

Công dụng chữa bệnh của hào

Con hào thường sống ở cửa sông, vùng nước lợ, nơi tiếp giáp với biển. Không chỉ là thực phẩm ngon, bổ dưỡng, hào còn là vị thuốc độc đáo trong y học cổ truyền.

Thịt hào: Thịt hào giàu kẽm, ngon và ngọt, rất giàu chất dinh dưỡng, có chứa protein, glucid, chất béo, kẽm, magiê, canxi,... Theo y học cổ truyền, thịt hào có vị ngọt hơi mặn, tính mát, không độc, có tác dụng hạ huyết áp, giải độc, lợi tiểu, tư âm dưỡng huyết,... thường được chế biến thành món ăn - bài thuốc. Cách sử dụng như sau:

- Dùng cho các trường hợp lao phổi suy nhược, ho khan ít đờm, mồ hôi trộm: Thịt hào 150g, rau hẹ 100g, thêm gia vị, nấu canh ăn. Có thể dùng thường xuyên.

- Hỗ trợ điều trị tăng huyết áp: Thịt hào 50g, thịt trai 50g, gạo tẻ 100g. Nấu nhừ, chia làm 2 lần ăn trong ngày. Dùng tốt cho người bệnh tăng huyết áp, nhức đầu chóng mặt, gan suy.

- Bồi bổ cho người bị suy nhược cơ thể: Thịt hào 200g, xuyên khung 15g, cà rốt 100g, đậu đỏ 100g. Tất cả cho vào nồi nấu chín thành canh, vớt bỏ bã xuyên khung, nêm gia vị vừa đủ, chia vài lần ăn trong ngày. Ăn liên tục 5 - 7 ngày. Dùng cho các trường hợp suy nhược cơ thể, sợ lạnh, sợ gió, tay chân lạnh.

Vỏ hào: Vỏ hào trong y học cổ truyền có tên thuốc là mẫu lệ. Mẫu lệ có vị mặn, tính hơi lạnh, có công năng an thần, bình can, tiềm dương, bổ âm, nhuận kiên, hóa đờm, trừ tà nhiệt, mồ hôi trộm, đau dạ dày, sâu răng,... Một số đơn thuốc có sử dụng mẫu lệ:

- Chữa ra mồ hôi trộm: Mẫu lệ 30g, hoàng kỳ 8g, ma hoàng 8g. Mẫu lệ (nung thành vôi tán bột mịn); hoàng kỳ, ma hoàng sắc đặc lấy 300ml làm nước thuốc. Uống bột mẫu lệ và nước thuốc ngày 3 lần, uống trước khi ăn, uống từ 10 - 15 ngày.

- Chữa tiểu dất, tiểu són, đái dầm: Bột mẫu lệ 40g, nhồi vào bong bóng lợn rồi nấu nhừ. Để nguội, bỏ bột mẫu lệ, thái nhỏ bong bóng, ăn trong ngày. Dùng liền 1 tuần.

- Trị chứng dương hư ra nhiều mồ hôi: Mẫu lệ, rễ ma hoàng, nhân sâm, bạch truật, bán hạ, ngũ vị tử, mỗi vị 30g; bá tử nhân 60g; tiểu mạch 15g. Làm hoàn, mỗi lần uống 10g. Uống liền 2 - 3 tuần tới khi hết triệu chứng, có thể uống vài liệu trình.

- Đau do viêm loét dạ dày: Mẫu lệ 15g, hoài sơn 16g, uất kim 12g, trần bì 10g, dạ cẩm 12g, hậu phác 10g, bạch truật 14g, cam thảo 12g, bồ công anh 16g. Sắc uống ngày 1 thang, chia làm 3 lần. Do mẫu lệ chứa nhiều muối canxi cacbonat, có thể trung hòa các axit trong dịch vị dạ dày, giảm ợ hơi, ợ chua, chống viêm loét.