cành cây Chỉ cụ tử 30g, sắc với nước uống.

*Lại phương:* Giã lấy nước sắn giây và giây sắn giây, vắt lấy nước uống.

*Lại phương:* Dùng gạo tẻ 250g, nấu với nước uống.

*Lại phương:* Lấy trứng gà 7 quả, ngâm với dấm gạo 1 đêm, uống.

*Lại phương:* Dùng rau xu hào cùng với hạt kê nấu chín bỏ bã, sau khi nguội, cho vào 3 quả lòng trắng trứng gà, khuấy đều uống.

*Lại phương:* Lấy ốc trai, cho hành, ớt, gừng, xì dầu, nấu bình thường, uống nhiều thang là giải.

*Lại phương:* Nếu đã uống thuốc an hoà, vẫn không thấy thuyên giảm, thì đánh động người một chút. Cho uống Lô căn, Địa du, Ngũ gia bì mỗi vị 30g, sắc với nước uống.

*Lại phương:* Lấy mộc nhĩ trên thân cây dâu, để

trên ngói mới sấy khô tán thành bột, hoà với nước gạo nếp chín uống.

*Lại phương:* Nấu con sò lên ăn.

*Lại phương:* Tán Quát lâu căn thành bột, mỗi lần lấy 10g uống với nước cơm.

*Lại phương:* Lấy cọng cỏ trong phân Xích mã (ngựa đỏ) tán thành bột, mỗi lần lấy 5g pha với nước uống.

*Lại phương:* Lấy muối giã thành bột uống.

### **CHỈ TRUẬT HOÀNG LIÊN HOÀN (Phổ tế phương)**

*Công hiệu:* Trị uống rượu quá nhiều, mắt nóng, miệng lên mụn, khử đờm.

*Phối phương:* Chỉ thực, Bán hạ, Bạch truật, Bạch phục linh, Hoàng bì, Hoàng liên, Nam tinh, Trần bì, Thanh bì, Hoàng cầm, Đại hoàng mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Tán nhỏ thuốc, trộn bột mì vào chế thành viên thuốc to như hạt trầu.

*Cách dùng:* Trước lúc đi ngủ lấy 60 viên uống. Nam tinh nên bào chế rồi dùng.

### **TRỊ MẪU THANG (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Trị rượu độc trong miệng dính như keo mà hôi.

*Phôi phương:* Tri mẫu, Địa cốt bì, Tang bạch bì, Sơn chi tử (quả Dành dành), Mạch môn đông, Cam thảo mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Sắc với nước, cho một chút muối vào.

*Cách dùng:* Ngậm nước thuốc đã sắc một lát rồi nhổ ra.

### **CHỈ HUYẾT HOÀN (Bản thảo cương mục)**

*Công hiệu:* Rượu độc làm cho phổi nóng, ho ra máu.

*Phôi phương:* Tuyên liệu, Đại hoàng, Sơn chi tử, Hoàng cầm mỗi vị 30g.

*Cách dùng:* Mỗi ngày 3 lần, mỗi lần uống 1 viên.

### **BÔI TỬU BẤT TUÝ PHƯƠNG (Thiên kim phương)**

*Công hiệu:* Chuyên trị uống rượu không say, không ích tí vị.

*Phôi phương:* Cát hoa, Tiểu đậu hoa, Lục đậu hoa, Mộc hương mỗi vị 30g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột, cho vào chế thành viên to như hạt trấu.

*Cách dùng:* Trước khi uống rượu ngậm 5 viên, không nát là hay.

*Lại phương:* Bách tử nhân, Ma tử nhân mỗi vị

60g, sắc với rượu uống nước thuốc, lượng uống rượu tăng gấp 3 lần.

*Lại phương:* Cát hoa, Tiểu đậu hoa mỗi thứ với lượng bằng nhau, đem thuốc tán thành bột, trước khi uống rượu uống khoảng 5g, tũu lượng tăng nhiều.

*Lại phương:* Bạch tiểu đậu (đậu cô ve trắng), Can cát, Ích trí nhân với lượng vừa phải. Tán nhỏ thuốc sắc với nước rượu mỗi thứ 1 chén to, om thành cao, chưng khô nước chế thành viên to như trầu. Khi uống rượu nuốt theo 2 viên.

*Lại phương:* Lấy lá hoa cúc mỏng 9 tháng 9, hong ở chỗ không có nắng 100 ngày cho khô rồi tán thành bột để uống.

*Lại phương:* Mồng 6 tháng 6 lấy lá Tiểu đậu hoa, hong khô ở chỗ râm tán thành bột uống.

*Lại phương:* Lấy cỏ mọc ngược trong giếng, hong khô trong râm tán thành bột, mỗi lần uống 5g là tốt.

*Lại phương:* Sắc Can bồ đào uống cũng tốt.

### GIỚI TỬU PHƯƠNG (Thánh huệ phương)

*Công hiệu:* Trị tổn thương do độc rượu, phương thuốc cắt rượu.

*Phối phương:* Thử đầu khô (tro đầu chuột), Liễu hoa mỗi vị 15g.

*Cách chế:* Tán thuốc thành bột.

*Cách dùng:* Lúc hoàng hôn lấy 10g pha với nước uống.

*Lại phương:* Rượu 1 lít, Chu sa 15g, đều đựng trong bình, bịt kín, đặt trong chuồng lợn, mặc cho lợn lay, sau 7 ngày lấy ra, uống hết.

*Lại phương:* Thương nhĩ tử 7 quả đốt thành than, tán thành bột, lúc hoàng hôn, hâm nóng 1 chén rượu đổ vào, không để người uống hết, sau là không thích uống rượu nữa.

*Lại phương:* Uống sữa lợn bạch, vĩnh viễn không uống rượu nữa.

*Lại phương:* Xương trong phân hổ, đốt thành than, giã rây thành bột, pha với rượu uống.

*Lại phương:* Giây guồng quay sợi đốt thành than, tán thành bột uống với rượu.

*Lại phương:* Tề táo (ấu trùng của bọ Dừa) chết tự nhiên tán thành bột cho 3g vào rượu uống.

*Lại phương:* Sữa chó trắng, cho vào trong rượu uống.

*Lại phương:* Ốc quạ tháng chạp, uống với rượu.

## MỤC LỤC

|                           |          |
|---------------------------|----------|
| <b>LỜI NÓI ĐẦU</b>        | <b>5</b> |
| <b>LỜI TỰA</b>            | <b>7</b> |
| I. Bồi bổ với dưỡng sinh  | 7        |
| II. Rượu bổ với thuốc bổ  | 8        |
| III. Tác dụng của rượu bổ | 10       |
| IV. Chế tác rượu bổ       | 13       |
| V. Cách dùng và cấm kỵ    | 14       |

### **PHƯƠNG THUỐC RƯỢU BỔ CỔ TRUYỀN VÀ CÁCH CHẾ TÁC**

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| I. RƯỢU ĐẠI BỔ NGUYÊN KHÍ                                 | 19 |
| II. RƯỢU BỔ HUYẾT DƯỠNG TÂM, TĂNG CƯỜNG TRÍ NHỚ           | 29 |
| III- RƯỢU BỔ TRẮNG DƯƠNG CƯỜNG THẬN                       | 37 |
| IV. RƯỢU BỔ ĐIỀU HOÀ TÍNH CÔNG NĂNG                       | 43 |
| V. RƯỢU BỔ HƯ ĐIỀU HOÀ TẠNG PHỦ                           | 49 |
| VI. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG BỆNH LÂU NGÀY                      | 53 |
| VII. RƯỢU BỔ SINH TÓC - TÓC ĐEN                           | 59 |
| VIII. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH VẮNG ĐẦU, ĐAU MÌNH                | 64 |
| IX. RƯỢU BỔ GIÚP CƯỜNG GÂN KIỆN CỐT ( <i>Bổ gân cốt</i> ) | 68 |
| X. RƯỢU BỔ CHỮA ĐAU LƯNG, ĐAU CƠ THỂ DO LÀM QUÁ SỨC       | 79 |

|                                                                                     |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| XI. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH CƠ BẮP YẾU TEO                                                | 86  |
| XII. RƯỢU BỔ GIÚP CHO LUYỆN CÔNG SINH CƠ CƯỜNG KIẾN                                 | 94  |
| XIII. RƯỢU BỔ GIỮ GÌN SẮC ĐẸP ( <i>Bảo vệ da giữ sắc đẹp</i> )                      | 103 |
| XIV. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG SAU KHI SINH CON                                            | 111 |
| XV. RƯỢU BỔ GAN ĐIỀU KINH SÁNG MẮT                                                  | 120 |
| XVI. RƯỢU BỔ TĂNG CƯỜNG TIÊU HÓA                                                    | 124 |
| XVII. RƯỢU BỔ DƯỠNG SINH TRƯỞNG THỌ                                                 | 130 |
| XVIII. RƯỢU BỔ PHỤC HỒI SỨC KHỎE DO TRÚNG GIÓ BỊ LIỆT                               | 149 |
| XIX. RƯỢU BỔ CHỮA BỆNH PHONG THẤP<br>( <i>Thư giãn gân, chữa phong thấp</i> )       | 159 |
| XX. RƯỢU BỔ ĐIỀU DƯỠNG BẨM SINH YẾU<br>( <i>Tiền thiên bất túc điều dưỡng tửu</i> ) | 170 |

## GIỚI THIỆU TÓM TẮT CÁC VỊ THUỐC ĐÔNG Y THƯỜNG DÙNG CHO CHẾ RƯỢU

|                            |     |
|----------------------------|-----|
| Ma hoàng                   | 174 |
| Quế chi                    | 174 |
| Tế tân                     | 175 |
| Phòng phong                | 176 |
| Sinh khương                | 177 |
| Đạm đậu xị (đỗ tương nhạt) | 178 |
| Cúc hoa                    | 178 |
| Xài hổ                     | 179 |
| Cát căn (sắn giấy)         | 180 |
| Thạch cao                  | 180 |
| Bột thiên hoa              | 181 |
| Tê giác                    | 182 |
| Sinh địa hoàng             | 182 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Mẫu đơn bì        | 183 |
| Xích thực         | 184 |
| Địa cốt bì        | 185 |
| Hoàng cầm         | 185 |
| Hoàng liên        | 186 |
| Khổ sâm           | 187 |
| Kim ngân hoa      | 188 |
| Lục đậu (đỗ xanh) | 188 |
| Bán hạ            | 189 |
| Thiên nam tinh    | 189 |
| Qua lâu           | 190 |
| Hạnh nhân         | 190 |
| Bách bộ           | 191 |
| Bì bà diệp        | 191 |
| Phụ tử            | 192 |
| Nhục quế          | 193 |
| Can khương        | 194 |
| Ngô thù du        | 194 |
| Cao lương khương  | 195 |
| Đinh hương        | 196 |
| Ngải diệp         | 196 |
| Thảo đậu khấu     | 197 |
| Khương hoạt       | 197 |
| Độc hoạt          | 197 |
| Cảo bản           | 198 |
| Uy Linh tiên      | 198 |
| Thương nhĩ tử     | 199 |
| Tần giao          | 200 |
| Mộc qua           | 200 |
| Tầm sa            | 201 |
| Thương truật      | 201 |

|                |     |
|----------------|-----|
| Hải đồng bì    | 202 |
| Hải phong đăng | 202 |
| Lạc thạch đăng | 203 |
| Tùng tiết      | 203 |
| Ngũ gia bì     | 204 |
| Tang ký sinh   | 205 |
| Thạch nam diệp | 205 |
| Bạch hoa xà    | 206 |
| Ô tiêu xà      | 206 |
| Thần khúc      | 207 |
| Sử quân tử     | 207 |
| Qua đế         | 207 |
| Thường sơn     | 208 |
| Đại hoàng      | 208 |
| Hoả ma nhân    | 209 |
| Phục linh      | 210 |
| ý dĩ nhân      | 210 |
| Mộc thông      | 211 |
| Phòng kỷ       | 212 |
| Tì giải        | 212 |
| Nhân trần cao  | 213 |
| Xích tiểu đậu  | 213 |
| Nhân sâm       | 214 |
| Đẳng sâm       | 215 |
| Thái tử sâm    | 216 |
| Tây dương sâm  | 216 |
| Hoàng kỳ       | 216 |
| Bạch truật     | 217 |
| Sơn dược       | 218 |
| Hoàng tinh     | 219 |
| Đại táo        | 220 |

|                         |     |
|-------------------------|-----|
| Cam thảo                | 220 |
| Lộc nhung               | 221 |
| Xà sàng tử              | 222 |
| Dâm dương hoắc          | 223 |
| Nhục thung dung         | 223 |
| Hồ đào nhân             | 224 |
| Bổ cốt chi              | 224 |
| ích trí nhân            | 225 |
| Đỗ trọng                | 225 |
| Tục đoạn                | 226 |
| Cẩu tích                | 227 |
| Thỏ ti tử (cây tơ hồng) | 227 |
| Thục địa                | 228 |
| Hà thủ ô                | 229 |
| Đương quy               | 229 |
| Bạch thược              | 230 |
| A giao                  | 231 |
| Long nhãn nhục          | 231 |
| Thiên môn đông          | 232 |
| Mạnh môn đông           | 233 |
| Huyền sâm               | 233 |
| Thạch học               | 234 |
| Cẩu khởi                | 234 |
| Nữ trinh tử             | 235 |
| Qui bản                 | 235 |
| Miến giáp               | 236 |
| Ma hoàng căn            | 237 |
| Nhục đậu khấu           | 237 |
| Kha tử                  | 238 |
| Ô mai                   | 238 |
| Thạch lựu bì            | 239 |

|                |     |
|----------------|-----|
| Ngũ vị tử      | 239 |
| Sơn thù du     | 240 |
| Xạ hương       | 241 |
| Ngưu hoàng     | 241 |
| Thạch xương bồ | 242 |
| Chu sa         | 243 |
| Từ thạch       | 244 |
| Long cốt       | 244 |
| Mẫu lệ         | 245 |
| Toan táo nhân  | 246 |
| Bách tử nhân   | 246 |
| Viễn chí       | 246 |
| Tiểu mạch      | 247 |
| Thuật mễ       | 247 |
| Thiên ma       | 248 |
| Cương tằm      | 248 |
| Toàn yết       | 249 |
| Ngô công       | 250 |
| Quất bì        | 250 |
| Thanh bì       | 251 |
| Mộc hương      | 251 |
| Hương phụ      | 252 |
| Chỉ thực       | 253 |
| Hậu phác       | 253 |
| Sa nhân        | 254 |
| Bạch đậu khấu  | 255 |
| Trâm hương     | 255 |
| Cam tùng       | 256 |
| Xuyên khung    | 256 |
| Đan sâm        | 257 |
| ích mẫu thảo   | 258 |

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Đào nhân          | 259 |
| Hồng hoa          | 259 |
| Ngưu tất          | 260 |
| Lưu kỷ nô         | 261 |
| Khương hoàng      | 262 |
| Uất kim           | 262 |
| Ngũ linh chi      | 263 |
| Huyết yết         | 263 |
| Nhũ hương         | 264 |
| Mật dược          | 264 |
| Diên hồ sách      | 265 |
| Xuyên sơn giáp    | 265 |
| Tam lăng          | 266 |
| Nga truyệt        | 266 |
| Tam thất          | 267 |
| Hoè hoa           | 267 |
| Lưu hoàng (huỳnh) | 268 |
| Hùng hoàng        | 269 |

### **CÁC PHƯƠNG THUỐC GIẢI ĐỘC RƯỢU, CAI RƯỢU**

|                                           |     |
|-------------------------------------------|-----|
| Bách Trầm hương Tụ hương (Đức sinh đường) | 270 |
| Cát hoa hoàn (Phổ tế phương)              | 270 |
| Cát hoa giải tỉnh thang (Tế sinh bát tuý) | 271 |
| Trầm đàn khoái cách hoàn (Đức sinh đường) | 271 |
| Lục hoà thang (Phổ tế phương)             | 272 |
| Bách bôi hoàn (Tế sinh bát tuý)           | 272 |
| Tranh hương bình (Ngự dược viện phương)   | 273 |
| Nhân sâm thang (Tam nhân phương)          | 274 |
| Bách bôi hoàn (Ngự dược viện phương)      | 274 |
| Mộc hương phân khí hoàn (Đức sinh đường)  | 275 |

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| Đậu khấu hoàn (Thánh huệ phương)           | 275 |
| Cao lương khương tán (Thánh huệ phương)    | 276 |
| Ngũ đậu thang (Đức sinh đường)             | 276 |
| Nhân sâm ẩm (Thiên kim phương)             | 277 |
| ích trí tử tán (Thánh lục phương)          | 277 |
| Cốc thân hoàn (Thánh huệ phương)           | 278 |
| Toàn chân hoàn (Phổ tế phương)             | 278 |
| Giải tử phương (Phổ tế phương)             | 279 |
| Chỉ truyệt Hoàng liên hoàn (Phổ tế phương) | 282 |
| trị mẫu thang (Bản thảo cương mục)         | 282 |
| Chỉ huyết hoàn (Bản thảo cương mục)        | 283 |
| Bôi tửu bất tủy phương (Thiên kim phương)  | 283 |
| Giới tửu phương (Thánh huệ phương)         | 284 |

## **NHÀ XUẤT BẢN THỂ DỤC THỂ THAO**

*7, Trịnh Hoài Đức, Hà Nội. Điện thoại: (04) 8.437013*

### **Chi nhánh:**

*48, Nguyễn Đình Chiểu, Quận 1, Tp. Hồ Chí Minh.*

*Điện thoại: (08) 8.298378*

---

# **RƯỢU BỔ CỐ TRUYỀN CHỮA BÁCH BỆNH**

*Chịu trách nhiệm xuất bản:*

**PHI TRỌNG HANH**

*Biên tập và sửa bản in:*

**TRỊNH XUÂN ĐỘ**

*Kỹ thuật vi tính:*

**NGỌC HUYỀN**

*Vẽ bìa:*

**MINH NGUYỆT**

---

Số đăng ký KHXB: 16aKH/TDTT-447/CXB-QLXB - 25.4.2003  
In 800 cuốn, khổ 13x19cm, tại Xi nghiệp In ACS Hải Phòng.  
In xong và nộp lưu chiểu Quý I năm 2004.

**NHÀ SÁCH THANH THỊNH**

39 Lý Thường Kiệt - Hà Nội, ĐT: 0439341957

**(Giá: 30.000đ)**