

Hành hoa - Tán hàn, hoạt huyết

Hàng ngày trong chế biến thức ăn, chúng ta chỉ coi hành là một thứ gia vị làm cho thức ăn thêm ngon, hấp dẫn. Tuy nhiên không phải ai cũng biết rằng hành còn là một thứ thuốc đẩy lùi được nhiều bệnh.



Hành hoa còn có tên là thông bạch, thanh thông, hành hương. Bộ phận dùng làm thuốc là thân, thân hành có tinh dầu, chủ yếu là alilicin và các hợp chất diallyldisulfit khác; chất nhầy; saponin, acid béo, đường và vitamin B1, B2, C... Theo Đông y, hành hoa vị cay, tính ôn, vào kinh phế và vị. Có tác dụng tán hàn, giải biểu, hoạt huyết, trừ giun.

Dùng làm gia vị giải độc do ăn cua cá, làm thuốc chữa các trường hợp cảm mạo phong hàn, kinh gió sợ rét không có mồ hôi; hoặc các chứng lý hàn ngoại nhiệt, tay chân lạnh cứng, trụy mạch, tiêu chảy; đau quặn bụng do giun sán, bí tiểu cấp. Liều dùng 5 - 40g cho vào thực phẩm, dùng tươi.

Hành được dùng làm thuốc trong các trường hợp

Tán hàn, giải biểu: thông bạch 12g, đậu xị 12g. Sắc uống. Trị cảm mạo phong hàn mới mắc và nhẹ.

Hoạt huyết, thông dương: thông bạch 40g, can khương 12g, phụ tử 12g. Sắc uống. Trị đi tả cấp tính, chân tay lạnh, mạch nhỏ. Hành hoa không những làm món ăn thêm hấp dẫn mà còn có tác dụng giải cảm, tốt cho tiêu hóa.

Trị giun, giảm đau: thông bạch 40g, dầu lạc hay dầu gai hoặc ôliu 40g. Thông bạch nghiền và ép lấy nước, trộn đều với dầu để uống, hoặc uống thông bạch trước uống dầu sau,

hoặc ngược lại đều được. Trị giun đũa làm tắc đường mật hoặc ruột bị tắc cứng do giun.

Một số món ăn - bài thuốc chữa bệnh có hành

Bài 1: Cháo hành giải cảm: hành sống 1 - 3 củ; gừng tươi 3 lát. Hai thứ giã nát cho vào bát tô, đổ cháo trắng đang sôi vào khuấy đều, thêm đường, muối tùy ý. Cho ăn nóng. Dùng cho bệnh nhân ngoại cảm phong hàn, đau bụng nôn ói...

Bài 2: Thông tiêu ẩm: hành 20g, gừng tươi 10g, bột tiêu 3g. Tất cả giã nát, cho nước sôi pha hãm; cho uống. Dùng cho các trường hợp đau bụng do lạnh, buồn nôn, nôn ra nước trong.

Bài 3: Thông xỉ thang: hành tươi cả rễ 30g, gừng tươi 8g, đạm đậu xỉ 12g, rượu nhạt (hoàng tửu) 30ml. Hành đem rửa sạch thái lát, gừng đập giập; cho cả 3 vị thuốc vào nồi, thêm 500ml nước, đun sôi, cho tiếp rượu vào, khuấy đều, gạn lấy nước thuốc; uống nóng làm vã mồ hôi. Dùng các trường hợp cảm mạo phong hàn, đau đầu, đau tức vùng ngực không có mồ hôi, kinh gió sợ lạnh kèm theo đau bụng buồn nôn, tiêu chảy.

Bài 4: Thông táo thang: đại táo 20 quả, củ hành có rễ lá 7 củ. Đại táo rửa sạch ngâm mềm, thêm 1 bát nước đun nhỏ lửa 20 phút, cho tiếp hành đã rửa sạch thái lát, tiếp tục đun 10 phút. Để nguội ăn táo, uống nước. Dùng cho các trường hợp suy nhược thần kinh, suy nhược cơ thể sau chữa bệnh lâu ngày, mất ngủ, đau nhức gân xương.

Theo SKDS