

HỘI Y HỌC CỔ TRUYỀN CAO BẰNG



*Kinh-biêu*

# MỘT SỐ CÂY THUỐC NAM THÔNG THƯỜNG Ở CAO BẰNG



*Rau  
dừa nước*

CAO BẰNG 10 - 2000



Cây Ba kích



*Cây Bồ cốt toái*



Cây Mỏ quạ



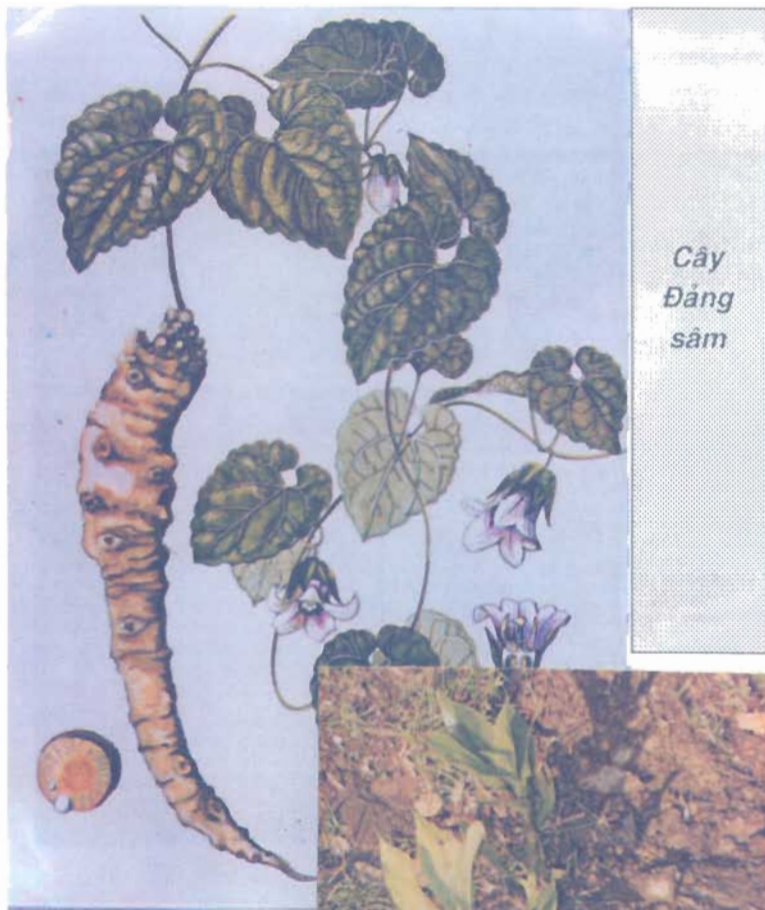
*Cây Cối xay*



*Cây Chàm lá đỏ*  
Tên tiếng Tây: Xỏm đeng  
dùng nhiều trong dân  
gian chữa viêm gan,  
bó gãy xương



*Cây Thông thảo  
(tả khôn, tả thông, Sằm mu)*



Cây  
Đẳng  
sâm



Cây Nhà dâm



*Cây Xuân hoa  
được trồng nhiều nơi  
ở Cao Bằng. Làm  
hàng rào và làm thuốc*



*Cây Ba chẽ.*







Mơ  
Tam thể

Dây chẽ Ba





*Cây chề dăng*



*Cây Chè vằng*



## *Lời giới thiệu*

Cao Bằng là một tỉnh miền núi, vùng cao, biên giới. Có hệ động vật và thực vật phong phú đa dạng. Nhân dân các dân tộc đã có cuộc sống gắn bó mật thiết với thiên nhiên, sử dụng nhiều sản vật tự nhiên để phục vụ cho cuộc sống. Trong đó đã tích lũy nhiều kinh nghiệm về sử dụng thuốc nam để chữa bệnh và nâng cao sức khỏe.

Trên cơ sở của công tác điều tra sưu tầm Y dược học cổ truyền trên địa bàn tỉnh Cao Bằng, về sự phân bố về thuốc và kinh nghiệm dân gian, cũng như tên cây thuốc bằng tiếng Tày, Nùng. Hội Y học cổ truyền tỉnh tổng hợp, chọn lọc và biên tập để xuất bản cuốn sách "Một số cây thuốc nam thông dụng", nhằm phổ cập rộng rãi để góp phần khai thác tiềm năng, phát huy nội lực Y dược cổ truyền phục vụ chăm sóc sức khỏe nhân dân tại các cộng đồng.

Nội dung cuốn sách bao gồm những cây thuốc có sự phân bố rộng rãi, dễ khai thác, dễ sử dụng. Rất thiết thực với đội ngũ cán bộ, Hội viên lương y và cán bộ Y tế cơ sở.

Có thể coi đây là một món quà mang ý nghĩa thiết thực của Hội Y học cổ truyền Cao Bằng chào mừng Đại hội toàn quốc lần thứ 10 của Hội Y học cổ truyền Việt Nam.

**BAN BIÊN TẬP**

## BA CHẠC

Tên Tây, Nùng: Slam tó, bươ slam tó

Tên khoa học: *Evodia lepta* Merr

Thuộc họ cam quýt: (Rutaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ cao từ 2 - 5m, có nhánh màu đỏ tro. Lá có 3 lá chét, với lá chét nguyên. Cụm hoa ở nách các lá. Quả nang thành cụm thưa.

Hoa tháng 4 - 5, quả tháng 6 - 7

Cây mọc hoang ở rừng thưa, ven đồi

**2. Bộ phận dùng:** Lá và rễ, thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, mùi thơm, tính lạnh.

**4. Công dụng:**

- Lá dùng tắm ghê, rửa các vết loét, vết thương, chốc đầu, lở ngứa.

- Thân rễ dùng làm thuốc bổ đắng, chữa đau nhức xương tê bại, bán thân bất toại và điều hòa kinh nguyệt. Ngày dùng 4 - 12g dạng thuốc sắc.



## BA CHÈ

Tên Tây, Nùng: Mạy tập, Tập niếng

Tên khoa học: *Desmodium cephalotes*

Thuộc họ cánh bướm: (Fabaceae) (papilionaceae)

### 1. Mô tả cây:

Cây nhỏ cây 2 - 3m. Thân tròn, cành non hình tam giác dẹt. Lá kép gồm 3 lá chét hình trứng, mép nguyên, mặt dưới lá màu trắng bạc. Lá non có lông trắng ở cả 2 mặt. Hoa màu trắng tụ họp ở nách lá, quả đậu có lông.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi.

### 2. Bộ phận dùng:

Lá, thu hái vào mùa hè, dùng tươi hay phơi sấy khô.

### 3. Tính vị, tác dụng:

Có tác dụng kháng khuẩn, chống viêm

### 4. Công dụng:

Dùng chữa ly trực khuẩn, hội chứng ly, ỉa chảy. Ngày dùng từ 30 - 50g, lá khô sao vàng sắc uống. Uống liên tục từ 3 - 5 ngày.

Ngoài ra còn dùng chữa rắn cắn, dùng lá tươi nhai nuốt nước, lấy bã đắp xung quanh vết cắn.

## BA ĐẬU

Tên Tây, Nùng: Mác vất

Tên khoa học: *Croton tiglium*

Thuộc họ thầu dầu: Euphorbiaceae

### 1. Mô tả cây:

Cây gỗ nhỏ cao 3 - 6m, phân cành nhiều; Lá mọc so le, mép khía răng, lá non màu hồng đỏ. Hoa mọc thành chùm ở đầu cành. Quả nang màu vàng nhạt.

Cây ra hoa tháng 5 - 7. Quả tháng 8 - 10

Cây mọc hoang ở ven đèo, nương rẫy cũ và rừng ẩm.

### 2. Bộ phận dùng:

Hạt, lá, rễ.

### 3. Tính vị:

Hạt có vị cay, tính nóng, rất độc

### 4. Công dụng:

Hạt dùng chữa hàn tích đình trệ, bụng đầy trướng, táo bón khó chữa.

Cách dùng: Hạt Ba đậu ép bỏ hết dầu đi, sao vàng mới dùng với liều 0,01 - 0,05g làm viên hoặc chế cao. Thường dùng kết hợp với nhiều vị thuốc khác.

Rễ dùng với liều 3 - 10g.

Lá có thể dùng tươi giã đắp, hoặc tán làm bột để sát trùng ngoài.

## BÀ GẠC

Tên Tây: Nùng Lạc Tooc

Tên khoa học: Rauvolfia verticillata

Thuộc họ trúc đào (Apocynaceae)

### 1. Mô tả cây:

Cây nhỏ, cao 1 - 1,5m. Thân nhẵn có những nốt sần nhỏ màu lục sẫm xám. Lá mọc vòng 3 có khế 4 - 5, phiến lá hình ngọn giáo dài từ 4 - 16cm, rộng 1 - 3cm, gốc thuôn, chóp nhọn. Hoa nhỏ màu trắng. Quả dài xếp từng đôi, hình trứng, khi có màu đỏ tươi rồi chuyển sang màu tím đen.

Ra hoa từ tháng 3 - 12, có quả tháng 5 trở đi.

Cây mọc hoang nhiều nơi trong tỉnh, gặp ở huyện Nguyên Bình, Quảng Hòa, Trùng Khánh.

### 2. Bộ phận dùng:

Rễ có thể thu hái quanh năm

### 3. Tính vị:

Vị đắng, tính hàn, hơi có độc

### 4. Công dụng:

Dùng chữa huyết áp cao, đau đầu, mất ngủ, chóng mặt, động kinh, rắn cắn, ghê lở, an thần.

Dùng dạng cao lỏng 30 giọt 1 ngày, có thể tăng lên 45 - 60 giọt, thời gian điều trị 10 - 15 ngày.

## BA KÍCH

Tên Tây, Nùng: Mần slây cây

Tên khoa học: *Morinda officinalis*

Thuộc họ cà phê (Rubiaceae)

### 1. Mô tả cây:

Đây leo sống nhiều năm, thân non màu tím, có lông, sau nhẵn, cành non có cạnh. Lá mọc đối hình ngọn giáo hay bầu dục dài 6 - 14cm, rộng 2,5 - 6cm. lúc non có lông dài ở mặt dưới, sau đó ít lông màu trắng mốc, lá kèm hình ống. Hoa nhỏ màu trắng, sau hơi vàng. mọc thành tán ở nách lá, đầu cành. Quả tròn khi chín màu đỏ. Cây mọc hoang có ở các huyện Hà Quảng, Thông Nông, Thạch An... Cao Bằng.

Ra hoa tháng 5 - 6, quả tháng 7 - 10

### 2. Bộ phận dùng:

Rễ phơi hay sấy khô

### 3. Tính vị:

Có vị cay ngọt, tính hơi âm

### 4. Công dụng:

Dùng chữa phong thấp cước khí, gân cốt yếu, mềm. lưng gối mỏi đau, kinh nguyệt không đều, huyết áp cao.

Ngày dùng 8 - 16g dạng thuốc sắc, cao lỏng, rượu thuốc.



## **BẠC THAU**

Tên Tây. Nùng: Thau hấp hai

Tên khoa học: *Argyrcia acuta*

Thuộc họ Bìm bìm: *Convolvulaceae*

### **1. Mô tả cây:**

Đây leo bò hay quấn. Thân có nhiều lông màu trắng bạc. Lá nguyên, mọc so le, hình bầu dục hay trái xoan, mặt trên nhẵn, xanh sẫm, mặt dưới có nhiều lông mịn màu trắng bạc. Cụm hoa ở nách lá hay ở ngọn thân, màu trắng. Quả mọng hình cầu, khi chín màu đỏ.

Mùa hoa quả từ tháng 6 - 11

Cây mọc hoang ở nhiều nơi

### **2. Bộ phận dùng:**

Lá, thu hái quanh năm, dùng tươi hoặc phơi sấy khô.

### **3. Tính vị:**

Vị hơi chua, hơi đắng nhạt. tính mát, không độc.

### **4. Công dụng:**

Thường dùng chữa bí tiểu tiện, đái dầm, đái buốt, nước tiểu đục, bạch đới, ngứa lở, mụn nhọt, sốt rét, viêm phế quản cấp và mãn. Ngày dùng 20 - 40g tươi hoặc 12 - 20g khô, dạng thuốc sắc.

## BÁCH BỘ

Tên Tây. Nùng: Mần pác lạc

Tên khoa học: *Stemona tuberosa*

Thuộc họ Bách bộ (Stemonaceae)

### 1. Mô tả cây:

Dây leo có thân mạnh, nhẵn, dài 6 - 8m, ở gốc có nhiều rễ củ mọc thành chùm có từ 10 - 100 củ, dài 15 - 20cm, rộng 1,5 - 2cm. Lá mọc đối hay so le, gân lá song song. Cụm hoa ở nách lá. Quả nang.

Ra hoa tháng 3 - 6, có quả 6 - 8

Cây mọc hoang ở khắp nơi

### 2. Bộ phận dùng: Rễ củ

3. Tính vị: Vị đắng, tính hơi ấm, hơi có độc.

### 4. Công dụng:

Dùng chữa viêm khí quản, lao phổi, ho gà, ly amíp, bệnh giun móc, giun đũa, giun kim.

Ngày dùng 4 - 12g, dạng thuốc sắc, dùng từ 4 - 6 ngày.

Ngoài ra còn dùng diệt bọ chết, chấy rận và sâu bọ.

## BẠCH ĐỒNG NỮ

Tên khác: Mò hoa trắng

Tên Tây, Nùng: Viông vĩ khao, Piông phỉ khao

Tên khoa học: Clerodendron Fragranh

Thuộc họ cỏ roi ngựa (Verberaceae)

**1. Mô tả cây:** - Cây bụi nhỏ, cao khoảng 1m hay hơn, thường rụng lá. Nhánh vuông có lông vàng. Lá mọc đối, hình tim, có lông cứng và có tuyến nhỏ, mép lá có răng cưa nhọn hay nguyên. Chùy hoa to hình tháp, có lông màu vàng hung. Hoa màu trắng ngà. Quả hạch màu đen.

Cây ra hoa tháng 2 - 3. Cây mọc hoang ở nhiều nơi

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** - Rễ có vị ngọt, nhạt, tính mát.

- Lá có vị đắng.

**4. Công dụng:** Rễ thường dùng chữa ho, sốt, viêm gan, khí hư bạch đới. Ngày dùng 15 - 20g thuốc khô, 30 - 50g thuốc tươi, dạng thuốc sắc.

Lá thường dùng tươi, nấu nước tắm ghê lở, mụn nhọt, chốc đầu, rửa vết thương.

## BẠCH HOA XÀ

Tên khác: Đuôi công trắng

Tên Tây, Nùng: Nhà Thương, Bạc hoa sán

Tên khoa học: *Phunbago Zcylannica*

Thuộc họ đuôi công (*Phunbaginaceae*)

**1. Mô tả cây:** Thuộc cây sống dai, cao 0,30 - 0,60m, có thân rễ. Lá mọc so le, hình trứng đầu nhọn, mép lá nguyên, không có lông, mặt dưới lá hơi trắng nhạt. Hoa màu trắng mọc thành bông ở đầu cành hay kẽ lá. Ở Cao Bằng cây mọc hoang và được trồng trong các vườn thuốc của một số các cụ Lương y, cây ưa đất ẩm, mát.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Vị hắc, có tính chất ăn da và làm phỏng (bỏng) da.

**4. Công dụng:** Thường được dùng làm thuốc chữa bệnh ngoài da như đắp mụn nhọt, đắp chữa khớp sưng nóng đỏ đau, chữa viêm tuyến vú, đắp lên những nơi sưng đau, khi đắp thấy nóng thì bỏ thuốc ra, khi nào hết nóng thì đắp lại.



## BẠCH MAO CĂN

Tên khác: Rễ cỏ tranh

Tên Tày, Nùng: Nhả cà

Tên khoa học: Imperata Cylindrica

Thuộc họ lúa (Poaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây sống lâu năm, cao 30 - 90cm thân rễ mọc bò lan dài và nằm sâu dưới đất, rễ mặt ngoài màu trắng ngà hay vàng nhạt, có nhiều nếp nhăn dọc, và nhiều đốt mang các lá vẩy và rễ con. Lá mọc thẳng đứng, dài từ 50cm - 1m, rộng 6 - 25mm mặt trên ráp, mặt dưới nhẵn, mép lá sắc. Cụm hoa hình trụ, có nhiều bông nhỏ phủ đầu lông mềm dài màu trắng. Quả thóc.

Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ, thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Có tác dụng lợi tiểu, giải nhiệt, chỉ huyết, chữa đái dầm, đái buốt, đi tiểu ra máu, ho thổ huyết, chảy máu cam, trị sốt nóng khát nước, sốt vàng da, viêm gan.

Ngày dùng 12 - 40g dạng thuốc sắc.

## BẠCH PHẤN ĐẰNG

Tên khác: Chia vôi

Tên Tây, Nùng: Thau thích, Khau hích, Nộc nạo

Tên khoa học: *Cissus modeccoides*

Thuộc họ Nho (Vitaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại dây leo nhỏ, thân tròn nhẵn, gốc cổ củ, toàn thân phủ phấn trắng, tua cuốn hình sợi đơn. Lá đơn, hình dạng thay đổi, thường xẻ thùy chân vịt, phía cuống lá hình tim, mép lá hơi có răng cưa, hoa màu vàng nhạt. Quả nang tròn khi chín màu đen.

Mùa hoa tháng 4 - 6, quả tháng 5 - 10.

Cây mọc hoang, gặp nhiều ở huyện Thạch An, Nguyên Bình, Hòa An Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ củ và dây, lá.

**3. Tính vị:** Vị đắng, chua, hơi the, tính mát.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc thông kinh, phá huyết, trừ tê thấp, lợi tiểu, tiêu độc, sát trùng.

Ngày dùng 15 - 20g rễ củ dạng thuốc sắc.

Lá giã đắp mụn nhọt, sưng tấy, dùng chữa rắn cắn già vôi 1 ít muối, nhai nuốt nước bã đắp xung quanh vết cắn.

## BAN

Tên khác: Nọc sởi, cỏ vỏ lúa, Diên cơ hoàng

Tên Tây, Nùng: Co Broóc lương

Tên khoa học: Hypericum Japonicum

Thuộc họ Ban (Hypericaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loài cây nhỏ, thân nhỏ mang nhiều cành cao chừng 10 - 20cm, thân nhẵn. Lá mọc đối, hình bầu dục, không cuống, trên phiến lá có những chấm nhỏ. Hoa nhỏ màu vàng, mọc đơn độc ở kẽ lá. Quả nang hình trứng dài 4mm, hạt hình trụ.

Cây mọc hoang khắp nơi trong tỉnh, ưa đất ẩm mát.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường dùng tươi, hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, ngọt, tính bình, không độc

**4. Công dụng:** Chữa sởi, ho, sâu răng, hôi miệng, cam tích trẻ em, tiêu thũng trướng, viêm gan.

- Dùng chữa viêm gan, tiêu thũng, cam tích, ngày dùng 20 - 60g dạng thuốc sắc.

- Dùng chữa hôi miệng, sâu răng, dùng 30 - 40g sắc đặc lấy nước súc miệng thường xuyên.

- Ngoài ra còn dùng chữa rắn cắn. Thuốc hái đủ dùng, rửa sạch, giã nát thêm 1 ít hăng phiến đắp lên vết cắn đã được chích rộng ra

## BÁT GIÁC PHÒNG

Tên khác: Thối chanh

Tên Tây, Nùng: Mạy đa khao

Tên khoa học: Alangium Platanifolium

Thuộc họ Thối chanh (Alangiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ, cành non có lông mềm ngắn. Lá hình chân vịt dài từ 7 - 17cm, rộng 6 - 14cm, thường phân 3 - 5 thùy gốc lá hình tim, khi non cả 2 mặt lá đều có lông, sau chỉ còn lông ở gân chính ở mặt dưới. Hoa mọc ở nách lá thành chùm 1 - 7 hoa màu trắng hoặc trắng ngà. Quả hình trứng.

Ra hoa tháng 6 - 7

Cây mọc hoang ở khắp nơi trong tỉnh, thường gặp ở ven đường, rừng thưa.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, hoa, rễ.

- Rễ thu hái quanh năm

- Lá, hoa thu hái vào mùa hạ.

**3. Tính vị:** Vị cay, tính hơi ấm, có độc.

**4. Công dụng:** - Vỏ rễ dùng làm thuốc trị phong thấp đau nhức xương.

- Ở Trung Quốc dùng lá, hoa, rễ làm thuốc trị đòn ngã tổn thương, tử chi tê bại, bán thân bất toại, rắn độc cắn.

- Dùng uống ngày 15 - 30g dạng thuốc sắc.

- Dùng ngoài chữa rắn cắn. lá tươi giã nát lấy nước uống, bã đắp xung quanh vết cắn.



## BẢY LÁ MỘT HOA

Tên khác: Thất diệp nhất chi hoa, táo hưu,  
thảo hà xa, chi hoa đầu.

Tên Tây. Nùng. Tật phiêm, cơ căn cương

Tên khoa học: Pristia Polyphylla

Thuộc họ hành tỏi (liliaceae)

**1. Mô tả cây:** Loại cây nhỏ, có dạng rất đặc biệt, sống lâu năm, cao từ 30 - 100cm, thường có 5 - 7 lá. Lá hình trái xoan ngược. Hoa mọc đơn độc ở ngọn thân, lá đài màu xanh, cánh hoa màu vàng. Quả mỏng, hạt to màu vàng.

Ra hoa tháng 5 - 7, quả tháng 8 - 11.

Cây mọc hoang, ưa đất ẩm, mát, thường mọc ven bờ khe, bờ sông, bờ suối, cây gặp ở huyện Bảo Lạc, Nguyên Bình, Hòa An - Cao Bằng

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ, thu hái quanh năm, nhưng tốt nhất vào mùa thu, đông, rửa sạch phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, hơi cay, tính bình, không độc.

**4. Công dụng:** Giải độc, tiêu sưng viêm, chữa thấp khớp

- Dùng chữa rắn độc cắn, sâu bọ đốt.
- Chữa mụn nhọt, viêm tuyến vú.
- Sốt rét, ho lao, ho lâu ngày, hen suyễn.

Ngày dùng 4 - 12g dạng thuốc sắc.

Dùng ngoài già đập mụn nhọt, sưng tấy, lấy liệu đủ dùng, dùng tươi.

## BẮC

Tên khác: Đẳng tâm thảo, Bắc lung, Bắc đèn .

Tên Tây, Nùng: Co Bắc

Tên khoa học: *Juncus effusus*

Thuộc họ Bắc (Juncaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cỏ sống lâu năm, thân tròn cứng mọc thành cụm dày cao 35 - 100cm, đường kính của thân rộng 1 - 2mm, mặt ngoài thân có màu xanh nhạt, có vạch dọc, lõi cây bắc cấu tạo bởi những tế bào hình ngôi sao để hở ra nhiều lỗ khuyết lớn. Lá bị giảm nhiều chỉ còn lại bẹ lá ở gốc thân. Hoa mọc thành vòng màu xanh xanh. Quả nang tròn. Cây mọc hoang và thường được trồng trong vườn thuốc của một số các cụ Lương y trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Ruột (lõi) phơi khô, thu hái vào mùa thu.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, nhạt, tính hơi hàn.

**4. Công dụng:** Dùng chữa tiểu tiện khó khăn, tâm phiền, mất ngủ, chữa ho, viêm họng, dùng 1 - 2g dạng thuốc sắc hay bột. Một số Lương y trong tỉnh dùng Đẳng tâm làm thuốc chữa (Đốt bắc).

Chữa một số bệnh như: Cảm, đau bụng khan, đau đầu, viêm cơ, hạch chuột, đau lưng, đau nhức khớp...

## BẦU ĐẤT

Tên khác: Thiên hắc địa hồng, Rau lúi

Tên Tây, Nùng: Khảm khon, lầy chông

Tên khoa học: Gynura sarmentosa

Thuộc họ cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cỏ, thân nhẵn, nhiều cành, trông như mọc nước. Lá hình trứng tròn hay tù ở đáy lá, nhọn ở đầu lá, mép có răng cưa nhỏ, mặt trên của lá có màu xanh thẫm, mặt dưới có màu đỏ tím. Cụm hoa hình đầu màu vàng cam. Quả bế hình trụ.

Có cây lá xanh cả hai mặt. Cây được trồng và mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, ưa đất ẩm, mát.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường dùng tươi

**3. Tính vị:** Vị hơi đắng, mùi thơm, tính mát.

- Thường dùng làm rau ăn như rau mồng tơi.

- Dùng làm thuốc điều kinh, chữa thiếu máu, chữa sốt lỵ và các bệnh về thận.

Ngày dùng 30 - 100g dạng thuốc sắc.

Ngoài ra còn dùng đắp chữa đau mắt đỏ, xuất huyết mắt (dùng thuốc tươi, rửa sạch, giã nát thêm vài hạt muối đắp trên mí mắt, ngày thay thuốc 2 - 3 lần). Ở Cao Bằng dân gian thường dùng lá và ngọn non Bầu đất xào với thịt, cho sản phụ ăn, có tác dụng bổ máu và ấm bụng.

## BÌM BÌM VÀNG

Tên Tây, Nùng: Thau búng, Búng bính

Tên khoa học: Merremia hederacea

Thuộc họ khoai lang (Convolvulaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc thảo leo quấn, dây nhỏ, có ít lông. Lá mọc cách, phiến lá xẻ thùy. Hoa vàng. Quả nang, hạt màu nâu (giống hạt rau muống).

Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thu hái vào mùa hạ, mùa thu, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, nhạt, tính mát, không độc.

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu, tiêu phù, nhuận tràng, chữa viêm hầu họng, viêm Amydal.

Ngày dùng 15 - 30g dạng thuốc sắc. Ngoài ra lá Bìm bìm vàng (tươi) giã đắp mụn nhọt sưng tấy.

## BÌNH VÔI

Tên khác: Ngải tương, củ một, củ gà ấp.

Tên Tây, Nùng: Măn ai thìn. Măn cây phẩm.

Tên khoa học: *Stephania Rotunda*

Thuộc họ tiết dề (*Menispermaceae*)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây mọc leo, phần dưới thân phát triển thành củ to, cây sống bám vào thành núi đá. Da thân củ màu nâu đen, xù xì. Lá hình khiêu, mọc so le, hình bầu dục hay hình tim, hoặc tròn. Hoa nhỏ mọc thành tán. Quả hình cầu khi chín màu đỏ tươi.

Cây mọc hoang, thường hay mọc ở những vùng núi đá như ở huyện Quảng Hòa, Thạch An, Hòa An, Nguyên Bình - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Củ, thu hái quanh năm, cạo bỏ vỏ đen, thái mỏng phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, hơi ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Làm thuốc an thần, chữa sốt nóng, đau đầu, đau dạ dày, ho, hen suyễn, trấn kinh, đau tim.

Ngày dùng 3 - 5g dạng thuốc sắc, bột, rượu thuốc. Những năm đầu thập kỷ 90, Bình vôi đã trở thành một mặt hàng dược liệu có giá trị bán sang Trung Quốc.

## BỘ MẤY

Tên khác: Đại thanh, Bộ net

Tên Tây. Nùng: Mạy khi cây, Phiác khi cây.

Tên khoa học: Clerodendron cyrtophyllum

Thuộc họ cỏ roi ngựa (Verbenaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, cành tròn, lúc non có lông sau nhẵn. Lá hình mác đầu nhọn, phía cuống cứng nhọn, hay hơi tròn, hai mặt lá đều nhẵn, màu xanh lục sẫm. Cụm hoa hình ngũ chùy, màu trắng, đôi khi có hoa màu hồng. Quả nhỏ bọc trong đài.

Cây mọc hoang khắp nơi trong tỉnh, cây ưa ánh sáng.

**2. Bộ phận dùng:** Dùng toàn cây, thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính hàn.

**4. Công dụng:**

- Cành, rễ, thái lát mỏng sao vàng sắc nước cho sản phụ uống để ăn ngon cơm, chóng lại sức, chữa cảm sốt, viêm họng, viêm Amydal.

Dùng dạng thuốc sắc, ngày dùng 15 - 30g.

Ngoài ra còn dùng ngọn và lá non làm rau ăn có tác dụng bổ và mát.

## BÒN BỌT

Tên khác: Chè bọt

Tên Tây, Nùng: Ẩn mát khuôn, Dẫn mát khuôn.

Tên khoa học: Glochidion eriocarpum

Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Loại cây nhỏ, lá mọc so le, cành non có màu đỏ tím, có nhiều lông ngắn. Phiến lá nguyên hình trứng thuôn, 2 mặt lá đều có lông ngắn màu trắng. Hoa nhỏ mọc ở kẽ lá, hoa đực có cuống ngắn, màu trắng, lá đài màu vàng nhạt, hoa cái không có cuống, nhỏ hơn. Quả hình bánh xe, khi chín có màu đỏ.

Cây mọc hoang ở khắp nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, cành, rễ

**3. Tính vị:** Vị đắng, se, tính bình.

**4. Công dụng:** Dùng chữa viêm ruột và ty, lợi tiểu, chống độc, trị dị ứng mẩn ngứa, đau nhức răng, sâu răng, rần cắn.

- Chữa viêm ruột, ty, lợi tiểu, chống độc. Ngày dùng 15 - 30g dạng thuốc sắc.

- Trị dị ứng, mẩn ngứa, nấu nước tắm rửa

- Trị đau nhức răng, sâu răng. Dùng rễ sắc đặc ngâm.

- Trị rần cắn dùng lá tươi rửa sạch, giã nhỏ, thêm nước đun sôi để nguội vào, vò vắt lấy nước uống hạ đắp xung quanh vết cắn, hoặc nấu nước bã đắp.



## BÔNG BONG

Tên khác: Thông bong, Thạch vĩ dây

Tên Tây, Nùng: Cút mây

Tên khoa học: *Lygodium flexuosum*

Thuộc họ (thông bong) (schizacaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại quyết có hiệp rất dài, mọc leo. Thân rễ bò, lá dài có nhiều cặp lá chét, mỗi lá chét có nhiều lá chét con mang ổ tử nang ở mép lá.

Cây mọc hoang, leo bám lên các loại cây, bờ rào.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thu hái quanh năm, phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Có vị hơi ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc thông tiểu tiện, đái dật, đái buốt, đái ra cát sạn, đái ra máu, viêm bàng quang, viêm niệu đạo. Còn dùng làm thuốc lợi sữa.

Ngày dùng 12 - 24g dạng thuốc sắc.

## BÔNG NỔ

Tên khác: Bông nổ, Bông nở, Cây cơm nguội  
Tên Tày, Nùng: May thừng khao, may thừng nam  
Tên khoa học: *Fluggea Virosa*  
Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ cao 1 - 3m, cành khúc khuỷu màu nâu sẫm. Lá mỏng, mép nguyên, có hình dạng và kích thước thay đổi, thường là hình bầu dục. Hoa nhỏ, mọc ở kẽ lá. Quả nang hình cầu màu trắng nhạt, có 3 mảnh vỏ, hạt hình 3 cạnh màu đỏ nâu, bóng.

Cây mọc hoang ở khắp nơi, ưa đất ẩm mát, ven bờ khe, bờ sông, suối.

**2. Bộ phận dùng:** Cành lá, rễ, thu hái quanh năm.

- Rễ đào lấy rửa sạch, phơi hay sấy khô.

- Cành lá thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Vị chát, có độc.

**4. Công dụng:** Thường dùng rễ, thái mỏng, phơi hay sấy khô, hoặc sao vàng sắc nước uống chữa sốt, sốt rét, chóng mặt, chân tay run rẩy. Kinh nghiệm của một số cụ Lương y và dân gian trong tỉnh thường dùng rễ bông nổ

chữa viêm gan vàng da, sỏi thận, viêm thận, đái dầm, đái buốt.

Ngày dùng 10 - 15g, dùng riêng hay kết hợp với một số thuốc khác như cây cối xay, rễ cỏ tranh, Bông mã đề, rễ phụ cây dưa dại (Nam lạ), Kim tiền thảo.

Dùng lá tươi nấu nước tắm rửa chữa lở ngứa, mụn nhọt, chốc đầu, phỏng da, rôm sảy.

Dùng ngoài không kể liều lượng, dùng kết hợp với lá đào, lá bạch đồng nữ (Voòng vĩ khao), vỏ cây núc nác.

## BỒ CÔNG ANH

Tên khác: Diếp dại, Mũi mác

Tên Tây, Nùng: Dạ phiác bao, Mai dài (Mông)

Tên khoa học: *Lactuca indica*

Thuộc họ cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Loại cây nhỏ, cao 50 - 1m, có cây cao tới 2m, 3m. Thân mọc thẳng, nhẵn, phân cành ít. Lá có nhiều hình dạng mép lá có răng cưa thưa. Bấm vào thân và lá đều có nhựa trắng tiết ra. Hoa tự hình đầu, màu vàng.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Thường dùng lá, dùng tươi hoặc phơi sấy khô

**3. Tính vị:** Vị đắng, ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, tiêu viêm.

- Dùng lá tươi giã nát trộn với 1 ít nước vo gạo sao ấm đắp chữa sưng vú, tắc tia sữa, mụn nhọt.

- Dùng lá tươi nấu nước tắm trị rôm sảy, mẩn ngứa, lở loét.

- Dùng lá khô sắc nước uống chữa đau dạ dày, ăn uống kém tiêu

Ngày dùng 10 - 20g

## BỒ BỒ

Tên khác: Nhân trần, Bồ bồ

Tên Tây, Nùng: Co biroc lam, Nhả uất

Tên khoa học: Adenosma Capitatun

Thuộc họ hoa mõm chó (Scrophulariaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây thảo mọc hàng năm, cao từ 20 - 70cm, thường phân nhánh từ gốc. Thân vuông có ít lông. Lá mọc đối, phiến lá thon mũi mác, đầu nhọn, phía cuống hẹp lại, mép lá hơi khía tai bèo hay có răng cưa. Cụm hoa hình cầu, rất nhiều hoa nhỏ không cuống, hoa màu tím hồng.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, nhất là ở những nương rẫy bỏ hoang

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, phơi hay sấy khô, thu hái vào mùa hè.

**3. Tính vị:** Vị cay, mùi thơm, tính bình, hơi hàn.

**4. Công dụng:** Lợi tiểu, làm ra mồ hôi, kích thích tiêu hóa, thanh nhiệt, chữa các bệnh về gan. Đặc biệt dùng làm thuốc bổ cho phụ nữ sau khi đẻ giúp cho ăn ngon cơm, tiêu hóa tốt, nhanh chóng hồi phục sức khỏe.

Ngày dùng 6 - 12g, dạng thuốc sắc.

Ngoài ra còn dùng ngoài (thường dùng tươi) nấu nước tắm rửa cho trẻ em bị bệnh suy dinh dưỡng (cam tích), ngày tắm 2 lần, vào buổi trưa và buổi tối

## BỒ CU VỄ

Tên khác: Sâu vè

Tên Tây, Nùng: Cờ đa phường, Mạy khỉ nộc

Tên khoa học: *Breynia fruticosa*

Thuộc họ thẩu đầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ cao 2 - 6m cành màu nâu nhạt, lá hình trứng nhỏ (giống rau ngót vườn), lá mọc so le, mặt trên lá màu xanh sẫm bóng, mặt dưới nhạt thường bị sâu bọ thành những đường ngoằn ngoèo, mép lá nguyên. Hoa màu lục mọc thành chùm ở nách lá. Quả nang hình cầu dẹt, màu đen nhạt.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá.

- Rễ thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

- Lá dùng tươi, cũng có khi dùng khô

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính mát.

**4. Công dụng:** Hạ nhiệt, giải độc, tiêu sưng, giảm đau.

- Rễ dùng chữa viêm da dày, viêm ruột, sỏi niệu đạo, thấp khớp dạng thấp.

Ngày dùng 15 - 25g dạng thuốc sắc.

- Lá dùng khô kết hợp với lá bòn hột làm thuốc chữa ly, dùng dạng thuốc sắc hay thuốc bột. thuốc sắc ngày dùng 6 - 15g. Dạng thuốc bột ngày dùng 3 - 5g.

Lá dùng tươi chữa rắn cắn, hái lá rửa sạch, nhai nuốt nước bã đắp xung quanh vết cắn. hoặc giã nát thêm nước, vắt lấy nước uống, bã đắp. Ngày thay 2 - 3 lần thuốc.

Ngoài ra lá tươi còn dùng nấu nước tắm ghẻ lở, mẩn ngứa, mụn nhọt.



## BỔ KẾT

Tên Tây, Nùng Phác píc

Tên khoa học. Gleditschia australis

Thuộc họ vang (caesalpinaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây to, thân có những cụm gai phân nhánh. Lá kép lông chim, cuống chung có lông và có rãnh dọc, lá chét hình trứng. Hoa màu trắng. Quả giáp.

Cây mọc hoang và được trồng ở nhiều nơi.

**2. Bộ phận dùng:** - Quả bổ kết (Tạo giác)

- Gai bổ kết (tạo giác thich); Hạt (tạo giác tử)

**3. Tính vị:** Quả có vị cay, mặn, tính ôn, hơi có độc

- Hạt có vị cay, tính ôn, không độc.

- Gai có vị cay, tính ôn, không độc.

**4. Công dụng:**

+ Quả bổ kết bỏ hạt đốt (ồn tính, hoặc tán nhỏ làm thành viên hay bột. Ngay dùng 0,5 - 1g, chữa phong cầm khớp, phong tê, làm thuốc thông khiếu, tiêu đờm.

+ Bổ kết dùng từ 5 - 10g dạng thuốc sắc, chữa bí kết, thông đại tiện.

+ Giải hồ kết: Chữa ác sang tiêu ung độc, làm xương  
sữa. ngày dùng 5 - 10g dạng thuốc sắc.

Ngoài ra còn dùng quả hồ kết tán nhỏ đập vào chân  
răng hễ có nước bọt chảy ra thì nhổ đi, chữa đau nhức răng,  
sâu răng

Con dùng chữa trẻ em chóc đầu, rụng tóc. quả Bồ kết  
đốt thành than, tán nhỏ. rắc lên chỗ bị chóc sau khi đã rửa  
sạch.

Ngoài ra quả hồ kết đốt để xông chữa cảm cúm: tẩy uế  
khí.

## BỒ NGÓT

Tên khác: Rau ngót vườn

Tên Tây, Nùng: Co bốn bản

Tên khoa học: Sauropus androgynus

Thuộc họ thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ, nhẵn, cao từ 1 - 2m, phân nhiều cành. Vỏ thân cây màu xanh lục, sau màu nâu nhạt. Lá mọc so le, có lá kèm nhỏ, phiến lá nguyên hình trứng, hay hình bầu dục. Hoa sim mọc ở kẽ lá. Quả nang hình cầu - Hạt có vạt nhỏ.

Cây thường được trồng làm rau và làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** RỄ, lá thu hái quanh năm

**3. Tính vị:** Vị ngọt, bìu, tính mát, thường dùng tươi.

**4. Công dụng:** + Lá

- Chữa sốt nhau: Lá rau ngót 40 - 50g, rửa sạch, giã nát thêm một bát nước (bát ăn cơm) đun sôi để nguội vào, vò vắt lấy nước, chia làm 2 lần uống, mỗi lần cách nhau 10 phút sau 15 - 20 phút thì nhau ra.

- Chữa tưa lưỡi: Hái lấy 1 nắm nhỏ (10 - 25g) lá rau ngót, rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cốt, dùng tăm bông thấm nước thuốc đánh lên lưỡi, lợi, vòm miệng trẻ em.

+ RỄ: Có vị ngọt nhạt, hơi đắng, tính mát. Dùng làm thuốc lợi tiểu, hoạt huyết, kích thích tử cung co bóp, dùng dạng thuốc sắc, ngày dùng 20 - 50g.

## BÔNG

Tên Tây. Nùng: Co Bông phải, co phải, co Bông

Tên khoa học: *Gossypium arboreum*

Thuộc họ Bông (Malvaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo, sống 1 năm hay nhiều năm cao từ 1.5 - 3m. Lá đơn mọc cách, có cuống dài, phiến lá chia 3 - 5 thùy. Hoa ở nách lá. Quả nang. Hạt có lông mịn ngắn, màu nâu nâu.

Cây được trồng ở nhiều nơi để lấy bông.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ, rễ, hạt

**3. Công dụng:**

- Vỏ rễ cây bông 3 - 5g, nước 300ml, sắc còn 100ml uống trong ngày làm thuốc điều kinh, thống kinh.

- Cao lỏng vỏ rễ cây Bông có tác dụng cầm máu tử cung.

- Hạt Bông được dùng làm thuốc đắp chữa đau đầu.

Cách dùng: Hạt bông khô (lấy đủ dùng), sao nóng, cho vào túi vải hoặc bọc trong miếng vải, đắp lên chỗ bị đau nhức, khi nguội bỏ ra sao lại, ngày sao và đắp nhiều lần.

## BÔNG ỒI

Tên khác: Cây Ngũ sắc, cây hoa cứt lợn

Tên khoa học: Lantuna camara

Thuộc họ cỏ roi ngựa (verbenaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ mang nhiều cành, có lông và gai ngắn quặp về phía dưới. Lá hình bầu dục, đầu lá nhọn, mặt lá xù xì, mép lá có răng cưa, mặt trên của lá có lông ngắn, cứng, mặt dưới lông mềm hơn. Hoa không cuống màu trắng, vàng, vàng cam, hay đỏ mọc thành bông hình cầu. Quả hình cầu màu đỏ.

Cây mọc hoang và được trồng làm cảnh ở nhiều nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, cành, phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** - Lá có vị đắng, hôi, tính mát, hơi có độc.  
- Rễ có vị dịu, tính mát.

**4. Công dụng:** - Rễ dùng chữa sốt, quai bị, phong, thấp đau xương, chấn thương bầm giập, dùng dạng thuốc sắc, ngày dùng: 15 - 30g khô.

- Lá thường dùng tươi, giã nát đắp lên vết thương vết loét. nấu nước tắm chữa ghẻ lở, viêm da.

Ngoài ra trong nhân dân ở 1 số vùng còn dùng lá và cành làm thuốc chữa viêm xoang mũi; cây bông ổi hái lấy cành, lá phơi trong râm cho héo, chặt đoạn ngắn, nấu đặc, lọc lấy nước, cô thành cao lỏng, khi dùng lấy tăm bông thấm nước thuốc đút vào lỗ mũi, đồng thời dùng cây bông ổi sắc nước uống, mỗi lần dùng 50 - 100g (1 nắm to) ngày uống 3 - 4 lần, mỗi lần 1 cốc.

## BÔNG TAI

Tên Tây, Nung: Cờ Bióc đeng

Tên khoa học: *Asclepias Curassavica*

Thuộc họ Thiên lý (*Asclepiadaceae*)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo sống lâu năm, cao 60 - 1,50m, phân cành thưa, có nhura mũ trắng. Lá mọc đối, có cuống ngắn lá thon hẹp hình ngọn giáo. Cụm hoa dạng tán ở ngọn thân mang 6 - 12 hoa màu vàng ở giữa, màu nâu ở xung quanh. Quả đại xếp đứng thành đôi, hạt có nàoi lông. Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, thường mọc ở các ven đồi, ven đường quốc lộ, ven bờ suối.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thu hái quanh năm, dùng tươi hoặc phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Có vị đắng, tính hàn, có độc.

**4. Công dụng:** Dùng chữa viêm tai mũi họng, viêm mắt da, thống kinh. Ngày dùng 6 - 9g dạng thuốc sắc.

- Dùng ngoài đắp nấu tóc, Eczema

- Dùng chữa kiết lỵ, ỉa chảy và tẩy giun. Ngày dùng 8 - 16g sắc uống.

Đặc biệt còn được dùng chữa viêm xoang: Hái lá tươi đủ dùng, rửa sạch, vò nát đút vào lỗ mũi.

Cây có độc, khi dùng uống trong phải cẩn thận, nhất là nhựa của cây không được dùng uống.

## BỒI LỜI NHỚT

Tên Tây, Nùng: Khảo khiêu, khảo kheo

Tên khoa học: *Litsea glutinosa*

Thuộc họ Long não (Lauraceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỡ, thường xanh, cành non có góc, có lông, cành già hình trụ nhẵn. Lá mọc so le thường tụ họp ở đầu cành, lá màu lục sẫm, mặt trên lá màu sáng bóng, mặt dưới có lông, phiến lá hình thuôn, tròn hay nhọn ở gốc lá. Hoa ở nách lá. Quả mọc hình cầu. Cây mọc hoang ở vùng núi đất ở một số huyện trong tỉnh như: huyện Thạch An, Nguyên Bình, Hòa An.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, vỏ thân, lá, thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, đắng, se, tính mát.

**4. Công dụng:** Rễ dùng chữa ỉa chảy, viêm ruột, viêm tuyến mang tai, chốc đầu, chấn thương bầm giập. Ngày dùng 15 - 30g, dạng thuốc sắc.

- Vỏ thân và lá dùng tươi giã nát đắp chữa đinh nhọt, viêm mủ da, viêm vú, vết thương chảy máu, sưng bắp chuối.



## BÙNG BỤC

Tên khác: Bùm bụp, Ba hét trắng

Tên Tây, Nùng. Co sẫm mu

Tên khoa học: Mallotus apelta

Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thân gỗ nhỏ cao 1 - 3m, có khi hơn, cành non có lông nâu vàng nhạt. Lá đơn mọc so le, lá nguyên hoặc chia thùy rộng, có 2 tuyến ở gốc lá, mép lá có răng cưa, mặt dưới lá và cuống lá có lông dày mịn. Hoa mọc thành bông như đuôi sóc dài từ 20 - 30cm. Quả nang, có gai mềm, hạt màu đen bóng.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, vỏ thân, lá, thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** Vị hơi đắng, chát, tính bình.

**4. Công dụng:**

- Rễ dùng chữa viêm gan mãn tính, sa tử cung và trực tràng, huyết trắng và phù thũng, viêm ruột ỉa chảy.

- Vỏ thân dùng chữa đau răng. Vỏ thân cạo bỏ vỏ ngoài, thái nhỏ sắc đặc. Thêm vài hạt muối, gạn lấy nước ngậm chữa đau nhức răng, sâu răng.

- Chữa viêm loét hành tá tràng, chống nôn, ngày dùng 15 - 30g dạng thuốc sắc

- Lá tươi giã đắp mụn nhọt, đờn ngã tổn thương, cầm máu.

## BÚN

Tên Tày, Nùng: Co cấn nạo, Cúm nặm.

Nghiu nặm, Siểu lý

Tên khoa học: *Crateva nurvala*

Thuộc họ Mần mần (*caparaceae*)

**1. Mô tả cây:** Cây mọc hoang, thân gỗ, cao từ 4 - 20m. Lá có 3 lá chét hình mũi mác, hay hình thoi thon hẹp, mặt dưới lá màu tía, mép lá nguyên. Cụm hoa ở ngọn non cành. cánh hoa màu trắng. Quả hình bầu dục, màu trắng trắng, vỏ nhám, hạt màu đen.

Cây thường mọc ở ven bờ sông, suối, khe, rạch. Đặc biệt là trong 1 năm cây thay lá 2 - 3 lần, thân cây và cành già có màu mốc mốc, cành non có màu xanh lục, có những nốt sần trắng.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân, vỏ rễ, cành, lá, thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô, lá thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Lá có vị hơi đắng, gây sung huyết da.

- Vỏ rễ gây sung huyết da.

**4. Công dụng:** - Lá dùng tươi, hái đủ dùng, giã nhỏ, trộn với 1 ít nước vo gạo sao âm đập chữa đau đầu, viêm xoang khi đắp thấy tê tê ở da thì bỏ thuốc ra, khi nào hết tê thì lại đắp vào. Ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

- Vỏ thân, vỏ rễ, cành, thái lát mỏng phơi hay sấy khô. Ngày dùng 15 - 25g dạng thuốc sắc. dùng riêng hay phối hợp với một số cây thuốc khác để chữa viêm thân, sỏi thận, viêm đường tiết niệu, lợi tiểu, nhuận tràng, làm dịu viêm.

## BƯỞI

Tên khác: Bông, cây bưởi

Tên Tây. Nùng: Co mác Pàng, Mác pục

Tên khoa học: Citrus maxima

Thuộc họ cam (Rutaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây to cao 5 - 10m, có thân màu vàng nhạt, cành có gai dài, nhọn. Lá hình trứng, hai đầu tù, mép lá nguyên, cuống có đĩa cánh to. Hoa đều to, mọc thành chùm, màu trắng. Quả hình cầu to.

Cây được trồng khắp nơi

**2. Bộ phận dùng:** Thường dùng vỏ quả, lá làm thuốc.

**3. Tính vị:** Lá vị đắng, the, mùi thơm, tính ấm

- Vỏ quả vị đắng, cay, tính âm, không độc.

**4. Công dụng:** + Vỏ quả chữa ăn uống không tiêu, đau bụng, ho

+ Lá thường dùng lá tươi, kết hợp với bạc hà, tía tô, lá tre, lá dâu tằm, lá sả, có cốt lợn nấu nước xông chữa cảm cúm.

Dân gian dùng lá bưởi sắc uống có tác dụng hoạt huyết tiêu sưng, dùng khi bị đòn ngã, bầm giập, chấn thương thậm thũng tiêu viêm, trừ đờm. Đặc biệt tính dầu vỏ quả bưởi có tác dụng làm cho tóc chóng mọc khi bị nấm tóc làm rụng tóc, hay khi bị chốc đầu tóc lâu mọc.

Cách dùng: Gọt lấy vỏ bưởi, bóp trực tiếp tinh dầu vỏ quả vào nơi bị rụng tóc, sau khi đã bôi, rửa bằng thuốc. Ngày làm nhiều lần.

## BUỔI BUNG

Tên khác: Cây cơm rượu, cái bổi

Tên Tây, Nùng: Co Mác phây bông

Tên khoa học: Glycosnus pentaphylla

Thuộc họ cam quýt (Rutaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây nhỏ, cao 1 - 2m, có khi hơn lá kép thường từ 3 - 7 lá chét, mép lá nguyên, hoặc hơi răng cưa. Hoa mọc ở đầu cành hay kẽ lá, hoa trắng hay trắng xanh nhạt. Quả hình cầu màu hồng.

Cây mọc hoang dại ở nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Rễ có vị cay, lá có vị hơi ngọt, mùi thơm gần giống mùi bưởi, tính ấm.

**4. Công dụng:** Giải cảm, trừ đờm, chống ho, kích thích thêm tiêu hóa, tán huyết ứ, chữa phong thấp, lưng, gối đau mỏi, bị thương sưng đau. Ngày dùng 30g rễ sắc nước uống.

Lá dùng nấu nước tắm ghê, nấu nước xông cảm, giã đắp chỗ sưng đau.

Lá khô sao vàng nấu nước cho ba chén uống hàng ngày cho ăn ngon cơm và thông huyết ứ.

## CANH CHÂU

Tên khác: Chân châu, Kim châu, xích chu đằng.

Tên Tây, Nùng: Co khấu slan, co queng châu.

Tên khoa học: Sageretia theezans

Thuộc họ táo ta (Rhamnaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây bụi, phân cành nhiều. Cành cứng màu nâu sẫm, xám đen, cành non hơi có lông, khi già có gai do chính cành biến đổi. Lá mọc so le, cuống ngắn, phiến lá hình trái xoan, gốc tròn đầu tù, mép khía răng cưa nhỏ, phiến lá dai, cứng. Cụm hoa màu lục trắng, không cuống, mọc thành bông ở kẽ lá, đầu cành. Quả nhỏ hình cầu, màu tím nhạt khi chín. Cây mọc hoang ở huyện Hạ Lang, Quảng Hòa, Thạch An - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Dùng toàn cây thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, hơi chua, tính mát, dùng làm thuốc lương huyết, thanh nhiệt, giải độc.

### **4. Công dụng:**

- Lá dùng làm chè uống vừa giải khát, vừa phòng đau, sỏi, lá tươi dùng đắp vết thương tên, đạn, đắp mụn nhọt, bong gân sai khớp, tắc tia sữa.

- Thân cây và rễ dùng làm thuốc chữa đau nhức khớp, chữa lỵ, dùng dạng thuốc sắc, uống thay nước hàng ngày, mỗi ngày thay thuốc 1 lần.

Liều dùng trong 15 - 30g khô, 30 - 50g tươi. Dùng ngoài không kể liều lượng.

## CÂU ĐẰNG

Tên khác: Dây móc câu, Móc ở  
Tên Tày, Nùng: Cò Cạu hèo, lác cạu  
Tên khoa học: *Uncaria rhynchophylla*  
Thuộc họ cà phê (Rubiaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một thứ dây leo, ưa đất ẩm mát, thân cành vuông, đốt có gai móc cong xuống như lưỡi câu, mọc đối với lá thường mỗi đốt có 2 gai móc. Lá mọc đối, lá hình trứng, đầu nhọn, mặt trên lá màu lục, mặt dưới như phấn. Hoa nhỏ màu vàng tụ họp thành hình cầu, mọc ở kẽ lá hay đầu cành trên một cuống dài. Quả dẹt, nhiều hạt. Rễ mập màu vàng nhạt. Cây mọc hoang ở huyện Trùng Khánh, Nguyên Bình, Quảng Hòa - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Dùng đoạn mẫu có móc câu, rễ thu hái quanh năm.

**3. Tính vị:** Ngọt, đắng, tính lạnh.

**4. Công dụng:** - Móc câu dùng làm thuốc trấn kinh, trấn tỉnh, bệnh cao huyết áp, trẻ con kinh giật, phụ nữ bạch đới, chữa phong thấp viêm khớp, đau dây thần kinh hông, trị phong nhiệt cơ giật.

- Rễ trị phong thấp như môi

Ngày dùng từ 15 - 20g khô đang thuốc sắc, ngày thay thuốc 1 lần.



## CÂU KÝ TỬ

Tên khác: Khởi tử, Rau củ khởi

Tên Tây, Nùng.

Tên khoa học: *licium sinense*

Thuộc họ cà (solanaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ cao 0.5 - 1,5m, cành nhỏ, thỉnh thoảng có gai ngắn mọc ở kẽ lá. Lá mọc so le, một số lá mọc vòng, phiến lá hình mác, mép lá nguyên. Hoa nhỏ mọc đơn độc ở kẽ lá, có một số hoa mọc tụ lại, cánh hoa màu tím đỏ. Quả mọng hình trứng, khi chín có màu đỏ sẫm, hoặc màu vàng đỏ, hạt nhiều.

Cây được trồng ở nhiều nơi để lấy quả làm thuốc, ngọn non làm rau ăn.

**2. Bộ phận dùng:** Quả, vỏ rễ, lá.

**3. Tính vị:** - Vỏ rễ (Địa cốt bì) có vị đắng, tính mát

- Câu kỷ tử (quả) có vị ngọt, tính bình

- Lá có vị đắng, tính mát

**4. Công dụng:** - Câu kỷ tử (quả) làm thuốc bổ can thận, nhuận phế táo, mạnh gân cốt. Dùng chữa chân tay yếu mỏi, mắt mờ, di mộng tinh. Ngày dùng 6 - 15g, sắc nước hay ngâm rượu, hay phối hợp với 1 số thuốc khác.

- Địa cốt bì (vỏ rễ) có tác dụng thanh nhiệt, lương huyết, dùng chữa ho ra máu, phiến nhiệt tiêu khát, lao nhiệt ra mồ hôi, nhức xương. Ngày dùng 10 - 15g thuốc khô sắc nước uống

- Lá khởi tử nấu canh ăn chữa sốt, ho, an thần, tiêu nhiệt, tan nhọt và đau nhức mình mẩy.

## CẦU TÍCH

Tên khác: Cây lông khỉ, Rễ lông cu ly

Tên Tay, Nùng: Cò cút hàng

Tên khoa học: Cibotium barometre

Thuộc họ Lông cu ly (Dickroniaceae)

**1. Mô tả cây:** Lông cu ly là một loại thảo quyết thực vật, lá dài đến 2m, phủ bởi nhiều vẩy vàng bóng, có ổ tử nang. Thân rễ có lông tơ màu vàng. Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, ưa đất nơi xốp, ẩm mát, có nhiều ở huyện Nguyễn Bình, Thạch An, Hoa An.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ, thu hái quanh năm, cắt bỏ rễ con, lông, cuống lá, thái mỏng phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Cầu tích có vị đắng, ngọt, tính ôn.

**4. Công dụng:** Chữa phong hàn, thấp tý, lưng đau, chân mỏi, mất gân cốt, hồ gan thận, đau dây thần kinh tọa, di tinh, bạch đới, đau khớp xương, người già hay đi tiểu tiện nhiều lần.

Ngày dùng: 15 - 20g dạng thuốc sắc.

## CÂY CỐI XAY

Tên Tày, Nùng: Giàng xay, pha xay, chỏ xay

Tên khoa học: *Abutilon indicum*

Thuộc họ hồng (*Malvaceae*)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ, toàn thân có lông nang. Lá mềm, hình tim, đầu lá nhọn, mép lá có răng cưa. Hoa màu vàng mọc đơn độc ở kẽ lá. Quả giống bánh xe

Cây mọc hoang và được trồng rải rác ở nhiều nơi trong tỉnh

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính bình.

**4. Công dụng:** Tán phong, thanh huyết nhiệt, hoạt huyết, chữa sốt, lợi tiểu, viêm gan, phù thũng. Ngày dùng 15 - 20g thuốc khô, sắc uống.

Lá tươi giã đắp mụn nhọt.

## CÂY CỔ BÌNH

Tên khác: Hồ lô trà, cây cổ cỏ, cây mũi mác

Tên Tây, Nùng: Co cò pình, co slật cò

Tên khoa học: Demodium triquetrum

Thuộc họ Cánh bướm (Fabaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ hóa gỗ ở gốc, cao từ 0.50 - 2m. Thân có 3 cạnh, có một ít lông cứng trên các cạnh. Lá đơn mọc cách, lá hình tam giác dài cụt hình tim ở gốc, cuống lá có cánh, lá kèm hình tam giác nhọn, màu nâu. Cụm hoa chùm kép ở nách lá và ở ngọn. Hoa màu hồng. Quả đậu.

Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây - dùng tươi hay phơi khô

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu, tiêu tích, chữa viêm gan, viêm thận, phù thũng, viêm ruột, lỵ, viêm họng, viêm mũi răng, rối loạn kinh nguyệt. Ngày dùng 20 - 50g dạng thuốc sắc.

## CÂY CƠM NẾP

Tên Tây, Nùng. Có khẩu mẫu, bàu cấm tiên

Tên khoa học: *Strobilanthesacrocelus*

Thuộc họ ô rô (Acanthaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây cỏ mọc bờ, thân mềm, lá mọc đối, mép có khía răng cưa tròn và nhẵn nhéo, hai mặt đều có lông thưa, để khô có mùi thơm như mùi cơm nếp. Hoa trắng, mọc thành bông ở kẽ lá, hay đầu cành. Cây mọc hoang ở một số nơi vùng núi cao tương tự như ở xã Thành Công huyện Nguyên Bình, ưa đất ẩm, mát, dưới tán cây to.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, cắt bỏ rễ, phơi hay sấy khô, thu hái gần như quanh năm.

**3. Tính vị:** Vị đắng, mùi thơm, tính ấm.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc lợi sữa, đắp bó gãy xương, tiêu viêm, chữa đau đầu, an thần.

Người dân tộc dùng trộn với gạo cho thơm gạo. Dùng uống ngày dùng 15 - 30g dạng thuốc sắc.

## CÂY GẠO

Tên khác: Cây Bông gòn, Móc miền

Tên Tây, Nùng: Mạ nghịu

Tên khoa học: *Gossampinus Malabarich*

Thuộc họ gạo (Bombacaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cao to, cành mọc ngang với những gai hình nón, thân cũng có gai, cành non không có gai. Lá sớm rụng, lá kép chân vịt với 5 - 8 lá chét hình mác hay hình trứng. Hoa màu đỏ, ra hoa trước khi ra lá non. Quả nang hình thoi, bên trong có nhiều sợi bông màu trắng mịn.

Cây mọc hoang và cũng được trồng ở nhiều nơi

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân, rễ - dùng tươi hay khô.

**3. Tính vị:** - Vỏ thân có vị đắng, tính mát

- Rễ có vị đắng, tính mát

**4. Công dụng:** Vỏ cây gạo tươi thường được dùng đắp bó gãy xương, bong gân, sai khớp.

Vỏ cây gạo khô (đóc lấy vỏ, cạo bỏ vỏ thô bên ngoài, thái mỏng, phơi hay sấy khô, sắc uống chữa thấp khớp, dùng giập gãy xương, hạch chuột).

Ngày dùng 15 - 30g

- Rễ dùng chữa đau thượng vị, viêm hạch, lợi tiểu, ngày dùng 20 - 50g sắc uống. Tầm gửi cây gạo được các cụ Lương y dùng làm thuốc chữa đau dạ dày, thấp khớp, dùng dạng thuốc sắc, ngày dùng 20 - 30g

## CÂY NGOI

Tên khác: Cây lá, Lá rừng, Cà hôi

Tên Tây, Nùng, Bảu hốc, toong hốc, Dạ lều bấu

Tên khoa học: *Solanum verbascifolium*

Thuộc họ cà (Solanaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, toàn cành, lá phủ một lớp lông dày màu vàng nhạt, hoặc vàng xám. Lá mọc cách, hình thuôn, hai đầu nhọn, mép nguyên. Cụm hoa hình xim, phủ nhiều lông mềm. tràng hoa màu vàng nhạt, cánh hoa hình mũi mác, đầu nhọn. Quả nhỏ hình cầu.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** lá (thường dùng tươi), rễ (phơi hay sấy khô)

**3. Tính vị:** Toàn cây có mùi hăng hắc như thuốc lá xanh.

**4. Công dụng:** - Lá tươi thường dùng giã đắp chữa lòi dom, mụn nhọt, vò sát vào chỗ bị hắc lao. Sắc nước cho trâu, bò uống để tẩy giun sán.

Cách chữa lòi dom: lá cây Ngoi tươi, hái đủ dùng, rửa sạch, giã nát, trộn với một ít nước vo gạo hay dấm thanh, sao ấm đắp, ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

- Rễ cây Ngoi dùng làm thuốc chữa viêm đường niệu, khí hư bạch đới, ngày dùng 15 - 20g sắc uống.

## CÂY ME RỪNG

Tên khác: Ngưu cam

Tên Tây. Nùng: Cò mác kham

Tên khoa học: Phyllanthus emblica

Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Me rừng thuộc loại cây nhỏ, phân nhiều cành. Lá nhỏ xếp thành hai dãy trên các cành nhỏ trông giống như một lá kép lông chim. Hoa nhỏ, cụm hoa thành xim mọc ở nách lá. Quả hình cầu, hạt hình ba cạnh.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Quả, rễ, lá - phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** - Quả có vị chua, ngọt, tính mát.

- Lá có vị hơi chát, hơi chua

- Rễ có vị đắng, chát, tính mát.

**4. Công dụng:** Quả thường dùng chữa cảm mạo, phát sốt, ho, đau cổ họng, miệng khô khát nước. Ngày dùng 10 - 30 quả sắc nước uống.

Rễ dùng chữa viêm ruột, đau bụng đi ngoài, cao huyết áp. Ngày dùng 15 - 20g sắc uống.

Lá nấu nước tắm rửa chữa lở loét, mẩn ngứa.

Đặc biệt lá của Me rừng làm thuốc chữa cam tích trẻ con.

Cách dùng: Lá me rừng phơi khô, sao vàng, tán bột, rây lấy bột mịn. Ngày dùng 3 - 5g trộn với cháo hay quấy với bột cho trẻ ăn, ngày làm 2 lần



## CÂY SỮA

Tên khác: Mò cua

Tên Tây, Nùng: Co tin Pát

Tên khoa học: *Alstonia scholaris*

Thuộc họ Trúc đào (Apocynaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây to, cao, cành mọc vòng, lá mọc vòng, phiến lá hình bầu dục dài, mặt trên bóng, mặt dưới mờ, mép lá nguyên. Hoa nhỏ, màu trắng xám, mọc thành xim tán. Quả gồm hai đại mọc thẳng xuống, màu nâu, có gân dọc, hạt nhiều, nhỏ, dẹt. Cả cây có nhựa mủ trắng.

Cây mọc hoang và được trồng làm cảnh ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân - thu hái quanh năm phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, ngọt, nhạt, tính mát.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc bổ cho những người tạng nhiệt gây khô, kém ăn, và chữa bệnh sốt nóng, kiết lỵ hay tả chảy. Ngày dùng 1 - 3g bột vỏ thân uống với nước, hay dùng dạng thuốc sắc. Ngày dùng 20 - 30g. Chia ba lần uống trong ngày.

Ngoài ra vỏ cây sữa còn dùng chế rượu bổ Ditakina.

## CÂY MỎ QUẠ

Tên khác: Xuyên phá thạch, Hoàng lổ

Tên Tây, Nùng: Co Nam phit

Tên khoa học: Cudraniatricuspidata

Thuộc họ Dầu tằm (Moraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ, thân mềm yếu, phân nhiều cành tạo thành bụi, có nhựa mủ trắng, rễ hình trụ. Vỏ thân màu tro nâu, có nhiều khe khồng màu trắng. Thân và cành có nhiều gai, gai già hơi cong xuống phía gốc. Lá mọc cách, hình trứng thuôn, hai đầu lá nhọn, mặt lá nhẵn bóng mép lá nguyên. Cụm hoa hình cầu, màu vàng nhạt mọc thành đôi hay đơn độc ở kẽ lá. Quả kép.

Cây mọc hoang và được trồng làm hàng rào.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, rễ, thu hái quanh năm. Dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Có vị hơi đắng, tính hơi mát

**4. Công dụng:** Có tác dụng làm mát máu, tan máu, thông mạch máu, lao phổi, ho ra máu, phong thấp, lưng gối đau mỏi, phụ nữ kinh bế. Ngày 12 - 40g rễ sắc nước uống.

Lá tươi giã đắp vết thương phần mềm lâu liền da non, hay đắp chữa mụn nhọt lâu liền miệng, ngày thay thuốc một lần.

+ Phụ nữ có thai không dùng uống được.

## CÂY RAU MÁ

Tên khác: Tích tuyết thảo, Liên tiền thảo

Tên tây, Nùng. Phiác chen, phiác đen

Tên khoa học: *Centella asiatica*

Thuộc họ hoa tán (Apiaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cỏ mọc bò, phân nhiều nhánh, có rễ ở các mấu, thân gầy, nhẵn. Lá hình thân, hay hình tròn, khía tai bèo. Hoa mọc ở kẽ lá và ở gốc, cánh hoa màu tím hay đỏ. Quả dẹt màu đen, có cạnh

Cây mọc hoang ở khắp nơi, ưa đất ẩm mát.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay khô

**3. Tính vị:** Vị đắng, hơi ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, chữa tưng bụng xôn xang, nóng ruột, nhiệt uất sinh nóng rét qua lại, đau bụng dưới, trẻ em cam nhiệt, mụn nhọt sưng tấy, chữa cảm sốt, khát nước, đái dầm, đái đỏ, đái tiện táo.

Ngày dùng 30 - 50g sắc uống, hoặc dùng chế nước sinh tố, hay rửa sạch giã nát thêm nước sôi để nguội vo vắt lấy nước cốt uống.

Ngoài ra nhân dân còn dùng làm rau ăn.

## CÂY RAU MÁ NGỌ

Tên khác: Thóm lóm gai, Giang bản qui

Tên Tây Nùng: Co vạt ngược

Tên khoa học: Polygonum perteliatum

Thuộc họ Rau răm (Polygonaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây có sống lâu năm, thân bò hay leo, có nhánh nhẵn màu tím. Có gai quặp cứng. Lá 3 cạnh hơi hình khiên, mép lá nguyên, gân chính mặt sau lá và cuống có gai, cuống chia hình lá bao quanh thân trông như thân chui qua lá. Hoa mọc thành bông, cũng có cuống chia như lá, cuống dài và có gai. Quả có 3 rãnh dọc, khi chín có màu đen.

Cây mọc hoang, ưa đất ẩm, mát.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường dùng tươi

**3. Tính vị:** Vị chua, tính hơi hàn.

**4. Công dụng:** Giã nát đắp mụn nhọt, rắn cắn, nấu nước tắm rửa ghẻ lở, mẩn ngứa. Giỏi leo. Nước sắc dùng rửa rí, uống chữa lỵ, chữa sốt.

- Dùng ngoài không kể liều lượng.

- Dùng trong ngày dùng 30 - 60g sắc uống

## CÂY RAU MÁ LÁ RAU MUỐNG

Tên khác: Nhất điểm hồng, rau chua là

Tên Tây, Nùng: Cò kèm uẩn

Tên khoa học: Emilia sonchifolia

Thuộc họ cúc: (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ, sống hàng năm thân cao từ 20 - 50cm, màu xanh hoặc tím tía, nhẵn. Lá ở gốc trông tựa lá rau má, lá ở trên trông giống lá rau muống, lá trên ngọn có tai bèo ở gốc lá ôm vào thân. Cụm hoa hình đầu hoa màu hồng hay hơi tím. Quả bế

Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Cả cây, thường dùng tươi.

**3. Tính vị.** Vị hơi đắng, hơi chua, tính mát.

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, sát trùng, tiêu viêm.

Lá tươi rửa sạch, thêm vài hạt muối, giã nát đắp lên mụn nhọt, đắp trên mí mắt chữa xuất huyết kết mạc. Ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

Cả cây sắc nước uống chữa ho lâu ngày, ho lao, chữa sốt, rửa mụn nhọt, lở ngứa, viêm đường tiết niệu.

Dùng uống ngày 30 - 50g, ngày thay thuốc một lần.

Dùng ngoài không kể liều lượng.

## CHÂM MÈO

Tên Tày, Nùng: Co Xỏm, Xỏm uất  
Tên khoa học: Baphiacaanthes cusia  
Thuộc họ ô rô (Acanthaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây nhỏ. Lá bầu dục, mọc đối. Hoa mọc thành bông, màu xanh, tím hồng hay trắng. Quả nang

Cây được trồng ở nhiều nơi, để lấy nguyên liệu chế thuốc nhuộm màu chàm. Ở trong tỉnh trồng nhiều ở huyện Quảng Hòa.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng nhạt, tính mát.

**4. Công dụng:** Cây chàm mềo ngoài công dụng dùng để chế bột chàm (Thanh đại), còn được dùng làm thuốc.

Đặc biệt ở Cao Bang một số các cụ Lương y dùng làm thuốc chữa Viêm gan, dùng dạng thuốc sắc, dùng độc vị, hay kết hợp với một số cây thuốc khác như: Rễ cỏ tranh, bông mã đề, rễ cây Cối khí củ, rễ cây Bông nổ, rau má...

Ngày dùng 20 - 30g khô, nếu thuốc dùng tươi 50 - 100g, sắc nước uống hàng ngày thay nước mỗi ngày thay thuốc một lần.

Chữa phụ nữ sau khi sinh đẻ bị sản hầu: Hải lấy lá bánh tẻ (không già không non quá) 50 - 100g (tươi) rửa sạch, thái nhỏ, sào với trứng gà ăn, ngày làm ăn 2 lần, vào buổi sáng và buổi tối.

Ngoài ra còn dùng lá tươi giã đắp chữa quai bị.

## CHÈ DÂY

Tên Tây, Nùng: Cò Thau rá, Chó khau

Tên khoa học: Ampelopsis cantoniensis

Thuộc họ Nho. (Vitaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại dây leo bằng tua cuốn, dây thường dài từ 2 - 5m, có khi hơn, dây già có nhiều nốt sần, cành hình trụ mảnh. Lá kép hai lần, mang từ 7 - 12 lá chét mỏng, giòn, mép lá có răng cưa thấp, lá kèm, hình tròn dạng vẩy. Ngũ hoa đối diện với lá có 3 - 4 nhánh, nụ hoa hình trứng. Quả mọng hình trái xoan, khi chín màu đen, chứa 3 - 4 hạt nhỏ.

Cây mọc hoang ở các triền núi đất, ưa đất ẩm, mát. cây mọc nhiều ở huyện Hòa An, Thạch An, Trùng Khánh, Quang Hòa, Nguyên Bình - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Cành, lá. Dùng khô - Thu hái gần như quanh năm.

**3. Tính Vị:** Vị đắng, ngọt, tính mát.

**4. Công dụng:** Từ lâu ở Cao Bằng cây Chè dây đã được sử dụng làm thuốc chữa viêm loét dạ dày - hành tá tràng, và cho tới nay vẫn được áp dụng và có hiệu quả chữa bệnh.

Nước sắc Chè dây có tác dụng làm giảm đau, giảm viêm, diệt khuẩn, làm liền sẹo.

Ngoài ra còn có tác dụng an thần, kích thích tiêu hóa, thường được dùng uống thay chè.

Ngày dùng 10 - 30g dạng thuốc sắc, hay hầm như chè.



## CHÈ ĐẮNG

Tên khác: Chè khổ đĩnh (Trung Quốc)

Tên Tày, Nùng: Co Chà khôm (Cao Bằng)

Tên khoa học: *Ilex latifolia* Thunb

Thuộc họ (Aquipholiaceae)

**1. Mô tả cây:** Chè đắng là loại cây gỗ lớn, thường xanh, có thể cao đến 20m. Cành non màu nâu thẫm. Lá đơn mọc cách, mép lá có răng cưa nhỏ, lá dày và dai, lá dài 8 - 20cm, rộng 4 - 7cm, có khi hơn, mặt trên của lá màu xanh thẫm, nhẵn bóng, mặt dưới lá màu xanh nhạt, cuống lá ngắn. Hoa đơn tính khác gốc, hoa tự gồm nhiều hoa. Mỗi bông hoa đực gồm 3 - 9 hoa, tạo thành hình ô, bông hoa cái gồm 1 - 3 hoa. Quả hình cầu có 4 ô, màu hồng, màu nâu, vỏ quả dày.

Cây mọc hoang rải rác trên núi đá hoặc dưới chân núi đá, và được trồng rải rác trong dân. Cây có thể trồng ở nơi đất sâu, ẩm, thoát nước. Cây có ở huyện Thạch An, Hạ Lang - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Lá - thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, hơi ngọt.

**4. Công dụng:** Chè đắng vừa dùng làm chè uống, vừa dùng làm thuốc chữa bệnh. Chè đắng có tác dụng giảm huyết áp, chữa động kinh, giảm đau, an thần, giải nhiệt, chống ra mồ hôi, giải độc, kích thích tiêu hóa, lợi tiểu, trợ tim, chữa đi tả. Nếu dùng thường xuyên sẽ làm tăng tuổi thọ. Mỗi lần dùng 1 - 2 lá khô, xé nhỏ cho vào ấm hầm như chè, uống thay nước hàng ngày.

## CHÈ VẮNG

Tên khác: Chè cước nam, cây dâm trắng

Tên Tày, Nùng: Co Teng khiệc

Tên khoa học: *Jasminum subtriplinerve*

Thuộc họ Nhài (Oleaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây nhỏ, mọc thành bụi thường hay mọc ở các bụi tre, hoặc bám vào các cây lớn, thân cứng, chia nhiều đốt, phân nhiều cành. cành vươn, thân và cành nhẵn. Lá mọc đối hình mũi mác, phía cuống tù hay hơi tròn, đầu lá nhọn, lá phía trên nhỏ hơn lá ở phía dưới, mép lá nguyên. Hoa mọc thành xim nhiều hoa (7 - 9 hoa) cành hoa màu trắng. Quả hình cầu, khi chín có màu vàng.

Cây mọc hoang khắp nơi, ưa đất khô ráo

**2. Bộ phận dùng:** Lá, vỏ thân, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính mát.

**4. Công dụng:** Lá khô sắc nước cho phụ nữ sau khi sinh để uống, nhất là sau khi sinh dễ bị nhiễm trùng, sốt cao, viêm hạch bạch huyết, viêm tử cung, viêm tuyến sữa, phụ nữ kinh nguyệt không đều, chữa phong thấp, đau khớp, chữa ghè lở, chốc đầu, mụn nhọt.

Ngày 20 - 30g, dạng thuốc sắc. Ngày thay thuốc 1 lần. Vỏ thân dùng để ăn trâu thay vỏ.

## CHỈ THIÊN

Tên khác: Cỏ lưỡi mèo, khổ địa đàm

Tên Tây, Nung. Cỏ Núi ú phò, cỏ Hom theng

Tên khoa học: Elephantopus scaber

Thuộc họ Cúc (Compositae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ cứng, cao 20 - 40cm, phân nhiều cành từ gốc. Lá gốc mọc vòng hình hoa thị ở sát mặt đất, phiến lá hình thìa, phía dưới hẹp lại thành cuống rộng ôm vào thân, mép có răng cưa lượn sóng, hai mặt lá đều có lông, lá dài 6 - 12cm, rộng 3 - 5cm. Lá ở trên ngọn nhỏ và hẹp hơn lá ở gốc. Hoa màu tím nhạt mọc dạng ra thành nhánh. Quả hình thoi có 10 cạnh lồi.

Cây mọc hoang ở khắp nơi

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây - Dùng tươi hay phơi sấy khô

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính mát, không độc

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt, giải độc, lợi tiểu, tiêu phù.

- Dùng chữa cảm sốt, ho, sưng họng, đau mắt đỏ, viêm thận phù thũng. Ngày dùng 40g sắc uống.

- Chữa đái buốt, đái ra máu, đái đục, đái ra chất nhầy, đái ra sỏi. Cỏ chỉ thiên, rễ Bạch đồng nữ, rễ cỏ tranh, cỏ bắc, dây hạt bí, lá Bạc thau mỗi thứ 20 - 30g sắc uống

- Đắp mụn nhọt: Lá chỉ thiên tươi, rửa sạch, giã nát đắp.

Những bệnh có tính chất lạnh không dùng được Chỉ thiên.

## CHÓ ĐỂ RĂNG CỬA

Tên khác: Diệp hạ châu

Tên Tây, Nùng: Co kham nặm, Dạ kham

Tên khoa học: *Phyllanthus urinaria*

Thuộc họ Thầu dầu (*Euphorbiaceae*)

**1. Mô tả cây:** Có mọc hàng nam, cao từ 20 - 30cm thân nhẵn, mọc thẳng, lá mọc so le, phiến lá nhỏ, thuôn, mép lá nguyên, mặt dưới màu lơ xanh, không cuống, hay có cuống rất ngắn. Hoa mọc ở kẽ lá, nhỏ, màu đỏ nâu. Quả nhỏ ở dưới lá

Cây mọc hoang ở khắp nơi

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính mát.

**4. Công dụng:** Đắp chữa đinh râu, mụn nhọt, sắc uống chữa viêm gan, chữa sốt, đau mắt. Ngày dùng 30 - 40g, sao vàng sắc uống dùng chữa cam tích trẻ con: Đào lấy rễ rửa sạch, băm nhỏ, hấp với cá chép cho trẻ ăn; chữa viêm ruột, ty, đắp chữa sưng đau các khớp.

## CHÓC GAI

Tên khác: Ráy gai, Sơn thực gai, cây Mốp

Tên Tây, Nùng: Cò Hẻo nam

Tên khoa học: *Lasia spinora*

Thuộc họ Ráy (Araceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ, thân rễ nằm ngang, có nhiều gai. Lá mọc thẳng từ thân rễ, cuống lá dài có gai. Lá non hình mũi tên, lá già xê lông chim, mép lá nguyên. Cụm hoa là một bông mô nang hoa cái ở gốc, hoa đực ở trên. Quả mọng.

Cây mọc ở khắp nơi, thường mọc ở ven bờ sông, suối, khe, rạch, bờ ao, bãi lầy.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ - dùng tươi, hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng chát, cay, tính mát, có ít độc.

**4. Công dụng:** Chữa ho đau họng, phù thũng, tè thấp, suy gan. Ngày dùng 16 - 20g, dùng dạng thuốc sắc.

## CHUA CHÁT

Tên khác: Lão mèo

Tên Tây, Nung Mác Sá sác, Chi to đi (Mông)

Tên khoa học: *Docyni doumei*

Thuộc họ hoa hồng (Rosaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây cao 10 - 15m cây non có gai, cành non có lông, sau nhẵn. Lá mọc so le, hình trứng thuôn, gốc lá tròn, đầu lá nhọn, mép khía răng cưa. Hoa hợp thành tán 3 - 5 hoa màu trắng. Quả tròn hơn dẹt, đường kính 5 - 6m, khi chín màu vàng lục. Vị chua hơi chát, hạt màu nâu sẫm

Cây mọc hoang và được trồng ở huyện Trưng Khánh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Quả - thu hái vào tháng 9 - 10 thái ngang hay bổ dọc phơi-hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Có vị chua, ngọt chát, tính bình.

**4. Công dụng:** Có tác dụng tiêu thức ăn, hóa đờm, thông ứ trệ, giải độc cá, thịt, chữa tả lỵ, huyết khối, trẻ con cam tích. Ngay dùng từ 12 - 30g sắc uống.

## CHUA ME ĐẤT HOA VÀNG

Tên khác: Tam diệp toan, Toan vị thảo

Tên Tây, Nùng: Co Sấm ca

Tên khoa học: Oxalis Corniculata

Thuộc họ Chua me đất (Oxalidaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cỏ mọc lan, bò trên mặt đất, thân đỏ nhạt, hơi có lông. Lá có cuống dài, gầy hơi có lông, gồm ba lá chét có vết lõm trên đầu lá thành hình tim ngược. Hoa mọc thành tán gồm 2 - 3 hoa, hoa màu vàng. Quả nang, nhọn, hạt hình trứng, dẹt.

Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây - thường dùng tươi

**3. Tính vị:** Toàn cây có vị chua, tính lạnh.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc giải nhiệt, chữa xích bạch đới, sát trùng. Sao vàng sắc uống, chữa sỏi và chữa lỵ. Ngay dùng 30 - 50g sắc uống.

Những người có sỏi bàng quang không nên dùng. Đặc biệt chua me đất hoa vàng dùng làm thuốc chữa rắn cắn; Hái về rửa sạch nhai nuốt nước, bã đắp xung quanh vết cắn, hoặc giã nát cho thêm nước vò vắt lấy nước uống, bã đắp vết cắn, đồng thời dùng Chua me đất hoa vàng nấu nước rửa vết cắn, ngày rửa nhiều lần.

## CHÚT CHÍT

Tên khác: Lưỡi hồ

Tên Tây, Nùng: Co lịn hán

Tên khoa học: Rumex wallichii

Thuộc họ Rau răm (Polygonaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang ở ruộng, nương cao đến 1m. Ít nhánh, thân to, rộng đến 5 - 7cm. Các lá giữa thân thon, thuôn, tù hai đầu, 2 mặt một màu, mép có răng tròn, các lá ở trên hẹp, xim có với nhiều hoa xanh, ở nách lá nhỏ đến ngọn. Quả bế trắng có 3 góc. Cây mọc khắp nơi trong tỉnh, ưa đất ẩm mát

**2. Bộ phận dùng:** Lá, rễ, củ.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị đắng tính lạnh. có tác dụng thanh nhiệt, thông đại tiện sát trùng.

**4. Công dụng, liều dùng:** Lá và rễ nấu nước dùng để tắm ghè, còn dùng nhiều để làm thuốc nhuận tràng và chữa lở ngứa, mụn nhọt.

**Liều dùng:** Ngày dùng 8 - 12g củ tươi nhai sống hoặc sắc nước uống chữa nhuận tràng.

Chữa hắc lao và các loại lở ngứa dùng cành lá chút chút nấu nước ngâm rửa lúc nước còn ấm.

Ngoài ra là non cây chút chút còn được nhân dân ở một số nơi dùng làm rau ăn.



## CỎ BỌ NƯỚC

Tên khác: Rau bọ, cỏ bọ, rau chữ điền

Tên Tây, Nùng: Phiác chám

Tên khoa học: Marsilea quadrifolia

Họ Rau bọ (Marsileaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang ở ruộng nước có thân bò dưới đất mảnh chia thành nhiều mấu, mỗi mấu mang rễ và hai lá có cuống dài. Lá có 4 thùy chéo chữ thập. Bào tử quả là cơ quan mang bào tử. Mọc 2 - 3 cái một ở gốc các cuống lá các bào tử quả này có lông dày.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt, hơi đắng, tính mát, có tác dụng thanh nhiệt lợi tiểu, tiêu sưng, giải độc, nhuận gan, sáng mắt trấn tĩnh.

**4. Công dụng và liều dùng:** Người ta thường hái cỏ bọ về ăn sống, sào, luộc hoặc nấu canh với tôm tép, để làm thuốc thường dùng trị: suy nhược thần kinh, sốt cao không ngủ, điên cuồng, viêm thận phụ 2 chân, viêm gan, viêm kết mạc, sưng đau răng, đình nhọt, sưng độc xung vú, tắc tia sữa, rần độc cắn, sốt rét, động kinh, khí hư bạch đới, thổ huyết, đái ra máu, sỏi thận, sỏi bàng quang, đái đường.

Ngày dùng 20 - 30g cây tươi phơi khô, sao vàng sắc uống.

## CỎ CHỈ

Tên khác: Cỏ gà

Tên Tày, Nùng: Nhả phiệt

Tên khoa học: Cynodon dactylon

Họ lúa (Poaceae)

**1. Mô tả cây:** Là cây cỏ mọc hoang sống dai nhờ thân rễ ngắn thân có nhiều cành mọc bò dài thỉnh thoảng lại phát ra những nhánh thẳng đứng, lá phẳng, ngắn, hẹp nhọn dài 3 - 4cm hơi có màu lam. Quả thóc hình thoi thường dẹt không có rãnh.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ hoặc toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt hơi đắng tính mát có tác dụng lợi tiểu, giải độc, lọc máu, giải nhiệt, giải khát, tiêu đờm.

**4. Công dụng và liều dùng:** Được chỉ định dùng trị Các bệnh nhiễm trùng và sốt rét, các trường hợp rối loạn tiết niệu, viêm thận và bàng quang, vàng da, sỏi thận, sỏi gan, sỏi mật, thấp khớp, thông phong, phụ nữ kinh nguyệt không đều, trẻ em sốt cao tiểu ít hay bị đái, Cam tích, rắn cắn.

**Cách dùng:** Có thể dùng dưới dạng thuốc sắc hay thuốc hãm dùng toàn cây hay thân rễ sắc uống. Lấy 20g cho vào một lít nước sắc kỹ uống ngày 2 chén liên tục trong 3 - 4 ngày, nếu hãm uống: 20g rễ hãm một phút trong một lít nước đun sôi loại bỏ nước này bóc vỏ thân rễ đi rồi lại cho vào một lít nước khác đun sôi trong 10 phút. Có thể thêm một nam cam thảo, một nắm bạc hà, một quả chanh. Mỗi ngày uống 2 chén. Có thể dùng dịch nưoi để trị rắn cắn - Dùng thân rễ nhai nuốt nước lấy bã đắp vào chỗ bị cắn

## CỎ GẤU

Tên khác: Cỏ chỉ, củ gấu, hương phụ.

Tên Tây, Nùng: Nhả chông nu

Tên khoa học: *Cyperus rotundus*

Họ: Cói (Cyperaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cỏ sống dai cao từ 20 - 30cm. Thân rễ phình lên thành củ, màu nâu thẫm hay màu đen có nhiều đốt và có lông, thịt màu nâu nhạt lá hẹp dài có bẹ hoa mọc thành tán xếp tỏa ra hình đống ten ở ngọn thân quả 3 cạnh màu xám. Cây mọc hoang khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ.

**3. Tính vị tác dụng:** Hương phụ có vị cay hơi đắng ngọt, tính bình, có tác dụng hành khiếu khai uất thông kinh, tiêu sưng, giảm đau. Vị hương phụ sao tẩm khác nhau có tác dụng khác nhau và cách chữa bệnh khác nhau. Hương phụ dùng sống có tác dụng giải cảm.

**4. Công dụng:** Được dùng chữa kinh nguyệt không đều, khi thấy kinh đau bụng, viêm tử cung mãn tính, các bệnh phụ nữ trước và sau khi sinh đẻ, chữa đau dạ dày ợ hơi và nước chua, giúp ăn uống mau tiêu chữa nôn mửa, đau bụng

di lý và ia chảy còn dùng trị đôn ngã tổn thương. Ở An Độ người ta dùng hương phụ để chữa rối loạn của da dầy và kích thích của ruột.

**Cách dùng:** Dùng dưới dạng thuốc sắc, bột, cao hoặc nước thuốc. Mỗi ngày 6 - 12g. Dùng riêng hoặc phối hợp với ích mẫu, ngải cứu.

Tùy theo thể trạng của bệnh mà dùng tươi, sao đen hay tứ chế - dùng sống khi chữa bệnh ở hông, ngực và ngải cảm, sao đen thì cầm máu dùng trong trường hợp rong kinh.

Tắm nước muối sao cho hơi ráo dung chữa bệnh về huyết. Tắm nước tiểu trẻ em sao để gang hóa khi cổ chứng bốc nóng.

Tắm đàm sao để trên tích tụ chữa huyết u u băng, tắm rượu sao để tiêu đờm chữa khí tỳ đờm nước u đọng. Hương phụ tỳ chế dung chữa chung các bệnh của phụ nữ hàn hay nhiệt đều thích hợp cả.

## CỎ MỤC

Tên khác: Cỏ nhọ nổi

Tên Tây, Nùng: Co lác nà, co mí mở

Tên khoa học: Eclipta prostrata

Họ Cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang, cao 10 - 60cm có thân màu lục đôi khi hơi đỏ tím có lông - lá mọc đối hẹp, dài 3 - 10cm. Có lông ở cả 2 mặt mép khía răng hoa màu trắng tập hợp thành đầu ở nách lá hoặc đầu cành. Hoa lưỡng tính hình ống ở giữa. Quả bế dẹt có 3 cạnh cành dài 3mm. Cây mọc hoang, ưa đất ẩm mát.

**2. Bộ phận dùng:** Phần cây trên mặt đất.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt chua, tính hàn, có tác dụng bổ gan thận, hoạt huyết, chỉ huyết.

**4. Công dụng:** Thường được dùng chữa: nôn ra máu từ dạ dày, chảy máu cam, ỉa ra máu, tử cung xuất huyết, viêm gan mãn tính, viêm ruột, lỵ, trẻ em suy dinh dưỡng, ù tai rụng tóc do đẻ non, suy nhược thần kinh, nấm da, Eczema, vết loét, bị thương chảy máu, viêm da, cũng còn dùng làm thuốc sát trùng trong bệnh ho lao, viêm cổ họng, ban chẩn,

lở ngứa, đau mắt, xung răng, đau dạ dày, bệnh nấm ngoài da gây rụng tóc.

**Cách dùng:** Dùng tươi hay già lấy nước uống hoặc sao cháy đen với liều 15 - 30g sắc uống. Dùng riêng hoặc phối hợp với ngó sen, lá trắc bá.

Trong trường hợp sát trùng cũng dùng sắc uống hoặc già tươi lấy nước uống bã đắp. Có thể dùng xoa tay chữa rất do vôi, chữa nấm ngoài da và nhuộm tóc có màu tím đen. Viện chống lao Trung ương và bệnh viện lao K71 đã pha chế thành thuốc tiêm cầm máu. Tiêm bắp thịt mỗi ngày 1 - 3 ống (2ml) có nơi đã sản xuất thành dạng cao nên thành viên dùng cầm máu.



## CỎ MAY

Tên khác: Bông cỏ, Kê cốt thảo, trúc tiết thảo

Tên Tây, Nùng: Nhả khoaec

Tên khoa học: *Chrysopogon acicutatus*

Họ Lúa (Poaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang cao 50 - 60cm. Có thân rễ mọc hồ lá xếp sát nhau ở gốc hình dải hẹp. Cụm hoa là chùy, kép màu nhạt hay mau tím sẫm dài 2,5 - 10cm cuống chung khá lớn mang các nhánh hình sợi mỗi đốt mang 3 bông nhỏ không cuống dễ gãy và mắc vào quần áo. Quả dẹp dài.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ và toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Cây có vị đắng, tính mát, có tác dụng giải nhiệt tiêu độc, lợi tiểu.

**4. Công dụng liều dùng:** Dân gian thường dùng chữa vàng da mắt vàng và trị giun.

- Chữa vàng da mắt vàng, bênh về gan.

Dùng 360g rễ cỏ may thái nhỏ sao vàng sắc với 1/2 lít nước sắc còn 250ml chia 2 lần uống trong ngày thay nước chè dung liền trong 5 ngày.

- Trị giun đũa: Dùng 18 - 20g hạt cỏ may sao vàng đun sôi với 1/2 lít nước. Còn lại còn 150ml uống tất cả nước sắc này một lần sau bữa ăn.

- Dùng chữa sốt rét: Dùng phần rễ bỏ trên mặt đất, loại bỏ lá rửa sạch. Ngày dùng 100g - 200g sắc nước uống, uống hàng ngày thay nước.

## CỎ MẦN TRẦU

Tên khác: Cỏ vườn trâu, cỏ mần trâu

Tên Tây, Nùng: Nhả nháp

Tên khoa học: *Eleusine indica*

Họ: Lúa (Poaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống hàng năm cao 15 - 90cm. Có rễ mọc khỏe thân bò dài ở gốc, phân nhánh sau mọc thẳng đứng thành bụi, lá mọc so le, hình dài, nhọn. Cụm hoa là bông xé ngọn có 5 - 7 nhánh dài mọc tỏa tròn đều ở đầu cuống chung và có 1 - 2 nhánh xếp thấp hơn ở dưới mỗi nhánh mang nhiều hoa, quả thuôn dài gần như có 3 cạnh.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây. Dùng tươi hay phơi khô

**3. Tính vị tác dụng:** Có vị ngọt hơi đắng, tính bình. có tác dụng hạ nhiệt làm ra mồ hôi, tiêu viêm, trừ thấp, cầm máu, tán ứ, làm mát gan.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường được dùng trị cao huyết áp, lao phổi, ho khan sốt âm ỉ về chiều, lao lực mệt nhọc, tiểu tiện vàng và ít mật, còn dùng cho phụ nữ có thai hỏa nhiệt, táo bón, buồn phiền, động thai, nhức đầu, nôn

mửa, tức ngực, sốt nóng, cũng dùng uống trị mụn nhọt, các chứng nhiệt độc, trẻ em tưa lưỡi. Ở Trung Quốc thường dùng chữa: Để phòng chứng viêm não, truyền nhiễm, thống phong, viêm gan vàng da, viêm ruột, lỵ, viêm niệu đạo, viêm thận, viêm tinh hoàn. Dùng trị đôn ngã tổn thương, cầm máu.

Liều dùng: 6 - 12g dạng thuốc sắc hoặc hoàn tán hoặc phối hợp với các vị thuốc khác.

Ngoài ra còn được dùng chữa lao hạch (hạch chuột) thường dùng kết hợp với vỏ cây gạo (cạo bỏ vỏ thô bên ngoài) dùng tươi hoặc khô, nếu dùng khô thì dùng bằng 1/2 liều thuốc tươi.

- Cỏ Mần trâu (tươi) 100g
- Vỏ cây gạo (tươi) 100g

Dùng dạng thuốc sắc. Uống hàng ngày thay nước. Trẻ em dùng bằng 1/2 liều người lớn.

## CỎ ROÌ NGỰA

Tên khác: Mã tiền thảo

Tên Tày, Nùng: Nhà thang én

Tên khoa học: *Verbena officinalis*

Họ Cỏ roi ngựa (Verbenaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống dai mọc thành bụi cao 30 - 70cm. Thân vuông lá mọc đối, chia thùy hình lông chim có răng, cuống lá rất ngắn hoặc không có, hoa mọc thành chùy ở ngọn gồm nhiều bông hình sợi, lá bắc có mũi nhọn, hoa nhỏ không cuống màu lam có lông. Quả nang có 4 nhân. Hạt không có nội nhũ.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị đắng tính mát, có tác dụng thanh nhiệt giải độc, lợi thủy tiêu phù, hoạt huyết tán ứ, trừ sốt rét.

**4. Công dụng liều dùng:** Được dùng trị sốt rét, giun chỉ, bệnh sán máng. Cảm lạnh và sốt, viêm họng, ho gà, viêm dạ dày ruột cấp, lỵ a míp, viêm gan vàng da, cổ trướng, viêm thận phù thũng, viêm nhiễm đường tiết niệu bể kính nguyệt khó khăn, làm mau đẻ.

**Liều dùng:** Ngày 15 - 30g dạng thuốc sắc.

Dùng ngoài trị đòn ngã tổn thương và viêm da: lấy cây tươi giã nát đắp và nấu nước rửa.

Còn dùng uống và ngâm rửa chữa bệnh ngứa ở hạ bộ.

## CỎ SỮA LÁ LỚN

Tên khác: Cỏ sữa to lá, Thiều căn thảo

Tên Tây, Nùng: Cỏ mè nôm, cỏ chí lin (Mông)

Tên khoa học: Euphorbia hirta

Họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống hàng năm hay nhiều năm có thân mảnh cao 15 - 40cm, toàn cây có lông ráp và có nhựa mủ trắng, lá mọc đối cuống ngắn phiến lá hình mũi mác dài 4 - 5cm. Mép có răng cưa nhỏ, gốc cùng lá có kèm nhỏ hình lông cưng, nhiều cụm hoa hình chén nhỏ ở các nách lá. Mỗi chén mang các hoa đơn tính. Quả nhỏ khi già nứt thành ba mảnh vỏ mang 3 hạt rất nhỏ.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Cây có vị đắng và chua, tính mát, hơi có độc có tác dụng tiêu viêm lợi tiểu, giải độc, chống ngứa, thông sữa, cây còn có tính làm địu, chống co thắt và dễ thờ.

**4. Công dụng liệu dùng:** Dùng để chữa ly trực khuẩn, ly a míp, viêm ruột cấp, khó tiêu, viêm ruột non do Tricomonát, viêm khí quản mãn tính, viêm thận, viêm bể thận. Dùng

ngoại trị eczema, viêm da, hắc lao, Zơ na, áp se vú, viêm nú  
đà, con dùng cho phụ nữ ít sữa hoặc tắc tia sữa.

**Cách dùng:** Có thể dùng dưới nhiều dạng, nếu hăm lây  
lạ cho vào trong 1 chén nước sôi mỗi ngày uống 2 chén  
hoặc cao lỏng 0.50g - 1,50g hàng ngày. Hoặc dùng cao  
thuốc rượu 0.05 - 0.10g hàng ngày, hoặc dùng cồn thuốc  
1,3g mỗi ngày. Người ta cũng dùng nước nấu cây để chữa  
bệnh ngoại da hoặc đắp ngoài

Trong dân gian dùng nhựa mủ của Cây sữa bôi chữa  
bệnh chàm mà ở trẻ sơ sinh. Ngày bôi nhiều lần.

## CỎ XƯỚC

Tên khác: Ngưu tất nam

Tên Tây. Nùng: Cỏ vác thắt. Cỏ vảy mèo

Tên khoa học: *Achyranthes aspera*.

Họ Rau dền: (Amaranthaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống hàng năm hay 2 năm cao khoảng 1m rễ nhỏ cong queo bé dần từ cổ đến chóp rễ, lá mọc đối, mép lượn sóng hoa nhiều mọc thành bông dài ở ngọn cây. Quả nang có lá bắc tồn tại thành gai nhọn. Hạt hình trứng dài.

**2. Tính vị tác dụng:** Vị đắng chua, tính mát có tác dụng thanh nhiệt tiêu viêm, lợi tiểu. Người ta đã biết là chất Sapomin trong rễ có tác dụng phá huyết và làm vón Albumin. Ngoài ra còn có tác dụng chống viêm tốt ở cả giai đoạn cấp và mãn.

**3. Bộ phận dùng:** Toàn cây, chủ yếu là rễ. Dùng tươi hay phơi khô

**4. Công dụng liêu dùng:** Ngọn và lá non vò kỹ thái nhỏ trần qua nước sôi, có thể sào hay nấu canh còn rễ cây và

các bộ phận khác được dùng chữa cảm mạo phát sốt, sởi, mũi, sốt rét, lỵ, viêm nang tai, quai bị, thấp khớp dạng thấp, viêm thận phù thũng, tiểu tiện không lợi, đái dầm, đái buốt, đau bụng kinh, kinh nguyệt không đều, đôn nga tổn thương.

**Liều dùng:** 15 - 30g dạng thuốc sắc. Dùng ngoài lấy cây tươi giã đắp.

Trong dân gian ở một số vùng miền núi: dùng rễ tươi 100 - 200g sắc đặc uống để tẩy thai non.



## CÓC MẪN

Tên khác: Cỏ the, cóc ngổi

Tên Tây, Nùng: Mừ khuyết, ngò pù xi, di mi

Tên khoa học: Centipeda mirima

Họ cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống hàng năm thân nhỏ mềm mọc bò lan trên mặt đất ẩm phân rất nhiều nhánh lòa xòa trên mặt đất gần gốc có rễ phụ. Ở ngọn có lông trắng nhỏ lá đơn mọc so le, hoa hình đầu màu vàng nhạt, không cuống, mọc ở kẽ lá, quả nhỏ

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị cay, mùi hắc, tính âm, có tác dụng thông khiếu tán thấp, khu phong, tiêu thũng, tiêu viêm, tiêu sưng.

**4. Công dụng liều dùng:** Viêm mũi cấp và mãn tính, viêm mũi dị ứng, viêm phế quản mãn tính, ho gà, bệnh giun đũa, lỵ a míp, bệnh sỏi rét, chấn thương tạng khớp, đau mắt đỏ sưng, đau màng mỏng mắt, viêm mắt có mủ, đau dạ dày, ỉa chảy nôn mửa.

Dùng ngoài trị rắn cắn, viêm nú da, viêm da thần kinh, chai chân và đắp bó gãy xương.

**Liều dùng:** 3 - 10g dạng thuốc sắc. Dùng ngoài cây tươi già đắp không kể liều lượng.

Nhân dân ở một số nơi trong tỉnh dùng Coóc mần chữa trúng thương thậm thũng. bằm giập: Coóc mần tươi, 100 - 150g, nẩy trắng 200 - 250ml, Coóc mần rửa sạch, giã nát, đổ rượu vào vò vắt lấy nước. Ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 chén con. bã dùng đắp trực tiếp lên vết thương, ngày thay 2 - 3 lần.

Dùng chữa cam tích trẻ em. Coóc mần tươi 50 - 100g rửa sạch, giã nhỏ cho vào túi nhỏ đeo ở ngực trẻ, đồng thời sắc nước cho trẻ uống. Ngoài ra dân gian còn dùng chữa trâu bò bị đau mắt.

## COM CHÁY

Tên khác: Sốc diệp, Cây thuốc mủi

Tên Tây, Nùng: Nguồn slâm

Tên khoa học: Sambucur tavanica

Họ Com cháy (Caprifoliaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây mọc hoang sống nhiều năm cao tới 3m. Thân xấp gần tròn nhẵn, màu lục nhạt, cành to trong rỗng có túy trắng xốp, ngoài mặt có nhiều lỗ bị, lá mềm mọc đối, kép lông chim lẻ gồm 3 - 9 lá chét, mép khía răng, cuống lá có rãnh ở mặt trên và loe rộng ở phía góc thành bẹ, hoa nhỏ màu trắng. Quả mọng, hình cầu, màu đỏ sẫm đen chứa 3 hạt dẹt. Cây mọc nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường dùng tươi, hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị hơi đắng, tính ấm, rễ chống co thắt và tiêu phù thân và lá lợi tiểu, tiêu phù và giảm đau.

**4. Công dụng liều dùng:** Rễ trị đòn ngã tổn thương, gãy xương, thấp khớp, thân và lá trị viêm thận, phù thũng, ngày dùng 30 - 60g dạng thuốc sắc.

Dùng ngoài chữa đẹn giập, lả tươi giã đắp. Lá cây com cháy nấu nước tắm rửa, chữa lở ngứa toàn thân, Eczema, ghẻ, rửa vết thương, dùng tắm cho bà đẻ.

Quả dùng ngâm rượu uống làm thuốc nhuận tràng, tẩy độc cơ thể, chữa lỵ.

## CỐT TOÁI BỔ

Tên khác: Răng đuôi phượng, tổ diều, tổ rồng

Tên Tây, Nùng: Măn ác ề.

Tên khoa học: Drynaria portunei

Họ Dương xỉ (Polypodiaceae)

**1. Mô tả cây:** Loại cây dương xỉ mọc bờ có thân rễ đẹp, mọc nước lóng dạng vẩy màu nâu, lá có 2 loại, lá hừng mùn. Gốc hình tim mép có răng nhọn dài 3 - 5cm. Không cuống phủ kín thân rễ. Lá thường sinh sản. Cốt cuống ngắn 4 - 7cm. Phiến dài xẻ thùy sáu, không có lông. Cây thường sống bám trên các mô đá, cây to, có ở huyện Hòa An, Thạch An, Thông Nông Cao Bằng

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị đắng tính ấm có tác dụng bổ thận, mạnh gân xương, hành huyết, phát huyết ứ, cầm máu, khu phong thấp, sát trùng, giảm đau.

**4. Công dụng liệu dùng:** Dùng chữa thận hư (suy giảm chức năng nội tiết) là chảy kéo dài, đờn ngã chấn thương, bong gân, tụ máu, sai khớp, gãy xương, phong thấp đau nhức xương, xung đau khớp, ù tai và đau răng, chảy máu chân răng

**Liều dùng:** 6 - 12g thân rễ khô dạng thuốc sắc hoặc ngâm rượu uống

Dùng ngoài lấy thân rễ tươi giã nát đắp lên chỗ xung đau hoặc dùng khô sao cháy tán bột rắc.

## CỦ MÀI

Tên khác: Khoai mài, hoài sơn

Tên Tây: Nung, Mãn đen, Mãn đông, Mãn kẹp

Tên khoa học: Dioscorea persimdis

Thuộc họ: Củ nâu (Dioscoreaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây mọc hoang ở nhiều nơi, dây leo quấn, thân nhẵn, hơi có góc cạnh, màu đỏ hồng, thường mang những củ nhỏ ở nách, rễ củ đơn độc hoặc tung đôi ăn sâu vào đất. Vỏ ngoài có màu nâu xám thịt mềm màu trắng, lá mọc so le hay mọc đôi hình tim, không có lông.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ củ

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt, tính bình, có tác dụng bổ tỳ vị, ích tam phế, bổ thận

**4. Công dụng:** Nhân dân vùng núi thường đào củ mài vềạo sạch vỏ luộc sao hoặc nấu canh ăn, có thể dùng ghê cơm để ăn như các loại khoai. Củ mài được dùng làm thuốc bổ ngũ tạng, mạnh gân xương và dùng để chữa: Người có cơ thể suy nhược bệnh đường ruột, tả chảy, lỵ lâu ngày và bệnh tiêu khát, di tinh, mộng tinh và hoạt tinh, viêm tử cung (bạch đới), thận suy, mỏi lưng, đi tiểu luôn, chóng mặt hoa mắt, ra mồ hôi trộm.

**Liều dùng:** Ngày 12 - 24g

Sắc hoặc tán bột uống.

## CÚC ÁO HOA VÀNG

Tên khác: Cúc áo, nụ áo vàng

Tên Tây, Nang, Cỏ nậu áo hoặc lương, cỏ nậu áo

Tên khoa học: *Spilanthes acmelta*

Thuộc họ: Cúc (*Asteraceae*)

**1. Mô tả cây:** Cây mọc hoang ở những nơi đất ẩm, cây nhỏ cao khoảng 30cm. Mọc đứng có khi mọc bò lan trên mặt đất, phân cành nhiều, lá mọc đối, mép khía răng, cụm hoa hình đầu mọc ở đầu một, cán dài đến 12cm. Ở ngọn thân hay ở nách lá, lá bắc hình bầu dục nhọn đầu, trắng hoa màu vàng, các hoa cái có lưỡi với ba răng tròn, các hoa ở giữa hình ống. Quả bế đẹp màu nâu nhạt.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây hoặc hoa

**3. Tính vị tác dụng:** Có vị cay đắng, làm tê lưỡi, tính hơi ấm, có ít độc có tác dụng giải độc, tán kết, tiêu thũng, giảm đau.

**4. Công dụng liều dùng:** Cây và hoa thường được dùng trị: Cảm sốt, đau đầu, đau cường huyệt, sốt rét cơn, viêm phế quản, ho gà, ho lao, hen suyễn, đau nhức răng, sâu răng, phong thấp nhức xương, tê bại, sốt phát ban.

Dùng ngoài trị nhọt độc, lở ngứa, rắn độc cắn, vết thương tụ máu, sưng tấy, đau mắt.

**Liều dùng:** Ngày dùng 4 - 12g toàn cây hoặc 4 - 8g rễ sắc.

Dùng ngoài lấy cây tươi giã đắp, không kể liều lượng

## CÚC LIÊN CHI ĐẠI

Tên khác: Cây trứng ếch

Tên Tây, Nùng: Cò rọi khuyết

Tên khoa học: *Parthenium hysterophorus*

Thuộc họ cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây thảo mọc hoang phân nhánh cao 0,25 đến 1m. Thân có rãnh gân như nhẵn, lá xẻ hai đầu lông chim dài tới 11cm, các lá trên nguyên mặt trên có lông hạt, mặt dưới có lông xám, hoa màu trắng. Quả bế hình trứng ngược có lông ở đỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Thân mang lá và lá. Thường dùng tươi

**3. Tính vị tác dụng:** Vị đắng có tác dụng gây chảy nước bọt, làm giảm đau nhức, làm săn da.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường được dùng để trị bệnh tim đập nhanh (dùng thân mang lá băm nhỏ hầm hoặc sắc nước uống) ngoài ra còn được dùng để chữa các vết loét và một số bệnh ngoài da.

Trong dân gian ở một số vùng miền núi cây cúe liên chi tươi chữa viêm đa khớp sưng đau: hái lấy thuốc đủ dùng, rửa sạch, giã nhỏ, trộn với 1 lít nước vò gạo, sao ấm đắp, ngày làm 2 - 3 lần. Còn được dùng chữa rắn cắn: hái lấy thuốc, rửa sạch cho bệnh nhân nhai, nuốt, bã đắp xung quanh vết cắn, nếu bệnh nhân không nhai được thì giã nhỏ, thêm 1 ít nước vò vắt lấy nước cho uống, bã đắp. Ngày thay thuốc nhiều lần



## CÚC TÂN

Tên khác: Cây lưc, từ bì

Tên Tây, Nùng: Phiặc phà nặm

Tên khoa học: Pluchea indica

Thuộc họ: Cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây mọc thành bụi cao 1 - 2m cành mảnh lá mọc so le, hình gần bầu dục hơi nhọn đầu, gốc lá thường dài, mép khía răng. Cụm hoa hình ngũ mọc ở ngọn các nhánh, đầu có cuống ngắn màu tím tua thường xếp 2 - 3 cái một, toàn cây có lông tơ và mùi thơm. Cây thường được trồng làm hàng rào ở khắp nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Cành lá và rễ, dùng tươi hay phơi khô

**3. Tính vị tác dụng:** Vị hơi đắng cay, mùi thơm tính ấm, có tác dụng tán phong hàn, lợi tiểu, tiêu độc, tiêu ứ, tiêu đờm, sát trùng, làm ấm ngon miệng, giúp tiêu hóa.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường được dùng chữa cảm mạo, nóng không ra mồ hôi, bí tiểu tiện, phong thấp, tê bại, đau nhức xương, đau thất lưng, trẻ em ăn uống chậm tiêu dùng ngoài trị chấn thương gãy xương, bong gân, trị ghẻ.

**Liều dùng:** Ngay dùng 10 - 15g cành lá hoặc 6 - 8g rễ sắc uống.

Ngon và lá non được dùng làm rau ăn, để chữa đau nhức xương khớp.

## CỎ CỨT LỢN

Tên khác: Cây cứt lợn, cỏ hôi, cây hũ xịch

Tên Tây, Nùng: Co quang ma, nhà khí nu.

Tên khoa học: *Ageratum conyzoides*

Thuộc họ: Cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang hàng năm cao khoảng 25 - 50cm lá mọc đối hình trứng, mép có răng cưa tròn. Toàn thân và lá đều có lông, hoa nhỏ màu tím hay xanh trắng xếp thành đầu, các đầu này lại tập hợp thành ngữ, quả bế có 3 sống màu đen.

**2. Bộ phận dùng:** Phần cây trên mặt đất, thường được dùng tươi.

**3. Tính vị tác dụng:** Có vị hơi đắng tính mát, có tác dụng thanh nhiệt giải độc, tiêu sưng và cầm máu, cành lá vò ra có mùi hôi gây nôn.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường được dùng làm thuốc chống viêm, chống phù nề, chống dị ứng trong các trường hợp sốt mũi, viêm xoang mũi, dị ứng cấp và mãn, chảy máu ngoài do chấn thương, bị thương sưng đau, mụn nhọt, ngứa lở, Eczema, chữa cảm sốt.

**Liều dùng:** Ngày dùng 15 - 30g cây khô sắc uống, hoặc dùng cây tươi giã lấy nước nhỏ. Hoặc dùng cây tươi giã đắp vết thương chảy máu, đắp mụn nhọt, hoặc nấu nước tắm chữa ghẻ, chốc đầu trẻ em.

## CỎ CỨT NGỰA

Tên khác: Hoắc hương núi

Tên Tây. Nùng: Nhà khí mu hèo, nhà uốn mu

Tên khoa học: *Teucrium viscidum*

Thuộc họ: Hoa môi (Lamiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hoang sống nhiều năm có chồi cao 30 - 70cm, có khi hóa gỗ ở gốc, phân nhánh ít hay nhiều, lá có phiến lá mỏng hình trứng, dài 3 - 10cm, mép khía răng cưa, cuống ngắn, hoa có cuống dài hình ống phủ lông dài trắng màu hồng có ống ngắn gân như không thò ra. Quả bẻ trừ hình trái xoan. Cây mọc nhiều ở huyện Thạch An, Hòa An, Bảo Lạc, Quảng Hòa - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây. Dùng tươi hoặc phơi khô

**3. Tính vị tác dụng:** Vị đắng, cay, tính mát có tác dụng cầm máu, tiêu phù giải độc, giảm đau.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường dùng để chữa: Nôn ra máu, chảy máu cam, ỉa phân đen, đau bụng kinh, chó dại cắn, đung giập ổ tụ máu, vết thương chảy máu, mụn nhọt, rắn cắn, đau thấp khớp.

**Liều dùng:** Ngay dùng 20 - 40g dạng thuốc sắc. Dùng ngoài cây tươi giã đắp tại chỗ, hoặc nấu nước rửa.

Còn dùng chữa viêm phụ khoa, dùng kết hợp với lá trầu không, muối.

**Cách dùng:** - Lá và ngọn cây cứt ngựa, lá trầu không (chều lượng lấy đủ dùng) muối lấy vài hạt. Tất cả giã nhỏ, sao ầm dập trực tiếp, hoặc nấu nước đặc ngâm rửa. Ngày thay thuốc 2 - 3 lần. Ngoài ra còn dùng chữa nước ỉn chân bằng cách sắc đặc lấy nước ngâm

## DÂY CÀNG CUA

Tên khác: Dây sữa

Tên Tây. Nung: Thau noong, thau mè nôm

Tên khoa học: *Cryptolepis buchanani*

Thuộc họ: Thiên lý (*Aselepiadaecae*)

**1. Mô tả cây:** Dây leo bằng thân quấn, cành già màu nâu xám hoặc nâu đỏ, có những nốt lồi, lá mọc đối, mặt trên nhẵn bóng mặt dưới nhạt, hoa mau vàng mọc thành xim 2 ngả ở nách lá. Quả gồm hai đại đối diện nhau làm thành một đường thẳng. Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây.

**3. Tính vị tác dụng:** Dây có vị hơi đắng, tính lạnh, có độc, có tác dụng tan ứ, giảm đau, giải độc, rút mủ, sát trùng, chữa lở ngứa, cầm chảy máu mũi, làm xuống sữa nhanh.

**4. Công dụng liều dùng:** Thường dùng lá tươi bẻ lá lấy nhựa bôi chữa nhọt mủ, dây, lá sao vàng sắc uống, thường dùng chữa bệnh còi xương, mất sữa.

## PHÈN ĐEN

Tên khác: Cây nõ, Tào phân điệp

Tên Tây, Nùng: May thồng đăm, mắc tẻng đăm

Tên khoa học: *Phyllanthus reticulatus*

Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thuộc loại cây bụi, cành mảnh màu đen nhạt. Lá có hình dáng thay đổi, hình trái xoan, hình bầu dục hay hình trứng ngược nhọn hay tù ở hai đầu, phiến lá mỏng, lá kèm hình tam giác hẹp. Cụm hoa hình chùm ở nách lá. Quả hình cầu màu đen, hạt hình ba cạnh, màu nâu nhạt. Cây mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân, lá, dùng tươi hay khô

**3. Tính vị:** - Vỏ thân có vị nhạt và chát, tính mát.

**4. Công dụng:** - Vỏ thân dùng làm thuốc chữa tiểu tiện khó khăn, có máu, chữa lên sởi, đậu. Ngay dùng 20 - 40g dạng thuốc sắc, chia làm 3 lần uống trong ngày

- Lá tươi dùng chữa rần cắn. Hái lấy 1 nắm lá, rửa sạch, nhai nuốt nước, bã đắp vết cắn, hoặc giã nát vắt lấy nước cốt uống, bã đắp.

Bột lá dùng rắc lên vết thương, vết loét cho chóng lành và chóng lên da non.

Ngoài ra còn dùng rễ làm thuốc chữa lỵ, dùng kết hợp với lá mơ lông, rễ cỏ tranh, mỗi vị 20g, gừng 2 lát, sắc uống

## PHÒNG ĐẰNG SÂM

Tên khác: Đẳng sâm. Lộ đẳng sâm.

Tên Tây, Nùng: Mần slảy cáy

Tên khoa học: Codonopsis

Thuộc họ hoa chuông (Campanulaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ sống lâu năm. Rễ hình trụ dài, đầu rễ phát triển to, có nhiều vết sẹo của thân rễ, phía dưới có khi phân nhánh, mặt ngoài màu vàng nhạt. Thân mọc bò hay leo, phân nhánh nhiều, phía dưới hơi to có lông. Lá mọc đối, cuống lá dài, phiến lá hình tim, hoặc hình trứng, đầu lá tù hay nhọn, đáy lá hình tim, mép lá nguyên hoặc hơi lượn sóng, hoặc hơi có răng cưa. Hoa mọc đơn độc ở kẽ lá, có 5 lá đài, tràng hoa hình chuông, màu vàng nhạt, chia 5 thùy, 5 nhị, bầu có 5 ngăn. Quả nang, phía trên có 1 núm nhỏ hình nón, khi chín có màu tím đỏ

Mùa hoa: tháng 7 - 8

Quả: tháng 9 - 10

Cây mọc hoang ở huyện Nguyên Bình, Hòa An, Quảng Hòa Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, dùng tươi hay khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính bình.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa tý hư, ăn không tiêu, chân tay yếu mỏi, phế hư sinh ho, phiền khát làm thuốc bổ da dày, lợi tiểu tiện. Dùng thay thế nhân sâm. Ngày dùng 6 - 12g, cũng có thể dùng từ 20 - 30g. Sắc uống, dùng từ 1 - 2 tuần.

## QUA LÂU NHÂN

Tên khác: Qua lâu, Dưa trời.

Tên Tây, Nùng: Cò thau ca, Mác thau ca

Tên khoa học: Trichosanthes

Thuộc họ Bầu bí (Cucurbitaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại dây leo. Lá mọc so le phiến lá xẻ thành nhiều thùy trông như lá cây bí ngô. Hoa đơn tính, màu trắng. Quả tròn, khi chín có màu vàng cam, trong quả có nhiều hạt, hình trứng dẹt, trong có lớp vỏ lụa màu xanh.

Cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Nguyên Bình, Trà Lĩnh - Cao Bằng

**2. Bộ phận dùng:** - Rễ (Thiên hoa phấn, hay qua lâu căn)

- Qua lâu bì (Vỏ quả)

- Quả lâu nhân (hạt)

Tất cả đều dùng khô

**3. Tính vị:** - Qua lâu (Hạt) có vị ngọt, hơi đắng, tính hàn.

- Thiên hoa phấn (rễ) có vị ngọt, chua, tính hàn



**4. Công dụng:** - Qua lâu được dùng trị phế nhiệt (phổi nóng) sinh ho, ho có nhiều đờm, đặc, yết hầu sưng đau, sưng vú, đại tiện táo kết. Ngày dùng 9 - 15g.

- Hạt va vỏ quả dùng chữa sốt nóng khát nước, ho khan, thổ huyết, mụn nhọt, đại tiện táo bón.

- Rễ dùng chữa nóng sốt âm, các chứng nhiệt, miệng khô khát nước, hoàng đản, đau vú, lở ngứa, sưng tấy. Ngày dùng 10 - 15g, dạng thuốc sắc. Ngọn non dùng làm rau ăn.

## QUẾ

Tên khác: Quế đơn, Quế bì

Tên Tây. Nùng: Cò quế

Tên khoa học: Cinamomum cassia

Thuộc họ Long não (Lauraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây gỗ, cao từ 10 - 15m, có khi hơn vỏ thân nhẵn. Lá mọc so le, có cuống ngắn, lá cứng và giòn, đầu lá nhọn hoặc hơi tù, có 3 gân hình vòng cung, mặt trên lá màu xanh sẫm bóng. Cụm hoa hình chùm xim ở nách lá hoặc ở ngọn cành. Hoa màu trắng. Quả hạch hình trứng khi chín màu nâu thẫm, nhẵn bóng

Hoa tháng 6 - 8, quả từ tháng 10 - 3 năm sau.

Cây được trồng rải rác ở huyện Thạch An, Trà Lĩnh - Cao Bằng

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân, vỏ cành, cành - Dùng khô, thu hái vào mùa hạ, mùa thu.

**3. Tính vị:** Vị cay, ngọt, tính rất nóng, mùi thơm.

**4. Công dụng:** Chữa đau dạ dày và đau bụng, ỉa chảy, choáng, cảm lạnh, buốt các ngón tay, chân, ho hen đau khớp, đau lưng, bế kinh, thống kinh, tê cứng. Ngày dùng 1 - 3g hãm như chè uống. hoặc dùng dạng sắc hay ngâm rượu, hoặc dùng 0.5 - 2,5 dạng bột uống với nước ấm - phụ nữ có thai không dùng được.

## QUÍT

Tên Tây, Nùng: Mắc quít, Mắc cam chia

Tên khoa học: Citrus deliciosa

Thuộc họ Cam quít (Rutaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ. Lá mọc so le, lá đơn mép lá có răng cưa, vỏ ra có mùi thơm đặc biệt. Hoa nhỏ, màu trắng, mọc đơn độc ở kẽ lá. Quả hình cầu, hai đầu dẹt, khi chín có màu vàng cam hay vàng đỏ, vỏ mỏng, nhẵn hay hơi sần sùi, dễ bóc, mùi thơm.

Cây được trồng ở nhiều nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ quả (trần bì) hạt (quất hạch). Lá - thu hai khi quả chín bóc lấy vỏ phơi khô.

**3. Tính vị:** Trần bì (vỏ quả quít phơi khô) có vị cay đắng, tính ôn.

- Hạt có vị đắng, tính bình

**4. Công dụng:** Trần bì dùng làm thuốc chữa ăn uống không tiêu, ăn không ngon, nôn mửa, sốt rét, trừ đờm.

Ngày dùng 4 - 12g hay hơn. Sắc uống.

- Hạt (quất hạch) dùng chữa sa đỉ (thiên trụ, hòn dái sưng đau) ngày dùng 6 - 12g có thể dùng tới 16g.

- Lá quít tươi hơ nóng đập chữa đau bụng, ho, sưng vú, có khi phơi khô sắc uống như vỏ quít. Ngày dùng 6 - 12g

- Nước quít uống chữa say rượu, giải khát, hồi hỷ.

- Trong dân gian dùng lá tươi vỏ nát cho vào mồm ngâm chữa viêm niêm mạc miệng.

## QUAN ÂM NÚI

Tên khác: Mạn kinh

Tên Tây. Nùng: Co nim nậm, co quan âm

Tên khoa học: Vitec quinata

Thuộc họ cỏ roi ngựa (Verbenaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây gỗ nhỏ, cành non hơi vuông, vỏ thâm xám, cành, lá có mùi thơm. Lá kép mọc đối, có 3 - 5 lá chét hình chân vịt, phiến lá hình trái xoan, đầu lá nhọn. 2 mặt lá đều nhẵn, trên gân lá có lông và tuyến phấn màu vàng. phiến. lá giữa to hơn các phiến lá 2 bên. Hoa màu vàng nhạt, mọc thành trụ ở ngọn cành. Quả hạch màu đen xám. Cây mọc hoang, mọc nhiều ở Hạ Lang, Trùng Khánh, Quảng Hòa, Thạch An, Hà Quảng - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, vỏ rễ, quả - Dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính Vị:** Quan âm núi có vị the, tính bình.

- Lá có vị đắng, mát, dùng làm thuốc chữa đái ra máu, đái đục bạch đới, ngày dùng 40 - 50g sắc uống.

Lá còn dùng nấu nước ngâm rửa chữa lở ngứa ở hạ bộ, xông rửa chân sưng đau do phong thấp (cước khí) tâm chữa ghẻ, lở, mẩn ngứa, rôm

- Rễ có vị ngọt, đắng, the the, tính bình. Dùng chữa cảm thấp nóng, tet đau mỏi thân thể tay chân, ngày dùng 30 - 50g sắc uống: Rễ Quan âm sắc đặc ngâm chữa sâu răng.

Quả có vị cay, tính ấm Dùng chữa đau bụng, tả, lý mạn tính, va khí đôn lên ho hen, dùng quả sao giòn tán bột, ngày uống 3 lần.

## QUI CHÂM THẢO

Tên khác: Đơn kim, đơn buốt

Tên Tây, Nùng: Cò kim pu, cò khoác nu, mà im (Mông)

Tên khoa học: Bidens Polisa

Thuộc họ Cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây có sống hàng năm, cao từ 30cm - 1m cây mọc đứng phân nhiều nhánh. Thân và cành có rãnh chạy dọc. Lá mọc đối, phiến lá đơn hay có 3 lá chét, lá hình trứng thuôn, mép lá khía răng cưa. Hoa ở giữa có màu vàng, phía ngoài có 2 vòng màu trắng, mọc riêng hay từng đôi một ở kẽ lá hay đầu cành. Quả gãy nang nhiều gai nhỏ

Cây mọc hoang khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Dùng toàn cây, thu hái khi cây đang ra hoa, cắt khúc phơi khô

**3. Tính vị:** Có vị đắng, ngọt, tính mát

**4. Công dụng:** Thanh nhiệt giải độc, hoạt huyết, tan máu ứ, chữa sưng họng phát sốt, trẻ em sốt co giật, dị ứng, nổi mẩn ngứa, rắn cắn. Ngày dùng 50 - 100g sắc uống.

- Còn được dùng chữa đau răng, sâu răng, dùng cả cây tươi cho thêm vài hạt muối, giã nhỏ đặt vào chỗ đau.

- Chữa rắn cắn: Cả cây tươi giã nhỏ vắt lấy nước cốt uống, bã đắp vết cắn.

- Chữa viêm họng sưng đau: Cả cây tươi, giã nhỏ cho thêm vài hạt muối, ngâm nước sôi.

- Chữa hắc lào: Dùng lá và ngọn non (cây tươi) hơ lửa nóng vò xát, ngày làm nhiều lần.

## RAU DỪA NƯỚC

Tên khác: Du long thái, thủy long

Tên Tây, Nùng: Cò pot ping, phiác póp

Tên khoa học: *Jussiaea repens*

Thuộc họ rau dứa nước (*Oenotheraceae*)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cỏ mọc bờ hay mọc nổi trên mặt nước, có rễ ở các mấu và có phao trắng nổi, xốp, hình trứng. Lá hình trứng hay hơi thuôn, đầu lá tù hay tròn. Hoa mọc đơn độc ở kẽ lá, màu trắng. Quả nang hình trụ, nở thành 3 mảnh trên mặt có lông, hạt nhiều, nhỏ. Cây mọc hoang dại, phổ biến ở ao, đầm, ruộng, nơi ẩm ướt.

**2. Bộ phận dùng:** Cả cây - Thu hái quanh năm - hái về rửa sạch, cắt đoạn ngắn, phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Có vị ngọt, nhạt, tính hành.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa đại buốt, đái dắt, đặc biệt chữa đại đục, chữa viêm bàng quang. Ngày dùng 50 - 100g, sắc nước uống. Còn có tác dụng thanh nhiệt giải độc gan, nhuận tràng

Dùng ngoài: Nước sắc Rau dứa nước dùng rửa vết thương nhiễm trùng để giảm mùi hôi, sát khuẩn tốt, tổ chức hạt chông phát triển, vết thương chóng lành.

Còn dùng nấu nước tắm rửa mụn nhọt, viêm da, lở ngứa.

Rau dứa nước còn được dùng làm rau chân vịt lợn.



## RAU DỀN GAI

Tên khác: Dền gai

Tên Tây, Nùng: Phiác hồm nam

Tên khoa học: *Amaranthus spinosus*

Thuộc họ rau dền (*Amaran thaceae*)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cỏ sống hàng năm, cao từ 30 - 70cm, phân nhiều cành, không lông. Lá mọc so le, hình thuôn dài, cuống lá dài có cánh, ở gốc lá có 2 gai. Hoa mọc thành xim và sắp xếp sát nhau ở nách lá thành những bông dài. Quả là một túi hình trứng nhọn một đầu, hạt đen óng.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn thân cây thu hái quanh năm, phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Có vị ngọt nhạt, tính hơi lạnh.

**4. Công dụng:** Thường dùng làm thuốc chữa phù thũng, bệnh ho long đờm, và điều kinh. Ngày dùng 50 - 100g dạng thuốc sắc, ngày thay thuốc 1 lần.

Cây tươi dùng làm thuốc đắp mụn nhọt, trị bỏng, nước nấu rau dền gai dùng tắm rửa chữa lở ngứa, hái cả cây trên mặt đất, dùng tươi, nấu nước đặc tắm rửa ngày 2 - 3 lần.

## RAU DỆU

Tên khác: Dệu

Tên Tây, Nùng: Co phiac piêu

Tên Khoa học: *Alternanthera sesilis*

Thuộc họ rau dền: (Amaranthaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ mọc bò, dài từ 40 - 50 cm, phân nhiều nhánh, phần sát mặt đất có rễ ở các đốt. Lá mọc đối hình mũi mác, lá nhọn ở 2 đầu, mép lá nguyên lá nhỏ (trông gần, giống cây nhọ nôi). Hoa nhỏ, màu trắng, không cuống, tập hợp nhiều thành bông gần như tròn ở nách lá. Quả nang ngắn.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi, ưa đất ẩm ướt.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây - dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Có vị ngọt nhạt, tính mát.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc lợi sra, lợi mật, hạ nhiệt, lợi tiểu, tiêu viêm, nhuận gan, chửa ỉy, chảy máu cam, đại tiện ra máu.

Ngày dùng 50 - 100g thuốc tươi giã nhỏ thêm nước, vò vắt lấy nước uống, dùng 20 - 30g thuốc khô sắc uống. Dùng riêng hay kết hợp với các vị thuốc khác.

Nhân dân ở một số nơi thường hái ngọn làm rau ăn.

Cả cây được dùng làm thức ăn chăn nuôi lợn.

## RAU RĂM

Tên Tây. Nung: Phiác phát, phiác thiểu

Tên khoa học: Polygonum odoratum

Thuộc họ Rau răm (Polygonaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây sống hàng năm, toàn cây vô có mùi thơm đặc biệt dễ chịu. Thân mọc bò, rễ mọc ra từ các đốt, phần thân bên trên thường mọc thẳng đứng lên cao chừng 30 - 40 cm. Lá đơn mọc so le, hình mác hay hình trứng, cuống lá ngắn, có bẹ chia ngắn. Hoa mọc thành bông hẹp, gầy, đơn độc hoặc xếp đôi hay thành chùm, có ít nhánh. Quả nhỏ, ba cạnh, hai đầu nhọn, bóng nhẵn. Rau răm vừa là cây gia vị vừa là cây thuốc

Cây được trồng khắp nơi trong tỉnh.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây (thường dùng tươi).

**3. Tính vị:** Vị cay nồng, mùi thơm, tính ấm

**4. Công dụng:** Rau răm có tác dụng kích thích tiêu hóa, tan hàn, sát trùng, ra chảy, còn dùng chữa sốt, làm thuốc lợi tiểu và chống nôn. Ngày dùng 20 - 30g, giã nát thêm nước và vắt lấy nước uống, hoặc sắc uống.

Dùng ngoài chữa hắc lao, sâu quáng, hái lá và ngọn non, rửa sạch, giã nát đắp, ngày thay thuốc 2 - 3 lần, chữa rắn cắn. Nhai nuốt nước, bã đắp xung quanh vết cắn hoặc giã nhỏ thêm nước vò vắt lấy nước cho uống, bã đắp.

Ngoài ra còn dùng chữa nấm da đầu: Rau răm cả cây, rửa sạch nấu nước gội đầu, ngày gội 2 lần vào buổi trưa và chiều tối, dung đắp chữa chân trâu, bô bị sưng đau vào mùa đông lạnh buốt. Rau răm hái cả cây, rửa sạch, thêm vài hạt muối giã nát, trộn với một ít nước vò gạo sao nóng đắp, ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

Kinh nghiệm của một số cụ Lương y trong tỉnh dùng rau răm làm thuốc chữa bệnh tổ đũa: Rau răm tươi, lấy đủ dung, hơi lửa vò sát trực tiếp, hoặc nấu nước đặc ngâm rửa, ngày làm nhiều lần.

Kiêng kỵ: Không dùng uống cho phụ nữ có thai.

## RAU SẮNG

Tên khác: Rau ngọt núi, ngọt rừng

Tên Tây, Nùng: Phiắc bốn co, Phiắc đẩu

Tên khoa học: melientha suavis

Thuộc họ sơn cam (opiliaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây gỗ nhỏ, cao 4 - 8m, thân cây nhẵn, các cành mảnh ở ngọn cây vỏ màu lục khi còn non, lốm đốm trắng khi già. Lá mọc so le, hình ngọn giáo thu hẹp ở hai đầu lá, nhẵn, bóng. Cụm hoa nằm ở nách lá đã rụng, hình chùy, hoa đơn tính, có mùi thơm.

Quả mang hình trứng khi chín màu vàng. Cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Quảng Hòa, Hòa An... Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, hoa, quả.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, hùi, tính mát

**4. Công dụng:** Lá non, quả non, hoa dùng làm rau ăn bổ, mát.

- Rễ được dùng làm thuốc chữa viêm bàng quang, viêm đường tiết niệu, viêm gan. Đào lấy rễ rửa sạch, thái lát mỏng, phơi hay sấy khô, dùng kết hợp với rễ cây dạ hiến (rau hương, dây bò khai) mỗi vị dùng 50g khô, dạng thuốc sắc, uống thay nước hàng ngày, mỗi ngày thay thuốc 1 lần.

## RÁY

Tên khác: Dã vu, hái vu

Tên Tây, Nùng: Vật vẹo, Mần vật vẹo

Tên khoa học: *Alocasia odora*

Thuộc họ ráy (Araceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây mền, sống nhiều năm, nhờ thân to, phía dưới thân bọ, phía trên dùng, dưới đất có thêm rễ phát triển thành củ dài, có nhiều đốt ngắn, trên đốt có vẩy màu nâu. Lá to hình tim, cuống dài mẫu. Bông mo mang hoa cái ở phía gốc. Hoa đực ở phía trên. Phần dưới có mo tồn tại xung quanh các quả mọng, hình trứng màu đỏ.

Cây mọc hoang ở khắp nơi, ưa đất ẩm thấp.

**2. Bộ phận dùng:** rễ, thân, rễ hái quanh năm, thường dùng tươi, có khi dùng khô.

**3. Tính vị:** Vị nhạt, tính hàn, đại độc.

**4. Công dụng:** Dùng chữa cảm cúm, sốt cao, sốt rét, phát ban (phát pú xề); ỉa chảy, đau lấy củ Ráy, rửa sạch, gọt bỏ vỏ ngoài, thái lát mỏng, sao vàng xém cả 2 mặt lát thuốc, sắc nước uống, uống thay nước hàng ngày, mỗi ngày dùng 30 - 50g (đã sao), ngày thay thuốc một lần.

Dùng ngoài: Củ Ráy tươi, cắt lấy 1 đoạn khoảng 15 - 20cm nướng chín, 1 đầu gọt bỏ vỏ, 1 đầu để nguyên (để cầm không ngứa tay) dùng đánh giã cho người bị cảm nặng, sốt cao, sốt phát ban.

Ngoài ra trong dân gian còn dùng củ Ráy tươi xát vào nơi bị là Han gây ngứa.

## RỪM NAO

Tên khác: Cây mọt

Tên Tây, Nung: Cỏ da chia, cỏ sham nao

Tên khoa học: *Mallotus philippinensis*

Thuộc họ thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây gỗ nhỏ cao từ 5 - 10m. Cành non có lông màu gỉ sắt. Lá nguyên mọc so le, mặt dưới phủ lông trắng mềm và có nhiều tuyến, lá non màu hồng tím, gân cuống lá có 2 tuyến, lá kèm rụng sớm. Hoa nhỏ, cụm hoa đực mọc thành bông ở đầu cành hay nách lá, cụm hoa cái cũng là bông ở đầu cành. Quả nang hình cầu dẹt làm thành 3 múi, khi chín nứt thành 3 mảnh, hạt màu đen.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi

**2. Bộ phận dùng:** Thường dùng rễ, lá, dùng tươi hay khô.

**3. Tính vị:** Vị hơi đắng, hơi chát, tính mát

**4. Công dụng:** - Rễ dùng chữa ty cấp tính, hầu họng sưng đau, vỏ thân dùng chữa ỉa chảy, chữa động kinh.

Ngày dùng 15 - 30g (khô) sắc nước uống, nếu thuốc tươi thì liều lượng dùng gấp đôi (30 - 50g)

- Lá tươi: Sắc đặc dùng rửa vết thương lâu lành.

- Lá khô: Sao vàng tán nhỏ, rây lấy bột mịn dùng để rắc vết thương làm cho vết thương chóng lên da non. Cần có tác dụng sát trùng, tiêu viêm.

## RIÊNG

Tên khác: Phong khương, cao lương khương

Tên Tây, Nung, Cỏ khá

Tên khoa học: *Alpinia officinarum*

Thuộc họ gừng (*Zingiberaceae*)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây thảo sống lâu, mọc thẳng, cao từ 0,7 - 1,5m. Thân rễ mọc thẳng bo ngang, dài, hình trụ màu đỏ nâu, phủ nhiều vẩy, chia thành nhiều đốt không đều nhau. Lá không cuống, có bẹ, hình mac dài. Cụm hoa hình chùy, mọc ở đầu cành, có lông. Hoa sát nhau mật trong màu trắng. Quả hình cầu có lông, hạt có áo hạt.

Cây mọc hoang và được trồng ở khắp nơi để làm gia vị và làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ (thường gọi là củ) thu hái quanh năm, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Riêng có vị cay, mùi thơm, tính ôn.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc kích thích tiêu hóa, ăn ngon cơm, chữa đầy hơi, đau bụng, đau dạ dày, ỉa chảy, trung hàn nôn mửa.

Ngay dùng 3 - 6g dạng thuốc sắc, thuốc bột hay rượu thuốc.

Ngoài ra riêng gia, giã nhỏ, ngâm với dấm trắng (dấm thanh) làm thuốc bôi chữa hắc lao, lang ben.



## SA NHÂN

Tên khác: Mè tré bà, Dương Xuân sa, súc sa mát.

Tên Tày, Nùng: Co mác neng

Tên khoa học: *AMomunXanthioides*

Thuộc họ gừng (*Zingiberaceae*)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây cỏ, có thể cao 2 - 3m, gần giống cây riềng, thân rễ không phát triển thành củ như riềng. Lá xanh thẫm, mặt la nhẵn bóng. Hoa màu trắng đốm tía mọc thành chùm ở góc. từ rễ nẩy ra một mầm, ngọn mang hoa gần sát mặt đất, mỗi góc mang 3 - 6 chùm hoa, mỗi chùm 4 - 6 hoa, quả nang 3 ngăn, mùa quả vào tháng 5, chín vào tháng 7 - 8, hình trứng, to bằng đầu ngón tay cái, mặt ngoài vỏ có gai rất đều, bóp mạnh tay quả sẽ vỡ thành 3 mảnh. Hạt nhỏ trông như hạt sỏi.

Trong tính cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Nguyễn Bình, Bảo Lạc.

**2. Bộ phận dùng:** - Quả, thu hái lúc gần chín (mùa hè - thu) bóc bỏ vỏ lấy khối hạt phơi khô.

- Lá tươi - thu hái gần như quanh năm

**3. Tính vị:** Vị cay, mùi thơm, tính ấm.

**4. Công dụng:** Được dùng làm thuốc kích thích tiêu hóa, dùng trong trường hợp đau bụng, đầy bụng, ăn không tiêu, tả, lỵ.

Ngày dùng 1 - 3g dưới dạng thuốc viên hay thuốc sắc. Còn được dùng làm gia vị và chế biến rượu mùi.

Lá tươi được dân gian chữa ghê lở. Nấu nước tắm rửa, dùng đắp chữa đau đầu, cây sa nhân tươi, bãm nhỏ, giã nát, cho thêm 1 ít dấm chua hay rượu sao nóng đắp. Ngày thay 2 - 3 lần thuốc

## SÂN SẠT

Tên khác: Luât thảo

Tên Tây: Nùng; Cỏ nhà sáo

Tên khoa học: Humulus japonicus

Thuộc họ gai meo (Cannabinaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại dây leo sống hàng năm, thân có rãnh dọc các nhánh và cuống lá đều có lông. Lá mỏng, mọc đối, lá phía trên so le, phiến lá xẻ 5 thùy hình chân vịt, mép lá có răng cưa. Hoa không cuống mọc ở nách lá bắc, màu vàng nhạt. Quả bế màu vàng nhạt, hình cầu hơi dẹt.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi, thường phát triển tốt ở những nơi đất ẩm ướt, bờ sông, suối, bờ ao...

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thu hái vào mùa hè, thu dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, đắng, tính hàn.

**4. Công dụng:** Sân sạt có tác dụng thanh nhiệt giải độc, lợi tiểu, tiêu viêm. Dùng chữa viêm phổi kết hạch, lao phổi, viêm hạch, viêm ruột kết mạn tính, chữa lỵ, sốt, khát nước, ỉa chảy, sỏi đường tiết niệu.

Ngày dùng 10 - 15g lá khô, sắc nước uống.

Dùng ngoài: Nấu nước tắm rửa chữa bông rạ (nổi mụn có mủ) lở ngứa ngoài da

Sân sạt (tươi) giã đập chữa phong thấp khớp xương sưng đau. Sân sạt giã nhỏ, trộn với một ít nước vo gạo, sao ấm đắp vào chỗ đau, ngày thay 2 - 3 lần thuốc.

## SAU SAU

Tên khác: Cây Sâu cườc, cây phong hương

Tên Tây, Nùng: Mạy sáu

Tên khoa học: Liquidambar pormosana

Thuộc họ sau sau (Altingiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây gỗ, to cao. Lá mọc so le, có cuống dài, lá non màu hồng, phiến lá non màu hồng, phiến lá sẽ 3 thùy, có khi 5 thùy, mép lá có răng cưa nhỏ, lá kèm hình dải. Hoa ở ngọn cây. Quả phức hình cầu.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, ưa ánh sáng.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ thân, quả, lá, nhựa, rễ

**3. Tính vị - Công dụng:**

- Quả có vị đắng, tính bình, dùng chữa phong thấp đau nhức khớp xương, tâm vị tương đau, thủy thũng đầy trướng, tiểu khó, kinh nguyệt không đều, sản phụ thiếu sữa. Ngày dùng 20g thuốc sắc uống.

Phụ nữ có thai không được dùng uống.

Ngoài ra quả sau sau còn được dùng chữa hen. Quả sau sau 10g. Dây tơ hồng 10g. Thái nhỏ, sao vàng sắc nước uống. Ngày uống 2 lần vào buổi trưa, chiều tối.

Chữa ho ra máu, nôn ra máu, chảy máu cam: Quả sau sau 10g. Rễ xương sông 8g: Thái nhỏ sao vàng sắc nước uống

Chữa hắc lào: Quả sau sau đốt lấy tro rắc.

- Lá có vị đắng, tính bình, dùng chữa viêm ruột, ly, đau vùng thượng vị, thổ huyết chảy máu cam, chữa tụ máu, giải độc thực an. Lấy lá già phơi khô, 20g sắc 400ml nước, sắc còn 10ml chia 2 lần uống trong ngày, ngày thay nước 1 lần.

Lá non rửa sạch giã nát đắp cầm máu vết thương.

Lá bánh tẻ (không non không già) nấu nước đặc để tắm rửa chữa ghẻ lở, mẩn ngứa.

- Nhựa có vị ngọt, cay, tính ấm, dùng chữa trứng phong ho đờm, kinh giảm thổ huyết, nôn ra máu, chảy máu cam, vết thương chảy máu, ngã tổn thương.

Ngày dùng 1 - 3g, nghiền nát thành bột uống với nước.

Dùng chữa nhọt mủ, khớp xương sưng đau, vết thương.

Nhựa sau sau 40g

Nhựa thông 40g

Sáp ong 10g

Lát cả trộn đều, đun nhỏ lửa trong 10 phút, để nguội phết lên giấy, dán vào chỗ đau.

- Vỏ thân dùng chữa đau răng, sâu răng. Vỏ thân sau phơi khô, đốt cháy thành than, tán bột mịn chấm vào chỗ đau ngâm 15 - 20 phút rồi nhổ đi. Ngày làm nhiều lần.

Chữa phong thấp ở chân: Vỏ cây sau sau, rễ cốt khí cứ mỗi vị một nắm to (100g) nấu với nước cho đặc, chờ nước ấm ấm ngâm chân.

Ngoài ra quả sau sau già nấu với nước, dùng lau, rửa khi trẻ con lên sởi, để sởi chóng mọc và chóng bay.

Lá sau sau non dùng ăn ghèn: lá sau sau bánh tẻ (không non không già), giã nhỏ nấu lấy nước, ngâm gạo nếp, khi đồ xôi có màu xanh sẫm và có mùi thơm đặc trưng, ăn ngon.

## SẢ

Tên khác: Mao hương

Tên Tây, Nùng: Cà Péc, dạ péc

Tên khoa học: Cymbopogon nardus

Thuộc họ lúa (Poaceae)

**1. Mô tả cây** Sả là loại cỏ sống lâu năm, mọc thành bụi thân rễ trắng hay hơi tím. Lá hẹp, dài giống như lá cỏ tranh, mép lá hơi nhấp. Cụm hoa gồm nhiều bông nhỏ không cuống. Toàn cây có mùi thơm đặc biệt.

Cây sả được trồng ở khắp nơi, để làm thuốc và làm gia vị.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn thân - thu hái quanh năm, thường dùng tươi, hay phơi trong râm mát cho khô.

**3. Tính vị.** Vị ngọt, tính ấm, có mùi thơm.

**4. Công dụng:** Dùng chữa cảm hàn thấp, nóng sốt, chữa đau bụng lạnh, nôn mửa, chữa cảm sốt, ra mồ hôi, lợi tiểu tiện.

Ngày dùng 15 - 30g củ hay lá, sắc nước uống hàng ngày thay nước. Kinh nghiệm của một số các cụ Lương y trong tỉnh dùng củ sả 50g; cây hoa mào gà đỏ 50g: Rửa sạch, thái nhỏ, sắc nước uống để chữa viêm gan vàng da, uống hàng ngày thay nước, mỗi ngày thay thuốc 1 lần.

Ngoài ra còn dùng làm nguyên liệu cất lấy tinh dầu dùng làm thuốc giúp tiêu hóa, tẩy uế, khử mùi tanh hôi, đuổi muỗi.

## SẮN DÂY RỪNG

Tên khác: Sắn dây dại

Tên Tây, Nùng: Thau cát khao, khao cát

Tên khoa học: Puerariamontana

Thuộc họ đậu (Fabaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại dây leo cao hay bò sát mặt đất. Lá kép gồm 3 lá chét, lá chét hình trái xoan dài 9 - 18cm, rộng 6 - 12cm tròn ở gốc, nhọn ở đỉnh lá, có lông mềm ở mặt dưới, cuống lá dài, có lông mềm, có lá kèm dễ rụng. Cụm hoa ở nách lá màu tím nhạt. Quả đẹp, hạt hình trứng.

Cây mọc hoang, thường hay mọc ở chân đồi, núi thấp ẩm, ven bờ sông, suối.

**2. Bộ phận dùng:** Củ rễ, lá, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Có vị ngọt, nhạt, tính mát.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa cảm mạo phát nhiệt, phiền khát, giải độc, giải say rượu.

Ngày dùng 50 - 100g, thái lát mỏng sắc nước uống. Đặc biệt là dùng lá tươi đập chữa rắn cắn: Lá sắn dây rừng rửa sạch, nhai nát nước, bã đập xung quanh vết cắn, nếu không

nhai được thì già nhỏ thêm ít nước và vắt lấy nước cốt cho uống, bã đắp vết cắn.

Ngoài ra lá còn dùng chôn nuôi gia súc như trâu, bò.

Lớp vỏ ngoài của dây dùng làm sợi để đan túi, chổi hời: Dây sắn dây rừng, cắt lấy từng đoạn bỏ mẫu, chẻ đôi bóc vỏ, cạo bỏ vỏ ngoài, chui thành sợi, sợi sắn dây dài vừa dẻo vừa dai.



## SÔI

Tên khác: ô cừu, ô thụ quả, mộc tử thụ

Tên Tây: Nung Mạy cụ

Tên khoa học: Sapium sebiperum

Thuộc họ thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỡ, sống lâu năm. Thân màu xám. Lá mọc so le, phiến lá hơi hình quả trám dài, đầu lá nhọn, mép lá nguyên. Hoa mọc thành bông ở kẽ lá hay đầu cành, cánh hoa màu trắng vàng hay màu vàng. Quả hình cầu khi chín có màu đen tía, có 3 ngăn, mỗi ngăn có hạt hình trứng.

Cây sòi mọc hoang ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ rễ, vỏ thân, lá

**3. Tính vị:** Cờ vị đắng, tính hơi ấm, có độc.

**4. Công dụng:** - Vỏ rễ dùng chữa phù thũng, táo bón, cổ trướng, xơ gan, viêm gan siêu vi trùng, rắn cắn, lợi tiểu.

Ngày dùng 3 - 6g vỏ rễ (lấy lớp giữa của vỏ rễ) sắc nước uống.

- Vỏ thân và lá dùng chữa viêm mủ da, lở ngứa, chai cứng. Ngày dùng 9 - 15g, sắc uống. Giã lá tươi đắp ngoài hoặc nấu nước rửa.

Lá sòi tươi 1 nắm (100g) rửa sạch, giã nhỏ thêm nước vào, vò vắt lấy nước uống, chữa bị ngộ độc, chữa rắn cắn, lá sòi nhai nuốt nước, bã đắp xung quanh vết cắn.

Ngoài ra lá sòi tươi nấu nước để nhuộm vải đen.

## SÓI RỪNG

Tên Tây. Nùng: Chè nọc sloa

Tên khoa học: *Sarcandra glabra*

Thuộc họ: Hoa sói (Chloranthaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ cao từ 0,50 - 2m, nhánh tròn không lông. Lá mọc đối, phiến lá dài xoan hình bầu dục, dài 7 - 18cm, rộng 2 - 7cm, mép lá có răng cưa nhọn, cuống lá ngắn. Bông kép, ít nhánh, nhánh ngắn hoa nhỏ màu trắng, không cuống. Quả nhỏ, khi chín màu đỏ gạch.

Cây mọc hoang hay gặp ở huyện Nguyên Bình, Thạch An - Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Thu hái toàn cây, dùng tươi hoặc phơi hay phơi khô trong râm.

**3. Tính vị:** Có vị ngấm ngấm đắng, hơi cay, tính hơi ấm, cơ độc ít.

**4. Công dụng:** Có tác dụng trừ thấp, tiêu viêm, giải độc, hoạt huyết, giảm đau.

Trong dân gian dùng rễ ngâm rượu uống chữa ngực đau tức, lá sắc uống trị ho lao, ho viêm họng. Còn dùng chữa rắn cắn (lấy lá tươi giã đắp).

Ngoài ra lá phơi khô dùng thay chè, pha nước uống hàng ngày.

Ở Trung Quốc được dùng chữa ung thư tụy, dạ dày, trực tràng, gan, cường họng, viêm não B truyền nhiễm, lỵ trực trùng, viêm ruột thừa cấp, thấp khớp dạng thấp, viêm phổi. Ngày dùng 20 - 50g dạng thuốc sắc, hoặc tán bột uống với rượu.

## DÂM BỤT

Tên khác: Râm bụt, bông bụt  
Tên Tây, Nùng: Cò bjooc ngân  
Tên khoa học: *Hibiscus rosa*  
Thuộc họ Bông - (Malvaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây nhỡ cao khoảng 4 - 6m. Lá hình bầu dục, nhọn đầu, tròn gốc, mép có răng to, hoa ở nách lá khá lớn có 6 - 7 mảnh đài nhỏ hình sợi, tràng hoa năm cánh màu đỏ, nhị nhiều tập hợp, trên một trụ đài, bầu hình trụ hay hình nón, quả nang tròn chứa nhiều hạt.

Cây được trồng khắp nơi trong tỉnh Cao Bằng để làm hàng rào.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ rễ, rễ, hoa và lá.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt nhạt, tính bình, có tác dụng điều kinh, chống ho, tiêu viêm, hoa lá có vị ngọt tính bình, có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, lợi niệu, tiêu thũng chỉ huyết, cố tinh, sát trùng, làm nhuận tràng.

**4. Công dụng, liều dùng:**

- Rễ dùng để chữa: Viêm tuyến mang tai, viêm kết mạc cấp, viêm khí quản, viêm đường tiết niệu, viêm cổ tử cung, bạch đới, kinh nguyệt không đều, mất kinh

- Hoa: Dùng để chữa: Khó ngủ hồi hộp, đái đò.

- Lá: Dùng để chữa: Viêm niêm mạc dạ dày, ruột, đái  
tiện ra máu, kiết lị, mụn nhọt, ghẻ lở.

**Liều dùng:** Vỏ rễ và lá ngày 15 - 30g

Hoa 30g

Dùng dạng thuốc sắc.

Lá và hoa tươi giã đắp chữa mụn nhọt

## DÂU TẮM

Tên khác: Cây dâu tằm

Tên Tây, Nùng: May mọn

Tên khoa học: Morus alba

Thuộc họ: Dâu tằm - Moraceae

**1. Mô tả cây:** Cây gỗ lớn cao tới 15m, màu nâu hay màu vàng, lá mọc so le hình bầu dục, nguyên hoặc chia thành 3 thùy có lá kèm, đầu lá nhọn hay hơi tù, phía cuống hơi tròn hoặc hơi bằng mép có răng cưa to, hoa đơn tính. Quả bế bao bọc trong các lá đài, mỏng nước, màu đỏ khi chín đen sẫm. Cây được trồng khắp nơi ở Cao Bằng vừa lấy lá chăn nuôi tằm, vừa dùng toàn cây làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, vỏ rễ, cành, quả, tằm gửi cây dâu.

**3. Tính vị tác dụng:** Lá (tang diệp) vị đắng ngọt, tính bình, có tác dụng tán phong thanh nhiệt, hãm huyết, sáng mắt, ức chế trực khuẩn thương hàn, tụ cầu khuẩn.

Vỏ rễ dâu (tang bạch bì). Phơi hay sấy khô có vị ngọt hơi đắng tính mát, có tác dụng thanh nhiệt, lợi thủy chi khái, tiêu sưng.

Cành dâu nhỏ (tang chí). Đã phơi khô có vị ngọt tính bình. có tác dụng trừ phong, lợi các khớp, thông kinh lạc, tiêu viêm, hạ nhiệt, giảm đau.

Quả dâu (tang thâm). Có vị ngọt chua, tính mát, có tác dụng dưỡng huyết, bổ gan thận, trừ phong.

Tằm gừi cây dâu (tang ký sinh). Có vị đắng tính bình, có tác dụng mạnh gân cốt, lợi huyết mạch, an thai, lợi tiểu.

#### **4. Công dụng, liệu dùng:**

- Lá: Được dùng để chữa sốt, cảm mạo do phong nhiệt, ho, viêm họng, đau răng, đau mắt, chảy nước mắt, phát ban, cao huyết áp.

Ngày dùng 6 - 18g dạng thuốc sắc.

- Vỏ rễ: Dùng trị phế nhiệt, hen suyễn, khái huyết phù thũng, di ứng do ăn uống, bụng trướng, tiểu tiện không thông. Ngày dùng 6 - 12g dạng thuốc sắc.

- Cành dâu: Dùng trị phong thấp, đau thắt lưng, đau nhức các đầu xương, chân tay co quắp.

Ngày dùng 6 - 12g dạng thuốc sắc.

- Quả: Dùng trị viêm gan mạn tính, thiếu máu, suy nhược thần kinh.

Ngày dùng 10 - 15g

- Tang ký sinh: Chữa đau lưng, đau mình, chân tay tê bại, đông thai, sau đẻ ít sữa.

Ngày dùng 12 - 20g dạng thuốc sắc.

Tổ bộ ngựa: Dùng chữa đi đái nhiều lần, di tinh, liệt dương, bạch đới, trẻ em đái dầm.

Ngày dùng 6 - 12g dạng thuốc sắc.

## DẦU MÈ

Tên khác: Đậu cọc rào, ba dầu nam.

Tên Tây. Nùng: Cò chà đu, cò cháu bản

Tên khoa học: Jatropha curcas

Thuộc họ: Thầu dầu - Euphorbiaceae.

**1. Mô tả cây:** Cây nhỡ cao 2 - 5m. Cành mập nhẵn, có nhiều vết sẹo do các lá rụng để lại, vỏ màu hồng thau lục nhạt tách thành vẩy mỏng, lá mọc so le, gân lá hình chân vịt, hoa đực và hoa cái riêng biệt cụm hoa hình chùy dạng ngu, mọc ở đầu cành hay nách lá, quả nang hình trứng có cuống dài, lúc non màu xanh khi chín màu vàng. Cây được trồng ở khắp nơi trong tỉnh Cao Bằng để làm hàng rào, làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Nhựa, lá, vỏ thân thường được dùng tươi.

**3. Tính vị tác dụng:** Lá có vị đắng và se, tính mát, có độc, có tác dụng làm tan máu ứ, tiêu sưng, cầm máu, chống ngứa. Nhựa có tác dụng tẩy mạnh, dùng bôi vết loét, vết thương



**4. Công dụng - Liều dùng:** Kinh nghiệm của một số cụ Lương y dùng nhựa từ 10 - 15 giọt cho vào trong bụng cá trê rán ăn để chữa sơ gan cổ trướng. Lá chữa chấn thương bầm dập, vết thương chảy máu, bong gân, mẩn ngứa, Eczema, vẩy nến. nhiễm trùng Trichomonas ở âm đạo. loét mãn tính. Dân gian trong tỉnh dùng vỏ thân ngâm chữa sốt phát ban (píu xè): bóc lấy 1 đoạn vỏ thân khoảng 3 - 4cm, cạo bỏ vỏ thô bên ngoài, đập giập, đặt dưới lưới ngâm, nhỏ nước bọt ra ngoài.

## DÂY CHIỀU

Tên khác: Dây chặc chiều, Tứ giác leo

Tên Tây, Nùng: Khau lìn srua .

Tên khoa học: *Tetracera scandens*

Thuộc họ Số: - Dilleniaceae.

**1. Mô tả cây:** Dây trườn, thân màu nâu, cành mềm dài, cành non có lông nhám, lá mọc so le, phiến hình bầu dục mép khía răng. Chùy hoa to ở nách lá hay ở ngọn cành, quả có lông, màu đỏ. Cây mọc hoang khắp nơi ở Cao Bằng, có nhiều ở Thạch An, Nguyên Bình.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, dây.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị chua chát, tính bình, có tác dụng tán ứ, hoạt huyết, thu liễm.

**4. Công dụng, liều dùng:** Dùng chữa tê thấp, ứ huyết, đau bụng, phù thũng, gan lách sưng to, bạch đới.

Liều dùng: Ngày 10 - 30g dây hoặc 8 - 16g rễ, sắc nước uống.

## DÂY ĐAU XƯƠNG

Tên khác: Tục cốt đằng

Tên Tây, Nùng: Thau mà nựa, phiắc năng

Tên khoa học: *tinosporasinensis*

Thuộc họ: Tiết đề - Menispermaceae

**1. Mô tả cây:** Là loại cây leo thân quấn dài 8 - 10m, thân màu xám, lục đầu có lông, sau nhẵn, có lỗ bị sần sùi, lá mọc so le, hình tim, mặt trên nhẵn, mặt dưới có lông tơ, gân lá hình chân vịt, hoa màu vàng lục, mọc thành chùm ở nách lá, có lông màu trắng nhạt, quả hình bầu dục hoặc tròn, khi chín có màu đỏ. Cây mọc hoang ở một số nơi trong tỉnh Cao Bằng như huyện: Thạch An, Hạ Lang, Quảng Hoà...

**2. Bộ phận dùng:** Dây và lá. Lá thường được dùng tươi.

**3. Tính vị tác dụng:** vị đắng, tính mát có tác dụng hoạt huyết thư can, thanh nhiệt, lợi thấp.

**4. Công dụng, liều dùng:** Được dùng để chữa sốt rét, phong thấp, chứng đau nhức gân xương, đau dây thần kinh hông, đau ngã tổn thương và để bổ sức, lá tươi dùng giã đắp lên các chỗ nhức trong gân cốt và trị rần rần.

**Liều dùng:** Ngày 15 - 30g dạng thuốc sắc hoặc ngâm rượu uống. Lá dùng giã nhỏ vắt lấy nước cốt uống, bã đắp trị rần rần, hoặc trộn với rượu để đắp lên chỗ sưng đau, đắp mụn nhọt, vết thương lâu liền miệng

## DÂY ĐÒN GÁNH

Tên khác: Dây đòn kẻ trôm

Tên Tây, Nùng: Thau xà phòng, thau sheng shua.

Tên khoa học: Gonania leptostachya

Thuộc họ: Táo ta - Rhamnaceae.

**1. Mô tả cây:** Cây leo dài, cành non nhẵn màu nâu, sau đó xám nhạt lá hình bầu dục, có mũi nhọn ở đầu, mép khía răng, nhẵn gân mảnh nổi rõ ở mặt dưới, lá kèm rất dễ rụng cuống lá hơi có khía rãnh ở mặt trên, hoa tập trung thành trụ thưa ở nách lá hay đầu cành, quả khô màu nâu bóng.

Cây mọc hoang ở các bờ khe, bờ suối ở Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, dây, thường dùng tươi.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị chua, se, tính mát, có tác dụng lương huyết, giải độc, thư cân, hoạt lạc.

**4. Công dụng, liệu dùng:** Dùng dây, lá già nhỏ thêm rượu, xoa bóp vào những nơi sưng tấy, đau nhức do đòn, chỗ bị thương do ngã, ngoài ra lá còn được dùng giã đắp vào trán hay gan bàn tay để giảm sốt

**Liều dùng:** Ngày dùng 8 - 16g dạng thuốc sắc hoặc ngâm rượu.

## ĐÀI HÁI

Tên khác: Dây mở lợn, đu qua, mướp rừng.

Tên Tây, Nùng: Cò tẩu kính

Tên khoa học: *hodgsonia macrocarpa*

Thuộc họ: Bầu bí - Cucurbitaceae.

**1. Mô tả cây:** Là loài cây leo mọc thẳng thân nhẵn, có thể dài hơn 30m. Lá hình tim mặt trên màu xanh lục, mặt dưới màu nhạt hơn. Tua cuốn to khỏe và xoắn xoắn. Quả hình cầu bằng quả bưởi, hạt to, dẹt. Cây mọc hoang ở một số huyện ở tỉnh Cao Bằng, Nguyên Bình, Hòa An, Thạch An... Nhân dân thường dùng nhân hạt làm nhân bánh.

**2. Bộ phận dùng:** Hạt.

**3. Tính vị, tác dụng:** Nhân hạt đài hái có vị đắng ngọt, có chất béo, tính mát có tác dụng thanh nhiệt sát trùng.

**4. Công dụng, liều dùng:** Dầu hạt có thể dùng sống để chữa lỵ, làm nhuận tràng, thông đại tiện rất tốt, còn dùng bởi rôm sảy, lở ngứa hay vết bỏng cũng chóng lành. hạt được dùng phơi khô tán bột rắc chữa con vắt, con tắc chui vào tai, nước sắc thân lá đều có tính kháng sinh. có thể dùng thân lá đốt xông khói chữa loét mũi.

## DỨA DẠI

Tên khác: Dừa gai, dừa gỗ, dừa

Tên Tây, Nùng, Nam Lạc, cấp la

Tên khoa học: pandanus tectorius

Thuộc họ: Dừa dại - Pandanaceae.

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ phân nhánh ở ngọn cao 3 - 4m. Với rất nhiều rễ phụ thả xuống đất, lá mọc ở đầu nhánh thành chùm, hình bầu dai 1 - 2m. Gân giữa và mép có gai sắc, hoa rất thơm, bông mo có mai đơn độc gồm nhiều lá noãn hoa tự mang quả thành một khối hình trứng, có cuống, màu vàng cam, với những quả hạch có góc cạnh phẳng và thành bươu ở đỉnh, hạch rất cứng, nhiều cạnh có những hốc.

Cây mọc hoang và được trồng làm hàng rào ở khắp nơi trong tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, quả, hạt và lá

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt nhạt, tính mát, có tác dụng làm ra mồ hôi, giải nhiệt, tiêu viêm, lợi tiểu, lá có vị đắng, cay, thơm tinh dầu có tính kích thích, sát trùng.

**4. Công dụng, liều dùng:** Trong dân gian ở Cao Bằng thường dùng rễ chữa dai dết, dai buốt, viêm thận, thủy thũng, nhiễm trùng đường tiết niệu, viêm gan, xơ gan cổ trướng, viêm kết mạc mắt.

**Liều dùng:** Ngày dùng 15 - 30g dạng thuốc sắc.

## DUỐNG

Tên Tây, Nùng: Co nạy sla

Tên khoa học: *Broussonelia papyrifera*.

Thuộc họ: Dâu tằm - Moraceae.

**1. Mô tả cây:** Cây to cao 10 - 15m, cành non có nhiều lông tơ mềm lá mọc so le, mép khía răng cưa hay chia thùy không đều, mặt sau có lông dính, cuống lớn có lông mềm, lá kèm nhỏ, sớm rụng, cụm hoa đực ở ngọn cành dạng bông dài, cụm hoa cái hình đầu, nhiều hoa phủ đầy lông, quả phức nac khi chín rất mềm, màu đỏ. Cây mọc hoang khắp nơi ở Cao Bằng có nhiều ở Hà Quảng, Quảng Hòa, Trùng Khánh, nhân dân dùng lá để chăn nuôi gia súc, đồng thời còn được dùng làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, vỏ rễ, vỏ cây, quả.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị ngọt tính bình có tác dụng bổ thận, thanh can. Lợi niệu, lá có vị ngọt tính hàn, có tác dụng trị tả, cầu máu vỏ rễ có vị ngọt tính bình có tác dụng lợi tiểu tiêu sưng, nhựa cây có tác dụng sát trùng.

**4. Công dụng, liều dùng:** Quả: Dùng chữa cảm, ho, lưng gối mỏi nhừ, nóng trong xương cốt, đầu choáng, mắt mờ, mắt có màng mỏng, phù thũng, trướng nước.

- Lá: Dùng chữa viêm ruột, li, thổ huyết, nôn ra máu, tử cung xuất huyết, vết thương chảy máu, ngoài ra còn dùng làm thuốc xông trị cảm. Ngoài ra còn dùng lá già đắp mụn nhọt.

Vỏ rễ: Dùng chữa phù thũng đau mỗi cơ khớp.

- Nhựa: Dùng trị viêm da thần kinh, nấm tóc, Eczema, rần cấn.

- Lá: Giã vắt lấy nước uống có thể khôi chảy máu mũi, trị li.

Quả và hạt là loại thuốc tiêu xung phù, mạnh gân xương, sáng mắt.

**Liều dùng:** Quả lá: Ngày dùng 9 - 15g dạng thuốc sắc



## DÓNG XANH

Tên khác: Thanh táo tụy, thường sơn trắng

Tên Tây, Nùng: Sleng sláo vài

Tên khoa học: *Justiciaventricosa*

Thuộc họ: ô rô - *Acanthaceae*.

**1. Mô tả cây:** Cây nhỏ có thể cao tới 2 - 3m, nhánh phình mạnh ở các đốt lá có cuống thon hay thuôn, thon hẹp ở góc và nhọn ngắn lại ở đầu dài 7 - 20cm, rộng 3 - 8cm. Hoa trắng rồi vàng lục chấm những điểm màu đỏ xếp dày thành bông ở ngọn các nhánh.

Cây mọc hoang và được trồng ở một số gia đình trong tỉnh Cao Bằng để làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây và lá. Thường dùng tươi.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị cay, hơi chua tính bình có tác dụng hoạt huyết khu ứ, trừ phong thấp.

**4. Công dụng, liều dùng:** Trong dân gian, và 1 số các cụ Lương y ở Cao Bằng thường dùng đắp bó gãy xương, chữa phong thấp đau nhức xương, đau thần kinh ngang thắt lưng, viêm mủ da, áp se vú.

**Liều dùng:** Ngày 15 - 30g dạng thuốc sắc.

## SỐNG ĐỜI

Tên khác: Thuốc bỏng, Lạc địa sinh căn

Tên Tây, Nùng: Co phây pông, co phây buong

Tên khoa học: *Kalanchoe pinnata*

Thuộc họ thuốc bỏng (Grasselaceae).

**1. Mô tả cây:** Cây thảo, cao từ 30 - 60cm. Thân tròn, nhẵn, mọng nước, có đốm tím. Lá mọc đối chéo chữ thập, lá đơn hoặc gồm 3 - 4 lá chét dày, mép lá khía răng cưa tròn. Hoa màu đỏ hay vàng cam mọc thành xim rũ xuống trên một cán dài ở ngọn thân hay ở nách lá.

Cây mọc hoang thường hay mọc ở chân các núi đá, các hộc đá, nơi có nhiều ánh sáng, và cũng được trồng làm cảnh, có nhiều ở huyện: Hà Quảng, Quảng Hòa, Thạch An Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Vị nhạt, hơi chua, chát, tính mát.

**4. Công dụng:** Ngọn và lá non được dùng làm thuốc giải độc, chữa bỏng, đắp vết thương, đắp mắt đỏ sưng đau, đắp mụn nhọt và cầm máu, chữa viêm ruột, trĩ nội, đi ngoài ra máu dùng kết hợp: Lá bỏng, rau sam mỗi vị 5 - 10g, nhai sống hoặc sắc nước uống.

Ngoài ra còn dùng chữa phong khí hồng dung phát ngứa dùng lá bỏng, Nghề rằm (phỉắc phỉắc), lá ké đầu ngựa, lá bồ hòn, mỗi vị một nắm, nấu nước xông và tắm, đồng thời dùng lá ké đầu ngựa sắc uống, ngày dùng 50 - 100g.

## SƠN ĐẬU CĂN

Tên khác: Hòa bác bộ. Quảng đậu căn  
Tên Tây, Nùng: Cỏ sham thầu  
Tên khoa học: *Sophora tonkinensis*  
Thuộc họ Đậu (Fabaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây bụi, cao 1 - 2m thân hình cỏ lông mềm. Lá mọc so le có trục dài 10 - 15cm lá chét 1 - 15, mọc đối, dày, dài, lá chét thuôn hay hình bầu dục, dài 3 - 4cm, rộng 1 - 2cm, tròn ở gốc, tù ở ngọn lá, nhẵn, óng ánh ở mặt trên lá, có lông ở mặt dưới cụm hoa ở nách lá thành chum hay chùy, có lông mềm cuống hoa mảnh, tràng hoa màu vàng. Cây mọc hoang ở một số huyện trong tỉnh Cao Bằng, Trà Lĩnh, Trùng Khánh, Quảng Hòa.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, thường dùng khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính lạnh.

**4. Công dụng:** Kinh nghiệm của một số các cụ Lương y dùng Sơn đậu căn chữa ho, viêm họng, đau bụng ỉa chảy, kiết lỵ, đặc biệt là dùng chữa ngộ độc: Nhai nuốt nước, hoặc sắc nước cho uống. Ngày 15 - 25g.

## SIM

Tên Tây. Nùng: Cò Mác nôm

Tên khoa học: Rhodomyrtus tomentosa

Thuộc họ sim (Myrtaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây bụi, cao 1 - 2m. Lá mọc đối, phiến lá dày, chóp lù, mép nguyên, mặt dưới có lông tơ. Hoa màu hồng tím mọc riêng lẻ, hoặc 3 cái một ở nách lá. Quả mỏng khi chín màu tím sẫm, chứa nhiều hạt nhỏ.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, quả.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, chát, tính bình.

**4. Công dụng:** - Rễ dùng chữa viêm da dày, ruột cấp tính, ăn không tiêu, viêm gan, lỵ, phong thấp đau nhức khớp, lưng cơ đau mỏi, tử cung xuất huyết, đau tim.

Ngày dùng 15 - 30g sắc uống.

- Lá dùng chữa viêm ruột cấp tính, viêm dạ dày Ngày dùng 15 - 20g lá khô sắc uống, lá non giã nát đắp vết thương làm liền da và cầm máu. Búp sim sắc nước uống (30 - 50g) chữa ỉa chảy, lỵ, và nấu nước đặc rửa vết thương, vết loét.

- Quả chín phơi hay sấy khô có tác dụng bổ máu, thần kinh suy nhược, di tinh, thiếu máu. Quả sim 15g, kê huyết đằng 15g, hà thủ ô 15g. Sắc nước uống

## SUNG

Tên Tây, Nùng: Mác đừa, Mạy đừa

Tên khoa học: Ficus racemora

Thuộc họ Dâu tằm (Moraceae).

**1. Mô tả cây:** Thuộc cây gỗ to, cao 15 - 20m. Lá hình ngọn giáo hay hình bầu dục, mọc so le, thường bị sâu ký sinh, tạo thành những mụn nhỏ. Cụm hoa trên đé hoa lõm, phát triển thành túi kín bao lấy hoa ở bên trong, các cụm hoa nay xếp thành chùm ở thân và cành. Quả sung khi chín có màu đỏ. Cây thường mọc hoang ở ven các bờ sông, suối, trong tỉnh Cao Bằng có nhiều ở dọc 2 bên bờ sông Hiến, sông Bằng thị xã Cao Bằng. Vừa dùng lá để chăn nuôi gia súc, và dùng các bộ phận khác làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Vỏ, thân, lá, quả, nhựa.

- Vỏ thân: Cạo bỏ lớp vỏ ngoài, thái mỏng phơi khô.

- Lá dùng tươi hay phơi khô.

- Nhựa chích lấy từ thân cây, thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Sung có vị ngọt, hơi chát, tính mát.

**4. Công dụng:**

- Quả non và lá non làm rau ăn cho sản phụ, để lợi sữa.

- Nhựa mù dùng bôi ngoài để chữa mụn nhọt, chốc lờ, ghẻ, hôi hóng, còn dùng uống để chữa đau sưng lưng. Ngoài ra còn dùng chữa đau nhức đầu: Nhựa sung phết lên giấy dán vào hai bên thái dương.

- Vỏ thân dùng chữa phong thấp, sốt rét. Ngày dùng 10 - 20g sắc uống.

- Nhựa sung còn được dùng chữa viêm đại tràng:

Nhựa sung: 3ml

Cỏ nhọ nổi: 50g

Lá trắc bách diệp: 50g.

*Cách dùng:* Cỏ nhọ nổi, lá trắc bách, chặt đoạn ngắn, sao xém, cho vào nồi nhôm hoặc nồi đất đổ 3 bát nước (bát ăn cơm) đun sôi trong 5 - 10 phút gạn lấy nước thuốc, đổ nhựa sung vào khuấy đều chia làm 3 lần uống trong ngày (sáng, trưa, chiều) mỗi ngày thay thuốc 1 lần.

## SÂM CAU

Tên khác: Ngải cau

Tên Tây, Nùng: Cò Soong ca

Tên khoa học: Curculigo orchroides

Thuộc họ tỏi voi lùn (Hypoxidaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc cây thảo sống lâu năm cao từ 20 - 30 cm. Có 3 - 6 lá hình mũi mác xếp tựa như lá cau, phiến lá thon hẹp, dài 15 - 30 cm, rộng 2 - 3 cm, thân rễ hình trụ cao, dạng củ to bằng ngón tay út, có nhiều rễ phụ nhỏ, vỏ thô nâu. Hoa màu vàng. Quả nang thuôn. Cây mọc hoang rải rác ở một số vùng núi đất tỉnh Cao Bằng như có ở xã Duyệt Trung, Ngọc Xuân Thị xa...

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ, thường dùng khô.

**3. Tính vị tác dụng:** Vị cay, tính ấm, hơi có độc.

**4. Công dụng:** Thường được dùng chữa nam giới tình lạnh, liệt dương, phụ nữ đới đục, bạch đới, người già đới sơn lạnh dạ, thần kinh suy nhược, phong thấp, lưng gối lạnh đau, vận động khó khăn. Ngày 6 - 12g sắc uống, hoặc ngâm rượu (dùng 50 - 100g) trong một tuần. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 1 chén con, uống trước khi ăn cơm.

## TÁO

Tên khác: Táo ta, táo chua  
Tên Tây, Nùng: Cò mác táo  
Tên khoa học: *Zizyphus jujuba*  
Thuộc họ Táo ta: (Rhamnaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, cành thông xuống, lúc non có lông, sau nhẵn màu xám đen, có gai. Lá hình bầu dục, hay trái xoan, mặt trên màu lục đậm và nhẵn, mặt dưới có lông dày mềm màu hung, mép khía răng cưa. Hoa mọc thành xim ở nách lá, màu trắng nhạt. Quả hạch hình cầu, lúc non màu xanh, khi chín có màu vàng nhạt, có hạch cứng và xì (thật) trong có 1 hạt đen (táo nhân). Cây được trồng nhiều nơi trong tỉnh Cao Bằng vừa lấy quả ăn, vừa là cây cảnh tế và lấy hạt làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** - Nhân hạt táo (táo nhân). Hạt táo rửa sạch phơi khô, xay vỡ vỏ sang lấy hạt, phơi hay sấy khô.

- Lá, vỏ cây, quả: thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** - Nhân hạt táo có vị ngọt, hơi đắng, mùi thơm, tính bình.

- Quả có vị chua chát, ngọt, hơn có nhọt, tính mát.



- Lá có vị chua chát, hơi có nhớt, tính mát.

- Vỏ thân có vị chát, hơi đắng, tính bình.

**4. Công dụng:** Nhân hạt táo dùng chữa mất ngủ, hồi hộp hay quên, chân tay nhức mỏi, mồ hôi trộm. Táo nhân (sao khô) giã nhỏ hòa nước uống, hay sắc uống, ngày dùng 15 - 20 hạt, dùng riêng hay kết hợp với lá dâu tằm, dây lạc tiên, hạt muồng ngủ (muối cốc bẻ).

- Lá dùng chữa ho, ngày dùng 30 - 50g sắc uống. Dùng ngoài đắp mụn nhọt (lá tươi rửa sạch cho vào vài hạt muối, giã nhỏ đắp). Ngày thay thuốc 2 - 3 lần hoặc nấu nước xông, tắm chữa lở loét, sốt phát ban.

- Vỏ thân dùng chữa bỏng, cầm máu: Cạo bỏ vỏ thô bên ngoài, giã nhỏ đắp lên vết thương, hoặc nấu thành cao lỏng bôi bỏng, ngoài ra còn dùng chữa ỉa chảy, kiết lỵ, ngày dùng 30 - 50g sắc uống.

- Quả chín phơi khô dùng chữa lỵ, cao huyết áp.

## THẠCH HỘC

Tên khác: Kim thạch hộc, Hắc tiết thảo

Tên Tây, Nùng: Cò Vàng sảo

Tên khoa học: Dendrobium sp

Thuộc họ Lan: (Orchidaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loại cây nhỏ thuộc thảo, sống phụ sinh trên những cây cao to, thân mọc thẳng đứng cao độ 30 - 60 cm thân hơi dẹt, phía trên dày hơn, có đốt dài 2 - 3 cm, có vân dọc. Lá hình thuôn dài, phía cuống tù, gần như không cuống, dài 10 - 12 cm, rộng 2 - 3 cm, có 5 gân dọc. Cụm hoa mọc thành chùm, hoa màu hồng, hay điểm hồng, họng hoa điểm màu tím. Cây mọc hoang, thường mọc trên những cây cao to, có ở một số vùng trong tỉnh Cao Bằng như ở huyện: Thạch An, Quảng Hòa, Hạ Lang, Nguyên Bình.

**2. Bộ phận dùng:** Thân cây thạch hộc, thu hái về cắt bỏ rễ, lá, luộc lên rồi phơi hay sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, nhạt, tính hơi lạnh.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa sốt nóng, khô cổ, khát nước, bứt dứt khó chịu, khớp xương sưng đau hay yếu mỏi.

Ngày dùng 6 - 12g sắc uống.

Đặc biệt là từ khi các cửa khẩu được thông thương, cây thạch hộc trở thành hàng hóa bán sang Trung Quốc.

## THẠCH ĐEN

Tên khác: Cây xương sáo

Tên Tây: Nung; Nhà lương phan

Tên khoa học: *Mesona chinensis*

Thuộc họ Hoa môi (Lamiaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thuốc thảo, sống hàng năm, cao từ 30 - 60 cm, có khi hơn, ít phân nhánh, có lông thô rậm. Lá mọc đối, mép lá có răng cưa, lá hình trứng, hoặc hình thuôn dài, thon hẹp ở gốc, nhọn ở chóp lá. Lá dài 2 - 4 cm, rộng 1 - 1,5 cm. Cụm hoa ở ngọn, hoa màu hồng nhạt. Quả bé

Cây được trồng nhiều nơi ở huyện Thạch An - Cao Bằng, để làm thạch, tra dầu trời xộp, ẩm mát

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây trên mặt đất, thu hái vào mùa xuân hè, phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, nhạt, tính mát.

**4. Công dụng:** Được dùng làm thuốc chữa cảm mạo do nắng, huyết áp cao, đau cơ và các khớp xương, đái đường, viêm gan cấp, viêm thận

Ngày dùng 20 - 50g, dạng thuốc sắc.

Ngoài ra cây xương sáo thường dùng để nấu thạch an cho mát và giải khát, hiện nay cây xương sáo đã trở thành một mặt hàng được tiêu thụ lớn trong tỉnh ta.

## THÀI LÀI TRẮNG

Tên khác: Cỏ chân vịt, áp chích thảo, rau trai trắng  
Tên Tây: Nùng, Cỏ chạp pí khảo, nhà ha vắn khảo  
Tên khoa học: *Commelina communis*  
Thuộc họ thài lài (*Commelinaceae*)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ, sống hàng năm, có lông tơ, có rễ chùm và rễ phụ, thân cao 20 - 60cm, có khi hơn, chia nhiều nhánh, có đốt. Lá thuôn dài hay hình mác có lông ráp, có cuống soc dọc, trông giống lá tre nhưng phía dưới có bẹ, không có cuống. Hoa màu xanh lơ hay trắng, không cuống mọc thành xim ở nách lá hay đầu ngọn cành. Quả nang, chín thì rụng. Cây mọc hoang khắp nơi trong tỉnh Cao Bằng, ưa đất ẩm ướt

**2. Bộ phận dùng:** Cả cây, thu hái gần quanh năm, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Có vị ngọt nhạt, tính hơi lạnh.

**4. Công dụng + liều dùng:** Có tác dụng thanh nhiệt, giải độc, tiêu thũng, lợi tiểu. Ngày dùng 50 - 100g, thuốc

tươi hay 20 - 30g thuốc khô, dùng dạng thuốc sắc, dùng riêng hay kết hợp với các vị thuốc khác.

Còn được dùng chữa viêm họng, sưng amidan, ngày dùng 40 - 50g sắc uống.

Chữa viêm cầu thận cấp, phù thũng, tiểu ít: Thái lái trắng 30g, cỏ xước 20g, Mã đề 20g. Sắc uống ngày thay thuốc 1 lần.

Dùng chữa viêm khớp phong thấp và phù tim. Thái lái trắng 40g, đậu đỏ 40g, nấu ăn.

Kinh nghiệm dân gian dùng chữa lợ mắt: Thái lái dùng tươi, rửa sạch, giã nhỏ thêm vài hạt muối, sao ấm đắp lên mắt, ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

## THÀI LÀI TÍA

Tên khác: Hồng trai

Tên Tây, Nùng: Cọ chấp pi đeng, nhả ha vắn đeng

Tên khoa học: *Zebrina pendula*

Thuộc họ Thài lài (Commelinaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loài cỏ, mọc bò, phân nhánh nhiều bên rễ ở các mấu. Lá mọc so le, có bẹ, phiến lá hình bầu dục, chóp nhọn, mặt trên màu lục, có sọc, mặt dưới màu tía. Hoa nhỏ, xanh tía hay hồng. Quả nang nhỏ, nhiều hạt. Cây mọc hoang nhiều ở tỉnh Cao Bằng như: Quảng Hòa, Thạch An, Trùng Khánh. Thường hay mọc ở trên núi đá nơi có nhiều mùn và cũng được trồng làm cảnh.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính hàn, hơi độc.

**4. Công dụng:** Được dùng làm thuốc kết ly, đái buốt, táo bón. Ngày dùng 30 - 40g cây khô sắc uống.

Dùng ngoài lấy cây tươi giã đắp vết thương, chữa tụ máu sưng tấy, mụn nhọt, chốc lở, viêm khớp sưng đau.

Ngoài ra Thài lài tía còn dùng chữa hạch đờ, đái đục, thủy thũng, mắt đỏ, sưng đau, ho, thổ huyết.

## THANH HAO

Tên khác: Thanh cao hoa vàng, Ngải hoa vàng,

Ngải si, Thanh hao hoa vàng

Tên Tây, Nùng: Nha ngải bát sậy, Nha ngải hom.

Tên khoa học: Artemisia annua

Thuộc họ cúc (Asteraceae)

**1. Mô tả cây:** Cây thảo mọc hàng năm, toàn cây có mùi thơm, cao từ 1 - 2m. Lá xẻ lông chim 2 lần, thanh phiến hẹp, phủ lông mềm cụm hoa hình cầu hợp thành 1 chùy kép, hoa màu vàng nhạt. Quả bế hình trứng, nhỏ

Cây thanh hao hoa vàng mọc hoang dại ở huyện Thạch An, Quảng Hòa, Trùng Khánh - Cao Bằng

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thường thu hái trước khi cây ra hoa, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính hàn.

**4. Công dụng:** Thanh hao hoa vàng được dùng làm nguyên liệu chiết xuất ra chất Artemisinin, làm thuốc chữa sốt rét.

Trong dân gian dùng thanh hao chữa cảm sốt, Thanh hao tươi 1 nắm (khoảng 100g) rửa sạch sắc uống, ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 bát con (bát ăn cơm).

Nước nấu thanh hao dùng tắm rửa: Chữa lở ngứa, trẻ em bị cam (suy dinh dưỡng).

Lá non và ngọn cây được nhân dân ở một số vùng nấu canh ăn thay rau.

## THANH NGÂM

Tên khác: Thâm ngâm đất, cây mặt cá, Sắn dăng.

Tên Tây, Nùng - Co Càng cầu, Co Di mi.

Tên khoa học: *Curanga amara*

Thuộc họ Hoa mõm chó (Scrophulariaceae)

**1. Mô tả cây:** Là loài cây cỏ, sống hàng năm, cao 20 - 50 cm phân nhiều nhánh, có thân màu xanh hay đỏ tím. Lá mọc đối phiến xoan, dài 2 - 5 cm, rộng từ 1,5 - 3 cm, hơi nhọn ở đầu, mép lá khía răng cưa đều, hoa trắng, mọc thành chùm ở kẽ lá. Quả nang dẹt, nằm trong đài còn tồn tại, hạt nhỏ hình trụ, màu vàng.

Cây mọc hoang ở một số vùng trong huyện: Thạch An, Hòa An Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi, hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng, tính mát

**4. Công dụng:** Thanh ngâm được một số các cụ lương y dùng làm thuốc kích thích tiêu hóa, chữa ho, viêm họng, ỉa chảy, lợi tiểu, cho ra mồ hôi, điều kinh, cầm mao, đái ra máu, viêm đường niệu, viêm gan vàng da... ngày dùng 6 - 12g sắc, hay ngâm rượu uống

Dùng ngoài đắp chữa rấn cắn, vết thương, vết loét. Thanh ngâm giã nát vắt lấy nước uống, bã đắp.



## THANH TÁO

Tên khác: Tần cừ. Thuộc trặc, tu huyết.

Tên Tây, Nùng: Co sleng sláo, Co Mật tân

Tên khoa học: Gendarussa Vulgaris

Thuộc họ ô rô: (Acanthaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, cao từ 0,5 - 1,5 m cành có màu tím sẫm hay xanh lục, nhẵn, ở giữa có chỗ lá mọc đối, có một dãy lông, phiến lá hình mác hẹp, cuống ngắn, mặt lá nhẵn, có gân xanh hay tím, mép nguyên. Lá thường bị nấm ăn hại thành những khoanh tròn. Hoa màu trắng hay hơi điểm hồng, có đốm tím, mọc thành bông ở đầu cành hay kẽ lá phía ngọn. Quả nang dài có 4 hạt. Cây được trồng ở nhiều các đình, chùa và ở một số vườn thuốc của các cụ Lương y tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Rễ có vị cay, đắng, tính bình.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc hoạt huyết, trấn thống (làm cho máu lưu thông và giảm đau), nhuận tràng, chữa vàng da, ho sốt. Ngày dùng 6 - 12g rễ khô sắc nước uống, hay ngâm rượu.

Lá tươi, giã đắp chữa bong gân, sai khớp gãy xương, đau khớp, đau nhức xương.

Lá tươi nấu nước tắm rửa cho trẻ sơ sinh vàng da, lên kê, lên nanh.

## THẢO QUYẾT MINH

Tên khác: Muồng ngũ, Muồng muồng

Tên Tây, Nùng: Cò Coóc bẻ

Tên khoa học: *Cassia tora*

Thuộc họ vang (*Cacsalpinaceae*)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây nhỏ, cao từ 30 - 90 cm. Lá mọc so le khếp lông chim chẵn, gồm 2 - 4 đôi lá chét, lá chét hình trứng ngược. Hoa mọc từ 1 - 3 cái ở kẽ lá, màu vàng tươi. Quả là 1 giáp hình trụ dài 12 - 14 cm, rộng 4mm, trong chứa chừng 25 hạt, hạt hình trụ, màu nâu nhạt, bóng.

Cây mọc hoang khắp nơi ở Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, hạt thu hái vào tháng 9 - 11, phơi khô đập lấy hạt. Lá thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Hạt có vị mặn, tính bình.

**4. Công dụng:** Dùng chữa thong manh có màng, mắt đỏ, nhiều nước mắt, đầu nhức, đại tiện táo bón, cao huyết áp. Ngày dùng 5 - 10g hạt sao vàng sắc uống. Còn có tác dụng an thần.

Hạt thảo quyết minh (sống) 20g ngâm với 40 - 50ml nước trắng, 5ml dấm trắng, ngâm trong 10 ngày dùng hơi chữa hắc bào, bệnh chàm trẻ em, ghẻ.

Lá tươi nấu nước tắm rửa trị rôm, mụn nhọt, mẩn ngứa ngoài da.

## THẢO QUẢ

Tên khác: Đồ ho, Tô ho

Tên Tây, Nùng: Cò Đồ ho

Tên khoa học: *Amomum aromaticum*

Thuộc họ gừng (*Zingiberaceae*)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây cỏ sống lâu năm, từ 2 - 3m, thân rễ mọc ngang, to thô, có đốt, ở giữa có màu trắng nhạt, phía ngoài màu hồng, chông thành xơ, có mùi thơm. Lá mọc so le, có lá có cuống ngắn, có lá không cuống, bẹ lá có khía dọc, phiến lá dài 60 - 70 cm, rộng 15 - 20 cm, nhẵn mặt trên màu xanh sẫm, mặt dưới hơi mờ, mép nguyên. Cụm hoa thành bông mọc từ gốc, hoa màu đỏ nhạt. Có từ 8 - 17 quả trên mỗi bông, khi chín có màu đỏ nâu, quả có đường kính 2 - 3 cm, chia thành 3 ngăn, mỗi ngăn chứa khoảng 7 hạt có mùi rất thơm.

Cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Nguyên Bình tỉnh Cao Bằng. Thảo quả thu hoạch vào tháng 10 - 12 phơi hay sấy khô, khi nào dùng mới bóc vỏ.

**2. Bộ phận dùng:** Quả.

**3. Tính vị:** Thảo quả có vị cay, tính ấm, không có độc.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa đau bụng lấy trứng ngực đau, nôn ọc, tả chảy, trĩ sốt rét, lách to.

Ngay dung 3 - 6g, dung riêng hay phối hợp với các vị thuốc khác, dung dạng thuốc bột, thuốc sắc hay thuốc viên.

- Thảo quả già giập, ngâm nước chữa hôi miệng, ho, chữa đau răng, viêm lợi.

Thảo quả vừa là một vị thuốc vừa là một gia vị, thường được dùng để thêm vào một số bánh kẹo.

## THẦU DẦU TÍA

Tên khác: Đu đủ tía, Ty ma

Tên Tây, Nùng: Cò Giồng đeng, Cháu bản đeng.

Tên khoa học: *Ricinus communis*

Thuộc họ Thầu dầu (Euphorbiaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây thảo sống lâu năm, thân yếu, cao từ 2 - 4m, toàn cây nhuộm màu tía nâu sáng. Lá mọc so le có cuống dài, có 2 lá kèm 2 bên hợp thành một túi màng, sớm rụng, phiến lá xẻ thùy chân vịt, mép có răng cưa không đều. Hoa mọc thành chùm. Quả 3 mảnh vỏ dài 3cm, rộng 2cm, vỏ quả có nhiều gai mềm, đầu tròn và có 3 vết lõm chia 3 ngăn. Hạt hình trứng hơi dẹt. Cây thường rụng lá vào mùa đông.

Cây mọc hoang và được trồng ở một số các vườn thuốc gia đình, vườn thuốc các cụ lương y trong tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, lá, hạt, dầu.

**3. Tính vị:** - Hạt có vị ngọt, cay, tính bình, có độc.

- Lá có vị ngọt, cay, tính bình, có ít độc.

- Rễ có vị ngọt, hơi cay, tính bình.

**4. Công dụng:** Lá thường dùng tươi, làm thuốc đắp chữa đau đầu:

Lá thầu dầu (hái đủ dùng) giã nhỏ, trộn với 1 ít nước vo gạo sao ầm đắp, nếu nguội thì sao lại, ngày thay thuốc 2 - 3 lần

Rễ thầu dầu, ngâm với rượu hoặc cồn, dùng làm thuốc chữa đau nhức răng, sâu răng. Khi ngâm thuốc không được nướ, khi mỗi miệng thì nhổ nước ra ngoài ngày ngâm 2 - 4 lần.

Hạt chủ yếu dùng để ép dầu dùng trong công nghiệp.

Dầu thầu dầu dùng làm thuốc tẩy: Trẻ em dùng 10 - 15g; Người lớn dùng 30 - 50g. Sau khi uống được 2 giờ mới được uống nước.

Ngoài ra trong dân gian còn dùng hạt thầu dầu dùng làm thuốc chữa sốt nậu khó đề: Dùng khoảng 15 hạt thầu dầu giã nát đắp vào lòng bàn chân, khi nào đề xong, hoặc nậu đã ra thì bỏ thuốc ngay và rửa sạch lòng bàn chân.

Chữa sa tử cung và trực tràng: Dùng khoảng 10 - 15 hạt giã nhỏ đắp lên đỉnh đầu, khi nào thấy tử cung hoặc trực tràng lên khỏi thì bỏ ngay thuốc, rửa sạch.

Khi đắp thuốc phải luôn theo dõi.

## THIÊN NIÊN KIẾN

Tên khác: Sơn thực

Tên Tây. Nùng: Co, vạt hom, vạt hương

Tên khoa học: Homalomena aromatica

Thuộc họ Ráy (Araceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây nhỏ, sống lâu năm, có thân rễ mập, bò dài, có mùi thơm, khi bẻ ngang có xơ. Lá mọc từ thân rễ, có màu xanh, mềm, nhẵn, bóng, phiến lá hình đầu mũi tên, dài 10 - 15cm, rộng từ 7 - 11cm, đầu lá nhọn, mép nguyên. Cụm hoa là những bông mo. Quả mỏng thuận.

Cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Nguyên Bình, ưa đất ẩm ướt, ven bờ sông, suối.

**2. Bộ phận dùng:** Thân rễ, dùng khô

**3. Tính vị:** Vị đắng, cay, mùi thơm, tính ấm.

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc chữa tê thấp, bổ gân cốt, giảm đau nhức, dùng trong bệnh người già bị đau mỏi, đau dạ dày, đau khớp xương.

Kích thích giúp sự tiêu hóa. Ngày dùng 5 - 10g dạng thuốc sắc hoặc ngâm rượu.

Thiên niên kiện là môi nguyên liệu làm men rượu.

## THỐC LÉP

Tên khác: Cỏ cháy, bài ngài

Tên Tày, Nùng: Co khẩu mẩu

Tên khoa học: *Desmodium gangeticum*

Thuộc họ Cánh bướm (Fabaceae)

**1. Mô tả cây:** Cây bụi cao từ 1 - 1,50m. Cành mọc vươn dài, cành con mảnh, có lông vể sau nhẵn. Lá có một lá chét hình trái xoan, tròn hay hình tim ở gốc, hầu như tù hay nhọn ngắn ở chóp, mỏng, có lông mịn ngắn ở mặt trên và có nhiều lông rập xuống ở mặt dưới, có lá kèm nhọn. Cụm hoa ở nách lá hay ở ngọn, hoa nhỏ. Quả hơi cong hình cung, có lông chia làm 7 - 8 ô, mỗi ô chứa 1 hạt.

Cây mọc hoang rải rác khắp nơi trong tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, rễ, dùng tươi hay phơi khô.

**3. Tính vị:** Có vị chát

**4. Công dụng:** Dùng làm thuốc rửa vết thương, vết loét: Nấu nước đặc rửa, chữa rần cắn: Lấy rễ tươi 20 - 50g rửa sạch, giã nát, vắt lấy nước cho uống, bã đắp lên nơi rần cắn, ngày thay thuốc 2 - 3 lần. Chữa phù thũng, ngộ độc, bệnh về thận, sỏi mật, ngày dùng 6 - 12g sắc nước uống.

Ngoài ra còn được dùng chữa sốt cao co giật ở trẻ em, và chữa ỉa chảy, ho, nôn, hen suyễn, đòn ngã tổn thương, viêm da thần kinh.



## THỔ NHÂN SÂM

Tên khác: Thổ cao ly sâm, sâm thảo  
Tên Tây, Nùng: Co gia bèo, co sâm  
Tên khoa học: *Falinum patens*  
Thuộc họ rau sam (Portulacaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ hàng năm, hoặc sống dai, thân mọc thẳng, có thể cao tới 0,60m, thân màu xanh, phân nhánh nhiều ở phần dưới. Lá mọc so le, hình trứng ngược, hay hình trái xoan thuôn, phiến lá dày, hơi mập, bóng cả 2 mặt, hoa nhỏ màu hồng, xếp thành chùm thưa ở ngọn thân và các nhánh. Quả nhỏ, khi chín có màu đỏ nâu hay màu xám tro. Hạt rất nhỏ, đen, màu đen nhánh. Cây mọc hoang trên các triền núi đá ở huyện Hà Quảng, Trùng Khánh, Quảng Hòa, Thạch An, Bảo Lạc tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** - Rễ, dùng tươi hay phơi sấy khô  
- Lá non, dùng tươi

**3. Tính vị:** Vị ngọt, tính bình.

**4. Công dụng:** Rễ dùng làm thuốc chữa suy nhược ốm yếu thể hư ra nhiều mồ hôi, tỳ hư ỉa chảy, ho do phổi ráo, đái dầm, kinh nguyệt không đều, thiếu sữa. Ngày dùng 30 - 50g dạng thuốc sắc, hay ngâm rượu

Lá non dùng làm rau ăn, còn dùng giã đắp mụn nhọt.

## THỔ PHỤC LINH

Tên khác: Củ kim cương, củ khuc khắc

Tên Tây, Nùng: Mần khẩu dân, cầu ngàu lục

Tên khoa học: Smilax glabra

Thuộc họ hành tỏi (Liliaceae)

**1. Mô tả cây:** Là một loại cây dây leo trườn dài 4 - 5m, có nhiều cành nhỏ, gầy, không gai, thường có tua cuốn dài. Lá mọc so le hình trái xoan, dài từ 5 - 12cm, rộng 1 - 5cm, có 2 tua cuốn do lá kèm biến đổi, lá có 3 gân, hình cung. Cụm hoa ở nách lá, hoa màu lục nhạt. Quả mọng, hình cầu, khi chín màu tím đen chứa 3 hạt. Có rễ củ vắn vẹo.

Cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Hòa An, Nguyên Bình Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ củ, dùng khô.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, nhạt, hơi chát, tính bình.

**4. Công dụng:** Dùng chữa tiêu hóa không bình thường, đau bụng ỉa chảy, viêm thận, viêm bàng quang, phong thấp, viêm khớp, đòn ngã tổn thương, tràng nhạc, mụn nhọt độc, lở ngứa, viêm mủ da, giang mai, giải độc thủy ngân và bạc.

Ngày dùng 15 - 30g, dạng thuốc sắc, cao nước, rượu thuốc. Nước sắc thổ phục linh dùng cho bà đẻ uống, để chóng hồi phục sức khỏe, ăn ngon cơm.

## THỒM LỒM

Tên khác: Cây Đuôi tôm

Tên Tây, Nùng: Thúc phiến, cò nó thườn

Tên khoa học: Polygonum sinense

Thuộc họ rau răm (Polygonaceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cỏ, sống dai, thân đứng, nhiều khi mọc dài và leo, nhẵn, có rãnh dọc. Lá hình bầu dục hay hơi thuôn, phía cuống lá bầu bầu, ngọn lá hẹp nhọn, lá phía trên nhỏ hơn và gần như không cuống và ôm vào thân, bẹ chia mỏng và ngắn. Cụm hoa hình chùm xim ở đầu cành, hoa nhỏ màu trắng. Quả nhỏ, 3 cạnh, khi chín màu đen.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong nước ta, ưa đất ẩm, mát.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, thông thường dùng tươi.

**3. Tính vị:** Vị ngọt, chua, tính bình

**4. Công dụng:** Dùng chữa lỵ, viêm ruột, viêm họng, bạch hầu, ho gà, viêm gan, viêm vú, mụn nhọt, chốc lở, đờn ngã, nấm âm đạo, bạch đới, lở vành tai (lở mồm lở tai), lở ngứa ngoài da.

Ngày 20 - 60g dạng thuốc sắc, nếu dùng ngoài hái cây tươi giã nát đắp, hoặc nấu nước ngâm, rửa.

Ngoài ra trong dân gian còn dùng làm thức ăn trong chăn nuôi.

## ĐỘC MỐI

Tên cây, Nùng: Mạy hăm, Mạy Ngăm

Tên khoa học:

Thuộc họ:

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, cao từ 3 - 5m vỏ thân xù xì màu vàng nâu. Lá đơn nguyên mọc so le, phiến lá hình trứng, cuống ngắn, phiến lá dài 6 - 13cm, rộng 2 - 6cm, màu xanh nhạt. Hoa nhỏ nở vào mùa hạ, màu trắng ngà, mọc thành chùm ở kẽ lá. Quả nhỏ, hình trứng, mọng nước, khi chín màu vàng đỏ.

Cây mọc hoang ở 1 số huyện trong tỉnh Cao Bằng như: Hòa An, Thạch An, Phục Hòa, Nguyên Bình.

**2. Bộ phận dùng:** Cành, lá, dùng tươi hay phơi khô dùng dần.

**3. Công dụng:** Theo kinh nghiệm dân gian.

- Cành độc mối dùng chữa thấp khớp, đau nhức xương, dùng riêng hay kết hợp với thuốc khác như: Dây gắm, khúc khắc, củ tích (củ báng), canh châu, cành xuyên tiêu (loỏng phù chám) mỗi vị lấy 15 - 20g (khô) sắc uống, ngày uống 3 lần, mỗi lần một bát (bát ăn cơm) dùng từ 5 - 7 ngày.

- Lá tươi dùng đắp bó gãy xương: Liều lượng lấy đủ dùng, rửa sạch, giã nhỏ, trộn với 1 ít nước tiểu trẻ em hoặc nước vo gạo, sao ấm đắp, ngày thay thuốc 1 lần.

## VẠN ÁC

Tên khác:

Tên Tày, Nùng: Mẻ phước sam pi

Tên khoa học:

Thuộc họ:

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây thảo, cao từ 1 - 2m có thân rễ khôc. hình nón, ngoài những củ chính ra còn có những củ phụ, củ có màu ngà vàng, có mùi thơm, hăng đặc biệt. Lá có bẹ ôm vào thân ở phía dưới, phiến lá hình dải rộng, dài khoảng 0,8 - 1m, rộng 13 - 18cm, đầu lá nhọn, mép lá nguyên, màu xanh lục. Hoa xuất hiện trước khi ra lá, gồm một trục mọc từ thân rễ lên, màu trắng tím.

Cây mọc hoang và được trồng ở một số nơi trong tỉnh Cao Bằng, ưa đất tơi xốp, ẩm, mát.

**2. Bộ phận dùng:** Củ, dùng tươi hoặc phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị đắng he, có mùi thơm hăng hắc, tính âm.

**4. Công dụng:** Các cụ Lương y Cao Bằng dùng làm thuốc chữa viêm đa khớp: Vạn ác tươi, rửa sạch, giã nhỏ trộn với một ít nước vo gạo, hay nước tiểu trẻ con, sao ấm đắp vào các khớp sưng đau, dùng riêng hay kết hợp với cây hà nhi cục (sỏi khuyết), ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

- Vạn ác, còn được dùng làm thuốc bồi bổ sức khỏe, kích thích tiêu hóa, phòng ngừa sản hậu, cho phụ nữ sau khi sinh đẻ: Vạn ác thái miếng nhỏ, hầm với móng giò lợn, hoặc xào với thịt ăn. Ngày dùng 50 - 100g tươi. Hoặc phơi sấy khô ngâm rượu, hay sắc nước uống.

## VẠN PHUNG

Tên khác:

Tên Tây, Nùng: Co Tài phung, vạn phung,  
nhà đảm, đảm bốc, đảm đin.

Tên khoa học:

Thuộc họ:

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây thảo, nhỏ, mọc ở đất, ưa đất ẩm mát, ven bờ ruộng, bờ suối, cây cao từ 10 - 30cm có khi hơn. Lá dài từ 3 - 15cm, rộng từ 2,5 - 5cm, màu xanh lục, có bẹ lá ôm vào thân, cuống lá ngắn, phiến lá hình trứng, đầu lá nhọn, gân phụ song song với gân chính. Có rễ chùm. Cây mọc hoang ở xã Thành Công huyện Nguyên Bình, Thạch An và được trồng trong vườn thuốc của một số các cụ Lương y trong tỉnh Cao Bằng.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Vị nhạt

**4. Công dụng:** Kinh nghiệm một số cụ lương y ở Cao Bằng dùng lá bánh tẻ, dùng tươi, rửa sạch, thái nhỏ, xào với thịt gà, hay thịt lợn, hoặc trứng gà ăn chữa phong tê thấp, ngày làm ăn 2 lần vào buổi trưa và tối, mỗi lần dùng từ 5 - 7 lá tươi. Hoặc dùng cả cây (dùng tươi hay khô đều được) thái nhỏ sắc nước uống, mỗi lần dùng từ 25 - 50g tươi, hoặc 15 - 25g khô. Ngày uống 3 lần mỗi lần 1 cốc. Trẻ em dùng bằng 1/2 liều người lớn.

## NGŨ GIA BÌ NÚI ĐÁ

Tên Tày, Nùng: Co chất tó, co xí poóp

Tên khoa học:

Thuộc họ:

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây nhỏ, cao từ 0,5 - 2m thường mọc bám vào các hốc đá trên núi đá, thân cây nhỏ, phần già có màu mốc mốc, phần thân non có màu xanh lục, cành nhỏ mềm. Lá kép hình chân vịt, mọc so le có từ 5 - 7 lá chét, mép lá chét nguyên. Hoa nhỏ, mọc ở đầu cành, thành chùm, màu hơi hồng.

Quả nhỏ hình cầu.

Cây mọc hoang ở nhiều nơi trong tỉnh, gặp ở huyện Thạch An, Quảng Hòa, Hạ Lang, Trùng Khánh, thường được trồng làm cây cảnh ở khắp nơi.

**2. Bộ phận dùng:** Toàn cây, dùng tươi hay phơi sấy khô.

**3. Tính vị:** Có mùi thơm, tính ôn.

**4. Công dụng:** Lương y và dân gian trong tỉnh dùng lá tươi Ngũ gia bì núi đá, đập bó gãy xương, thường kết hợp với lá Si (bầu sầy chèn), lá thối chanh (bầu mạy đa khao), lá chàm tía (xôm đeng), Thài lài tía (chấp pi đeng), tất cả dùng tươi, giã nhỏ trộn với 1 ít rượu sao ấm đắp, ngày thay 2 - 3 lần thuốc.

Thân cây và rễ được dùng làm thuốc bổ, chữa đau nhức mình mẩy, đau khớp, phong tê thấp, dùng dạng thuốc sắc hay ngâm rượu, dùng riêng hay kết hợp với các vị thuốc khác, ngày dùng 20 - 50g.

## TIÊU THỰC

Tên khác: Na rừng, Na leo, dây nắm cơm.

Tên Tây, Nùng: Co pàn mạ, pàn vại

Tên khoa học: *Kadsura longipedunculata*

Thuộc họ ngũ gia bì (Schisandraceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây mọc leo, dài từ 2 - 4m, có khi dài hơn, thân cứng màu nâu, bên ngoài có từng lỗ chấm trắng, phân nhiều cành. Cành đơn mọc cách, lá dày mềm, nhẵn, có phiến hình bầu dục, gốc lá thon, lá mặt trên lục đậm, mặt dưới màu nhạt hơn và có nhiều chấm trắng nhỏ. Hoa mọc riêng lẻ ở kẽ lá, màu trắng hoặc vàng nhạt. Quả giống quả na nhưng to, có quả to bằng quả bưởi, khi chín có màu vàng phớt hồng, có vị chua ngọt. Thân cây có chất nhớt dính, vỏ rễ ngoài có màu nâu. Khi vỏ lá hay cắt thân cây thì có mùi thơm đặc trưng.

Trong tỉnh cây mọc hoang ở huyện Thạch An, Hòa An cây ưa đất ẩm mát.

**2. Bộ phận dùng:** Rễ, quả, hạt, dây (chủ yếu dùng dây).

**3. Tính vị:** Hơi ngọt đắng, mùi thơm, tính hơi ấm.

**4. Công dụng:** Trong dân gian quả chín dùng để ăn. Còn rễ được các cụ lương y trong tỉnh dùng làm thuốc chữa phong thấp gân xương đau nhức, hay bị thương sưng đau, ăn uống không tiêu, loét dạ dày và hành tá tràng, dùng dạng thuốc sắc, ngày dùng 15 - 30g, dùng riêng hay kết hợp với các vị thuốc khác.



## SI

Tên Tày, Nùng: Mạy slảy chèn

Tên khoa học: Ficus benjamina

Thuộc họ dâu tằm (Moraceae)

**1. Mô tả cây:** Thuộc loại cây cao to, ở gốc có nhiều rễ phụ. toàn cây có nhựa mủ, vỏ thân có những nốt chấm trắng. Lá hình trái xoan, nhẵn cả 2 mặt, mặt trên của lá có màu xanh lục, bóng, mặt dưới màu nhạt hơn không bóng, lá dài từ 3 - 10cm, rộng từ 2,5 - 5cm, lá đơn mọc cách, mép lá nguyên. cuống lá thường dài 1 - 2cm. Quả kép, không cuống. hình cầu hay hình trứng quả nhỏ, khi chín có màu vàng nâu. Cây mọc hoang.

Ngoài ra còn có một loại cây si nữa, loại này lá hình trứng, lá to hơn loại si trên, 2 mặt lá nham nháp. dùng lá làm thức ăn cho trâu, bò, ngựa (Mạy shây) chỉ có loại si mô tả ở trên (Si lá nhỏ) được dùng làm thuốc.

**2. Bộ phận dùng:** Lá, rễ phụ rũ xuống.

- Lá thường dùng tươi.
- Rễ phơi sấy khô dùng dần.

**3. Công dụng:** Kinh nghiệm của các cụ Lương y và dân gian trong tỉnh, từ xưa đến nay vẫn thường dùng lá si làm thuốc đắp bó gãy xương, ngã bị bầm giập, bong gân, sai khớp, dùng riêng hay kết hợp với lá thanh táo (sheng thảo, mặt tân), lá che ba (bầu nem đang, bầu thau cát đăm), lá dống xanh (bầu sheng thảo vài), lá đấng cay (bầu chiêu cày). Tất cả các vị thuốc rửa sạch, giã nhỏ, trộn với một ít nước vo gạo sao ấm đắp, ngày thay 2 lần thuốc.

Rễ phụ cây si được dùng ngâm rượu, sắc nước uống chữa nội thương thậm thũng do ngã, hay bị đánh đập, chữa đau nhức xương, chữa khớp.

Ngày dùng từ 30 - 50g rễ khô, dùng riêng hay kết hợp với 1 số các vị thuốc khác.

## THÔNG THẢO

Tên địa phương: Tảng puồng moong, tảng khuôn,  
rằm mu (Cao Bằng)

Tên khoa học: *Tetrapanax papyrifera*

Thuộc họ ngũ gia bì (Araliaceae)

### 1. Mô tả cây:

Thông thảo là một loại cây nhỏ, cao từ 3 - 6m. Thân cứng nhưng giòn, giữa thân có lõi trắng xốp, cây càng già lõi càng đặc và chắc hơn. Lá to chia thành nhiều thùy, mép có răng cưa to, cuống lá dài 30cm, có khi hơn, cuống lá có lõi mềm, phiến lá dài 30 - 50cm có thể hơn. Hoa màu trắng hình cầu, cụm hoa hình tán thành chùm. Quả dẹt gần hình cầu.

Cây mọc hoang ở huyện Hà Quảng, Thạch An, Quảng Hòa - Cao Bằng, cây ưa đất ẩm mát.

### 2. Bộ phận dùng:

Là lõi phơi hay sấy khô của thân cây thông thảo. Cao Bằng ở một số nơi nhân dân dùng cả cây làm thuốc.

### 3. Công dụng và liều dùng:

Thông thảo có vị ngọt, nhạt, tính hàn (lạnh) dùng làm thuốc thông tiểu, giảm sốt, trấn kinh, lợi sữa. Ngày dùng 3 - 6g dạng thuốc sắc.

Một số các cụ Lương y ở Cao Bằng có kinh nghiệm dùng thông thảo (cả cây hoặc vỏ thân và rễ) tươi hay phơi sấy khô làm thuốc chữa viêm gan vàng da, xơ gan cổ trướng. Dùng dạng thuốc sắc, dùng tươi hoặc khô đều được. Liều dùng 50 - 100g, nếu thuốc tươi thì dùng liều gấp đôi. Sắc đặc uống thay nước hàng ngày, mỗi ngày thay thuốc 1 lần, đồng thời kết hợp lấy thuốc trên nấu nước tắm hoặc xông.

Dùng riêng hay kết hợp với một số cây thuốc chữa gan khác.

## LAN GẤM

Tên địa phương: Cò bảr lài, cò kim tuyến

Tên khoa học: *Ludiria discolor*

Thuộc họ lan (Orchidaceae)

### 1. Mô tả cây:

Là loại lan mọc sát mặt đất, có rễ bám vào đá trông giống như con tằm. Thân có nhiều đốt màu đỏ hay tím hồng. Lá gần tròn, bầu dục, gốc có cuống thành bẹ, lá màu nâu tím óng ánh có vân trắng hình mạng rất rõ, mặt dưới màu hung đỏ. Cụm hoa nằm ở ngọn thân, ít hoa, có lông dày đặc. Hoa nhỏ màu trắng với cánh môi màu vàng hình chữ T, đỉnh chia hai thùy, gốc có túi quả nang. Trong tỉnh cây mọc hoang ở huyện Nguyên Bình, huyện Thạch An.

### 2. Bộ phận dùng:

Toàn cây, thu hái quanh năm, rửa sạch, dùng tươi hay phơi, sấy khô dùng dần.

### 3. Tính vị - tác dụng:

Vị ngọt, hơi chát, tính mát. có tác dụng từ âm nhuận phế, sinh tân, tiêu viêm hương huyết, lọc máu.

#### 4. Công dụng - liều dùng:

Lan gấm được dùng chữa lao phổi với khạc ra máu, thân kinh suy nhược, chán ăn. Dùng 2 - 10g dạng thuốc sắc, ngày thay thuốc 1 lần, ngoài ra nước sắc lan gấm còn được dùng chữa đau dạ dày.

Bài thuốc chữa lao phổi, viêm phế quản, viêm phổi đã được chữa ổn định những người gầy yếu, sút cân, ăn ngủ kém:

- Lan gấm 12g
- Mạch môn 12g
- Tháo quyết minh (sao) 12g
- Đương quy 12g
- Hoàng kỳ 12g.

Sắc nước uống ngày 1 thang.

### BÀI THUỐC CHỮA LAO HẠCH

- Lan gấm 12g
- Mạch môn: 12g
- Bách bộ 8g
- Hạ khô thảo: 12g

Sắc uống ngày 1 thang.

## DÂY CHÈ BA

Tên khác: Dây xanh

Tên Tây, Nùng: Thau nem đàng, Thau cát dăm

Tên khoa học: *Illigerarhodantha hance*

Họ: Lưỡi chó (hernandiaceae)

### 1. Mô tả cây:

Dây leo nhánh non có lông mịn màu sét vàng lá mọc so le có 3 lá chét mặt trên màu lục sẫm và sáng bóng lúc khô không đen, mặt dưới dày lông xám vàng dài 3 - 13 cm gân phụ 3 - 4 cặp, cuống lá có lông, cụm hoa chùm kép ở nách lá dày lông xám vàng, nụ hoa màu tím đỏ. Cánh hoa nhỏ hơn lá dài quả có 4 cánh (2 cánh dài, 2 cánh ngắn) rộng tới 7cm.

Hoa quả tháng 10 - 2.

### 2. Bộ phận dùng: Rễ, lá

### 3. Phân bố thu hái và chế biến:

Thường gặp ở ven rừng, ven suối, ven đường thu hái các bộ phận của cây quanh năm dùng tươi hay phơi khô dùng dần.

**Công dụng:** Cành lá thường dùng nấu nước tắm cho phụ nữ sau khi sinh để cho mau lại sức. Lá già nạt đắp chữa ghè, mụn nhọt, bấp chuoối; cũng có thể dùng lá nấu nước tắm và nấu thành cao đặc để bôi nhiều lần trong ngày. Rễ sao vàng sắc nước uống chữa phù trẻ em và ho ra máu. Cũng dùng chữa đái vàng, sài giật.

**Liều dùng:** 10 - 20g rễ khô.

Một số lương y trong tỉnh thường dùng lá Chè ba làm thuốc đắp bó gãy xương, dùng kết hợp với lá Ngũ gia bì núi đá (bầu chắt tó), lá sy (bầu mạy shầy dèn), lá Đấng cay (bầu chiêu cây) lá đóng xanh (bầu sheng sháo vài) lá thanh táo (bầu sheng sháo) lá ngải cứu (bầu nhả ngải moong). Tất cả các vị già nhỏ, trộn với một ít nước vo gạo, sao nóng đắp. Ngày thay 2 lần thuốc. Còn dùng làm thuốc chữa cam tích trẻ em. Lá Chè ba phơi hay sấy khô, tán nhỏ rây lấy bột mịn, tẩm miếng gan lợn nướng cho trẻ em bị suy dinh dưỡng (cam còi) ăn, hoặc trộn với bột, cháo cho trẻ ăn. Ngày dùng 3 - 5g dạng bột, cũng có thể dùng lá sắc nước cho trẻ uống, và đun nước tắm cho trẻ.



## HỒI NƯỚC

Tên khác: Quế đất

Tên địa phương: Co mác chác nặm, co pác cốp.

Tên khoa học: *Limnophila rugosa*

Thuộc họ hoa nhện sỏi (serophulariaceae)

### 1. Mô tả cây:

Cây thuộc thảo, có thân mọc đứng cao từ 15 - 40cm, thân đơn hay phân nhánh ít, nhẵn hoặc có lông mịn. Lá mọc đối có cuống dài 5 - 25mm. Phiến lá hình trứng thuôn dài 2 - 8 cm, rộng 0,8 - 4,5cm. tù ở chóp, mép lá hơi khía lược, phiến lá có nhiều điểm tuyến. Cụm hoa ở nách lá có từ 1 - 7 hoa, hoa có cuống ngắn, hay không cuống, hoa màu lam nhạt. Quả nang hình trứng.

### 2. Bộ phận dùng: Toàn cây

### 3. Nơi sống và thu hái:

Cây mọc hoang, ưa đất ẩm ướt, mát, thường mọc ven các bờ sông, suối, lạch, ao, hồ, mọc thành từng đám, hoặc riêng lẻ. Cũng được trồng làm rau gia vị.

Thu hái quanh năm, thường dùng tươi.

**4. Tính vị:**

Vị cay, mùi thơm như mùi húng quế, mùi hôi, tính bình.

**5. Công dụng:**

Thanh nhiệt giải biểu, khu phong trừ thấp, làm ngừng ho và giảm đau.

Dùng làm thuốc chữa liệt nửa người, đau thần kinh tọa, đau nhức mình mẩy, thường dùng ngoài, liều lượng tùy dùng.

**6. Cách dùng:**

Dùng tươi, hái lấy 1 nắm to, rửa sạch nấu nước để sôi trong 1 - 2 phút, bắc ra xông cho người bệnh, sau đó dùng nước xông tắm, rửa, mỗi ngày làm 1 lần.

Ngoài ra còn dùng làm thuốc chữa cam tích trẻ con (suy dinh dưỡng) Hổi nước 1 nắm 100g) nấu nước tắm, rửa cho trẻ bị cam tích, mỗi ngày tắm, rửa 2 lần vào buổi trưa và tối.

## ĐẮNG CÂY

Tên khác: Sên gai

Tên Tây, Nung: Chiêu cây, nam chiêu cây

Tên khoa học: *Zanthoxylum planispinum* sieb.etzucc

Họ: Cam, Rutaceae

### 1. Mô tả cây:

Cây nhỏ cao tới 4m phân nhánh nhiều có cành dài và thông xuống, cành có gai dẹp thẳng hay gần thẳng. Lá kép lông chim, mọc so le, gồm 3 - 5 lá chét không cuống phân giữa của cuống chung có cánh, những lá chét trên lớn hơn, các lá bên không cân ở gốc. Cụm hoa chùm thưa ở nách lá. hoa màu trắng lục, quả nang có 1 cánh hạch mở to 5mm, màu đỏ nâu, có những tuyến thơm, lõi lõm những u, vỏ quả ngoài dễ tách khỏi vỏ quả trong. Hạt đơn độc hình cầu màu đen nhánh.

Hoa tháng 5 - 6, quả tháng 8 - 9.

2. Bộ phận dùng: Quả, lá

3. Phân bố thu hái và chế biến:

Cây mọc hoang ở huyện Trà Lĩnh, Quảng Hòa, Thạch An - Cao Bằng.

#### 4. Tính vị tác dụng:

Quả có vị cay, tính ấm, mùi thơm có tác dụng tán hàn, giảm đau trừ giun, cành và gai có tác dụng làm thông hơi, giúp tiêu hóa.

**Công dụng:** Quả và hạt dùng làm thuốc trị sốt chữa đau bụng, nôn mửa, rối loạn tiêu hóa, ỉa chảy, phong thấp, đau nhức, mẩn ngứa, ho ra đờm lỏng. dùng quả và hạt ngâm rượu uống, dùng 4 - 8g sắc uống, quả còn dùng ngâm chữa đau răng.

Đặc biệt một số cụ lương y dùng quả Đắng cay làm thuốc chữa rắn cắn, chữa đau nhức răng, xoa bóp đau nhức khớp, bầm giập khi bị thương.

**Cách dùng:** Quả Đắng cay tươi hái về nhặt sạch cuống, cho vào trong chai, lọ đổ ngập rượu trắng hay cồn ngâm để dùng dần.

Khi có người bị rắn cắn thì cho bệnh nhân uống 1 chén rượu Đắng cay, đồng thời dùng bông tẩm rượu thuốc đó đắp xung quanh vết cắn, khi miếng bông khô thay miếng khác.

Nếu không có rượu thuốc sẵn thì dùng quả Đắng cay tươi giã dập đổ rượu, hay nước vào nghiền lọc lấy nước cốt cho uống, bã đắp xung quanh vết cắn.

Còn dùng kết hợp với các vị thuốc khác để chữa phong tê thấp, thấp khớp, đau nhức mình mẩy, sắc uống. Lá dùng tươi để đắp bó gãy xương, bong gân, thường kết hợp với thanh táo, lá chè ba, lá sy, lá dống xanh, giã nhỏ, trộn với nước vô gạo sao nóng đắp, ngày thay thuốc 2 lần.

## XƯƠNG RỒNG BÀ

Tên Tây, Nùng: Cò lịn lũng

Tên khoa học: *Opuntia dillenii* Haw

Thuộc họ xương rồng (Cactaceae)

### 1. Mô tả cây:

Cây nhỏ cao 0,5 - 2m, thân do các lông đẹp hình cái vợt bóng bàn dài 15 - 20cm, rộng 4 - 10cm, màu xanh nhạt, mang mủn 3 - 8 gai, gai to với sọc ngang, dài 1 - 4cm. Lá nhỏ dễ rụng. Hoa màu vàng rồi đỏ, to, phiến hoa nhiều, nhị nhiều với chỉ nhị hồng hay đỏ. Quả mọng màu đỏ đậm.

Ra hoa quanh năm.

### 2. Bộ phận dùng:

Toàn cây, thu hái quanh năm.

### 3. Phân bố:

Cây mọc hoang và được trồng ở khắp nơi làm hàng rào.

### 4. Tính vị, tác dụng:

Vị đắng, tính mát, có tác dụng hành khí hoạt huyết, thanh nhiệt, giải độc, tán ứ tiêu sưng, kiện vị chỉ thống,

trấn khái. Dó đó có chất nhầy nên cây có tính chống co thắt và chống ho.

### 5. Công dụng:

Một số các cụ Lương y trong tỉnh có kinh nghiệm dùng chữa lá lách sưng đau, hái lấy 2 - 3 lóng (miếng) khoét bỏ gai, cạo vỏ ngoài, giã nhuyễn, gạo nếp 1 - 2 hơ (sữa) sát bột, giã lẫn xương rồng bà, làm thành bánh (như bánh gai) hấp chín cho bệnh nhân ăn. 1 tháng làm và ăn 2 lần. Và dùng làm thuốc đắp chữa quai bị: Xương rồng bà 1 miếng (hái đủ dùng) khoét bỏ gai, giã nhỏ, trộn với một ít nước vo gạo sao nóng đắp. Ngày thay thuốc 2 - 3 lần.

Ở nước ta, dân gian dùng cành có nhựa chữa mụn nhọt, đầu đinh. Xương rồng bà, lá ổi, mông toi giã nát đắp. Ngày thay thuốc 1 - 2 lần.

Ở Trung Quốc, rễ và thân được dùng chữa báng, ly, trĩ ra mau, ho, đau họng, nhọt ở phổi, sưng vú, rắn cắn, viêm loét dạ dày hành tá tràng.

## ĐẠI HỒI

Tên khác: Hối, đại hồi hương.

Tên Tây, Nùng: Mác chác

Tên khoa học: *Illicium verum*

Thuộc họ hồi: Illiciaceae

**1. Mô tả cây:** Cây nhỡ cao 6 - 10m thân thẳng to, cành thẳng, nhẵn. lúc non màu lục nhạt sau chuyển sang màu nâu xám lá mọc so le, phiến lá nguyên, dày, cứng giòn, nhẵn bóng, hình mac hoặc hình trứng thuôn, hơi nhọn đầu, mặt trên xanh bóng hơn mặt dưới, hoa mọc đơn đực ở nách lá, cuống to, ngắn. 5 lá dài màu trắng, có mép màu vàng hồng, cánh hoa đều nhau màu hồng thắm, quả kép gồm 6 - 8 đại (có khi hơn) xếp thành hình sao, lúc non màu lục, khi già màu nâu sẫm, mỗi đại dài 10 - 15mm có mũi nhọn ngắn ở đầu, hạt hình trứng, nhẵn bóng.

Ở tỉnh Cao Bằng cây được trồng nhiều ở huyện Thạch An, Trà Lĩnh.

**2. Bộ phận dùng:** Quả, tinh dầu hồi.

**3. Tính vị tác dụng:** Hồi có vị cay, ngọt, mùi thơm, tính ấm, có tác dụng trừ đàm, khai vị, kiện tỳ, kích thích bộ máy tiêu hóa. Tiêu thực, giảm co bóp trong dạ dày và ruột, lợi sữa, trừ phong, giảm đau, sát trùng.

**4. Công dụng, liều dùng:** Thường được dùng để chữa nôn mửa, ỉa chảy, đầy bụng trướng, dùng chữa đái nhiều, đái dầm, ngộ độc thịt cá, chân tay nhức mỏi, lá hồi dùng để chữa rần cắn (nhai nuốt nước, lấy bã đắp). Tinh dầu hồi có tác dụng kích thích, làm dễ tiêu, chống co giật, làm long đờm và lợi tiểu nhẹ, chữa ho và là thuốc xoa bóp chữa thấp khớp.

**Liều dùng:** Ngày dùng 4 - 8g dạng thuốc sắc, hãm hoặc 1 - 4g quả (dạng thuốc bột).

Ngoài ra còn dùng quả hồi ngâm rượu làm thuốc xoa bóp ngoài da.



## MỘT SỐ BÀI THUỐC

### + CHỮA ÁP XE VÚ:

- Lá bầu đất
- Lá đơn châu chấu
- Lá si
- Rễ hoặc hoa du đủ dực

*Cách chế và dùng:* Các vị thuốc dùng tươi lượng bằng nhau, rửa sạch giã nát tẩm nước vo gạo gói lá chuối vùi tro nóng đem đắp. Mỗi ngày thay thuốc 1 lần. Đắp đến khi khỏi.

*Lương y: Nóng Chí Toại*

### + CHỮA VIÊM GAN:

- Cây muồng sọc: 24g
- Thanh táo: 18g
- Chàm đở: 48g
- Trâu cổ: 60g
- Rau má: 30g

Dùng rễ hoặc thân, thái lát phơi khô chua đều sắc nước uống trong 15 - 18 ngày.

*Phan Duy Tùng, Hồng Định Quảng Hòa Cao Bằng*

### + LÔNG SÂU RÓM ĐÂM:

- Lá mua tươi rửa sạch giã nát tẩm nước măng chua, bọc lá chuối vùi tro nóng đem đắp.

*Lương y: Lê Bình Sư*

### + ĐÁP RÚT DỊ VẬT:

#### + Gai, chông, tên độc

- La chàm mèo 1 nắm giã nát vắt lấy nước uống để giải độc (nếu bị tên độc) bả đắp vết thương chú ý để hở miệng.

- Rễ lau sắc nước uống

- Phân dê đốt tẩm tinh dầu mun trộn với mỡ lợn bôi là rút ra được.

+ Kim khí còn nằm trong vết thương

1. Con xén tóc 1 - 2 con

- Hàn the 1 - 2g

Hai vị tán nhỏ cho vào lọ cho vào ít nước chờ 1 lúc lấy nước rửa vào vết thương.

2. Lá nhót

- Lá chìa vôi

Lá canh châu

- Củ tâm sét

Các vị bằng nhau giã đắp vết thương để 1 đêm.

+ Thối tai. - Củ gấu, lá hẹ, lá ích mẫu: Các vị lượng bằng nhau sao khô tán bột pha nước chín lọc bỏ bã lấy nước rửa vào tai.

- Rét: 1 - 2 con, vẩy tê tê: 2 cái, để dũi: 2 con sao khô tán bột mịn rắc vào ống tai.

**Lê Bình Sự**

#### **+ SÒI THẬN:**

1. Rễ ké hoa đào, rễ ké hoa vàng, rễ ké đầu ngựa, rễ cỏ xước, rễ cỏ tranh, rễ cỏ may, rễ đu đủ. Các vị bằng nhau thái ngắn phơi khô sắc nước uống.

2. Kim tiền thảo, tháp bui, cỏ xước mỗi vị 30g sao vàng sắc nước uống.

#### **+ BÍ ĐÁI:**

1. Lá đơn đỏ 30g rửa sạch giã nát hòa 1 ít nước lọc lấy nước uống.

2. Lá da hiến đỏ, lá cốt xay, lá long nha thảo, lá mã đề, lá cỏ xước. Các vị bằng nhau sao khô sắc nước uống.

#### **+ PHÙ:**

1. Dây tơ hồng đỏ, vàng, xanh, trúc gai, tạch tá (phước hỏ nà). Dùng tươi lượng bằng nhau nấu nước xông rồi tắm.

2. Uống: Tâm gửi cây dâu, tâm gửi bưởi, tâm gửi cau, hạt bìm bìm xanh, hạt tơ hồng xanh, trúc gai, rễ cỏ tranh. Các vị bằng nhau phơi khô sắc nước uống.

#### **+ RỐI LOẠN KINH NGUYỆT:**

1. Củ gấu 20g, mầm tưới 15g, cỏ xước 15g, nghệ đen 10g, gổ vang 10g. Các vị sao vàng sắc nước uống.

2. Rễ bưởi hung 15g, rễ mầm tưới 15g, củ gấu 15g, vỏ cây sau sau 10g, ích mẫu 10g. các vị sao khô ngâm rượu uống trước kỳ kinh 3 ngày.

**+ BĂNG HUYẾT:**

- Bẹ móc 20g, xơ mướp 30g, mọc nhĩ 15g sao đen sắc nước uống.

*(Lương v: Lê Bình Sư)*

**+ BÀI THUỐC CẢM MÁU CHỮA CÁC CHỨNG NỖN, HO RA MÁU, BĂNG HUYẾT, RONG KINH... TRỊ.**

1. Rễ mua:
2. Rễ dâm bụt
3. Cỏ nhọ nổi cả cây
4. Vỏ cây vối già
5. Rễ "xạ mác bao"
6. Rễ mơ
7. Rễ vỏ cỏ lào
8. Rễ cây bùng bực

Mỗi vị bằng nhau. Rửa sạch phơi khô, sao vàng sắc nước uống thay nước chè.

Kiểm ăn: Thịt trâu, thịt lợn nái, cá chép, đồ chua tanh.

*Lương v: Lô Văn Minh, Quang Trọng - Thạch An*

**+ SA TRỰC TRẮNG:**

Đỗ trọng nam 30g, Rau dớn (phiác cốt) 30g, Lá vông 30g, vừng (ngà hoặc) 30g, rễ vười hùm 30g.

Thái nhỏ phơi khô sao vàng sắc đặc uống.

*Ngọc Văn Cương - Văn Trình - Thạch An*

**+ NĂM DA ĐÀU:**

Cây tu hú (toàn cây) (mác hủ) dùng tươi đun nước gọt ngày 1 - 2 lần.

*Lý Ngọc Dư - Danh Sĩ - Thạch An*

**+ THẤP KHỚP:**

- Thạch vi 20g, cẩu tích 20g, ngưi tất nam 20g
- Kế đầu ngựa 20g, mâm tước 20g
- Hồi đầu thảo 12g

Sắc uống

*Y sỹ Nông Văn Nám Vĩnh Quý + Hạ Lang*

**+ IÀ CHẢY TRẺ EM:**

- Gỗ vang 10g, rốn mướp già 1 - 2 cái, đất lòng bếp 10g.

Gỗ vang chẻ nhỏ sắc đặc, rốn mướp đốt tòn (tính lông bếp hòa nước sôi để nguội lọc lấy nước).

Trộn lẫn các thứ nước trên cho trẻ uống 3 - 4 lần/ngày.

**+ VIÊM ĐƯỜNG NIỆU:**

- Tang ký sinh

- Tằm gửi cây gạo

Hai vị bằng nhau, thái lát phơi khô sắc nước uống.

**+ XUẤT HUYẾT TỬ CUNG:**

- Kim ngân (dây và lá) 15g khô

- Cành lá bưởi hung 15g

- Ngải cứu 10g

- Rễ và vỏ ngũ gia bì hương 30g

- Rễ mấm xôi 50g

Sao vàng

Rửa sạch thái nhỏ 100g tươi cho vào chảo gang cho 1 chén nước đun đậy vung kín chờ khi cạn nghe nổ lép lép thì mở vung đảo đều cho đến khi cháy cạnh khô ròn thì được.

Các vị trên cho 600ml nước sắc còn 200ml chất ra chia 3 lần uống cách nhau 3 giờ. Bã cho nước sắc lần 2 sau đó dùng tiếp gói 2, 3.

*Nông Văn Đông – Phong Châu - Trưng Khánh*

**+ VIÊM ĐƯỜNG NIỆU:**

- Cành nhỏ cây bún 100g tươi

- Dây hạt bí 50g tươi

- Kim tiền thảo 50g tươi

- Mộc tặc 50g tươi

- Tơ hồng xanh 50g tươi

Các vị trên dùng tươi, nếu dùng khô thì liều bằng 1/2 tươi. Rửa sạch thái nhỏ cho vào nồi đổ ngập nước sắc còn 1/2 lượng nước chất ra uống chia nhiều lần trong ngày sau đó đổ tiếp nước lại sắc lần 2 và lần 3 uống liên tục 5 ngày.

**Bế Nhật Kiều**

**+ KIẾT LY:**

- Vỏ cây nhót già 50g
- Vỏ nhãn già 50g
- Cỏ nho nổi 50g

Rửa sạch thái nhỏ, sắc đặc còn 1/2 bát chia đều uống trong ngày.

**Ma Văn Cừ**

**+ THẤP KHỚP:**

**Bài 1:** - Vỏ sứa 12g

- Rễ mơ 8g
- Rễ ngũ gia bì hương 15g
- Rễ vú bò 15g
- Rễ khô lá đỏ (Vắc và đeng) 8g

Rửa sạch thái mỏng phơi khô ngâm với 2 lít rượu sau 1 tháng đem uống mỗi lần 1 chén (khoảng 20ml) ngày uống 3 lần. Trước ăn.

Nếu không uống được rượu thì sắc nước uống.

**Nguyễn Mai Công - Đề Thám - Hòa An**

**Bài 2:** - Rễ hoàng lực 8g

- Rễ đơn châu chấu 10g
- Rễ đấng cay 5g
- Dây kim ngân 15g
- Rễ xích đồng nam 8g
- Rễ ngũ gia bì hương 15g

Rửa sạch thái mỏng phơi khô ngâm rượu hoặc sắc nước uống.

**Hà Văn Thơ - Trí Viên - Trưng Khánh**

**+ SÁN HẬU:**

- Ngải cứu 20g
- Rễ thảo quyết minh 10g
- Rễ cây sật 12g

Rửa sạch, thái nhỏ phơi khô cho vào ấm đổ 3 bát nước sắc còn 1 bát chia 2 lần uống trong ngày.

**VƯƠNG THỊ TƯ - Cao Chương - Trà Linh**

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam  
**GS-TS: Đỗ Tất Lợi** - Nhà xuất bản Khoa học và kỹ thuật 1995
2. Từ điển Cây thuốc Việt Nam  
**Võ Văn Chi** - Nhà xuất bản y học 1997

## *Một số cây thuốc nam thông thường ở Cao Bằng*

- ❑ Chịu trách nhiệm xuất bản:  
DS: VŨ TRƯỞNG HOAN - Chủ tịch HYHCT Cao Bằng
  - ❑ Giấy phép xuất bản số: 25 GP/XP ngày 4-10-2000 do Sở Văn hóa thông tin Cao Bằng cấp.
  - ❑ In 500 cuốn, khổ 13 x 19  
IN TẠI XÍ NGHIỆP IN VIỆT LẬP CAO BẰNG
- In xong và nộp lưu chiểu 10-2000



*Cây Mừng phi chữa viêm gan*



*Cây Thiên niên kiện*