

## 18 bài thuốc chữa bệnh với cam thảo

Cam thảo thuộc nhóm thuốc thanh nhiệt giải độc được sử dụng nhiều trong các bài thuốc Đông y. Vị thuốc này còn có tác dụng bồi bổ cơ thể, tăng cường sức đề kháng...

### 1. Tính năng và công dụng của cam thảo

Cam thảo tính bình, vị ngọt, lợi về các kinh tâm, phế, tì, thận; có công hiệu thanh nhiệt giải độc, giảm ho lui suyễn, bổ tì ích khí; phù hợp với những người tỳ hư, chán ăn, đại tiện lỏng, viêm loét hành tá tràng, đau bụng, gân mạch co cấp tính, viêm phế quản, ho, sung đau họng, ngộ độc thuốc và thức ăn, viêm gan, chức năng của hành tủy bị giảm sút, sung loét, lao phổi, viêm da...

Theo các nghiên cứu hiện đại, cam thảo có tác dụng chống viêm nhiễm, chống dị ứng, là vị thuốc có tác dụng bồi bổ, hỗ trợ giảm cholesterol, phòng ngừa xơ vữa động mạch, giải độc, bảo vệ gan, giảm đau, chống viêm, nâng cao khả năng miễn dịch của cơ thể...

Cam thảo được sử dụng rộng rãi trong các bài thuốc Đông y, do có tác dụng điều hòa các vị thuốc, kéo dài thời gian tác dụng và làm giảm bớt độ độc của các vị thuốc khác.

### 2. Các bài thuốc từ cam thảo

#### 2.1. Thang cam thảo, phù tiểu mạch

Cam thảo 10g, hoàng kỳ 20g, phù tiểu mạch 30g, táo tàu 5 quả.

Sắc uống ngày 1 thang, chia 2 lần: Sáng, tối.

Dùng cho người lao phổi, đờ mề hôi trộm.

#### 2.2. Thang cam thảo, huyền sâm

Cam thảo 3g, huyền sâm 9g, chi tử 6g, hoàng cầm 6g, kinh giới 6g, cát cánh 6g, cát căn 9g, sinh địa 9g. Sắc nước uống trong ngày.

Chữa viêm họng, vết hầu sung đau, mụn nhọt lở loét...

#### 2.3. Trà cam thảo trúc đạm

Cam thảo 10g, Lá đạm trúc 12g, cây mã đề (xa tiền thảo) 100g.

Sắc nước, thêm đường phèn vừa miệng, uống thay trà, ngày 1 thang, 10 ngày là 1 liệu trình.

Dùng cho người bị viêm nhiễm đường tiết niệu.

#### 2.4. Trà cam thảo lá sen

Cam thảo 3g, lá sen 3g. Hãm nước sôi uống thay trà.

Công dụng thanh nhiệt, giảm đau họng, khản tiếng.

*2.5. Thang cam thảo, xích thược*

Cam thảo 10g, xích thược 20g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 2 lần (sáng, tối).

Dùng cho người viêm tuyến sữa cấp tính.

*2.6. Thang cam thảo chữa sỏi*

Cam thảo 10g, ngư tử 20g. Sắc hai nước, trộn lẫn lấy 100ml. Cú 20-40 phút, uống từ 5-10ml.

Dùng để chữa sỏi, có viêm họng.

*2.7. Thang cam thảo, ích trí nhân*

Cam thảo 2g, ích trí nhân 5g, kha tử 2g, ngũ vị tử 3g. Nghiền chung thành bột thô, đựng trong túi vải, hãm nước sôi làm trà, uống nhiều lần.

Dùng cho người chảy nước dãi.

*2.8. Thang hồng hoa cam thảo*

Cam thảo 6g, hồng hoa 10g, toàn qua lâu 20g. Sắc uống ngày 1 thang, chia 2 lần sáng, tối.

Dùng cho người lên sỏi có mụn mọng nước, mọc thành từng dải.

*2.9. Thuốc rửa vết nứt nẻ da, khô da, phát ban*

Cam thảo 30g. Sắc nước, rửa vào chỗ đau, ngày 3-5 lần.

Dùng cho mẩn ngứa phát ban, rôm sảy, eczema.

*2.10. Thuốc dùng ngoài da liễu*

Cam thảo 30g, sà sàng tử 30g. Sắc 2 nước. Bôi thuốc lên từng vùng trên da, ngày 3 lần.

Dùng chữa cho người già bị bệnh da liễu.

*2.11. Thuốc rửa mắt cam thảo, xuyên tiêu*

Cam thảo 10g, xuyên tiêu 10g, hạnh nhân 10g. Sắc hai nước, trộn lẫn, lọc sạch, dùng nước lọc đó rửa mắt ngày 3 lần.

Dùng cho người viêm giác mạc.

*2.12. Thuốc bột cam thảo ngũ vị tử*

Cam thảo 30g, ngũ vị tử 30g. Nghiền chung thành bột. Uống ngày 3 lần, mỗi lần 6-9g.

Dùng cho người di tinh.

*2.13. Thang cam thảo, lá tre*

Cam thảo 9g, lá tre 6g. Hãm nước sôi, uống thay trà nhiều lần.

Dùng cho người bị thấp nhiệt sinh ra tiêu rắt, tiêu buốt, tiêu không tự chủ...

#### *2.14. Thuốc uống giải độc*

Cam thảo 30g, đậu xanh 30g. Sắc nước, uống rất nhiều lần.

Bài thuốc này có thể giải độc bách dược, dùng cho người bị ngộ độc ô đầu và các vị dược phẩm khác.

#### *2.15. Thuốc uống cam thảo, mật ong*

Cam thảo 9g, mật ong 30ml, chanh 10 giọt. Hãm nước sôi làm trà uống.

Dùng cho người bị viêm phế quản mạn tính.

#### *2.16. Trà cam thảo*

Cam thảo 30g. Hãm nước sôi, uống nhiều lần, thay trà.

Dùng cho người bị ho viêm họng, viêm dạ dày, trẻ con bí đại tiện.

#### *2.17. Thuốc tiêu sỏi*

Cam thảo 6g, địa phu tử 30g, hải kim sa 9g. Hãm nước sôi, uống nhiều lần thay trà.

Dùng cho người bị sỏi đường tiết niệu.

#### *2.18. Thang thuốc giảm béo*

Cam thảo 3g, hoàng kỳ 15g, tiêu sơn tra 15g, đại hoàng tươi 2g, lá sen 10g. Sắc uống thay trà.

Dùng cho người bị béo phì.

### **3. Kiên kỵ khi dùng thuốc**

Cam thảo nếu dùng lượng quá nhiều dễ sinh ra bệnh tim và cao huyết áp.

Cam thảo có độ độc rất thấp, nhưng dùng lâu có thể sinh phù thũng.

Cam thảo cũng có thể gây đầy bụng, nên những người bụng trương đầy do thấp trệ không nên dùng.