

# 8

## CÔNG DỤNG CHỮA BỆNH TỪ CÂY

# NGẢI CỨU

**NGẢI CỨU PHƠI KHÔ ĐỂ LÂU NĂM CÀNG TỐT. LÁ NGẢI CỨU PHƠI KHÔ GỌI LÀ NGẢI ĐIỆP. LÁ NGẢI CỨU PHƠI KHÔ VỎ CẮT THÀNH BỘT VUN RẦY LẤY PHẦN LÔNG TRẮNG VÀ TƠI GỌI LÀ NGẢI NHUNG. SAU ĐÂY LÀ 8 CÔNG DỤNG TUYỆT VỜI TỪ CÂY NGẢI CỨU MÀ BẠN NÊN BIẾT.**

### NHẬN BIẾT CÂY NGẢI CỨU

Ngải cứu là loại cỏ sống lâu năm, thân có rãnh dọc. Lá mọc so le không cuống, màu 2 mặt lá khác nhau, mặt trên nhẵn, màu lục sẫm. Mặt dưới trắng tro, có nhiều lông nhỏ. Cây ngải cứu mọc hoang ở nhiều nơi trong cả nước, có thể trồng quanh nhà làm thuốc. Đây là một cây thuốc nam có rất nhiều công dụng chữa rất nhiều bệnh. Ngải cứu phơi khô để lâu năm càng tốt. Lá ngải cứu phơi khô gọi là ngải điệp. Lá ngải cứu phơi khô vỏ cắt thành bột vun rây lấy phần lông trắng và tơi gọi là ngải nhung. Sau đây là 8 công dụng tuyệt vời từ cây ngải cứu mà bạn nên biết.

### CÔNG DỤNG CHỮA BỆNH TUYỆT VỜI CỦA CÂY NGẢI CỨU

#### 1. Ngải cứu làm thuốc điều kinh

Một tuần trước ngày kinh dự kiến, mỗi ngày lấy 6-12g (tối đa 20g) sắc với nước hoặc hãm với nước sôi như trà, chia làm 3 lần uống trong ngày. Có thể uống dưới dạng bột (5-10g) hay dạng cao đặc (1-4g).

Nếu kinh nguyệt không đều thì hàng tháng đến ngày bắt đầu kỳ kinh và cả những ngày đang có kinh, lấy ngải cứu khô 10g, thêm 200 ml nước, sắc còn 100 ml, thêm chút đường để uống, chia 2 lần/ngày. Có thể uống liều gấp đôi, cũng 2 lần/ngày. Sau 1-2 ngày sẽ thấy hiệu quả, người đỡ mệt, máu kinh đỏ và ít hơn.

#### 2. Ngải cứu giúp an thai

Những người đang mang thai, nếu thấy có hiện tượng đau bụng, ra máu, dùng 16g lá ngải cứu, 16g lá tía tô, sắc cùng với 600ml nước, sắc còn 100ml, chia làm 3-4 lần uống/ngày. Bài thuốc này có tác dụng an thai. Ngải cứu không có tác dụng kích thích với tử cung có thai nên không gây sảy thai.

#### 3. Sơ cứu vết thương bằng ngải cứu

Lấy lá ngải cứu tươi giã nát, thêm 1/3

muỗng cà phê muối đắp lên vết thương, cầm máu nhanh, giảm đau nhức,

#### 4. Ngải cứu trị mụn, mẩn ngứa

Lá ngải cứu tươi giã nát, đắp lên mặt, để khoảng 20 phút, rồi rửa lại mặt, làm liên tục như vậy sẽ có làn da trắng sáng hồng. Với trẻ em thường hay bị rôm sảy thì lấy lá ngải cứu xay nát rồi lọc lấy nước cho trẻ tắm.

#### 5. Ngải cứu chữa đau thần kinh tọa, nhức buốt khớp xương, đau đầu hoa mắt

Lấy 300g ngải cứu rửa sạch, giã nát, thêm 2 muỗng mật ong (ruồi, nghê), vắt lấy nước uống trưa, chiều. Uống liên tục trong 1-2 tuần.

#### 6. Ngải cứu giúp lưu thông máu lên não

Lấy một nắm lá ngải cứu, xắt nhỏ, đánh tan đều với 1 quả trứng gà, nêm hạt nêm vừa miệng, đổ vào chảo chiên chín rồi ăn.

#### 7. Ngải cứu trị suy nhược cơ thể, kém ăn

Lấy 250g ngải cứu, 2 quả lê, 20g câu kỷ tử, 10g đinh quy, 1 con gà ri (gà ác) 150g, hầm trong 0,5 lít nước (thêm gia

vị, bột nêm) còn 250ml. Chia làm 5 phần, ăn cả ngày. Liên tục 1-2 tuần.

#### 8. Ngải cứu trị cảm cúm, ho, đau cổ họng, đau đầu, đau dây thần kinh

Lấy 300g ngải cứu, 100g lá khuynh diệp, 100g lá bưởi (hoặc quýt, chanh). Nấu trong 2 lít nước. Sôi 20 phút nhắc xuống, xông 15 phút. Cách thứ 2: Nấu lá thuốc cứu với 100g lá tía tô, 100gr tần dầy lá, 50g lá sả trong 1 lít nước còn 0,5 lít. Uống mỗi lúc khát, liên tục trong 3-5 ngày.

Ngải cứu được coi là tốt cho sức khỏe nhưng nếu dùng quá nhiều cũng có thể gây ra ngộ độc. Độc tính của ngải cứu khi dùng quá liều là làm cho thần kinh trung ương bị hưng phấn quá mức, dẫn tới chân tay run giật, sau đó cục bộ hoặc toàn thân co giật; Sau vài lần có thể dẫn đến kinh quyết (co cứng), nói sảm, thậm chí tê liệt. Kiểm tra bằng kính hiển vi có thể phát hiện các tổn thương ở tế bào não. Sau khi khỏi bệnh, vẫn thường để lại những di chứng như hay quên, ảo giác, viêm thần kinh,...■

VIỆT NAM (tổng hợp)