

Một số bài thuốc trị ho có đờm hiệu quả

Sang xuân, khí hậu vẫn còn se lạnh, mưa phùn, độ ẩm cao tạo điều kiện cho nhiều loại vi khuẩn, nấm, mốc sinh sôi phát triển là những tác nhân kích thích niêm mạc mũi họng, gây viêm nhiễm và phát sinh ra các chứng bệnh ho, đờm đặc biệt ở người già, trẻ em, người mắc bệnh mạn tính đường hô hấp. Dưới đây xin giới thiệu một số bài thuốc chữa ho có đờm hiệu quả.

Biểu hiện người bệnh có thể bị sốt, ho, đờm nhiều, đôi khi khó thở, hay tái phát trở thành mạn tính, ảnh hưởng đến sức khỏe và chất lượng cuộc sống của người bệnh.

*** Sốt kèm theo ho đờm:** ma hoàng 6g, hạnh nhân 8g, quế chi, cam thảo mỗi vị 4g. Sắc uống ngày một thang, chia 2 lần uống trước bữa ăn 1- 2 giờ. Sau khi uống, nếu mồ hôi toát ra, cần lau khô ngay, tránh gió, lạnh và tránh tiếp xúc với nước lạnh. Uống liền 3-5 thang. Chú ý: vị ma hoàng cần bỏ đốt, bỏ rễ.

Nếu ho đờm nhiều kèm sốt cao: ma hoàng 8g, hạnh nhân 12g, thạch cao 24g, cam thảo 6g. Đem thạch cao sống tán thành bột mịn, chia làm 2 phần rồi hòa đều mỗi phần vào một lần nước sắc của 3 vị thuốc trên uống. Uống trước bữa ăn, như trên. Uống liền 3 - 5 thang.

Trường hợp ho nhiều, đờm nhiều do cảm lạnh: mật rắn 1g, trần bì 6g. Trần bì thái nhỏ, sao khô, tán bột thật mịn. Lấy mật rắn trộn đều, chia 3 lần uống trong ngày, trước bữa ăn 1-2 giờ. Có thể dùng mật của các loại rắn như rắn hổ mang, rắn cạp nong, cạp nia, dọc dừa, rắn ráo...

*** Nếu ho nhiều, đờm nhiều do phế nhiệt (viêm phế quản, viêm phổi):** mật rắn 1g, xuyên bối mẫu 6g. Xuyên bối mẫu thái nhỏ, sao khô, tán bột thật mịn. Lấy mật rắn trộn đều, chia 2 lần uống trong ngày, trước bữa ăn 1 - 2 giờ. Có thể dùng mật của các loại rắn nói trên. Chế biến với lượng mật rắn nhiều hơn để uống trong nhiều ngày.

Nếu ho nhiều, đờm nhiều, khí quản bị co thắt, khó thở, thở có tiếng rên rít: bạch giới tử (hạt cải bẹ), lai phục tử (hạt cải củ), tô tử (hạt tía tô), đồng lượng 3g. Các loại hạt giã dập, gói vào miếng vải sạch. Sắc uống 2 lần trong ngày, trước bữa ăn 1-2 giờ. Uống liền 5-7 ngày. Bài này thích hợp với người cao tuổi bị ho lâu ngày, nhiều đờm, thường xuyên bị khó thở, kém ăn.

*** Nếu ho lâu ngày, đờm nhiều, lồng ngực bứt rứt, khó chịu, miệng khô:** trần bì, xuyên bối mẫu, bán hạ (ché), cát cánh (chích gừng), viễn chí (chích gừng), tô tử, tử uyên, khoản đông hoa mỗi vị 12 - 16g. Các vị thuốc tán bột mịn, thêm mật ong làm hoàn, mỗi lần uống 9g, ngày 2 lần, trước bữa ăn 1-2 giờ. Uống 2-3 tuần.

Nếu ho đã bớt song đờm còn nhiều: trần bì, bán hạ (ché), mỗi vị 25g, phục linh 15g, cam thảo 8g. Các vị tán bột mịn, mỗi lần uống 9g, ngày 2 lần, trước

bữa ăn 1-2 giờ. Có thể thêm mật ong làm hoàn, liều uống tương tự; hoặc sắc thuốc uống ngày 1 thang với liều lượng giảm một nửa, uống liền 5-7 ngày.

Trường hợp ho lâu ngày, phế khí kém, huyết hư, da xanh tái, cơ thể yếu mệt: bách hợp 10g, thực địa 12g, mạch môn, sinh địa mỗi vị 8g; đương quy, bạch thược, huyền sâm, cát cánh; mỗi vị 6g; cam thảo 4g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 3 lần, sau bữa ăn khoảng 2 giờ. Uống 3 - 4 tuần.

*** Trường hợp ho đờm, khó thở lâu ngày, người suy nhược:** tắc kè khô bỏ phần đầu từ mắt đến miệng và 4 bàn chân, chặt thành những miếng nhỏ, sao khô, tán bột mịn, cho vào lọ thủy tinh khô, sạch, nút kín, để nơi cao thoáng. Ngày uống 1-2 lần, mỗi lần 5-7g, sau bữa ăn 1-2 giờ. Uống liền 3-4 tuần, có thể lặp lại liệu trình mới.