

BÀI THUỐC CHỮA BỆNH THƯỜNG GẶP VÀO MÙA MƯA

Mưa thường làm các nguồn nước bị ô nhiễm nghiêm trọng, độ ẩm cao, thiếu ánh nắng mặt trời khiến quần áo, mùng mền bị ẩm mốc... Đó là những yếu tố dễ phát sinh nhiều bệnh tật như tiêu chảy, bệnh đường hô hấp, bệnh ngoài da, đau nhức xương khớp...

Cảm lạnh

Mưa nhiều, độ ẩm cao, nhiệt độ thấp, cơ thể bị nhiễm phong hàn, người bệnh có biểu hiện người lạnh, chân tay lạnh, rét run, tim đập nhanh nhỏ, huyết áp xuống hơi thấp. Dùng ngay bài thuốc: phòng sâm 20 g, hoàng kỳ 16 g, bạch truật 16 g, sinh khương 6 g, quế chi 10 g, thiên niên kiện 10 g, cam thảo 15 g, trần bì 12 g. Sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần, uống nóng. Có thể dùng bài: nhân sâm 15 g, hoàng kỳ (sao mật) 16 g, đương quy 16 g, bạch truật 16 g, ngũ gia bì 16 g, thiên niên kiện 10 g, quế chi 8 g, phụ tử 6 g, chích thảo 15 g, sinh khương, đại táo 7 trái, ngũ vị 16 g. Sắc uống ngày 1 thang, uống nóng. Người bệnh cần được ủ ấm, dùng dầu gió xoa vào vùng rốn, vùng lưng, bàn tay bàn chân.

Bệnh ngoài da

Mưa khiến môi trường ẩm ướt, thiếu ánh nắng mặt trời, một số vùng da bị nấm gây ngứa ngáy, gãi nhiều làm da bị trầy xước, tại vùng tổn thương da có màu đỏ, sần da, tiết dịch... Nấm có thể lây lan nhanh nếu không được chữa trị kịp thời. Lúc này cần dùng những bài thuốc: ngân hoa, liên kiều, nam hoàng bá, kinh giới, lá dành dành mỗi vị 12 g; bạch chỉ 10 g, củ dong 10 g, hoàng liên 8 g, sài đất 16 g, lá đơn đỏ 16 g, chi tử 12 g. Sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần. Dùng liên tục 5 - 7 ngày cho tới khi hết các triệu chứng. Đồng thời kết hợp dùng bài thuốc rửa: kinh giới, lá sả, lá mít, lá tía tô mỗi vị 20 g; kim ngân 12 g, thiên niên kiện 10 g, lá lốt 10 g, lá xương sông 10 g. Các vị cho vào ấm, đổ nước 500 ml, đun sôi để ấm. Dùng nước này rửa nơi tổn thương ngày 2 lần. Công dụng: chống ngứa, chống nấm, làm khô nơi tổn thương làm da mau lành.

Đau bụng tiêu chảy

- Búp ổi 15 g, lá khỗ sâm 15 g, lá đinh lăng 19 g, bạch truật 12 g, trần bì 10 g, cỏ sữa 20 g, cỏ mực (sao) 20 g, cây cứt lợn 16 g, cam thảo đất 16 g. Sắc uống trong ngày, có thể gia thêm 3 - 4 lát gừng.

- Hoài sơn 16 g, liên nhục 16 g, bạch truật 16 g, trần bì 10 g, cỏ mực 16 g, sinh khương 4 g, lương khương 10 g, tấu bát 12 g, hậu phác 12 g, ngũ gia bì 16 g, lá đắng 12 g, lá nhót 16 g. Sắc uống ngày 1 thang chia 3 lần.

Nếu tiêu chảy có lẫn máu, dùng: cỏ mực sao đen 20 g, kinh giới sao đen 18 g, chi tử sao đen 16 g, hoài sơn 16 g, nam hoàng bá 16 g, bạch truật 16 g, bạch linh 12 g, cam thảo 12 g, đương quy 12 g, cát căn 16 g. Sắc uống ngày 1 thang, uống liên tục 5 - 7 ngày cho tới khi các triệu chứng thuyên giảm.

Tiếp theo có thể cho người bệnh uống nước gạo tẻ (50 - 80 g) sao cho tới khi hạt gạo sậm màu là được; khoai lang xắt lát phơi khô sao vàng 40 g. Cho 2 vị vào ấm, đổ 2 lít nước, đun sôi để làm nước uống trong ngày. Công dụng: bổ tỳ, cầm tả, bổ sung lượng nước cho cơ thể.

Viêm khớp, sưng khớp

- Nam tỵ đoạn 18 g, đợc hoạt 16 g, thạch xương bờ 16 g, ngải điệp 12 g, thổ phục linh 20 g, hy thiêm 16 g, tang ký sinh 16 g, ngũ gia bì 16 g, kê huyết đằng 16 g, quế chi 10 g, thiên niên kiện 10 g, đưong quy 16 g, hà thủ ô 16 g, cầu tích 12 g. Sắc ụng ngày 1 thang chia 3 lần, ụng sau bữa ăn.

- Ngải điệp 12 g, tất bát 12 g, xuyên khụng 10 g, tỵ đoạn 18 g, xấu hổ 20 g, thổ phục linh 20 g, bửi bung 16 g, cát căn 16 g, kinh giới 16 g, kê huyết đằng 16 g, quế chi 6 g, thiên niên kiện 10 g, trần bì 12 g, cầu tích 12 g, tang chi 16 g, đĩnh lẵg 16 g. Sắc ụng ngày 1 thang chia 3 lần. Dũng 10 - 12 ngày là một liệu trĩnh.

Nếu mất ngủ, gia: hắc táo nhũn 16 g, lá vũng 20 g.

Nếu lạnh bụng, đi tiêu phân lỏng: sinh khương 6 g, bạch truật 12 g, phụ tử 5 g.