

Cây xương sông – vị thuốc quý chữa nhiều bệnh

1. Đặc điểm cây xương sông

Tên khác: Xương sông, rau húng ăn gỏi.

Tên khoa học: *Blumea lanceolaria* (Roxb), thuộc họ Cúc Asteraceae.

Cây thân thảo sống dai, cao khoảng 1m hay hơn. Lá hình ngọn giáo, gốc thuôn dài, chóp nhọn, mép có răng cưa; cuống lá có khi có tai ngắn. Cụm hoa hình đầu màu vàng nhạt, tập hợp 2-4 cái ở nách các lá. Hoa màu vàng nhạt, mào lông màu trắng. Hoa cái ở xung quanh có tràng 3 răng; hoa lưỡng tính ở giữa có tràng 5 răng. Quả bế hình trụ, có 5 cạnh. Ra hoa tháng 1-2, có quả tháng 4-5.

Bộ phận dùng: Lá, toàn cây trên mặt đất, dùng tươi hay phơi khô trong râm hoặc sấy nhẹ cho đến khô.

Thành phần hóa học: Lá chứa tinh dầu 0,24% mà thành phần chủ yếu là methylthymol (94,96%); còn có p-cymen (3,28%), limonen (0,12%).

2. Bài thuốc từ cây xương sông

- Tính vị quy kinh: Vị cay, tính ấm, quy kinh vị, phế, đại trường.

Công dụng: Tác dụng khứ phong trừ thấp; tiêu thũng chỉ thống, thông kinh hoạt lạc.

Vị thuốc này có tác dụng tốt với các chứng bệnh như viêm họng cấp mạn tính, viêm amidan, viêm thanh quản kể cả đã mất tiếng... Chữa ho có đờm, trẻ em nôn trớ.

Lá xương sông bẻ nhỏ 2-3 lá, 5 thìa mật ong.

Cách làm: Lá xương sông rửa sạch, thái nhỏ, cho vào bát con cùng với mật ong, đem hấp cách thủy (đun sôi chừng 10 phút) rồi lấy ra, chắt nước uống nhiều lần trong ngày. Người lớn có thể nhai nuốt cả lá.

- Chữa ho thông thường: Lá xương sông, lá húng chanh, lá hẹ, mỗi thứ 10g, cho tất cả vào hấp đường hoặc mật ong để ngậm.

Bài thuốc này dùng chữa chứng ho thông thường do cảm cúm, viêm họng, viêm phế quản sẽ có kết quả tốt.

- Chữa đầy bụng, khó tiêu: Lá xương sông 30g, tía tô 30g, sinh khương 10g, hậu phác 10g, trần bì 10g, chỉ xác 10g. Cho các vị vào ấm, đổ 3 bát nước, nấu sôi 10 phút, rót ra bát uống dần.

Ngoài ra, lá xương sông còn có tác dụng giải dị ứng và tăng khả năng tình dục.

Hạt xương sông: Làm tan huyết ứ, cầm huyết. Sắc hạt và uống nhiều lần cho tan máu bầm khi bị chấn thương ứ máu.

Tê nhức tứ chi: Uống nước sắc hạt xương sông mỗi ngày 15 – 20g chữa đau ngón tay chân tê dại và mất cảm giác, lạnh tay chân...

Viêm họng: Sắc hạt xương xông ngâm và uống.

Lưu thông khí huyết, giúp trẻ lâu: Uống nước hãm (hoặc nước sắc loãng) hạt xương sông. Không dùng lâu vì có tác dụng phụ như khô háo trong người gây táo bón.

- Bài thuốc kinh nghiệm của gia đình: Trị ho viêm họng cấp.

Lá xương sông 7 lá (nam), 9 lá (nữ), lá xạ can (dài quạt) 3 lá, muối tinh 5 hạt. Giã nát, vắt lấy nước cho uống ngày 2 lần. Kiên thịt gà, tôm, trứng, lạc rang.