

Cách chữa ho bằng hoa ngọc lan

Theo Đông y, hoa ngọc lan có tính hơi âm, vị đắng, cay, có tác dụng trị các chứng ho, tiểu khó, đầy hơi, buồn nôn, sốt, tăng huyết áp... Bộ phận dùng làm thuốc là nụ hoa ngọc lan khi còn chưa nở, thu hái, phơi trong bóng râm đến khô, bảo quản dùng dần.

1. Chữa trị ho:

Hoa ngọc lan 30g, mật ong 40g, cho cả hai thứ vào bát, hấp cách thủy khoảng 20 – 30 phút sau mang ra để ăn.

Chống ho làm long đờm, lợi tiểu tiện: Hoa ngọc lan 15g, hải triết bì 2 mảnh, 1 quả dưa hồng, 1 củ cà rốt, 5 củ tỏi, 15ml dấm trắng, 5ml dầu thơm, 1 thìa xì dầu, 1 thìa đường. Hoa ngọc lan rửa sạch, bóc cánh thái nhỏ. Hải triết bì ngâm, rửa sạch, khử mùi tanh. Dưa rửa sạch, bỏ cuống rồi thái nhỏ. Cà rốt cạo vỏ, thái nhỏ. Trộn các nguyên liệu trên, thêm gia vị, rồi để hoa ngọc lan đã thái nhỏ lên trên, đổ nước đủ dùng, sắc uống ngày 1 thang.

2. Chữa chứng ho, sưng đau yết hầu:

Lấy 20g hoa ngọc lan khô đem tẩm với mật ong trong 3 ngày rồi hãm uống như trà. Bài thuốc này có tác dụng chữa chứng ho do nhiễm lạnh, đau đầu, hoa mắt, tức ngực.

3. Chữa ho gà:

Ngọc lan hoa trắng 8 cái, lá chanh 10g, gừng 3g. Sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần. Uống 5 ngày liền.

4. Chữa viêm phế quản:

Ngọc lan hoa trắng 7 hoa, hoa hồng bạch 5 hoa, mật ong 15ml. Tất cả cho vào bát hấp cách thủy, chia 3 lần uống trong ngày. Uống liền 3 – 5 ngày.

5. Làm nhuận da, kích thích tiêu hóa:

6g hoa ngọc lan, 1 thìa trà xanh. Hoa ngọc lan rửa sạch bằng nước muối, vẩy cho ráo nước, để vào bát. Rót nước sôi vào bát, sau đó cho trà xanh vào. Hãm uống thay trà trong ngày.

6. Cải thiện thông kinh:

Dùng 10g hoa ngọc lan chưa nở sắc uống thay trà vào buổi sáng. Một liệu trình là 30 ngày.