

## **Bài thuốc nam dễ kiếm hỗ trợ trị cúm A**

Cúm A là bệnh nhiễm trùng đường hô hấp cấp tính. Hầu hết những người nhiễm bệnh có thể khỏi bệnh mà không cần dùng đến thuốc trị.

### **1. Biểu hiện của cúm A**

Bệnh cúm A có thể lây truyền từ một ngày trước khi phát triển các triệu chứng đến 7 ngày sau khi bị bệnh. Trẻ em, đặc biệt là trẻ nhỏ có khả năng lây nhiễm trong thời gian dài hơn.

Khi nhiễm cúm A sẽ có những triệu chứng biểu hiện như sau: Sưng hạch hầu họng, viêm đau nhức vòm họng, ho, sốt cao trên 38.5 độ C, đau mỏi người, tê bì chân tay, nghẹt mũi sổ mũi, lúc nóng lúc lạnh...

Cúm A có thể gây ra những biến chứng nguy hiểm cho trẻ em, phụ nữ mang thai, người già. Các virus cúm A lan truyền chủ yếu từ người này sang người thông qua ho hoặc hắt hơi qua các hạt bụi, giọt nước li ti dính virus của người bệnh hoặc đôi khi người ta có thể bị nhiễm bệnh do chạm vào một bề mặt cứng có virus cúm và chạm lại vào miệng hoặc mũi của họ.

### **2. Bài thuốc nam trị cúm A**

ThS. BS Hoàng Kỳ (chuyên ngành y học cổ truyền) cho biết, trong Đông y có một số bài thuốc cổ phương, lập phương có thể hỗ trợ điều trị cúm A.

Dưới đây là bài thuốc nam, sử dụng các vị thuốc xung quanh ta cũng có tác dụng tốt.

#### **2.1 Thành phần bài thuốc chữa cúm A**

- Cỏ màn trâu: Trẻ em 10-20g, người lớn 30-40g khô.
- Cúc tần: Trẻ em 10g, người lớn 20g khô. Nếu dùng tươi thì lượng nhiều hơn.
- Kim ngân hoa: Trẻ em 10-20g người lớn 30-40g, khô hoặc tươi.
- Lá dâu tằm: Trẻ em 10-20g, người lớn 30g tươi hoặc khô.
- Tía tô: Trẻ em 10g, người lớn 20g tươi hoặc khô.
- Kinh giới: Trẻ em 10g, người lớn 20g tươi hoặc khô (hoặc thay bằng bạc hà càng tốt).
- Cây diếp cá: Trẻ em 20g, người lớn 40-60g tươi hoặc khô.
- Cây nhọ nồi: Trẻ em 20g, người lớn 40-60g tươi hoặc khô.

- Cây húng chanh: Trẻ em 10g, người lớn 20-30g tươi hoặc khô.

## **2.2. Cách làm**

Tất cả các vị thuốc dưới dạng tươi hoặc khô đều được cho vào nồi hoặc ấm, người lớn đổ 9 bát con nước đun lấy 4 bát con, trẻ em đổ 6 bát con nước đun lấy gần 3 bát con là được. Với trẻ em khi đun xong có thể cho đường phèn vào để trẻ dễ uống hơn

Chia đều uống nhiều lần trong ngày cho hết, ngày tiếp theo lại đun thang thuốc mới, kiên trì tới khi khỏi.

Các vị thuốc trên có thể tìm mua ở một số quầy thuốc nam hoặc ở một số quầy thuốc uy tín.

## **2.3 Tác dụng của bài thuốc**

Trong bài thuốc có sự kết hợp hoàn hảo của nhiều vị thuốc nam đơn giản nhưng đem lại nhiều công dụng tốt như: Thanh nhiệt, tiêu viêm, giải độc, lợi tiểu, trị ho, hạ sốt, giải cơ, giải biểu, phát hãn làm toát mồ hôi... giúp người bệnh mau bình phục.