

17 chứng bệnh có thể trị bằng rau cần

Rau cần là loại rau thông dụng và có thể sử dụng làm thuốc. Theo Đông y học: Rau cần có vị ngọt, cay; tính mát; vào các kinh Phế và Vị. Có tác dụng thanh nhiệt, bình can, khứ phong, lợi thấp, tĩnh não kiện thần, nhuận phế chỉ khái v.v... Có thể sử dụng để chữa cao áp huyết, mạch máu xơ cứng, thần kinh suy nhược, kinh nguyệt không đều v.v... Một số ứng dụng cụ thể:



1- Chữa viêm phế quản: Dùng gốc rau cần - liền cả rễ 100g, vỏ quít 9g, kẹo mạch nha (đi đường) 30g. Cách dùng: Trước hết cho kẹo mạch nha vào nồi đun sôi, tiếp đó cho gốc rau cần và vỏ quít vào sao cháy, đổ thêm nước vào sắc lấy nước uống trong ngày (Thực vật được dùng chỉ nam).

2- Chữa suyễn thở do viêm khí quản mạn tính: Rễ rau cần 15g, kinh giới tuệ (hoa kinh giới) 6g, hoa tiêu 10 hạt, phục linh 9g, đường phèn 12g. Cách dùng: Rễ rau cần, hoa tiêu và phục linh sắc trước, đun sôi trong 10 phút, cho thêm kinh giới tuệ vào đun sôi thêm trong 5 phút, chắt lấy nước, hòa 6g đường phèn vào uống. Nước thứ hai đun sôi trong 10 phút, chắt nước pha nốt 6g đường phèn vào uống. Liệu trình 10 ngày (Tổ thực phẩm hòa trung thảo dược phương).

3- Chữa ho gà (bách nhật khái): Dùng toàn cây rau cần 500g, rửa sạch, vắt lấy nước cốt, thêm vài hạt muối vào, hấp cách thủy, chia 2 phần uống vào sáng sớm và buổi tối; liên tục trong nhiều ngày (Thực vật được dùng chỉ nam).

4- Chữa ho do lao phổi: Rễ rau cần 30, rửa sạch, thái nhỏ, trộn với mật hoặc đường đỏ, xào chín, ăn, ngày 2-3 lần (Tổ thực phẩm hòa trung thảo dược phương).

5 - Chữa cao huyết áp, tinh thần hưng phấn, đầu trương đau, mặt đỏ bừng: Rau cần

tươi 250 g, rửa sạch, chần nước sôi khoảng 2 phút, thái nhỏ, giã nát vắt lấy nước, mỗi lần uống 1 chén con, ngày 2 lần. Có tác dụng làm hạ huyết áp và giải trừ trạng thái căng thẳng, khó chịu. Nếu không có rau cần tươi, có thể dùng 30-60g rau cần khô (có thể thêm 12g khô qua - ướp đắng) sắc uống. Cách chế rau cần khô: Rau cần tươi chần qua nước sôi, phơi trong bóng mát cho khô, cất đi dùng dần (Tổ thực phổ hòa trung thảo dược phương).

6- Chữa phản vị ấu thổ - ăn vào nôn ngược trở ra: Rễ rau cần tươi 30g, cam thảo 15g, thêm nước vào đun sôi khoảng 10 phút, chắt lấy nước, đập 1 quả trứng gà vào, ăn trứng và uống nước (Tổ thực phổ hòa trung thảo dược phương).

7- Chữa viêm gan mạn tính: Rau cần tươi 200g, rửa sạch, giã, vắt lấy nước cốt, thêm 50g mật ong vào trộn đều, uống ngày 2 lần; liên tục trong nhiều ngày (Thực vật dược dụng chỉ nam).

8- Chữa đái tháo đường: Rau cần tươi 60 g, gạo tẻ 70 ~ 100 g. Cách dùng: Rau cần rửa sạch, thái nhỏ, cùng gạo cho vào nồi, đổ khoảng 600 ml nước nấu thành cháo; ngày ăn 2 lần vào buổi sáng và buổi tối. Ăn khi cháo còn nóng, không nên để lâu. Cháo này công dụng bổ thận, thanh nhiệt, lợi tiểu, bình can nhưng tác dụng chậm - phải dùng lâu mới kiên hiệu (Thực dưỡng bổ ích bí dược lương phương).

9- Chữa đi tiểu ra máu (niệu huyết): Dùng rau cần tươi giã vắt lấy nước cốt uống, ngày 3 lần, mỗi lần một chén con (Thánh huệ phương).

10- Chữa tiểu tiện nhỏ giọt, đau nhức: Rau cần tươi bỏ lá, giã vắt lấy nước cốt, hoà với đun sôi để nguội uống (Thánh huệ phương). Hoặc dùng: Rau cần tươi 50-100g, sắc nước uống nhiều lần trong ngày, tiểu tiện sẽ thông suốt (Hồ Nam dược vật chí).

11- Chữa mất ngủ: Gốc rau cần liền cả rễ 90g, toan táo nhân 9g (sao cháy đen), sắc nước uống trong ngày (Tổ thực phổ hòa trung thảo dược phương).

12- Chữa nhức đầu: Gốc rau cần liền cả rễ một nắm to, rửa sạch, giã nát, sào với trứng gà ăn ngày 2 lần (Thực vật dược dụng chỉ nam).

13- Chữa phong thấp, khớp xương chân tay viêm tấy, đau nhức: Dùng rau cần tươi giã vắt lấy nước, thêm đường trắng vào đun sôi lên, uống thay trà trong ngày (Thực vật dược dụng chỉ nam).

14- Chữa phụ nữ kinh nguyệt trước kỳ: Dùng rau cần khô 100g, sắc nước uống thay trà trong ngày, uống thường xuyên sẽ kiến hiệu (Tổ thực phổ hòa trung thảo dược phương).

15- Chữa sản hậu xuất huyết: Rễ rau cần 60g, trứng gà 2 quả, cùng luộc chín, ăn trứng gà và uống nước luộc (Tổ thực phổ hòa trung thảo dược phương).

16- Chữa sản hậu đau bụng: Rau khô 60g, sắc lấy nước, thêm chút đường đỏ hoặc rượu trắng vào uống lúc đói bụng (Thực vật dược dụng chỉ nam).

17- Chữa quai bị: Rau cần tươi giã nát, trộn với dầu vừng hoặc dầu lạc đắp vào chỗ có bệnh (Hồ Nam dược vật chí).