

Bài thuốc trị cảm cúm

Khí hậu giao mùa có sự thay đổi đột ngột, cơ thể không thích ứng kịp dễ sinh cảm cúm, Đông y gọi là cảm mạo truyền nhiễm, thuộc bệnh phong nhiệt. Y học hiện đại xếp bệnh cảm cúm là bệnh do virus, bệnh dễ gây biến chứng viêm phổi, viêm tai giữa... và dễ lây lan trong cộng đồng.

Nguyên nhân gây bệnh là do phong nhiệt xâm phạm vào phần da, phế; làm mất công năng tuyên giáng của phế, kết hợp vệ khí bị trở ngại phát sinh các chứng ho, sốt, sợ gió, không sợ lạnh, mũi khô, mạch phù sắc. Lúc đầu người bệnh có triệu chứng: nhức đầu, sổ mũi, hắt hơi, hơi khó chịu. Bệnh nặng thấy rung mình, gai rét, sợ lạnh, sợ gió, sốt cao (39 - 40⁰C), đầu đau, mắt đỏ, ra mồ hôi, đau nhức các khớp xương (nhất là lưng và xương sống), có khi ù tai, mắt nhức, ho khản tiếng kèm đau họng. Phương pháp chữa: Phát tán phong nhiệt.

Sau đây là một số bài thuốc trị cảm cúm:

Bài 1 - Thanh ngân thang gia vị: Thanh hao (cho sau) 6g, ngân sài hồ 12g, cát cánh 12g, hoàng cầm 12g, liên kiều 12g, kim ngân hoa 12g, bản lam căn 12g. Sắc uống ngày 1 thang.

Bài 2 - Bột kinh giới thạch cao: Kinh giới 60g, thạch cao 60g, bạc hà 60g, phác tiêu 15g, bạch phàn 30g. Tán bột. Ngày uống 4 - 8g, chia làm 2 lần uống.

Bài 3 - Bột thanh hao địa liên: Thanh hao 80g, địa liên 40g, cà gai leo 40g, tía tô 40g, kinh giới 80g, kim ngân 80g. Tán bột. Ngày uống 16 - 20g, hãm với 3 - 4 lát gừng tươi hoặc nước sôi.

Bài 4 - Ngân kiều tán: Kim ngân hoa 40g, liên kiều 40g, cát cánh 24g, bạc hà 24g, lá tre 4g, cam thảo 20g, đậu xị 20g, kinh giới hoa 16g, ngưi bàng tử 24g. Tán bột, lấy 24g bột sắc uống. Ngày có thể uống 3 - 4 lần tùy theo bệnh nặng nhẹ.

Bài 5 - Tang cúc ẩm: lá dâu 10g, cúc hoa 4g, liên kiều 6g, bạc hà 4g, hạnh nhân 8g, cát cánh 8g, cam thảo 4g, lô căn 6g. Sắc uống. Ngày có thể uống 2 thang.

Kết hợp day ấn các huyệt phong trì, hợp cốc, ngoại quan, khúc trì; nếu nhức đầu châm thêm thái dương, bách hội; nếu chảy máu cam thêm nghinh hương.

Lưu ý: cách ly người bệnh từ 3 - 5 ngày; người tiếp xúc phải đeo khẩu trang. Cho bệnh nhân uống nhiều nước, súc miệng bằng nước muối và giữ ẩm cổ.

Vị trí huyệt:

- Phong trì: ở chỗ lõm của bờ trong cơ ức đòn chũm và bờ ngoài cơ thang bám vào đáy hộp sọ.

- Hợp cốc: khếp ngón trỏ và ngón cái sát nhau, huyệt ở điểm cao nhất của cơ bắp ngón trỏ ngón cái.

- Ngoại quan: trên lằn chỉ cổ tay 2 tấc, giữa xương quay và xương trụ, ở mặt giữa sau cánh tay.

- Khúc trì: co khuỷu tay vào ngực, huyệt ở đầu lằn chỉ nếp gấp khuỷu, nơi bám của cơ ngửa dài, cơ quay 1, cơ ngửa ngắn khớp khuỷu.

- Thái dương: cách đuôi mắt phía sau 1 tấc, chỗ lõm ở bờ ngoài mồm ổ mắt của xương gò má.
- Bách hội: nằm ở điểm lõm ngay trên đỉnh đầu, giao điểm của đường nối hai đỉnh vành tai với đường dọc cơ thể.
- Nghinh hương: điểm gặp nhau của đường ngang qua chân cách mũi và rãnh mũi - miệng.

<http://suckhoedoisong.vn/bai-thuoc-tri-cam-cum-n129727.html>