

Bài thuốc y học cổ truyền hiệu quả chữa đau đầu, đau nửa đầu, đau lưng

1. Chữa đau đầu

- Bài 1 : Ngải cứu tươi 100g, giã lấy trên lưng chén ăn cơm nước (khoảng 100ml) thật đặc, hòa với đường kính cho vừa uống (không nên cho ngọt quá). Uống sau khi ăn lót dạ buổi sáng. Uống liên tục từ 15 – 20 ngày sẽ khỏi. Bệnh nặng, uống nhiều ngày hơn.

Có thể thái nhỏ ngải cứu (càng nhiều, càng tốt) trộn với thịt nạc băm, hay trứng gà, hấp cơm, hoặc chiên (rán), rang, ăn với cơm thêm hằng ngày, càng tốt.

- Bài 2 : Đu đủ chín 1 quả khoảng 600g – 700g. Cắt phần trên thành cái nắp, bỏ hạt rồi đổ vào 2 lòng đỏ trứng gà đã đánh nhuyễn với 100g đường kính. Đậy nắp, dùng que gài chặt lại. Lấy bùn dẻo bọc quả đu đủ dày 2cm, cho vào than củi hoặc dấm trấu cho đỏ lên. Sau đó, bỏ đất bùn, dùng thìa xúc ăn hết phần trong quả đu đủ. Ăn 2 ngày 1 lần. Ăn 4 lần. Có thể khỏi.

2. Trị đầu đau buốt

- Thuốc đắp ngoài

Bồ kết sao thật khô 300g, quế tâm 200g, giấm 1 chén ăn cơm.

Tán nhỏ 2 vị trên, nấu với giấm thành cao. Khi thuốc còn nóng, đắp vào chỗ đầu bị đau (nếu cần, có thể cắt chỗ tóc ấy đi, cho thuốc dễ ngấm vào bên trong đầu). Cứ 2 ngày, đổi 3 lần, mỗi lần bằng 1 miếng cao mới. Khi thuốc bị khô cho thêm giấm vào nấu lên, rồi đắp tiếp.

- Thuốc uống trong

Đại hoàng 100g, tâm rọu, sao đen, tán nhỏ.

Đậu xanh 50g, nấu (đun nhỏ lửa) với 3 chén ăn cơm nước (khoảng 600ml), lấy 2 chén (400ml). Uống với thuốc, sau bữa ăn. Ngày 2 lần. Uống liên tục đến khi khỏi.

3. Chữa đau nửa đầu bằng ớt chín

Đau nửa đầu bên nào, lấy ớt chín thật cay, bẻ ra, xát vào lỗ mũi bên ấy. Chỉ 1 lát sau sẽ hết đau đầu. Để khỏi bị rát và nóng ở lỗ mũi, hãy chùi lỗ mũi bằng tóc của mình hoặc tóc người khác

4. Chữa bệnh đau lưng

Chẳng may bị đau dọc sống lưng, hoặc đau ngang lưng, lưng đau như gãy, đau không chịu được, cử động khó khăn. Có khi đau ê ẩm. Dùng các bài thuốc như sau:

- Bài 1 (của Hải Thượng Lãn Ông): Phá cố chỉ, tâm rọu sao : 1kg, đỗ trọng, bỏ vỏ, tâm nước gừng, sao : 1kg, hồ đào nhục, bỏ vỏ : 20 quả.

Tất cả tán thành bột, rồi lấy 100g tãi giã thành cao, nhào thành viên bằng hạt ngô. Uống lúc đói với rọu, mỗi lần 20 viên, ngày 3 lần. Phụ nữ uống với giấm loãng.

- Bài 2: Lá ngải cứu 1 nắm, giã nát, tắm với nước tiểu trẻ em 12 tuổi trở xuống (đồng tiện), rồi lấy lá chuối bọc lại, để trên huyết thận du (ngang thắt lưng, cách chính giữa 2 bên cột sống, thẳng rốn sang, mỗi bên khoảng gần 2 đốt ngón út người bệnh). Rồi lấy 1 nắm cơm nóng đặt lên trên. Cơm nguội, thay nắm khác. Có thể thay cơm nóng bằng nước nóng đựng trong túi chườm cao su. Mỗi ngày chườm vài ba lần, mỗi lần 20 – 30 phút.

- Bài 3: Hột cải bẹ, tán thành bột, hòa với rượu 45⁰C, đắp vào huyết mệnh môn (ở chính giữa cột sống thẳng rốn sang, ngang thắt lưng, và trên 2 huyết thận du (cách tìm huyết thận du : Xem ở bài 2 trên đây).

- Bài 4: Vỏ bưởi đào và lá ngải cứu, mỗi thứ khoảng 100g, sắc với 2 chén ăn cơm nước, lấy 1 chén. Uống lúc nóng. Ngày uống 2 lần.

- Bài 5: Đậu đen, 1 chén nhỏ (bằng ½ chén ăn cơm), đãi sạch, đang lúc còn ướt, rang thật nóng, bọc vải chườm lên các huyết mệnh môn và thận du (vị trí các huyết như trên đã hướng dẫn). Khi nguội lại rang lại cho nóng và chườm tiếp. Ngày chườm 2 – 3 lần, mỗi lần 20 – 30 phút.