

Kháng sinh thực vật phòng và trị bệnh khi chuyển mùa

Thời tiết chuyển mùa là thời điểm phát sinh nhiều bệnh về hô hấp, đau nhức khớp, các bệnh tiêu hóa... Bên cạnh các loại thuốc kháng sinh của Tây y, Đông y cũng có nhiều loại thảo dược có chứa kháng sinh mạnh và tác dụng rất tốt trong điều trị.

1. Kim ngân hoa:

Kim ngân hoa là vị thuốc được bào chế từ hoa của cây kim ngân. Kim ngân là loại dây leo, thân to bằng chiếc đũa dài tới 9 - 10m, có nhiều cành, lúc non màu xanh, khi già màu đỏ nâu. Lá hình trứng, mọc đối, phiến lá rộng 1,5 - 5cm dài 3 - 8cm.

Kim ngân hoa có tác dụng kháng khuẩn, kháng nấm, chống viêm, kháng virút. Nhiều nghiên cứu đã được chứng minh kim ngân hoa có tác dụng ức chế nhiều loại vi khuẩn như: tụ cầu vàng, liên cầu khuẩn dung huyết, phế cầu khuẩn, trực khuẩn lỵ, trực khuẩn ho gà, trực khuẩn thương hàn, trực khuẩn mủ xanh, cùng một số loại nấm, virút cúm.

Kim ngân hoa còn có tác dụng chống viêm, làm giảm chất xuất tiết, giải nhiệt và làm tăng tác dụng thực bào của bạch cầu.

Trong các vị thuốc Y học cổ truyền, kim ngân hoa được coi là một vị thuốc quý, được ví như là một kháng sinh thực vật, có tác dụng điều trị hiệu quả nhiều bệnh có liên quan tới nhiễm khuẩn. Kim ngân hoa với tính vị ngọt, tính hàn, có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, sát khuẩn.

Bài thuốc:

Trị thái âm ôn bệnh mới phát, tà khí ở Phế vệ, sốt mà không sợ lạnh, sáng sớm khát nước: liên kiều 40g, kim ngân hoa 40g, khổ cát cánh 24g, bạc hà 24g, trúc diệp 16g, cam thảo (sống) 20g, kinh giới tuệ 16g, đạm đậu xị 20g, ngưu bàng tử 24g. Tán thành bột. Mỗi lần dùng 24g uống với nước sắc vị căn tươi.

Trị họng đau, quai bị: kim ngân hoa 16g, liên kiều 12g, trúc diệp 12g, ngưu bàng tử 12g, cát cánh 8g, kinh giới tuệ 8g, bạc hà 4g, cam thảo 4g, đậu xị 18g, sắc uống

Trị cảm cúm: kim ngân hoa 6g, cam thảo 3g, nước 200ml. Sắc còn 100ml, chia 2 - 3 lần uống trong ngày.

2. Cỏ hôi:

Cây cỏ hôi, trong dân gian thường gọi là cây cứt lợn, cây bù xít. Là một loài cây nhỏ cao khoảng 30 - 50cm. Lá mọc đối, hình trứng, mép có răng cưa tròn. Toàn thân và lá đều có lông. Hoa nhỏ, màu tím hay xanh trắng. Quả bé có ba sống dọc, màu đen. Loài cây này có mùi rất hắc khi vò ra nhưng lại có mùi thơm khi nấu. Cây mọc hoang khắp nơi. Nhân dân ta từ lâu đã sử dụng loài cây này như một vị thuốc quý để chữa rất nhiều loại bệnh. Bộ phận dùng làm thuốc phần cây trên mặt đất. Thu hái toàn cây bỏ rễ, rửa sạch, dùng tươi hay phơi khô, nhưng thường hay dùng tươi. Theo Đông y, cây cỏ hôi có vị cay, hơi đắng, tính mát. Có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, tiêu sưng. Thường được dùng chữa viêm họng do lạnh, chữa rong huyết cho phụ nữ sau sinh, viêm đường tiết niệu... Đặc biệt, qua nghiên cứu

các nhà khoa học nhận thấy trong nước ép cây cỏ hôi có chất kháng khuẩn chống viêm, chống phù nề, ngoài ra có tinh dầu nên có tác dụng xông trong các trường hợp viêm mũi xoang.

Chữa viêm xoang mũi, viêm mũi dị ứng: cỏ hôi 100g tươi, rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước, đem nhỏ vào lỗ mũi, mỗi lần 2 - 3 giọt, ngày 2 lần. Chú ý khi nhỏ nên kê gối dưới hai vai để lỗ mũi dốc ngược giúp cho thuốc ngấm vào xoang dễ dàng. Hoặc cỏ hôi 100g, lá long não 50g, lá chanh 10g. Tất cả đều dùng tươi. Các vị thuốc rửa sạch, sắc với 300ml nước, còn 100ml nước, đổ nước ra bát xông lên mũi, ngày xông 3 lần. Mỗi lần xông nên hâm nóng lại nước sắc. Dùng trong 7 - 10 ngày. Hoặc cỏ hôi 30g, kim ngân hoa 20g, ké đầu ngựa 12g, cam thảo đất 16g. Sắc với 3 bát nước, còn 1 bát, chia uống 2 lần trong ngày. Nên uống sau bữa ăn trưa và tối. Dùng trong 10 ngày.

Chữa viêm họng do lạnh: cỏ hôi 20g, kim ngân hoa 20g, lá rẻ quạt 6g, cam thảo đất 16g. Sắc uống ngày một thang, chia 2 - 3 lần. Dùng trong 3 - 5 ngày.

3. Hoa kinh giới:

Loài cây này chứa vitamin A, C, canxi và sắt, có tác dụng như thuốc kháng sinh mạnh, có khả năng kháng khuẩn, kháng virút, kháng nấm. Kinh giới được sử dụng để điều trị viêm xoang mãn tính, nhiễm trùng miệng, răng, lợi, nhiễm trùng đường hô hấp, nhiễm nấm và các vấn đề về tiêu hóa. Cây này còn được dùng để kích thích sự thèm ăn.

Bộ phận có tác dụng làm thuốc là bông hoa mới chớm nở (1/3 nở hoa, 2/3 còn lại là nụ gọi là kinh giới tuệ).

Tương truyền, danh y Hoa Đà đã dùng bột hoa kinh giới sao khô, tán nhỏ để cứu sống một sản phụ bị băng huyết nặng, cầm khâu, tay chân co rút. Sau khi được uống bột kinh giới hòa với rượu, mỗi lần khoảng 6,25g, bệnh nhân đã cầm máu và dần dần hồi phục.

Sau đây là một số bài thuốc từ hoa kinh giới:

Cảm thấp nặng, chân tay co quắp, gáy lưng cứng đờ, mình nặng, khớp đau rất nhiều: kinh giới đất, địa liên, thiên niên kiện, quế chi, mỗi vị 10g, sắc (nấu) lấy nước uống.

Chữa cảm lạnh phát sốt, nhức đầu đau mình ể ẩm không có mồ hôi: kinh giới (hoa, cành, lá) 20g. Sắc uống xong, cho bệnh nhân uống 1 lần lúc thuốc còn nóng, sau đó cho thêm: lá bưởi 8g, cúc tần 6g, ôi 4g và 3 bát nước đun sôi, cho bệnh nhân xông. Sau khi xông đắp chăn kín cho ra mồ hôi.

Chữa cảm đau nhức các đầu xương: kinh giới tươi (cành non, lá) 50g. Gừng sống 10g, hai thứ rửa sạch, giã nát vắt lấy nước cốt cho bệnh nhân uống, ngày uống 2 lần, bã thuốc xoa dọc xương sống từ trên xuống.

Chữa viêm họng, khản tiếng: kinh giới tuệ sống 12g, nhân hạt gai dầu 12g, tán nhỏ rây bột mịn trộn với mật làm viên, ngâm làm nhiều lần trong ngày.

Phòng chống bệnh sởi: kinh giới tuệ sống, vỏ quả bưởi, thanh hoa, mỗi vị 20g, đặt lên than đang đỏ hồng, dùng khói xông khắp người trong 15 phút.

4. Hoa bèo tây:

Bèo tây còn có tên gọi: bèo Nhật Bản, bèo lộc bình. Tên khoa học: *Eichhornia crassipes* thuộc họ: bèo tây - Pontederiaceae.

Chiết xuất thô bèo tây cho thấy có khả năng chống lại vi khuẩn gram dương và gram âm. Có tác dụng như tetracycline. Chiết xuất thô cũng có tác dụng kháng khuẩn rộng.

Hoa bèo tây: hoa hơi ngọt, tính mát, có tác dụng an thần, lợi tiểu, giải độc, trừ phong nhiệt.

Khi ho hen ho đàm hoặc ho gió, chưng một nắm hoa với đường phèn uống, kết hợp thêm hoa hòe hoa khế càng tốt.

5. Hoa gạo

Cây hoa gạo còn được gọi là mộc miên, cô bối, ban chi hoa, anh hùng thụ... Tên khoa học là *Gossampinus malabarica* (DC). Merr., thuộc họ Gạo (Bombaceae). Kết quả nghiên cứu thực nghiệm cho thấy, nước sắc hoa gạo có tác dụng ức chế trực khuẩn lỵ mạnh.

Chữa khạc hoặc nôn ra máu: hoa gạo 14 bông, thêm đường phèn (nếu khạc ra máu) hoặc thêm thịt lợn nạc (nếu nôn ra máu) nấu lên ăn hết trong ngày.

Chữa bệnh lỵ vi khuẩn, viêm dạ dày và ruột cấp tính, tiêu chảy, đại tiện ra máu:

- Hoa gạo 60g, nấu lấy nước, pha mật ong hoặc đường phèn, đường trắng vào, uống hết trong ngày.

- Hoa gạo, hoa kim ngân, phượng vĩ thảo, mỗi thứ 15g, sắc lấy nước uống hết trong ngày.

- Hoa gạo 15 - 30g, sắc lấy nước uống chia ra 3 lần uống trong ngày.

Chữa bệnh sốt nóng của trẻ em: hoa gạo 6g, pha với nước sôi, cho thêm chút đường trắng vào uống thay nước, uống hết trong ngày.

PHẠM HỒNG TÂM

<http://suckhoedoisong.vn/khang-sinh-thuc-vat-phong-va-tri-benh-khi-chuyen-mua-n96480.html>