

3 cây thuốc Nam hỗ trợ trị ôn dịch và COVID-19

Từ lâu đời Y học cổ truyền Việt Nam có nhiều kinh nghiệm chữa bệnh Ôn dịch hiệu quả. Thực tế cho thấy, chứng ôn dịch tương đồng với COVID -19, đều có biểu hiện: Sốt, ho, khó thở, ớn lạnh, nhức mỏi...

Bệnh chia làm 3 giai đoạn: Khởi phát, toàn phát và giai đoạn phục hồi. Sau đây là 3 cây thuốc trị bệnh Ôn dịch và COVID-19 giai đoạn khởi phát.

Ôn dịch thuộc phạm vi Phong ôn và Xuân ôn của Y học cổ truyền. Bệnh cảnh thường diễn tiến nhanh, cấp tính có thể diễn tiến nặng nề, có người chính khí tốt bệnh diễn tiến nhẹ tự khỏi không phải dùng thuốc.

Y học cổ truyền còn cho rằng, bệnh tật phát sinh từ sự thiếu cân bằng “âm dương”, “nóng mát”. Âm dương điều hòa thì kinh mạch lưu thông, khí huyết nuôi dưỡng tạng phế toàn thân tốt, đàm ú ở phế tự tiêu. Nếu trong cơ thể nội nhiệt "nóng" dễ gây tích nhiệt viêm sưng đau nặng hơn, khi dùng thuốc giải nhiệt, mát là giúp tăng cường kháng thể ức chế vi khuẩn virus phát triển mạnh hơn. Sau đây là 3 vị thuốc nam quý chữa trị Ôn dịch giai đoạn khởi phát.

Bệnh ôn dịch giai đoạn khởi phát (ngoại tà ở phần biểu). Người bệnh sốt nhẹ, ho khan, nghẹt mũi, mạch phù sắc. Phép trị sơ phong thanh nhiệt, tuyên phế, chỉ khái. Nên dùng các vị thuốc:

1. Tang diệp (Lá dâu)

Theo Đông y, lá dâu vị ngọt đắng tính hàn. Tác dụng giải biểu nhiệt, hạ sốt, mát can, sáng mắt, hóa đờm, cầm ho... Trị chứng Ôn dịch sơ khởi ngoại tà phần biểu, biểu hiện ho khan, sốt nhẹ đàm vàng ít. Dùng dạng khô liều 20 - 40g, nếu tươi thì nhiều hơn. Sắc uống.

Gia giảm: Nếu ho khan ho nhiều, sốt nhẹ, phối hợp cúc hoa, hạnh nhân, liên kiều, cát cánh, lô căn, bạc hà, cam thảo, sắc uống. Bài Tang cúc âm.

Kiên kỵ: Người vốn phế tỳ hàn ho đàm loãng, tay chân lạnh, người sợ lạnh, xanh mét và ho ít, sốt cao nên dùng bài khác.

2. Cúc hoa

Theo Đông y, cúc hoa vị ngọt đắng, tính hơi hàn vào phế, can, thận. Tác dụng: thanh nhiệt, dưỡng âm giáng hỏa, giải độc... Trị chứng ngoại tà nội thương, ôn bệnh biểu hiện đau đầu chóng mặt người nhức mỏi, miệng khô khát, đau mắt, vốn có bệnh nền huyết áp, đái tháo đường đều dùng được.

Cách dùng: Cúc hoa khô 20-30g, sắc uống, có thể phối hợp vị thuốc khác

Kiêng kỵ: Chứng khí huyết hư hàn tay chân lạnh người sợ lạnh da xanh mét, chứng huyết áp thấp. đang sốt cao không đau đầu nên dùng bài khác.

3. Rau má

Theo Đông y, rau má vị đắng tính hàn. Tác dụng thanh nhiệt dưỡng âm, mát gan, nhuận phế, giải độc, lợi tiểu. Chữa chứng ngoại tà nội thương phế nhiệt ho khan viêm họng, mụn nhọt... Rau má còn kích thích lưu thông máu, tăng oxy đến phổi và các bộ phận cơ thể, giảm sưng đau, giúp nhanh lành vết thương. Thành phần dinh dưỡng trong 100g rau má có: Nước 88,2g; protein 3,2g; glucit 1,8g; xơ 4,5g; tro 2,3g, canxi 229mg; phosphor 2,4mg; caroten 2,6mg; vitamin C 37mg, vitamin B1, B2, B3, C và K. Vì vậy rau má là rau vị thuốc quý có giá trị trong chữa ôn bệnh phế nhiệt sốt ho khan khó thở nhức mỏi, có thể dùng cho mọi lứa tuổi; người tăng huyết áp, đái tháo đường, tâm phế mạn dùng đều tốt. Rau má còn là vị thuốc quý chữa những triệu chứng hậu ôn dịch và COVID-19 như: Ho kéo dài do phế âm hư, mệt mỏi khó ngủ do nhiệt tà còn lưu lại.

Cách dùng: Dạng khô 20-30g. Sắc uống hoặc phối hợp vị thuốc khác; hoặc rau má tươi nấu canh, xay sinh tố đều được.

Kiêng kỵ: Người tạng phế hàn đang bị đầy bụng tiêu lỏng nên giảm liều một nửa, hoặc sao chín mới dùng.