

TÁC DỤNG CHỮA BỆNH CỦA CÂY CHUỐI HỘT

Chuối hột có tên khoa học là *Musa brachycarpa* Back., họ Chuối (Musaceae), dân gian thường gọi là chuối chát, thường dùng trái xanh, gọt bớt lớp vỏ ngoài, sau đó bào thành lát để dùng trong các món cuốn chung với các loại rau sống, khê, hoặc trộn gỏi, bóp thầu, chấm mắm nêm hoặc mắm tôm. Ngoài các thành phần chất dinh dưỡng tốt như đường, sinh tố, chất xơ, trong chuối hột xanh còn có chứa hàm lượng chất tanin cao, vì vậy chuối xanh chát nhiều hơn ngọt.

Theo y học cổ truyền, chuối hột có tác dụng giải độc, lương huyết, dân gian hay dùng để chữa đau lưng nhức mỏi, sạn thận, sạn bàng quang, dùng 30 - 50 g trái chuối chát xắt mỏng sao vàng hạ thổ rồi lượng 4 chén nước sắc còn 1 chén uống mỗi ngày, hoặc hãm nước sôi uống như trà mỗi ngày, thời gian khoảng 1 tháng có kết quả.

Hạt chuối hột (chỉ lấy ở trái chuối chín)

- Chữa sạn thận, chọn chuối thật chín, lấy hạt phơi khô, tán nhỏ nấu lấy nước uống. Cho 7 muỗng cà phê bột hạt chuối vào 2 lít nước đun nhỏ lửa, khi còn 2/3 nước là được. Uống hàng ngày như uống nước trà liền trong 2 - 3 tháng, cho kết quả khá tốt.

- Giảm đau, tiêu sưng, chữa đau lưng, chân tay nhức mỏi, thấp khớp, 200 g giã nát ngâm với rượu 40 độ (1.000 ml) trong 10 ngày, để càng lâu càng tốt, thỉnh thoảng lắc đều. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 15 ml vào trước bữa ăn hay trước khi đi ngủ, có thể thêm đường cho dễ uống.

Trái chuối hột: chữa hắc lao, lấy trái xanh còn ở trên cây, cắt đôi, hứng lấy nhựa, bôi hàng ngày vào chỗ hắc lao. Trái chuối hột còn non, xắt mỏng, trộn với rau sống ăn với sữa, với gỏi cá giảm độ tanh và đề phòng tiêu chảy.

Vỏ trái chuối hột: chữa kiết lỵ, lấy 20 g vỏ trái chuối hột, 20 g vỏ trái lựu, 10 g búp ổi, phơi khô, xắt nhỏ, sắc lấy nước uống. Chữa đau bụng kinh, lấy 40 g vỏ trái chuối hột, phơi khô, sao hơi vàng, tán bột. Quế chi 4 g, cam thảo 2 g, tán bột. Trộn đều luyện với mật ong thành viên

5 g, uống 1 viên 3 lần trong ngày với nước ấm.

Củ chuối hột: chữa cảm nắng, sốt cao, lấy củ chuối hột rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước uống có thể chữa được cảm nắng, sốt cao, mê sảng.

- Chữa kiết lỵ ra máu, dùng củ chuối hột kết hợp với củ sả, mỗi thứ 4 g, xắt nhỏ, sao vàng, sắc với

200 ml nước còn 50 ml, uống cả 1 lần trong ngày.

Lá chuối hột: dùng để gói bánh ít các loại giúp cho mùi bánh thơm và không độc so với các loại lá chuối khác. Chữa băng huyết, nôn ra máu, lấy 10 g lá chuối và 20 g tinh tre, phơi khô đem đốt tồn tính tán nhỏ, hãm nước sôi uống ngày 1 lần.

Hoa chuối: chữa sản phụ thiếu sữa, hoa chuối hột xắt nhỏ, luộc hoặc làm gỏi ăn để tăng tiết sữa ở sản phụ mới sinh con. Ngoài ra, còn chữa táo bón, hoa chuối luộc hoặc trộn gỏi gà ăn để tăng cường chất xơ chống táo bón, nhưng nhớ luộc kỹ để loại bỏ chất chát. Uống nước hoa chuối còn giúp loại acid uric và cặn lắng trong bàng quang, giúp loại bỏ chất độc trong người. Đặc biệt do bắp chuối ở trên cây nên đảm bảo sạch và không có thuốc trừ sâu, an toàn hơn các loại rau khác.

Thân chuối hột: giúp ổn định đường huyết, chọn cây chuối hột có bắp đang nhú, cắt ngang cây (cách mặt đất 20 - 25 cm) và khoét một lỗ rỗng to ở thân chuối, để một đêm, sáng hôm sau mức nước từ lỗ rỗng (do góc thân cây chuối tiết ra) mà uống. Dùng thường xuyên sẽ ổn định được đường huyết. Nhưng cách dùng này thì phải bỏ mất cây chuối nên cũng hơi cầu kỳ.