

Bài thuốc trị loãng xương

Loãng xương là bệnh lý diễn biến thầm lặng. Theo lý luận của y học cổ truyền, “thận chủ cốt”. Tỳ vị là nguồn để cung cấp tinh chất, khí huyết cho cơ thể.

Loãng xương là bệnh lý diễn biến thầm lặng. Theo lý luận của y học cổ truyền, “thận chủ cốt”. Tỳ vị là nguồn để cung cấp tinh chất, khí huyết cho cơ thể. Do ăn uống thất thường, thiếu dinh dưỡng, chân tay và toàn thân ít vận động. Tỳ vị bị tổn hại, nhiệm vụ lớn lao của nó không hoàn thành được. Tinh huyết thiếu hụt làm cho xương khô tủy kém mà sinh ra bệnh. Đông y chia ra các thể lâm sàng như sau:

Loãng xương thể thận dương hư: Biểu hiện lưng đau gối mỏi, cơ thể yếu mệt, chân tay không có lực, lạnh lưng và lạnh chân tay, liệt dương, đầu choáng mắt hoa, tiểu đêm nhiều lần, phân lỏng... Phép trị: ôn bổ thận dương, cường kiện gân cốt. Dùng bài thuốc: Ngưu tất 16g, nam tục đoạn 16g, ngũ gia bì 16g, cầu tích 12g, tang ký sinh 12g, tần giao 12g, đỗ trọng 10g, quế 6g, kiện 10g, thực địa (sao khô) 12g, dâm dương hoắc 10g, đại táo 10g, cam thảo 12g. Sắc uống ngày 1 thang, sắc 3 lần uống 3 lần.

Loãng xương thể thận âm suy tổn: Biểu hiện mắt hoa, lưng gối đau mỏi, vận động chậm chạp, ù tai, mắt kém, triều nhiệt, tâm phiền, đại tiện táo kết, răng đau, tóc rụng, lợi sưng, tinh thần mệt mỏi. Phép trị: tư bổ thận âm, dưỡng tinh tủy. Dùng bài thuốc: Hoài sơn 10g, sơn thù 12g, đan bì 10g, trạch tả 12g, bạch linh 10g, thực địa 12g, quy bản (sao) 12g, đương quy 12g, đỗ trọng 10g, khởi tử 12g, đại táo 10g, hắc táo nhân 16g, viễn chí 10g, cam thảo 12g. Sắc uống ngày 1 thang, sắc 3 lần uống 3 lần.

Loãng xương thể tỳ hư: Biểu hiện cơ thể gầy xanh, chân tay yếu mềm, ăn ngủ kém, hay bị lạnh bụng, phân lỏng, mình mảy nặng nề, ngại vận động, chất lưỡi nhợt, mạch trầm tế. Dùng bài thuốc: bạch truật 12g, sơn tra 10g, thần khúc 12g, bán hạ 10g, hậu phác 12g, cao lương khương 10g, sa nhân 10g, lá lốt 12g, phòng sâm 12g, bạch linh 10g, chích thảo 10g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 3 lần.

Gia giảm: - Nếu đau đầu mắt ngủ, gia hắc táo nhân 12g, viễn chí 12g; Hay sôi bụng, phân lỏng, gia: quế 8g, sinh khương 6g; Đau nhức các khớp, gia: đỗ trọng 12g, tục đoạn 12g; Ho hen mắc đờm, gia: cát cánh 12g, tía tô 16g, sinh khương 6g.

Loãng xương thể huyết ứ: Biểu hiện đau nhức các khớp, cơ thể mỏi mệt, da sạm, chất lưỡi tía, có thể có những điểm xuất huyết. Đau mình mảy... Phép trị: hoạt huyết, hóa ứ, tán kết, giảm đau. Dùng bài thuốc: xuyên khung 12g, hoàng kỳ 16g, hồng hoa 10g, tô mộc 20g, ngải diệp 10g, huyết đằng 12g, tục đoạn 12g, phòng sâm 12g, bạch truật 12g, xa tiền 12g, uất kim 10g, hương phụ tử chế 12g, trần bì 10g, cam thảo 12g. Sắc uống ngày 1 thang.