

Lá dâu: mát gan, sáng mắt

Lá dâu còn gọi tang diệp, là lá của cây dâu tằm, loại cây được nhân dân ta nuôi trồng từ lâu đời để nuôi tằm. *Lá dâu* là vị thuốc phổ biến trong y học cổ truyền, vị đắng ngọt, tính hàn; vào phế và can. Có tác dụng phát tán phong nhiệt, thanh can明目, thanh phế chỉ khái. Dùng cho các trường hợp cảm mạo phong nhiệt, đau đầu, đau mắt đỏ, viêm khí phế quản, ho khan ít đờm, khát nước khô miệng.

Cách dùng tang diệp làm thuốc:

Tán nhiệt, giải biểu:

Dùng Nước tang cúc: tang diệp 12g, cúc hoa 12g, liên kiều 12g, bạc hà 4g, cam thảo 4g, hạnh nhân 12g, cát cánh 8g, lô căn 20g. Sắc uống. Dùng cho các chứng cảm mạo phong nhiệt mới phát, miệng khát, rêu lưỡi hơi vàng hoặc ho do phong ôn.

Mát gan, sáng mắt: Chứng phong nhiệt ở kinh can, mắt đỏ sưng đau.

Bài 1: tang diệp 12g, cúc hoa 12g, thảo quyết minh 8g. Sắc uống. Trị viêm màng tiếp hợp, mắt đỏ sưng đau.

Bài 2: tang diệp 63g, mang tiêu 12g. Sắc lá dâu lấy 500ml nước, bỏ bã, hoà tan mang tiêu, rửa mắt khi còn ấm. Trị đau mắt hột, đau mắt, ngứa mắt.

Mát phổi, dịu ho do phong nhiệt, đờm vàng đặc hoặc ho khan không đờm: Dùng Thang tang hạnh: tang diệp 8g, hạnh nhân 12g, bối mẫu 8g, đậu xị 4g, chi tử bì 8g, lê bì 8g, sa sâm 8g. Sắc uống. Trị ho khan không đờm do khí hanh mùa thu, đau đầu, phát sốt, lưỡi đỏ.

Hạ huyết áp: tang diệp 20g, tang chi 20g, sung úy tử 20g, thêm 1.000ml nước, sắc lấy 600ml; ngâm rửa chân 30-40 phút trước khi ngủ.

Món ăn - bài thuốc có tang diệp

Bài 1: Trà tang diệp, cúc hoa, bạc hà, cam thảo: tang diệp 10g, cúc hoa 10g, bạc hà 10g, cam thảo 10g. Cho nước sôi pha hãm uống thay nước trà. Dùng cho các trường hợp cảm mạo phong nhiệt.

Bài 2: Trà tang diệp, cúc hoa, kỷ tử, quyết minh tử: tang diệp 9g, cúc hoa 9g, kỷ tử 9g, quyết minh tử 6g, pha nước sôi uống thay trà. Dùng cho các trường hợp đau đầu hoa mắt chóng mặt.

Bài 3: Tang cúc - đạm trúc ảm: tang diệp 6g, cúc hoa 6g, đạm trúc diệp 30g, bạch mao căn 30g, bạc hà 4g; hãm với nước sôi thêm chút đường uống thay trà. Dùng cho các trường hợp sốt nóng, ho khan ít đờm, vã mồ hôi do cảm mạo phong nhiệt, viêm kết mạc mắt cấp tính.

Bài 4: Cháo tang diệp - cúc hoa: tang diệp 10g, cúc hoa 12g, đậu xị 10g, gạo tẻ 60g. Các dược liệu nấu sắc lấy nước, gạo đem nấu cháo, cháo chín cho nước sắc vào nấu tiếp cho sôi đều, cho ăn nóng. Dùng cho các trường hợp đau nhức vùng mắt do viêm kết mạc mắt, đau dây thần kinh V do chấn thương vùng mắt.

Bài 5: Phôi lợn hãm tang diệp, huyền sâm: phôi lợn 250g, tang diệp 15g, huyền sâm 20g. Tang diệp, huyền sâm gói trong vải xô, phôi lợn rửa sạch thái lát. Tất cả hãm kỹ, bỏ túi dược liệu ra, thêm gia vị thích hợp để ăn. Đọt dùng liên tục 5-10 ngày. Dùng cho các trường hợp viêm tắc tuyến lệ gây viêm khô kết mạc mắt.

Liều dùng hằng ngày 6 - 15g dưới dạng nấu, hãm, sắc uống.