

Kỹ thuật trồng dây thìa canh

Dây thìa canh còn có tên gọi là dây muối hay lã ti rừng. Đây là một loài cây thân thảo thuộc chi lã ti (*Gymnema*) họ Apocynaceae, bản địa của rừng nhiệt đới miền Nam và miền Trung Ấn Độ.

Dây thìa canh được tìm thấy đầu tiên tại Ấn Độ từ 2000 năm trước để trị bệnh "nước tiểu ngọt như mật". Loại cây này phát triển nhiều nhất ở thung lũng Paltacot miền Trung Nam Ấn Độ, ngoài ra còn phân bố ở Trung Quốc, Ấn Độ, Indonesia. Còn tại Việt Nam, loại cây này mới được tìm thấy vào năm 2006.

Chính bởi dây thìa canh là một dược liệu quý hiếm, phòng ngừa và hỗ trợ điều trị tiểu đường và mỡ máu nên đối với những ai mắc bệnh tiểu đường thì việc áp dụng kỹ thuật trồng dây thìa canh tại nhà là cách tốt nhất để bảo vệ đường huyết cho mình.

1. Đất trồng cây thìa canh

Do không ưa trũng, ngập úng nên khi trồng dây thìa canh phải chọn vùng đất cao nhưng phải thoát nước tốt, tơi xốp. Nếu trồng ở nhà cũng có thể trồng trên sân thượng nhưng nhớ nguồn đất phải giàu dinh dưỡng, đắp ụ cây cao.

2. Lựa chọn hạt giống và ươm hạt

Việc chọn giống không chỉ dây thìa canh mà đối với cây trồng nào cũng vậy đều rất quan trọng. Do đó phải lựa chọn hạt giống tốt ở những cửa hàng uy tín. Hạt trấu, mảy, kích thước dài được phơi khô.

Khi đã lựa chọn được hạt giống dây thìa canh nên tiến hành ươm hạt ở nhiệt độ tốt nhất là từ 20-35 (độ). Tuy nhiên trước khi ươm nên xử lý hạt bằng thuốc xử lý.

Về phần đất, trước khi đem gieo hạt cần làm sạch cỏ, đất đập nhỏ mịn sau đó rắc đều hạt, phủ lớp đất mỏng, phủ trên một lớp rơm che mát, tưới đều. Khi thấy cây mọc mầm khoảng vài lá thì đem trồng.

3. Kỹ thuật trồng và chăm sóc dây thìa canh

Về kỹ thuật trồng và chăm sóc dây thìa canh, theo chuyên gia nông nghiệp Nguyễn Văn Đán - Câu lạc bộ cây cảnh Bắc Ninh, đây là loại cây trồng cũng khá đơn giản. Sau khi đã chuẩn bị hết giai đoạn ươm hạt chỉ cần đem bầu ươm ra trồng vào hố chuẩn bị sẵn. Nhưng nhớ trước khi trồng từ 7 - 10 ngày, bót lót bằng phân chuồng hoai mục hoặc phân hữu cơ kết hợp supe lân và phân chuồng hoai mục.

Từ khi trồng đến khi thu hoạch lần đầu phải bón thúc 3 lần vào 3 giai đoạn cụ thể là 1 tuần sau khi trồng, sau lần thứ nhất 10 ngày, khi cây leo 2/3 giàn. Ngoài ra sau mỗi lần thu hoạch cũng cần phải bón thúc định kỳ.

Trồng dây thìa canh thường mắc bệnh phổ biến nhất là rệp sáp và muội đen nên phải thường xuyên theo dõi sâu bệnh để có biện pháp phòng trừ kịp thời nhất. Nếu sử dụng thuốc bảo vệ thực vật phải đảm bảo an toàn cho cả người phun và những người xung quanh.

4. Thu hoạch dây thìa canh

Đối với dây thìa canh, từ khi trồng đến khi thu hoạch mất khoảng 6 - 8 tháng, trồng 1 lần có thể thu hoạch trên 10 năm. Một năm có thể thu hoạch từ 4 - 5 lần, từ tháng 4 - 12, cứ 2 tháng thu 1 lần.

5. Tác dụng của dây thìa canh

Còn nói tới tác dụng của dây thìa canh đối với bệnh nhân tiểu đường, theo lương y Trần Thị Nga- chủ cửa hàng chuyên bán thuốc Đông y tại Hoài Đức (Hà Nội), thành phần hóa học có hoạt tính sinh học chính của dây thìa canh là hoạt chất GS4 (Tên khoa học *Gymnema Sylvestre* kiểm hóa ở lần thứ 4) gồm tổ hợp nhiều acid gymnemic, một hoạt chất thuộc nhóm saponin triterpenoid.

Lương y Trần Thị Nga giải thích thêm, acid gymnemic có tác dụng kích thích sản sinh tế bào Beta của tuyến tụy, nhờ đó tăng sản sinh Insulin, tăng hoạt lực của Insulin, giúp cơ thể tái thiết lập được khả năng cân bằng đường huyết tự nhiên.

Ngoài ra acid gymnemic còn ức chế hấp thu đường ở ruột do có cấu trúc phân tử gần giống với đường Glucose, khi vào đến ruột sẽ cạnh tranh với đường Glucose, lấp đầy thụ thể ruột và ngăn không cho hấp thu đường từ ruột vào máu. Acid Gymnemic còn ức chế gan tân tạo Glucose vào máu, đồng thời kích thích các enzyme chịu trách nhiệm tiêu thụ, sử dụng đường tại các mô cơ. Nhờ đó hoạt chất này đem lại hiệu quả giảm đường huyết.

Ngoài việc hỗ trợ điều trị bệnh nhân tiểu đường, tim mạch, mỡ máu. Giúp hoạt huyết, tăng cường lưu thông máu, ổn định huyết áp thì dây thìa canh còn hỗ trợ tốt quá tình chuyển hóa, giảm béo, giảm cân, mệt mỏi căng thẳng, khó ngủ, đau đầu, hoa mắt, chóng mặt, ngăn ngừa xơ vữa mạch máu, chống huyết khối và đặc biệt tốt cho người mắc bệnh tim mạch...

Bài thuốc từ dây thìa canh dành cho người mắc bệnh tiểu đường là: Dùng 100 gram dây thìa canh với 500 ml nước, đun sôi, uống thay nước mỗi ngày. Dùng 4g lá thìa canh khô, tán thành bột có thể dùng để chống độc. Dùng quả, rễ tươi, thân đã nhuyển có thể chữa rắn cắn, phong thấp tê bại, viêm mạch máu.

<https://dantocmiennui.vn/kinh-nghiem-lam-an/ky-thuat-trong-day-thia-canah/170897.html>