

THẦY THUỐC ƯU TÚ
LY.DSCKII NGUYỄN ĐỨC ĐOÀN

NAM Y NGHIỆM PHƯƠNG

(Tái bản lần thứ nhất có sửa chữa và bổ sung)

NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC
HÀ NỘI - 2018

LỜI NHÀ XUẤT BẢN

Y dược cổ truyền Việt Nam là một di sản văn hoá của dân tộc được hình thành và phát triển trong quá trình lịch sử hàng ngàn năm dựng nước và giữ nước.

Những kinh nghiệm phòng bệnh, chữa bệnh của các cha ông ta, trải qua nhiều thế hệ được tích lũy và giao lưu cùng y dược của các nước láng giềng và các nước trong khu vực đã đúc kết phát triển thành một nền Nam y hoàn chỉnh. Nhiều Danh y dưới các Vương triều xưa đã để lại cho chúng ta nhiều trước tác y dược cổ truyền nổi tiếng như "*Nam dược thần hiệu*", "*Hải thượng Y tông tâm lĩnh*", "*Châm cứu tiếp hiệu diển ca*..." làm rạng rỡ nền y dược Việt Nam.

Các lương y đương thời và cộng đồng các dân tộc Việt Nam: Kinh, Thượng, Tày, Nùng, Dao, Mường, Mán, Thái, Mông, Khơ - me, Chăm, Hoa... đã hưởng ứng chủ trương của Đảng và Chính phủ, sưu tầm, cống hiến hàng trăm trước tác Y dược cổ truyền, hàng vạn phương thuốc kinh nghiệm, bài thuốc, cây con thuốc gia truyền quý.

Nhiều bài thuốc cây thuốc đã được đưa vào ứng dụng, nghiên cứu điều trị trong các cơ sở y tế của dân y, quân y ở địa phương và trung ương. Một số đã được chọn lọc in thành sách phổ cập trong ngành. Tuy nhiên các sách phát hành phần lớn mang tính địa phương chưa có sự tổng hợp trên phạm vi cả nước nên còn hạn chế trong việc phổ biến ứng dụng rộng rãi.

Để góp phần vào việc gìn giữ bảo tồn, phát huy di sản văn hoá dân tộc làm phong phú thêm kho tàng y dược cổ truyền mà ngày nay nhiều người ở trong và ngoài nước đang tiếp tục nghiên cứu tìm hiểu kho tàng quý giá đó, Nhà xuất bản Y học cho xuất bản và phát hành cuốn sách "*Nam y nghiệm phương - Những bài thuốc nam kinh nghiệm*".

Sách do Thầy thuốc ưu tú LY.DSCKII Nguyễn Đức Đoàn người đã hơn 45 năm gắn bó với sự chấn hưng nền Y học cổ truyền của nước nhà biên soạn. Tác giả đã cố gắng sưu tầm, ghi chép, tập hợp chọn lọc từ rất nhiều tư liệu của nhiều cơ sở nghiên cứu và thực hành Đông y ở nhiều địa phương và Hội Đông y Việt Nam để biên soạn thành cuốn sách.

Cuốn sách đã ghi lại gần 3000 bài thuốc chữa 440 chứng bệnh thuộc các chuyên khoa: Nội khoa, Phụ khoa, Nhi khoa, Ngũ quan khoa và Thương khoa (ngoại khoa) với gần 900 vị thuốc.

Các bài thuốc giới thiệu trong cuốn sách là các bài thuốc nam, thuốc dân tộc và một số ít cổ phương của Đông y đã được Việt Nam hoá. Các bài thuốc hầu hết đã được sử dụng đánh giá sơ bộ trong các cơ sở điều trị của ngành Y tế, của Quân y, của Hội Đông y Việt Nam và sẽ còn được tiếp tục ứng dụng rộng rãi và nghiên cứu trên cơ sở khoa học hiện đại ở Việt Nam.

Nhà xuất bản Y học xin trân trọng giới thiệu với các bạn đọc giả và mong rằng các bạn đọc giả sẽ tìm thấy những điều bổ ích trong cuốn: *Nam y nghiệm phương*.

NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC

ĐÔI LỜI VỀ TÁC GIẢ

THẦY THUỐC ƯU TÚ, LƯƠNG Y, DƯỢC SĨ CHUYÊN KHOA 2 NGUYỄN ĐỨC ĐOÀN

Sinh năm 1934 tại Tân An - Yên Dũng - Bắc Giang.

- 1949 gia nhập Quân đội nhân dân Việt Nam
- 1953 - 1955 học tại Trường Dược sĩ Việt Nam (hệ Trung cấp)
- 1965 tốt nghiệp Đại học Dược Hà Nội
- 1983 tốt nghiệp Dược sĩ chuyên khoa 2.

Trong lĩnh vực Đông y:

- 1958 học hàm thụ Đông y khoá 1 do Trung ương Hội Đông y Việt Nam mở, lớp bồi dưỡng Đông y - Đông dược do Bộ Y tế và Viện nghiên cứu Đông y mở.
- 1967 học lớp giảng viên Thuốc nam châm cứu (Bộ Y tế và Viện Đông y mở)
- 1958 - 1962 Chánh thư ký Phân hội Đông y tỉnh Bắc Ninh
- 1965 - 1999 Công tác tại Bộ Y tế
- 1985 - 1992 Phó Vụ trưởng Vụ y học cổ truyền
- 1992 - 1997 Vụ trưởng Vụ Y học cổ truyền
- 1985 - 1995 uỷ viên Ban chấp hành trung ương hội y học cổ truyền Việt Nam các khoá VI - VII.
- 1995 - 2000 uỷ viên thường vụ Ban chấp hành trung ương hội y học cổ truyền Việt Nam khoá VIII
- 1995 tại Hội nghị quốc tế Y học Đông phương ở Seoul (Hàn Quốc) được bầu làm uỷ viên Ban điều hành Hội y học Đông phương lần thứ 8 (1995 - 1998).
- Đã tham dự nhiều Hội nghị Quốc tế về Đông y và thăm quan trao đổi nghiệp vụ về lĩnh vực Đông y tại các nước Ấn Độ, Bangladesh, Trung Quốc, Hàn Quốc....
- 1997 được nhà nước phong tặng danh hiệu "Thầy thuốc ưu tú".
- 1998 được suy tôn là "Cá nhân điển hình tiên tiến" trong phong trào thi đua người tốt việc tốt của Ngành Y tế toàn quốc trong thời kỳ đổi mới. Tại Hội nghị điển hình tiên tiến biểu dương người tốt việc tốt toàn quốc của Ngành y tế Bộ trưởng Bộ Y tế đã biểu dương: "DS chuyên khoa 2 Nguyễn Đức Đoàn - Vụ trưởng Vụ Y học cổ truyền là một thương binh chống Pháp đã bền bỉ vượt lên mọi khó khăn, không ngừng phấn đấu nâng cao năng lực và phẩm chất hoàn thành xuất sắc mọi nhiệm vụ được giao, làm tốt chức năng của một Vụ trưởng tham mưu cho lãnh đạo Bộ trong việc chỉ đạo cũng như nghiên cứu đề xuất các chủ trương đổi mới tổ chức, quản lý và xây dựng chính sách kế thừa phát huy, phát triển y học cổ truyền từng bước đáp ứng yêu cầu phát triển mới của đất nước".

Được Nhà nước tặng thưởng Huân chương Lao động hạng 3 cùng nhiều Huân, huy chương khác.

LỜI NÓI ĐẦU

Y dược cổ truyền Việt Nam là một di sản văn hoá của dân tộc đã có lịch sử hàng ngàn năm hình thành và phát triển.

Từ những kinh nghiệm giản đơn như ăn Trầu để bảo vệ răng miệng và chống rét; ăn gừng để chống ho; ăn Riềng, Tía tô để chống rối loạn tiêu hoá; ngủ nhà sàn để chống sơn lam chướng khí; khơi mương, phát quang, hun khói trong nhà để chống muỗi; đào giếng để có nguồn nước sạch v.v... Những kinh nghiệm phòng bệnh, chống bệnh đó của ông cha ta được tích lũy và giao lưu cùng Y dược của các nước trong khu vực, trước hết là với Y - Dược Trung Hoa đã dần dần phát triển thành một nền Y Dược hoàn chỉnh, được phát triển mạnh mẽ dưới các Triều đại Lý - Trần - Lê (Lê Lợi) - Nguyễn ...

Nhiều danh y dưới các Vương triều xưa đã để lại nhiều trước tác Y - Dược cổ truyền nổi tiếng bao gồm nhiều lĩnh vực chuyên khoa như: Nội khoa - Nhi khoa - Phụ khoa - Thương khoa - Ngũ quan khoa - Châm cứu, Xoa bóp, bấm huyệt - Dưỡng sinh - Dinh dưỡng - Vệ sinh phòng bệnh - Dược vật và Bào chế, làm rạng rỡ cho nền y học Việt Nam.

Từ khi nước Việt Nam bị thực dân Pháp đô hộ (1858), chúng giải tán các tổ chức y tế của Vương triều Nguyễn, loại y dược cổ truyền ra khỏi tổ chức y tế nhà nước phong kiến, đưa y học phương Tây vào nước ta, đồng thời ra sức ngăn cản sự phát triển của y dược cổ truyền dân tộc. Đây là một trong những biểu hiện của kẻ xâm lược âm mưu xoá bỏ nền Văn hoá Việt Nam trong đó có Y dược cổ truyền mà phải trải qua nhiều thế hệ ông cha ta mới xây dựng được.

Tuy nhiên, bất chấp ý đồ của kẻ xâm lược, Y dược cổ truyền vẫn được nhân dân bảo vệ và coi là một di sản văn hoá của dân tộc. Y dược cổ truyền vẫn giữ vai trò cực kỳ quan trọng trong việc bảo vệ sức khoẻ nhân dân.

Cách mạng tháng 8 năm 1945 thắng lợi dưới sự lãnh đạo của Chủ tịch Hồ Chí Minh, y dược cổ truyền đã được chấn hưng, được trả lại vị trí Nhà nước. Y dược cổ truyền được kế thừa phát huy phát triển kết hợp với Y dược hiện đại đã trở thành một binh chủng hợp thành không thể thiếu của y dược học Việt Nam trong suốt chặng đường dài của các cuộc kháng chiến chống xâm lược bảo vệ Tổ quốc và xây dựng đất nước hiện nay.

Ngày nay, trong thời đại Y dược hiện đại trên thế giới phát triển mạnh mẽ nhưng y dược cổ truyền Việt Nam, một di sản Văn hoá dân tộc vẫn được Nhà nước ta trân trọng giữ gìn, bảo vệ và không ngừng được phát huy phát triển.

Trong suốt hơn 50 năm qua Chính phủ, Bộ Y tế đã phát động phong trào vận động các thầy thuốc cổ truyền và nhân dân sưu tầm, phát hiện, cống hiến các trước tác y dược của các danh y dưới các Vương triều xưa cùng các bài thuốc kinh nghiệm, bài thuốc gia truyền, bài thuốc và cây thuốc dân gian...

Theo báo cáo của Bộ Y tế, của Hội y học cổ truyền Việt Nam (từ năm 1960 đến năm 1990), chúng ta đã sưu tầm được 497 trước tác y dược cổ truyền bằng chữ Hán - Nôm; 202 tác phẩm y dược cổ truyền bằng chữ Quốc ngữ của các Danh y như: Tuệ Tĩnh, Nguyễn Đại Năng, Lê Đức Vọng, Hoàng Đôn Hoà, Hải Thượng Lãn Ông, Nguyễn Gia Phan, Nguyễn Trực, Đào Công Chính, Nguyễn Tử Siêu, Phó Đức Thành... 12.513 Lương y đương thời và cộng đồng các dân tộc Việt Nam (Kinh, Thượng, Tày, Nùng, Dao, Mường, Mán, Thái, Mông, Khơ - me, Chăm, Hoa...) cống hiến gần 40.000 phương thuốc kinh nghiệm, bài thuốc gia truyền, bài thuốc và cây thuốc dân gian quý.

Sau nhiều thập kỷ một số trước tác của Tuệ Tĩnh, Hải Thượng Lãn Ông, Nguyễn Đại Năng đã được dịch ra quốc ngữ và in ấn phổ cập; nhiều bài thuốc, cây thuốc được đưa vào ứng dụng điều trị trong các cơ sở y tế ở địa phương cũng như ở trung ương và đưa vào sản xuất trong các xí nghiệp dược phẩm. Một số đã được chọn lọc biên soạn thành sách phổ cập trong cả nước và trong địa phương.

Tuy nhiên các tài liệu phát hành không nhiều, không đầy đủ các chuyên khoa, nhiều vị thuốc được gọi bằng tên riêng của nhân dân địa phương, của đồng bào dân tộc nên nhiều người không biết, mặt khác các tài liệu phát hành còn mang tính cục bộ địa phương chưa có sự tổng hợp được các phương thuốc kinh nghiệm, bài thuốc, cây thuốc dân gian gia truyền trên phạm vi cả nước nên còn hạn chế nhiều trong việc phổ biến ứng dụng rộng rãi.

Trong khi đó đông đảo bạn đọc mong muốn có được cuốn sách ghi chép, tập hợp đầy đủ hơn các bài thuốc kinh nghiệm, bài thuốc dân gian đã kế thừa được của các lương y và đồng bào các dân tộc trong cả nước đã được đánh giá chọn lọc để thuận tiện trong sử dụng chăm sóc và bảo vệ sức khoẻ.

Trước tình hình đó, mặc dù với hiểu biết còn rất hạn hẹp trong rừng y biển được mệnh danh, tác giả đã cố gắng hết sức sưu tầm, ghi chép tập hợp chọn lọc và sắp xếp lại từ những trước tác, sách báo của một số Viện, Bệnh viện Tây y, Đông y ở Trung ương và địa phương, của một số tỉnh, thành Hội và Trung ương Hội Đông y Việt Nam, của Bộ Y tế, của Cục Quân y, cùng một số tư liệu mà tác giả ghi chép lại được tại các Hội nghị khoa học về y dược cổ truyền, Hội nghị cống hiến tâm đắc từ những năm đầu thập kỷ 60 của thế kỷ 20 đến nay để biên soạn cuốn "*Nam y nghiệm phương* - những bài thuốc Nam kinh nghiệm" nhằm đáp ứng phần nào mong muốn của đông đảo bạn đọc, đồng thời giúp cho các thầy thuốc rút ngắn thời gian suy nghĩ lập phương, chọn dược. Trên cơ sở này trong điều trị thầy thuốc có thể gia giảm vị thuốc, liều lượng thuốc phù hợp với bệnh tình của mỗi người bệnh và nguồn dược liệu ở địa phương.

Trong quá trình sưu tầm, ghi chép, tập hợp, chọn lọc, sắp xếp hệ thống lại các bài thuốc, tác giả nhận thấy một điều hết sức lý thú là sự thống nhất cao của các thầy thuốc trong toàn quốc (dù đó là thầy thuốc có lý luận hay thầy thuốc gia truyền kinh nghiệm, thầy thuốc dân tộc ít người...) trong việc sử dụng cùng một vị thuốc để điều trị cùng một loại chứng bệnh ở khắp ba miền đất nước.

Điều đó đủ nói lên sự tin cậy, tác dụng và hiệu quả chữa bệnh của các vị thuốc Nam, Bắc lâu nay vẫn được sử dụng trong lâm sàng; mặc dù chưa được nghiên cứu, chứng minh đầy đủ dựa trên cơ sở khoa học hiện đại.

Việc làm này cũng là để góp phần nhỏ bé của tác giả vào việc bảo tồn một di sản văn hoá của dân tộc, làm phong phú thêm kho tàng y dược cổ truyền nước ta và phương Đông mà ngày nay nhiều người ở trong và ngoài nước đang tiếp tục nghiên cứu tìm hiểu kho tàng quý giá đó, khám phá ra nhiều công dụng mới mang lại hiệu quả to lớn hơn nữa trong việc bảo vệ sức khoẻ cho nhân dân ta và cho nhân loại.

Cuốn *Nam y nghiệm phương* gồm 6 phần chính:

Phần một: Các bài thuốc trị các bệnh nội khoa.

Cảm sốt, phong tê thấp, tiêu hoá, gan mật, tiết niệu, tim mạch, hô hấp, thần kinh, bổ dưỡng...

Phần hai: Các bài thuốc trị bệnh phụ khoa:

Kinh, đới, thai, sản

Phần ba: Các bài thuốc trị bệnh trẻ sơ sinh và trẻ em (Nhi khoa)

Phần bốn: Các bài thuốc trị bệnh Ngũ quan:

Răng miệng, mắt, tai mũi họng, ngoài da.

Phần năm: Các bài thuốc trị bệnh ngoại thương (Thương khoa):

Gãy xương, bong gân, trật khớp, vết thương phần mềm, bỏng...

Rắn rết côn trùng độc cắn.

Phần sáu: Phụ lục

- Một số bài thuốc chữa ngộ độc, giải độc.
- Một số bệnh án nội khoa hay.
- Đại cương về bào chế Đông dược
- Bảng tra cứu giải thích một số danh từ Đông y gặp trong cuốn sách
- Bảng tra cứu tên các vị thuốc, cây thuốc được sử dụng trong các bài thuốc. (Tên thường dùng, tên khác, tên khoa học)
- Bảng tra cứu phân loại các bài thuốc theo chứng bệnh: Để các độc giả tiện tra cứu khi sử dụng. Tuy nhiên sự phân loại này cũng chỉ là tương đối không thể chính xác tuyệt đối được. Bởi vì một bài thuốc có nhiều tác dụng trị bệnh khác nhau nên khi sử dụng độc giả cần xem kỹ phần hướng dẫn chủ trị đối chiếu với hội chứng lâm sàng mà ứng dụng điều trị một cách linh hoạt.

Cuốn sách giới thiệu gần 3000 bài thuốc sử dụng gần 900 vị thuốc (chủ yếu là các bài thuốc nam, thuốc dân tộc và một số ít cổ phương của Đông y đã được Việt Nam hoá) hầu hết là những bài đã được sử dụng chọn lọc ở các cơ sở điều trị, nghiên cứu của Nhà nước, của Quân y, của Hội Đông y Việt Nam, có nhiều bài có

cùng một tác dụng giống nhau, từ những bài thuốc chữa bệnh giản đơn theo đối chứng trị liệu, đến những bài thuốc chữa bệnh phải vận dụng theo biện chứng luận trị ở trình độ cao để các thầy thuốc và bạn đọc chọn lựa sử dụng.

Các bài thuốc giới thiệu trong cuốn sách hầu hết là những bài thuốc nam kinh nghiệm của các lương y và nhân dân cống hiến không có tên gọi, tác giả đã chủ động đặt cho một tên gọi thích hợp để tiện sử dụng.

Tên một số vị thuốc nam trong một số bài thuốc dùng tên gọi riêng của địa phương của dân tộc, được đối chiếu tìm hiểu ghi thêm tên gọi phổ thông ở bên cạnh như: Tua rễ Gừa (Tua rễ Đa), Mã chiên (Mã tiên thảo), Thàu tan huyết (cây tan huyết), Cẩu ngâu lực (Thỏ phục linh), Chù chuây mây (Dây chẽ ba) v.v... Một số vị không đối chiếu được tên phổ thông thì ghi thêm dấu ? ở trong ngoặc sau tên vị thuốc như: Lá thương bầy (?), Độc muối (?) Dắc dấm (?) v.v... Phần phụ lục có bảng tra cứu tên các cây thuốc được sử dụng trong các bài thuốc có trong cuốn sách gồm tên thường dùng, tên khác, tên khoa học thuận tiện cho việc sưu tầm sử dụng, tránh nhầm lẫn.

Để có được những thành quả hôm nay, tác giả xin kính cảm nghiêng mình trước anh linh của các bậc tiền bối đã lưu lại cho hậu thế một di sản văn hoá Y - Dược cổ truyền vô giá mà ngày nay các hậu thế được thừa hưởng.

Tác giả xin chân thành cảm ơn các lương y - các nhà khoa học đã có những tác phẩm công bố, đó là những thành quả lớn lao về tri thức mà tác giả đã thừa hưởng được để có điều kiện chọn lọc, tập hợp nên cuốn "*Nam y nghiệm phương*" này.

Tác giả xin chân thành cảm ơn Nhà xuất bản Y học, đặc biệt là Giám đốc Hoàng Trọng Quang, BS. Phó Giám đốc Nguyễn Thị Kim Liên và Dược sĩ Lê Thị Minh Nguyệt đã động viên khuyến khích, tạo mọi điều kiện thuận lợi để cuốn sách được ra đời.

Cuốn *Nam y nghiệm phương*, tuy là ghi chép, tập hợp những phương thuốc được chọn lọc trong các tác phẩm, những tư liệu đã công bố, nhưng do trình độ có hạn và lại là lần đầu tiên ghi chép tổng hợp hệ thống hoá để xuất bản chắc chắn là không thể tránh khỏi sai sót. Rất mong được sự cảm thông lượng thứ, góp ý của các bậc học giả và các bạn đọc để có thể sửa chữa, bổ sung cho lần in sau tốt hơn.

Thủ đô Hà Nội

Mùa xuân năm Quý Mùi

(tháng 5 năm 2003)

Tác giả

Thầy thuốc ưu tú LY.DSCKII Nguyễn Đức Đoàn

Nguyên Vụ trưởng Vụ y học cổ truyền Bộ Y tế

MỤC LỤC

<i>Lời nhà xuất bản</i>	1
<i>Lời nói đầu</i>	3

Phần một

NỘI KHOA

Các bài thuốc trị cảm sốt	9
<i>A. Các bài thuốc trị cảm sốt bốn mùa</i>	9
<i>B. Các bài thuốc trị cảm mạo phong hàn</i>	14
<i>C. Các bài thuốc trị cảm mạo phong nhiệt</i>	18
<i>D. Các bài thuốc trị cảm thử (cảm nắng)</i>	21
Các bài thuốc trị bệnh cảm sốt truyền nhiễm (trị ôn dịch)	29
<i>A. Các bài thuốc trị cảm cúm</i>	29
<i>B. Các bài thuốc sốt xuất huyết (do muỗi truyền)</i>	36
Các bài thuốc trị sốt rét cơn (ngược tật)	42
Các bài thuốc trị bệnh phong tê thấp	55
Các bài thuốc trị bệnh hệ tiêu hoá	109
<i>A. Các bài thuốc trị bệnh đau dạ dày</i>	109
<i>B. Các bài thuốc trị bệnh rối loạn tiêu hoá</i>	123
<i>C. Các bài thuốc trị bệnh kiết lý, tả lý, viêm đại tràng, trĩ</i>	150
Các bài thuốc trị bệnh gan mật	179
Các bài thuốc trị bệnh hệ tiết niệu	200
Các bài thuốc trị bệnh hệ tim mạch	229
Các bài thuốc trị bệnh hệ hô hấp	246
Các bài thuốc trị bệnh hệ thần kinh	278
Các bài thuốc bồi dưỡng cơ thể	302
Các bài thuốc thuộc toa căn bản	325
Các bài thuốc thuộc bài bình can chứng	331

Phần hai

PHỤ KHOA

Các bài thuốc trị kinh, đới, thai, sản	355
--	-----

Phần ba

NHI KHOA

Tóm tắt phương pháp xem bệnh cho trẻ sơ sinh và trẻ em	441
Sử dụng và liều lượng thuốc dùng cho trẻ em	443
Các bài thuốc trị bệnh trẻ sơ sinh và trẻ em	444

Phần bốn

NGŨ QUAN KHOA

Các bài thuốc trị bệnh mắt	529
Các bài thuốc trị bệnh ngoài da	540
Các bài thuốc trị bệnh mũi - họng	558
Các bài thuốc trị bệnh răng - miệng	567
Các bài thuốc trị bệnh tai	573

Phần năm

NGOẠI THƯƠNG

Các bài thuốc chữa choáng, ngất, chấn thương, bong gân, sai khớp, vết thương phần mềm, bó gãy xương, chảy máu, bỏng, viêm cơ, ung nhọt...	575
Một số bài thuốc chữa rắn, rết, côn trùng độc cắn, đốt...	606

Phần sáu

PHỤ LỤC

Một số bài thuốc chữa ngộ độc, giải độc	612
Một số bệnh án nội khoa hay	622
Đại cương về bào chế thuốc đông dược	724
Bảng tra cứu giải thích một số danh từ Đông y gặp trong sách	758
Bảng tra cứu tên các vị thuốc, cây thuốc sử dụng trong các bài thuốc (Tên thường dùng, tên khác, tên, họ khoa học)	786
Bảng tra cứu phân loại các bài thuốc theo chứng bệnh	859
Danh mục các tài liệu tổng hợp và tham khảo chính dùng biên soạn cuốn sách	941
Những sách cùng tác giả đã xuất bản	945

PHẦN I

NỘI KHOA

CÁC BÀI THUỐC TRỊ CẢM SỐT

A. CÁC BÀI THUỐC TRỊ CẢM SỐT BỐN MÙA (CẢM MẠO BỐN MÙA)

1. BỘT TÍA TÔ HƯƠNG PHỤ

Hương phụ (chế)	240g
Tía tô	320g
Trần bì	120g
Bạch chỉ	160g
Cam thảo	80g
Sinh khương	40g

Chủ trị:

Cảm mạo bốn mùa: Người sốt, nhức đầu, sợ lạnh, không ra mồ hôi, ho, cơ thể đau nhức, đau bụng, đầy trướng bụng.

Cách dùng - liều lượng:

Trần bì ủ mềm cạo bỏ cùi trắng, thái nhỏ phơi khô.

Bạch chỉ, Cam thảo, Sinh khương thái lát mỏng phơi khô.

Hương phụ, Tía tô sấy khô.

Tất cả các vị tán bột mịn, trộn đều.

Trẻ em: 5 - 10 tuổi mỗi lần dùng 4 - 6g

11 - 16 tuổi mỗi lần dùng 6 - 8g

Người lớn: Mỗi lần dùng 10 - 16g

Các vị hầm với nước sôi, gạn nước uống. Ngày uống 2 lần (sáng, chiều). Nếu uống bột thì giảm liều xuống một nửa.

Kiên kỵ:

Các chất tanh, mỡ.

Trường hợp cảm sốt cao, mê sảng, có mồ hôi, khát nước không dùng.

2. VIÊN HOẠT THẠCH PHÈN CHUA (Còn gọi là Thuốc phong trắng)

Bạch phàn (phi)	400g
Hoạt thạch	600g
Địa liên	400g
Long não	200g

Chủ trị:

Cảm sốt, nhức đầu, đau mình, nhức xương, hắt hơi, trong người cảm thấy nặng nề khó chịu, gai rét, sợ lạnh, sợ gió không ra mồ hôi.

Cách dùng - liều lượng:

Hoạt thạch rây lấy bột mịn, phần to còn lại đem tán mịn rồi thuỷ phi.

Long não nghiền thành bột.

Địa liên sấy khô tán bột mịn.

Dành lại một ít bột Hoạt thạch để làm áo. Tất cả các vị nghiền nhỏ rây lấy bột mịn trộn đều luyện với hồ nếp làm viên hoàn bằng hạt đậu

xanh, áo bằng bột hoạt thạch, sấy khô ở nhiệt độ 40 - 50°C.

Trẻ em: Dưới 5 tuổi mỗi lần uống 1 - 2 viên

5 - 10 tuổi mỗi lần uống 2 - 4 viên

Trên 10 tuổi mỗi lần uống 4 - 6 viên

Người lớn: Mỗi lần uống 6 - 10 viên

Uống với nước nóng, ngày 2 lần (sáng, chiều).

Uống xong nằm đắp chăn cho ra mồ hôi. Ra mồ hôi thì ngừng thuốc.

Kiêng kỵ:

Không ăn các chất sống lạnh

Trường hợp ngoại cảm phong hàn, trong có sẵn thấp nhiệt hoặc trường hợp sốt cao mê man, mồ hôi ra nhiều không dùng.

3. KINH TÔ THANG

Bạc hà	8g
Kinh giới	4g
Tía tô	6g
Bạch chỉ	6g
Sài hồ	8g
Quế chi	6g
Hành tươ	3-4 tép

Chủ trị:

Các chứng ngoại cảm

Cách dùng - liều lượng:

Các vị cho vào 400ml nước, sắc lấy 100ml nước thuốc. Uống 1 lần lúc thuốc còn ấm. Uống xong nằm đắp chăn ra mồ hôi. Ra mồ hôi ngưng thuốc, lau khô mồ hôi, tránh gió lùa.

4. BẠCH HƯƠNG THANG

Bạch chỉ	20g
Hương nhu	20g
Cát căn	20g
Kinh giới	10g
Tía tô	10g
Trúc diệp	10g
Hành khô	3 củ

Chủ trị:

Tứ thời cảm mạo (cảm mạo bốn mùa), sốt có mồ hôi hoặc không có mồ hôi, chảy nước mắt, nước mũi, ho, đau họng.

Cách dùng - liều lượng:

Các vị cho vào 400ml nước sắc lấy 200ml, uống lúc thuốc còn ấm, ngày uống 1 thang.

Trẻ em liều lượng bằng 1/3-1/2 liều người lớn.

5. THANG HƯƠNG CĂN

Hương nhu	10g
Cát căn	10g
Bạch chỉ	10g
Bạch biển đậu	10g
Sinh khương	5 lát

Chủ trị:

Tứ thời cảm mạo

Liều lượng - cách dùng:

Các vị cho vào 300ml nước, sắc lấy 100ml nước thuốc, uống lúc thuốc còn ấm.

Ngày uống 1 thang.

6. CHÈ GIẢI CẢM

Lượng cho một gói trà.

Tô diệp	5g
Kinh giới	6g
Bạc hà	4g
Cam thảo	5g
Xuyên khung	6g
Cát căn	6g
Bạch chỉ	3g

Chủ trị:

Làm thuốc giải cảm

Cách dùng - liều lượng:

Các vị thuốc thái nhỏ, sấy khô, tán thô. Cho hãm với 1 lít nước sôi, chia uống nhiều lần trong ngày. Uống nóng.

Người lớn ngày 1 gói.

Trẻ em tùy tuổi dùng 1/3 - 1/2 gói.