

## Những vị thuốc quý từ quả nhót

Theo Y học cổ truyền, quả nhót có vị chua, chát, tính bình, vào các kinh phế đại tràng, có tác dụng chỉ ho, trừ đờm, bình suyễn, chỉ tả. Lá có vị chát có tác dụng chỉ ho, bình suyễn, giảm sốt.

Nhân hạt nhót có tác dụng sát khuẩn, trị giun sán. Rễ có tác dụng cầm máu, giảm đau, thường dùng dưới dạng thuốc sắc, dùng riêng lẻ hoặc phối hợp với các vị thuốc khác. Liều dùng hằng ngày: quả 8 - 12g (5 - 7 quả khô), lá tươi 20 - 30g, lá và rễ (khô) 12 - 16g. Dùng ngoài dưới dạng nước tắm, rửa mụn nhọt, không kê liều lượng.

Theo các thực nghiệm về sinh học, lá nhót có tác dụng kháng khuẩn đối với nhiều chủng vi khuẩn gram dương và gram âm; đặc biệt đối với các chủng trực khuẩn ly: *Shigella dysenteria*, *Shigella shiga*, *Shigella flexneri*, *Shigella sonnei*. Trên động vật thí nghiệm, lá nhót có tác dụng chống viêm cấp và mạn tính; tác dụng tăng cường sức co bóp của tử cung.

**Các dược liệu từ nhót thường được dùng trị một số chứng bệnh sau đây:**

### **1. Trị lỵ trực khuẩn và bệnh tiêu chảy, viêm đại tràng mạn tính:**

Lấy 20 - 30g lá nhót tươi hoặc 6 - 12g lá nhót khô, sao vàng, sắc với 400ml nước còn 100ml, chia 2 lần uống trong ngày, trước các bữa ăn 1,5 giờ. Có thể uống liền 1 - 2 tuần đến khi hết các triệu chứng. Hoặc dùng dưới dạng bột khô lá nhót, ngày 2 - 3 lần, mỗi lần 8 - 12g, uống với nước cơm; hoặc phối hợp đồng lượng với bột của vỏ cây đỗ trọng nam. Lưu ý: khi uống cần kiêng các thức ăn tanh, lạnh: cá cua, ốc, ếch...

### **2. Trị ho, nhiều đờm, hen suyễn:**

Lá nhót 16g sao vàng, lá táo ta (táo chua) 12g sao vàng; hạt cải củ, hạt cải bẹ, mỗi thứ 6g, sao vàng, giã giập. Hạt cải củ, cải bẹ gói vào miếng vải sạch, cho vào cùng sắc nước với lá nhót và lá táo. Sắc 2 - 3 lần, gộp dịch nước sắc lại, chia 3 lần uống trong ngày trước bữa ăn 1,5 giờ. Uống liền 2 - 3 tuần đến khi các triệu chứng thuyên giảm.

### **3. Trị ho, hen, khó thở:**

Có thể dùng quả nhót 6 - 12g/ngày, dưới dạng thuốc sắc, thuốc hãm, hay thuốc bột. Uống nhiều ngày, tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

### **4. Trị ho ra máu, hoặc nôn ra máu, chảy máu cam:**

Rễ nhót 16g sao đen, sắc uống ngày một thang. Có thể phối hợp với cỏ nhọ nồi, ngải diệp, trắc bách diệp. Tất cả đều sao đen, sắc uống ngày một thang, chia 3 lần uống trước bữa ăn 1,5 giờ. Trong khi uống thuốc, cần kiêng các thứ cay nóng: rượu, bia, ớt...

### **5. Kiêng kỵ:**

Lá và rễ nhót không dùng cho phụ nữ có thai.

Khi sử dụng nhót, cần tránh nhầm lẫn với vị thuốc nhót tây, còn gọi nhót Nhật Bản, hay tỳ bà diệp. Nhót tây mọc hoang và được trồng ở nhiều ở Cao Bằng, Lạng Sơn, Hà Nội... Nhót tây cao tới 6 - 8m. Lá mọc so le, hình mác, có răng cưa, dài 12 - 30cm, rộng 3 - 8cm, phía mặt dưới của lá có rất nhiều lông màu xám hay vàng nhạt. Đây là đặc điểm nổi bật để phân biệt với nhót. Lá nhót tây cũng được sử dụng để trị ho, hen.

<https://dantocmiennui.vn/doi-song/nhung-vi-thuoc-quy-tu-qua-nhot/120489.html>