

Đông y trị rối loạn tiêu hóa ở trẻ em

Rối loạn tiêu hóa ở trẻ em còn gọi là chứng thực tích, tích trệ. Nguyên nhân có thể do ăn uống hay có trùng tích làm ảnh hưởng đến công năng hoạt động của tỳ vị. Y học cổ truyền thường sử dụng các vị thuốc có tác dụng kích thích tiêu hóa có chứa tinh dầu, axit hữu cơ và nhóm có tác dụng làm mạnh tỳ vị điều trị căn bệnh này.

* Các bài thuốc thường dùng:

- Trẻ có biểu hiện bụng đầy, đau, ăn kém, tiêu chảy 3 - 4 lần, phân sống, có khi nôn: Ý dĩ 6g, sơn tra 4g, trần bì 2g, mạch nha 6g. Tất cả sao vàng, tán thành bột, hòa nước ấm cho trẻ uống, ngày 2 lần.

- Nếu trẻ có thêm hiện tượng sốt kèm chứng viêm nhiễm khác như ho, chảy mũi, đi tiêu nhiều lần, phân có bọt, trẻ chán ăn: Đẳng sâm, hoắc hương, tía tô, ý dĩ mỗi vị 6g, trần bì, gừng khô mỗi vị 2g. Sắc cho trẻ uống lúc thuốc còn ấm chia nhỏ nhiều lần trong ngày.

- Trẻ bị tiêu chảy nhiều lần kèm sốt, mất nước, thóp lõm xuống: Cát căn, kim ngân hoa 8g, tô mộc 4g, vàng đắng 4g. Sắc uống ngày 1 thang. Bài thuốc này có vị đắng, khó uống, có thể cho thêm ít quả đại táo cho dễ uống.

- Nếu trẻ đi cầu nhiều lần, phân sống, mùi chua, biểu hiện suy dinh dưỡng, nên kiện tỳ tiêu thực cho trẻ: Đẳng sâm, hoài sơn, ý dĩ mỗi thứ 6g, nhục đậu khấu, trần bì, mạch nha, hậu phác mỗi vị 4g, sắc ngày 1 thang chia nhiều lần cho trẻ uống trong ngày.

* Bên cạnh các bài thuốc trên, chúng ta cũng có thể sử dụng các vị thuốc tiêu thực để chế biến thành các món ăn dinh dưỡng cho trẻ, đồng thời hỗ trợ bộ máy tiêu hóa của trẻ ngăn ngừa các rối loạn đường ruột:

- Cháo rau sam, lấy 50g rau sam tươi rửa sạch cắt thật nhỏ, vài giọt búp ổi non cắt nhỏ, gạo tẻ một nắm, vo sạch, cho vào nồi, đổ thêm nước, đun trên lửa nhỏ. Khi cháo chín và rau nhừ nêm thêm ít muối. Có thể chắt lấy nước cháo cho trẻ uống ngày 2 - 3 lần. Ăn trong 2 - 3 ngày.

- Cháo cà rốt, ô mai mơ, lấy 1 củ cà rốt nhỏ, thêm 5 quả ô mai mơ (xí muội), 1 nắm gạo tẻ, đem cà rốt rửa sạch, thái thật nhỏ, lấy cơm của quả ô mai thái nhỏ, gạo rang vàng. Tất cả cho vào nồi với 200ml nước, đun trên lửa nhỏ, cháo chín là được. Ngày ăn 2 lần lúc đói, ăn liền 2-3 ngày.

- Cháo sơn dược, lấy 1 nắm gạo tẻ, thêm 10g hoài sơn (củ mài), hạt sen 10g. Tất cả cho vào nồi, nước vừa đủ, nấu chín như tán nhuyễn cho trẻ ăn trong ngày.

- Uống thêm nước nụ vôi, gừng 2g. Cách làm: Nụ vôi, vỏ lựu, gừng rửa sạch cho vào nồi thêm nước đun sôi kỹ, chắt lấy nước bỏ bã. Chia 3 lần uống trong ngày. Cần uống 2 - 3 ngày.

- Nước gạo rang, gạo tẻ 1 nắm đem rang vàng, cho vào nồi thêm nước đun sôi kỹ, lấy nước gạo rang pha bột cho trẻ uống, có thể dùng trong 2 - 3 ngày, khi thấy dứt các triệu chứng trên thì ngưng.

Có thể xoa bóp quanh vùng rốn để làm giảm cảm giác đầy trướng cho trẻ.

* Lưu ý: Nếu điều trị cho trẻ 2 - 3 ngày bệnh không thuyên giảm cần đưa trẻ đến cơ sở y tế để khám và điều trị.