

5 bài thuốc chữa tăng huyết áp từ râu ngô

Râu ngô là vòi và nùm của hoa cây ngô đã già cho bắp có tên thuốc là ngọc mẽ tu - được dùng làm thuốc trong dân gian từ lâu đời, trong đó có trị tăng huyết áp.

1. Tác dụng chữa bệnh của râu ngô

Hiện nay ở Việt Nam, râu ngô thường được áp dụng trong điều trị các bệnh: Viêm túi mật, viêm gan với hiện tượng trở ngại bài tiết mật; có thể phối hợp với vitamin K để làm thuốc cầm máu; còn dùng làm thuốc thông tiểu tiện, dùng trong các bệnh về tim, đau thận, tê thấp, sỏi thận.

Theo sách "Hiện đại dưỡng sinh bảo kiện trung dược từ điển": Thực nghiệm khoa học đã chứng minh, ngoài tác dụng lợi tiểu, tăng tiết mật và cầm máu, râu ngô còn có tác dụng hạ huyết áp và hạ đường huyết.

Trong y học cổ truyền: Râu ngô có vị ngọt, tính bình, không độc, lợi về kinh gan và thận; có tác dụng thanh nhiệt, lợi tiểu tiện, bình gan (điều hòa chức năng gan), lợi đờm (thông mật, tăng tiết mật); dùng chữa các chứng viêm thận sinh ra phù thũng, viêm gan vàng da, cao huyết áp, sỏi mật, đái tháo đường, tiểu tiện bất lợi, đau mạng sườn, chảy máu cam...

2. Bài thuốc từ râu ngô trị tăng huyết áp

Bài 1: Râu ngô 30g, rễ cỏ tranh 30g, chè 5g, nấu nước uống hàng ngày. Dùng cho người tăng huyết áp, người phù nề do viêm thận.

Bài 2: Râu ngô 30g, vỏ chuối tiêu 30g, chi tử (dành dành) 9g; sắc nước uống, ngày 1 thang. Dùng cho người tăng huyết áp, kèm theo chảy máu, ho ra máu.

Bài 3: Râu ngô 18g, thảo quyết minh tử (hạt muồng ngũ) 9g, cam cúc hoa 6g. Sắc uống thay trà uống hàng ngày. Dùng cho người tăng huyết áp, đau đầu, chóng mặt.

Bài 4: Râu ngô 50g, trai bóc bỏ vỏ lấy 120g thịt; thêm nước vào nấu kỹ thành món canh. Cách một ngày dùng 1 lần, ăn thịt trai và uống nước canh. Chữa tăng huyết áp, viêm thận cấp tính phù nề, viêm gan và viêm túi mật.

Bài 5: Râu ngô tươi 100g, gạo lứt 30g. Râu ngô thêm nước, đun sôi, đập vung om 10 phút. Lọc lấy nước, bã lại đun lần nữa, lọc lấy nước. Trộn lẫn 2 nước cho gạo vào nấu thành cháo. Chia ăn trong ngày. Công dụng hạ huyết áp, chữa đái tháo đường, viêm gan mạn tính, viêm thận phù nề.