

## CÂY HÚNG CAY CHỮA VIÊM HỌNG

Cây húng cay còn có tên là cây bạc hà, có tác dụng tốt trong việc cải thiện chứng viêm họng, tưa lưỡi, cảm nắng, mày đay...

Theo Đông y, bạc hà vị cay, tính mát, không độc, có tác dụng thanh nhiệt, hóa đờm, tiêu thức ăn, giải cảm nắng, đau bụng, đầy bụng, tiêu viêm...

Trị chứng viêm họng, khản tiếng: Lấy một nắm húng cay tươi rửa sạch, giã nát cùng vài hạt muối, cho thêm một ít nước sôi để nguội, hòa đều, vắt lấy nước. Ngậm nước thuốc trên trong miệng khoảng 10- 15 phút rồi nuốt dần.

Trị chứng tưa lưỡi ở trẻ: Lấy một lá húng cay tươi rửa sạch với nước sôi để nguội rồi bọc vào ngón tay chà nhẹ lên lớp tưa lưỡi của trẻ, làm vài lần sẽ khỏi.

Bị rết hoặc ong đốt: Lấy lá húng cay tươi rửa sạch, nhai nhuyễn đắp vào chỗ bị cắn.

Trị chứng đi lỵ ra máu: Lấy một nắm lá rau húng cay tươi rửa sạch, sắc với hai bát nước còn gần một bát, chia uống 2 - 3 lần trong ngày.

Trị chứng ho vướng đờm trong cổ: Lấy 200 gr húng cay khô, tán thành bột, luyện với mật mía thành viên như hạt nhãn. Ngậm hết 15 - 20 viên là khỏi.

Trị chứng cảm nắng, nhức đầu: Lấy khoảng 15 - 20 gr húng cay tươi làm nước xông. Trước khi xông, chắt một chén nhỏ uống. Xông xong lau mồ hôi, nghỉ ngơi sẽ khỏi.

Trị chứng mày đay, dị ứng sơn ta: Nếu bị mày đay mẩn ngứa thì lấy lá húng cay tươi rửa sạch bằng nước muối, vò nát xát lên chỗ mày đay. Nếu bị dị ứng sơn ta ngứa ngứa, lở loét thì lấy lá húng cay đã phơi khô hoặc sao khô nấu với nước để rửa vết lở, rất mau lành.