

Bài thuốc trị đau nhức khớp

Đau nhức các khớp thuộc phạm vi chứng tý của y học cổ truyền. Nguyên nhân do vệ khí của cơ thể không đầy đủ; phong, hàn, thấp nhiệt xâm phạm vào gân, cơ, khớp xương, kinh lạc làm sự vận hành của khí huyết tắc lại gây nên. Hoặc do người già can thận bị hư, hoặc bệnh lâu ngày làm khí huyết giảm sút dẫn đến can thận hư, can huyết hư không nuôi dưỡng được gân làm khớp xương bị thoái hóa, biến dạng...

Người bệnh thường đau mỏi các khớp; khi thời tiết lạnh, mưa, ẩm thấp, đau tăng lên hoặc tái phát, lâu ngày trở thành mạn tính. Tùy theo triệu chứng lâm sàng mà phân ra các thể: phong tý, hàn tý, thấp tý. Phương pháp chung là khu phong tán hàn trừ thấp. Sau đây là một số bài thuốc trị theo từng thể.

1. Đau nhức khớp do phong tý hay hàn tý: Nguyên nhân do phong là chính. Người bệnh có triệu chứng đau di chuyển các khớp, đau nhiều khớp, sợ gió, rêu lưỡi trắng, mạch phù. Phép chữa: khu phong là chính, tán hàn trừ thấp, hoạt huyết hành khí. Dùng một trong các bài:

Bài 1: Phòng phong thang gia giảm: phòng phong, khương hoạt, bạch thược, đương quy mỗi vị 12g; tần giao, quế chi, phục linh, ma hoàng mỗi vị 8g; cam thảo 6g. Sắc uống.

Bài 2: thổ phục linh, ké đầu ngựa, hy thiêm, rễ vòi voi, mỗi vị 16g; uy linh tiên, tỳ giải, ý dĩ, cam thảo nam, mỗi vị 12g; quế chi, bạch chỉ, mỗi vị 8g. Sắc uống.

2. Đau nhức khớp do hàn tý hay thống tý: Nguyên nhân do hàn là chính. Người bệnh đau dữ dội ở một khớp, trời lạnh đau tăng, chườm nóng thì đỡ, tay chân lạnh, sợ lạnh, rêu lưỡi trắng, mạch huyền khẩn hoặc nhu hoãn. Phép chữa: tán hàn là chính, khu phong trừ thấp, hành khí hoạt huyết. Dùng một trong các bài:

Bài 1: quế chi, can khương, thiên niên kiện, ngũ gia bì, ngưu tất, xuyên khung, mỗi vị 8g; rễ cây lá lốt, ké đầu ngựa, ý dĩ, mỗi vị 12g. Sắc uống.

Bài 2: quế chi, can khương, phụ tử chế, thiên niên kiện, uy linh tiên, thương truật, xuyên khung, ngưu tất, mỗi vị 8g; ý dĩ 12g. Sắc uống.

Bài 3: Ô đầu thang gia giảm: phụ tử chế, ma hoàng, bạch thược, hoàng kỳ, phục linh, mỗi vị 8g; cam thảo 6g. Sắc uống.

3. Đau nhức khớp do thấp khớp hay trược tý: Người bệnh nhức mỏi các khớp, đau một chỗ, tê bì, đau các cơ, bệnh lâu ngày làm người bệnh khó vận động, miệng nhạt, rêu lưỡi trắng dính, mạch nhu hoãn, người nặng nề mệt mỏi. Phép chữa: trừ thấp là chính, tán hàn khu phong, hành khí hoạt huyết. Dùng một trong các bài:

Bài 1: Ý dĩ nhân thang gia giảm: ý dĩ 16g; hoàng kỳ, đảng sâm, mỗi vị 12g; thương truật, ma hoàng, quế chi, khương hoạt, độc hoạt, phòng phong, ô dược, xuyên khung, ngưi tất, mỗi vị 8g; cam thảo 6g. Sắc uống.

Bài 2: ý dĩ, tỳ giải, mỗi vị 16g; ngũ gia bì, rễ cỏ xước, xuyên khung, đan sâm mỗi vị 12g; rễ cây lá lốt 8g; quế chi, bạch chỉ mỗi vị 6g. Sắc uống.