

**TRƯƠNG PHONG
ĐƯƠNG TRÍ PHÙ**



**ĐIỀU TRỊ
BỆNH THÔNG THƯỜNG
BẰNG THUỐC ĐÔNG Y
ĐƠN GIẢN**

**NXB KIM CHÁT (TQ)
HỘI Y DƯỢC HỌC TP HCM**

DƯƠNG TRÍ PHÙ - TRƯƠNG PHONG



**ĐIỀU TRỊ CÁC BỆNH
THÔNG THƯỜNG
BẰNG THUỐC ĐÔNG Y
ĐƠN GIẢN**

Người dịch: **NGUYỄN XUÂN QUÝ**
ĐÌNH GIA NGUYỄN

Hiệu đính: **GSBS. TRẦN VĂN KỶ**

NHÀ XUẤT BẢN KIM CHẤT (TRUNG QUỐC)
HỘI Y DƯỢC HỌC TP. HCM

1993

LỜI NÓI ĐẦU

MỤC đích của cuốn sách là nhằm cung cấp những phương pháp điều trị đơn giản, dễ thực hiện mà lại có hiệu quả cho những người hay mắc bệnh thông thường, chống lại bệnh tật bảo vệ sức khỏe con người. Muốn thực hiện phương pháp điều trị đơn giản, dễ thực hiện, có hiệu quả thì phải nắm được một số kiến thức cơ bản về y học. Đó chính là ba nội dung: biện chứng, lập phương pháp, chọn đơn thuốc. mà cuốn sách muốn trình bày. Để quảng đại độc giả dễ hiểu, dễ nắm vững, lời văn cố gắng viết giản dị, dễ hiểu, đi từ nông đến sâu.

Tên các loại bệnh, có cái dùng tên Tây Y, có cái dùng tên Đông Y đều dựa trên những tên mà đông đảo bạn đọc đã từng quen biết và tiếp xúc tương đối nhiều, nhằm để bạn đọc tiện học tập và ứng dụng. Song, dù dùng tên Tây Y hay Đông Y thì trong nội dung mỗi loại bệnh đều có phần chú thích đối chiếu giữa Đông Y và Tây Y để tiện tham khảo khi chữa bệnh.

Biện chứng luận trị là nguyên tắc cần phải tuân thủ của phương pháp chữa trị bằng Đông y, cũng là một trong những đặc điểm của nền y học Trung Quốc. Bất cứ một chứng bệnh nào cũng không thể xử lý một cách đơn giản mà phải căn cứ vào biểu hiện lâm sàng để chẩn đoán là chứng gì, từ

đó mới lập phương pháp chọn toa thuốc và dùng thuốc. Mỗi một loại bệnh điều có những triệu chứng thường gặp nhất. Những chứng trình bày trong sách chính là những chứng thường gặp của các loại bệnh đó. Lâm sàng có lúc chỉ gặp một chứng, có lúc gặp nhiều chứng, nhưng nếu nắm vững triệu chứng thường gặp của mỗi loại bệnh tật thì dù bệnh tình đơn giản hay phức tạp đều có thể phân biệt được.

Đơn thuốc cũng có loại đơn giản, có loại phức tạp song kết quả thì chủ yếu xem chọn thuốc có đúng không, đơn thuốc có hợp lý không, những đơn thuốc đơn giản dễ thực hiện nếu nhắm đúng bệnh cũng có hiệu quả rất tốt.

Cách sắc thuốc mọi người đều đã biết. Thuốc cần sắc trước phần lớn thuộc các chất kim loại, khoáng vật, vỏ các loài nhuyễn thể, đòi hỏi thời gian sắc dài hơn mới sắc ra được chất có ích. Thông thường phải sắc lửa nhỏ từ 30 phút trở lên. Có những loại thuốc có chất độc, sắc lâu mới làm phân giải được các độc tố. Những loại thuốc cho vào sau thường có các chất dễ bị bay hơi, bị phá hủy. Cần phải cho vào sau để giữ thành phẩm có ích; phát huy hiệu quả của thuốc. Thuốc cho vào sau thường cho vào từ 10 đến 15 phút trước khi thuốc sắc xong. Trong sách này đều có phần chú thích các vị thuốc cần sắc trước và các vị thuốc cho vào sau.

Ăn uống điều dưỡng là một bộ phận không thể thiếu được trong trị liệu. Các chứng bệnh đều có nhu cầu về ăn

uống khác nhau để làm thuyên giảm bệnh tật. Ví dụ: như bệnh phong hàn ngoại cảm nên ăn gừng, sống cay nóng để phát tán biểu tà. Các chứng bệnh sốt do nhiệt thì nên ăn các loại quả có tác dụng thanh nhiệt như: bí đỏ, dưa hấu, mướp đắng, rau cải... để thanh nhiệt tả hỏa, làm giảm bệnh tật. Những người khí hư thì nên dùng các loại có tác dụng bổ khí như: hạt vè, đậu ván, gạo nếp, lúa mì, hạt sen, đại táo, dạ dày lợn, thịt bò, chim bồ câu, lươn vàng, ca trăn... Người huyết hư nên dùng các loại có tác dụng bổ máu: cà rốt, củi nhãn, gan lợn, gan gà, gan dê. Người âm hư thì nên dùng các loại có tác dụng bổ âm như: quả dâu, củi dứa, lê, mía, mộc nhĩ, bắp cải, sữa dê, sữa bò, thịt vịt trời, gà ác, mật ong, sò... Người dương hư thì nên dùng các chất bổ dương như: quả đào, thịt dê, thịt chó, tôm...

• Ngoài các phương pháp dùng thuốc Đông y và châm để trị bệnh, còn cần chú ý ăn uống điều dưỡng và các phương pháp điều trị khác mới có thể làm bệnh chóng khỏi, sức khỏe mới chóng hồi phục. Sách nhiều chỗ còn thiếu sót, mong được sự chỉ giáo để cải tiến nâng cao.

DƯƠNG CHÍ PHÙ
TRƯƠNG PHONG

KHOA ĐÔNG Y, Trường đại học quân y Thứ Nhất Quảng Châu năm 1987.

I- LÀM THẾ NÀO ĐỂ SỬ DỤNG CÁC ĐƠN THUỐC ĐÔNG Y ĐƠN GIẢN ?

Đơn thuốc giản tiện, dễ thực hiện mà có hiệu quả điều trị tốt thì gọi là đơn thuốc giản tiện hiệu nghiệm. Việc sử dụng các đơn thuốc đó phải căn cứ vào nguyên tắc biện chứng luận trị của đông y thì mới có kết quả điều trị. Một đơn thuốc không thể chữa khỏi tất cả mọi triệu chứng của một loại bệnh. Thế thì làm thế nào mới có thể biện chứng luận trị. Cần phải thực hiện cho được: biện chứng chính xác, lập phương pháp thích hợp, chọn đơn thuốc đúng bệnh.

1- BIỆN CHỨNG CHÍNH XÁC

Biện chứng là tiên đề cho việc thực hành điều trị. Muốn biện chứng được chính xác thì phải làm được hai điểm dưới đây:

- *Thứ nhất* : phải học được phương pháp khám bệnh của đông y, phải tìm hiểu tỉ mỉ người bệnh, thu thập các tư liệu có liên quan đến bệnh tật làm căn cứ cho biện chứng. Phương pháp khám bệnh của đông y là bốn chẩn: nhìn, nghe, hỏi, sờ (vọng, văn, vấn, thiết).

Vọng chẩn là phương pháp thu thập các biểu hiện lâm sàng của bệnh nhân qua thị giác của người thầy thuốc. Văn chẩn

là phương pháp quan sát các biểu hiện của bệnh nhân bằng thính giác và khứu giác của người thầy thuốc. Vấn chẩn là phương pháp thông qua thăm hỏi đối thoại mà tìm hiểu bệnh tình, bệnh sử. Thiết chẩn là phương pháp thông qua xúc giác của người thầy thuốc để nắm bệnh tình. Nội dung cần quan sát có thể tham khảo các sách có liên quan chẩn đoán học đông y. Tìm hiểu tình hình của bệnh nhân càng tỉ mỉ, chuẩn xác. Càng cung cấp được nhiều tư liệu cho chẩn đoán.

-*Thứ hai* : cần nắm vững các phương pháp biện chứng thường dùng, gồm có biện chứng bệnh căn, biện chứng bá cương, biện chứng tạng phủ.

* **Biện chứng bệnh căn**: còn gọi là "thăm chứng cầu nhân" là thông qua phân tích các triệu chứng của bệnh tật căn cứ vào tính chất đặc điểm của những nhân tố dẫn đến bệnh và các biểu hiện lâm sàng của bệnh để tìm ra nguyên nhân phát bệnh. Các nguyên nhân tương đối thường gặp có:

Phong tà: bốn mùa đều có thể phát bệnh, phong tà phát bệnh mau, thay đổi nhanh. Biểu hiện ở biểu bì cơ thể: sợ gió, sốt, đau đầu, ra mồ hôi, rêu lưỡi trắng mỏng, lưỡi đỏ nhạt, mạch phù hoãn, tổn thương ở gân cơ, đau không cố định, đi lại, cử động đau, hoặc miệng, mắt bị méo.

Hàn tà: có tiền sử cảm lạnh. Hàn tà xâm nhập ở biểu bì cơ thể có triệu chứng sợ lạnh, sốt, không có mồ hôi, đầu mình đau nhức. rêu lưỡi trắng hoạt, mạch phù khẩn, tổn thương ở gân cốt kinh mạch thì đau nhức, gặp lạnh càng đau hơn, chỗ

đau cố định, tổn thương ở dạ dày, ruột thì đau bụng, tiêu lỏng, miệng nhạt không khát nước.

Thử tà: phát sinh do khí hậu nóng bức mùa hè. Phát bệnh nhanh, sốt cao, miệng khát thích uống nước mát, ra mồ hôi, mạch hồng đại.

Táo tà: phát sinh vào mùa thu hoặc mùa khô hạn, có triệu chứng: hơi sợ gió lạnh, sốt, ho có ỉt đờm, miệng khô, họng ráo, mạch phù, tổn thương ở phổi triệu chứng: ho khan ỉt đờm, họng khô và đau, đại tiện khô.

Nhiệt tà: thường biểu hiện triệu chứng: sốt, đau họng, miệng khát muốn uống nước mát, đại tiện khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, lưỡi đỏ, mạch sắc. Nếu nhiệt tà làm tổn thương tạng phủ nào thì tạng phủ đó sẽ có triệu chứng riêng, ví dụ: nhiệt tà làm tổn thương phổi thì sẽ thấy ho đờm màu vàng, đau tức ngực. Nếu tổn thương dạ dày đau như đốt lửa hoặc buồn nôn. Tổn thương đại tràng thì sẽ thấy táo bón đau bụng, bụng chướng. Tổn thương gan mật thì sẽ có đau sườn, miệng đắng, hay nóng giận. Tổn thương bàng quang thì đái ra máu hoặc đái buốt.

Thấp tà: phát sinh vào mùa mưa hoặc do lâu ngày sống trong phòng ẩm thấp hay do công tác sống ở môi trường ẩm thấp.

Thấp tà thương tổn biểu bì cơ thể sẽ có triệu chứng: đầu nặng như chì, tay chân nặng nề mệt mỏi, có thể là thấp chân hoặc chân tay tê dại. Thấp tà làm tổn thương bên trong thì có

những triệu **hợp** ngực tức, bụng đầy, chán ăn, không thích uống **nước** tiểu tiện ít, cũng có thể có tiêu chảy, bụng trướng hoặc **bach** đới nhiều, rêu lưỡi nhớt, mạch nhu, hoãn.

Âm thực gây tổn thương, như ăn quá nhiều dẫn đến thực tích. có thể thấy các triệu chứng bụng đầy chướng, không muốn ăn uống. Ợ hơi có mùi hôi thức ăn, cũng có thể có tiêu chảy, rêu lưỡi dày nhớt hoặc dày màu đục như bã đậu phụ.

Huyết ứ thường do **thương**, hàn ngưng khí trệ, nhiệt kết gây nên. Ứ huyết gây tổn thương biểu bì cơ thể thường có các triệu chứng: chỗ đau cố định, bầm tím tại chỗ; ứ huyết gây tổn thương bên trong cơ thể có thể thấy các triệu chứng: chỗ đau cố định đau như kim đâm dao cứa, ban đêm càng đau hơn, uống nước cũng không làm cô họng dễ chịu hơn, lưỡi có những chấm tụ máu.

Đàm tích bên trong, nếu ở phổi sẽ có triệu chứng ho hoặc suyễn, đờm nhầy, màu trắng; tức ngực. Nếu ở dạ dày thì thấy buồn nôn, nôn ra chất **nhầy**. Nếu ở dưới da thì có triệu chứng tê, sưng hạch.

Sự thay đổi khác thường của tình cảm cũng có thể dẫn đến làm thay đổi bệnh tình của nội tạng. Vui mừng quá làm tổn thương tâm dẫn đến cười nói huyên thuyên, tinh thần **phân tán**. Giận dữ làm tổn thương can dẫn đến đau đầu, căng thẳng đầu óc, dễ bực tức, mặt đỏ, thậm chí ho ra máu, hôn **quyết**. Âu sầu quá mức dẫn đến tinh thần ủ rũ, ăn uống **không** ngon, người gầy. Lo lắng quá dễ làm tổn thương tâm

tỳ gây nên ăn uống giảm sút, bụng khó chịu, mất ngủ hay quên, hồi hộp, hay giật mình, nghe tiếng động là hoảng, ngủ không say, hay mơ những điều khủng khiếp.

Thương tổn do lao động quá mệt gây nên có thể dẫn đến cơ thể rũ rượi không có sức, ra mồ hôi trộm, ăn uống giảm.

● **Biện chứng bát cương:** Bát cương tức là âm, dương, biểu lí, hàn nhiệt, hư thực. Biện chứng bát cương tức là dùng tám mặt của bốn cặp mâu thuẫn nhau để phân tích những đặc điểm khác nhau của mỗi loại bệnh tật. Nó có thể khái quát được vị trí bệnh, bệnh tình, tà chính thắng suy và các loại hội chứng. Đó là tổng cương của biện chứng, thích hợp cho các khoa lâm sàng.

Biểu lý (trong ngoài): biểu thị vị trí bệnh ở nông hay sâu, bệnh tình nặng hay nhẹ.

Biểu chứng: tức là nguyên nhân gây bệnh biểu hiện lên bề mặt cơ thể. Các biểu hiện chính có sốt, sợ gió, sợ lạnh, đầu, mình đau, ra mồ hôi hoặc không có mồ hôi mạch phù.

Lý chứng: tức là biểu hiện của nguyên nhân bệnh ảnh hưởng đến nội tạng cơ thể. Nó biểu hiện nguyên nhân gây bệnh của nhiều tạng phủ, như ho, suyễn của bệnh phổi, mất ngủ, tim đập nhanh của bệnh tim v.v...

Hàn nhiệt: Phân biệt tính chất của bệnh tật khái quát âm dương của cơ thể là thịnh hay suy. Biểu hiện chứng hàn là: sợ lạnh, không có mồ hôi, đầu mình đau, mạch phù, khản. Chứng hàn bên trong thường thấy miệng không khô, thích

uống nước nóng, bụng đau lạnh, đờm trong loãng, nước tiểu trắng trong, phân loãng, rêu lưỡi trắng hoạt, lưỡi màu nhạt. Chứng nhiệt bên ngoài thường thấy: người nóng, ra mồ hôi họng khô hoặc đau, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc. Chứng nhiệt bên trong thường thấy biểu hiện miệng khát thích uống nước mát, đờm vàng, đại tiện khô hoặc táo bón, nước tiểu vàng thẫm, miệng đắng, rêu lưỡi vàng khô, lưỡi đỏ, mạch sắc.

Hư thực: là phân biệt chính khí của cơ thể mạnh hay yếu, bệnh tà thịnh hay suy.

Chứng hư : chỉ chứng chính khí của cơ thể không đủ; thường gặp ở những người sau khi bị bệnh nặng, bệnh lâu ngày hoặc do cơ thể suy nhược, chính khí không đủ: khí hư, huyết hư, âm hư, dương hư. Khí hư thường biểu hiện, âm thanh nhỏ, không có sức, hụt hơi, thiếu sức thở, mệt mỏi mạch vô lực. Huyết hư thường biểu hiện: sắc mặt trắng bạch, môi nhợt nhạt, vàng đầu, tim đập mạnh, dễ mệt mỏi, lưỡi nhạt, mạch tế vô lực. Âm hư thường biểu hiện hai mắt khô ráp, họng ráo, môi khô, má đỏ, chân tay sau buổi trưa thường nóng ra mồ hôi trộm, đại tiện khô, rêu lưỡi ít hoặc sạch, lưỡi đỏ mạch tế phù. Dương hư: thường biểu hiện sắc mặt trắng bóng ra mồ hôi, miệng nhạt không khát, thường sợ lạnh, chân tay lạnh, nước tiểu trong, nhiều rêu lưỡi trắng hoạt, lưỡi nhạt, mạch trầm xích vô lực.

Chứng thực: là chỉ triệu chứng tà khí. Càng thịnh hữu dư. Thường gặp ở những người khỏe mạnh bỗng nhiên phát

bệnh, thời gian bệnh ngắn hoặc bệnh nặng. Có thể có các triệu chứng: sốt cao, miệng khát, buồn bực, mề sảng, táo bón, bụng đầy, bụng đau không thích xoa bóp, biểu hiện tính bệnh lý rõ (như ứ máu, nứt đờm, phù, sưng từng chỗ, trùng tích, lưỡi cứng, rêu lưỡi vàng khô hay dày nhẵn, mạch thực có lực).

Âm, dương: là tổng cương của biện chứng bát cương. Biểu chứng, nhiệt chứng, thực chứng thuộc về dương chứng. Lý chứng, hàn chứng, hư chứng thuộc về âm chứng. Nói tóm lại những biểu hiện cấp tính, đang chuyển động, chức năng phản chống coi, thay đổi đi lên hoặc đang tiến triển đều thuộc dương chứng. Dương chứng thường có các triệu chứng chính như nhiệt tượng, sợ nóng, khát thích uống, mạch sắc. Ngược lại những biểu hiện có tính chất mãn tính, hư nhược, tĩnh tại, ức chế, chức năng cơ thể chống lại được, sự thay đổi giảm, những biểu hiện đi xuống đều thuộc về âm chứng. Âm chứng thường thấy các triệu chứng chính như: hàn tượng, thân hàn, tay chân lạnh, không nóng mà lại sợ lạnh, mạch trầm, xích tế nhược.

● **Biện chứng tạng phủ:** là hạt nhân và là cơ sở của các phép biện chứng, là phương pháp biện chứng chủ yếu nhất, thường dùng nhất trong chẩn đoán bệnh tật. Trong đó biện chứng ngũ tạng là: tâm, can, tỳ, phế, thận và biện chứng dạ dày là thường dùng nhất.

Biện chứng bệnh tâm: tâm khí hư có các triệu chứng: tim đập nhanh, hơi ngắn, thiếu sức, tự ra mồ hôi, mạch vô lực, Tâm huyết hư: có các triệu chứng mất ngủ, tim đập nhanh, sắc mặt trắng bạch, lưỡi nhạt, mạch tế. Tâm âm hư, có các triệu chứng: buồn bực mất ngủ, ra mồ hôi trộm, bàn tay nóng, họng khô, rêu lưỡi ít, lưỡi đỏ, nước rãi ít, mạch tế sắc. Tâm dương hư thường có các triệu chứng tim đập nhanh, người hàn, chân tay lạnh, rêu lưỡi trắng hoạt, lưỡi nhợt nhạt. Tâm hỏa vượng thường thấy các chứng: buồn bực, mất ngủ môi, khô miệng đắng, đầu lưỡi đỏ, mạch sắc .

Biện chứng bệnh can: can hỏa vượng; có các chứng: đầu đau như búa bổ, lòng buồn bực dễ nổi giận, miệng đắng, hai bên đầu lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. Can dương thượng cang, có các chứng, căng đầu, vàng đầu, mặt đỏ, dễ nổi giận, lưỡi đỏ, mạch huyền, can huyết hư , có các chứng vàng đầu, mắt hoa, tim đập nhanh, không có sức, sắc lưỡi nhạt, mạch huyền tế. Can khí uất trệ, có các chứng, sườn căng hoặc đau tức, hay thở ra, rêu lưỡi trắng lưỡi đỏ nhạt, mạch huyền. Can đờm thấp nhiệt; có các chứng hoàng đản, đau sườn, miệng đắng, buồn rầu, nước tiểu vàng đỏ, rêu lưỡi vàng nhớt, mạch huyền, sắc, hoạt.

Biện chứng bệnh tỳ: Tỳ khí hư, có các triệu chứng: lượng ăn giảm sút, ăn xong bụng chướng, chân tay không có sức, hơi ngắn, lưỡi nhợt, người gầy, mặt vàng vọt hoặc trắng bạch, lưỡi nhợt nhạt, rêu lưỡi trắng, mạch hư. Tỳ dương hư,

có các triệu chứng bụng lạnh, đau thích xoa, thích uống nóng, ăn thức ăn sống lạnh thì bụng đau ngay, đại tiện nhầy chân tay không ấm hay sợ lạnh, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhạt. Thấp tả phạm ty, có các triệu chứng: bụng đầy chướng, không thích uống nước, đại tiện nhầy, rêu lưỡi trắng nhẵn, mạch nhu hoãn.

Biện chứng bệnh vị : Vị nhiệt có các triệu chứng: ợ chua, thanh da dày đau rát, miệng khát thích uống nước mát, đại tiện thành cục rêu lưỡi vàng rào, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. Vị hàn, có các chứng: ợ nước trong, ăn thức ăn sống lạnh thì bệnh nặng thêm, thích ăn uống , rêu lưỡi trắng hoạt. Vị thực, có các chứng an không tiêu, bụng trướng đầy, thở ra có mùi hôi thức ăn, không muốn ăn uống, rêu lưỡi vàng mong hoặc dày Vị khí hư, có các chứng: ăn vào bụng đầy, lượng an giảm không có sức sắc lưỡi nhạt. Vị âm hư, có các chứng an uống không thấy ngon, hoặc đói bụng nhưng không muốn ăn, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nhạt

Biện chứng bệnh phế: Phế hàn có các triệu chứng ho hoặc suyễn, đờm trắng loãng, môi không khô, rêu lưỡi trắng mong, sắc lưỡi hồng nhạt, mạch khản. Phế nhiệt, có các chứng ho hoặc suyễn, đờm vàng dính, miệng khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. Đàm trọc ủng phế, có các chứng hen đờm nhiều, máu trắng và dính, tức ngực, rêu lưỡi trắng trơn, mạch hoạt. Phế âm hư, có các chứng ho khan, ít đờm, họng khô môi rào, ra mồ hôi trộm

nóng ẩm, lòng bàn tay nóng, đại tiện khô, rêu lưỡi ít hoặc sạch, chất lưỡi đỏ, ít rãi, mạch tế sắc. Phế khí hư, có các chứng hen khò khè âm nhỏ không lực, hơi ngắn, thiếu sức, tự ra mồ hôi, đờm loãng màu trắng, sắc lưỡi nhạt, rêu lưỡi trắng mỏng, mạch hư. Phế dương hư, có các chứng: ho han nhiều, hoạt động thì càng nặng, gặp lạnh bệnh nặng hơn, đờm trắng loãng, rêu lưỡi trắng hoạt, chất lưỡi nhợt nhạt, mạch trầm, tế, ít lực.

Biện chứng bệnh thận: Bệnh âm hư, có các chứng cơ thể suy nhược, váng đầu, tóc bạc hay rụng, tai ù, chóng quên họng khô, lưng mỏi hay đau, đầu gối yếu, đại tiện khô, rêu lưỡi ít, chất lưỡi đỏ, mạch tế sắc. Thận dương hư, có các chứng: lưng, gối mỏi yếu, nước tiểu trắng, ban đêm đi tiểu nhiều, đại tiện nhầy hay đi đại tiện vào gần sáng, miệng nhạt, không khát, lưng hàn, sợ lạnh chân tay không ấm, rêu lưỡi trắng hoạt chất lưỡi nhợt nhạt trơn, mạch nhược.

Chú ý: dùng tư liệu chẩn đoán điều tra được về bệnh tật, vận dụng vào phép biện chứng để phán đoán nguyên nhân. Vị trí, tính chất của bệnh. Ví dụ: bệnh nhân sau khi ăn thức ăn nóng lạnh, thành dạ dày đau, ăn uống giảm, miệng không khát, thích ăn uống nóng, rêu lưỡi trắng hoạt, chất lưỡi đỏ nhạt. Như vậy nguyên nhân bệnh là do hàn tà. Vị trí bệnh là ở dạ dày, tính chất bệnh là chứng hàn. Bệnh như vậy gọi là chứng vị hàn.

2- LẬP PHƯƠNG PHÁP ĐIỀU TRỊ THÍCH HỢP

Sau khi có biện chứng rõ ràng về tình hình bệnh nhân, thì cần đưa ra được phương pháp điều trị thích hợp để kê đơn bốc thuốc.

Người phong tà thương tổn bề ngoài thì dùng phép khu phong giải biểu. Người hàn tà thương tổn bề ngoài thì dùng phép tán hàn giải biểu. Người bị hàn tà thương tổn bên trong sinh ra chứng hàn bên trong thì dùng phép ôn lý tán hàn. Người bị thương tổn do thử tà thử dùng phương pháp thanh thử nhiệt. Người bị táo tà thương tổn biểu bì thì dùng phép giải biểu thanh táo. Người bị táo tà thương tổn phổi thì dùng phép thanh táo nhuận phế. Người bị nhiệt tà thương tổn bên trong thì dùng phép thanh nhiệt. Chứng thấp tà thương tổn biểu bì thì dùng phép khu thấp. Người bị thấp tà thương tổn bên trong thì dùng phép hóa thấp lợi thấp. Thương tổn do ẩm thực thì dùng phép tiêu thực hóa trệ. Chứng tụ máu thì dùng phép hoạt huyết hóa ứ. Chứng đàm trọc bên trong thì dùng phép hóa đàm, tiêu đàm.

Chứng do bệnh ở tạng phủ thay đổi gây nên thì phải dùng phép điều trị tương ứng. Chứng tâm khí hư thì dùng phép bổ khí dưỡng tâm, hoặc phép bổ ích tâm khí. Chứng tâm huyết hư thì dùng phép bổ huyết dưỡng tâm chứng tâm âm hư thì

dùng phép tu dưỡng tâm âm. Chứng tâm dương hư thì dùng phép ôn bổ tâm dương. Chứng tâm hỏa vượng thì dùng phép thanh tả tâm hỏa. Chứng phế hàn thì dùng phép ôn phế tả hàn hóa đàm. Chứng phế nhiệt thì dùng phép thanh phế hỏa đàm. Chứng đàm trọc ung phế thì dùng phép tảo thấp hóa đàm. Chứng phế âm hư thì dùng phép tư âm nhuận phế. Chứng phế khí hư thì dùng phép bổ ích phế khí. Chứng phế dương hư thì dùng phép ôn phế hóa đàm. Chứng tỳ khí hư thì dùng phép ích khí kiện tỳ. Chứng tỳ dương hư thì dùng phép ôn bổ tỳ dương. Chứng thấp tà phạm tỳ thì dùng phép hóa thấp kiện tỳ. Chứng vị nhiệt thì dùng phép thanh nhiệt hòa vị. Chứng vị hàn thì dùng phép ôn vị tả hàn. Chứng thức ăn đình trệ trong dạ dày thì dùng phép tiêu thực hòa vị, chứng vị khí hư thì dùng phép bổ khí kiên vị. Chứng vị âm hư thì dùng phép tư dưỡng vị âm. Chứng can hỏa vượng thì dùng phép thanh can tả hỏa. Chứng can dương thượng cang thì dùng phép bình can tiềm dương. Chứng can huyết hư thì dùng phép tư âm nhu can. Chứng oan khí uất thì dùng phép thư can lý khí. Chứng can đờm thấp nhiệt thì dùng phép thanh lợi can đờm. Chứng thận âm hư thì dùng phép tư thận. Chứng thận dương hư thì dùng ôn bổ thận dương.

Trên đây là những phép chữa bệnh thường dùng còn bệnh tình thì phức tạp, có lúc có từ hai nguyên nhân gây bệnh cùng tác động lên cơ thể; ví dụ: phong và nhiệt thấp và nhiệt, hàn và thấp, đờm và hỏa, đờm và khí trệ v.v.... thì phép điều trị

cũng thay đổi thích hợp. áp dụng phép khư phong thanh nhiệt, phép thanh nhiệt khư thấp, phép tán hàn hóa thấp, phép tả hỏa hóa đâm, phép lý khí hóa đâm.

3- CHỌN ĐƠN THUỐC ĐÚNG BỆNH:

Các đơn thuốc đông y đơn giản có hiệu quả thường là vị thuốc ít, hiệu quả điều trị tốt và mỗi một đơn thuốc sẽ ứng với một bệnh. Cần phải căn cứ vào phương pháp đã vạch ra mà chọn đơn thuốc, như vậy mới có thể thu được kết quả điều trị tương đối mỹ mãn. Ví dụ: cảm cúm do phong nhiệt thì có thể dùng viên cảm cúm tang cúc khư phong thanh nhiệt, nếu dùng hoắc hương chính khí hoàn thì không hợp. Chứng phong hàn giáp thấp thì lại nên dùng hoắc hương chính khí hoàn. Nếu chọn đơn thuốc không đúng bệnh, không những không trị khỏi bệnh mà còn làm bệnh tình nặng thêm hoặc biến chứng.

II- CHẨN ĐOÁN VÀ ĐIỀU TRỊ CÁC BỆNH THÔNG THƯỜNG:

1 - CẢM

Cảm chia ra cảm thường và cúm. Cảm thường thì bốn mùa đều có thể phát sinh. Bệnh do virút, bệnh mũi, bệnh phó cảm, vi rút ở đường hô hấp gây nên. Đông y cho rằng nguyên nhân chủ yếu do phong tà. Thường biểu hiện: chảy nước mũi, nghẹt mũi, sợ lạnh, sốt, đau đầu, ho. Cúm, đông y gọi là cảm mạo theo thời, còn gọi là lưu cảm. Lưu cảm là do vi rút bệnh cúm gây nên, thường phát thành dịch. Triệu chứng cũng nặng hơn cảm bình thường, thường biểu hiện sốt, đau đầu, đau họng, đau mình mẩy, người ủ rũ.

Cảm thường do phong hàn phong nhiệt gây nên:

a) *Cảm do phong hàn*

Triệu chứng : Sốt, sợ lạnh, sợ gió, nghẹt mũi, chảy nước mũi, ho, đờm trắng loãng, đau mình mẩy không có mồ hôi, rêu lưỡi trắng, mỏng hoạt, mạch phù khẩn. Điều trị: nên dùng phép tán hàn khu phong giải biểu. Có thể chọn dùng một trong các phương pháp dưới đây.

- *Tia tô 10 gam, kinh giới 6 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.*

- *Hành sống* 3 đến 5 củ, gừng sống 5 lát, đường đỏ vừa phải, sắc uống.

- *Khương hoạt* 10 gam, *phòng phong* 10 gam, *bạc hà* 6 gam (cho vào sau), sắc uống.

- *Trà cảm* (thành phẩm), mỗi lần một gói sắc uống, một ngày 2-3 lần.

- *Thông tuyên lý phế hoàn* (thành phẩm), ngày 3 lần, mỗi lần một đến hai viên, dùng nước ấm để uống.

b) Cảm do phong nhiệt:

Triệu chứng: Sốt, sợ gió, họng khô hoặc đau, ho, đờm dính, ngạt mũi, chảy nước mũi, đỏ mồm, rêu lưỡi vàng, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc. *Điều trị:* nên dùng phép khi phong thanh nhiệt giải biểu. Có thể dùng các bài thuốc dưới đây:

- *Viên cảm cúm tang cúc* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 5-8 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Linh kiều giải độc hoàn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 1-2 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Ngân hoa* 10 gam, *liên kiều* 6 gam, *ngưu bàng tử* 6 gam, *cam thảo* 3 gam, *bạc hà* 6 gam, (cho vào sau), sắc uống.

- *Bản lam căn* 15 gam, *dại thanh điệp* 10 gam, *cát cánh* 10 gam, *sinh cam thảo* 3 gam, *bạc hà* 9 gam (cho vào sau) sắc uống một ngày một thang.

c) Phong hàn giáp thấp :

Triệu chứng: Nếu có chứng cảm do phong hàn thì sẽ thấy người nóng hầm hập ,đầu đau căng tức, chân tay đau mỗi

nặng nề, đau bụng đi ngoài hoặc bụng trướng, rêu lưỡi trơn.
Điều trị: nên dùng phép khư phong tán hàn, hóa thấp hóa trung, có thể chọn dùng các bài dưới đây.

- *Hoắc hương chính khí hoàn* (thành phẩm). một ngày 2-3 lần, mỗi lần 1-2 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Đĩ mễ* 15 gam, *hoắc hương* 10 gam (cho vào sau), *phòng phong* 10 gam, *bạch khấu nhân* 3 gam (cho vào sau), sắc uống 1 ngày 1 thang.

d) Mùa hè cảm lạnh có nhiệt.

Triệu chứng: Sốt sợ lạnh, không có mồ hôi, miệng khát, nước tiểu vàng, rêu lưỡi mỏng vàng. *Điều trị:* dùng phép giải biểu thanh thử nhiệt có thể dùng:

Hương nhu 9 gam, *ngân hoa* 15 gam, *trúc diệp* 10 gam, *lục nhât tán* 9 gam (gói để sắc), sắc uống.

d) Ngoại hàn nội nhiệt.

Triệu chứng: Sốt, sợ lạnh, không ra mồ hôi, đầu mình đau, họng khô hoặc đau, ho, đờm dính. *Điều trị:* dùng phép tán phong hàn, thanh nội nhiệt.

- *Khương hoạt* 10 gam, *phòng phong* 10 gam, *ma hoàng* 10 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *sinh thạch cao* 10 gam, *cam thảo* 3 gam. sắc uống.

Việc ăn uống của bệnh nhân cảm cúm rất quan trọng. Ăn uống thích hợp sẽ làm bệnh chóng khỏi. Về nguyên tắc thì nên ăn các thức ăn thanh đạm dễ tiêu hóa, nên ít ăn các thức ăn nhiều mỡ như thịt cá, cũng không nên ăn thức ăn quá chua

làm cho tà khí tích lại, lâu khỏi. Người bị phong hàn có thể dùng 9 lát *gừng sống*, thấm ít *đường đỏ*, ngâm nước sôi uống, có tác dụng làm ra mồ hôi, khu phong hàn. Cũng có thể dùng một vài nhánh *thông bạch* (hành), 3-5 lát *gừng sống* và 1-2 quả *đại táo*, sắc uống, có tác dụng khu phong tán hàn.

Cảm do phong nhiệt có thể dùng *cúc hoa*, *ngân hoa* pha uống thay trà hoặc dùng *giá đậu xanh* nấu canh ăn kèm với *đạm*-*đậu xị*. Cảm do phong nhiệt không nên ăn thức ăn cay nóng như gừng ớt làm sinh nhiệt giúp cho tà khí.

2 - VIÊM PHẾ QUẢN

Viêm phế quản gồm viêm phế quản cấp và viêm phế quản mãn. Triệu chứng chính của cả hai loại là ho, căn cứ vào tính chất bệnh ho trong đông y để biện chứng điều trị. Viêm phế quản cấp ngoài biểu hiện ho, đau tức ngực, còn thấy hơi sợ lạnh, sốt, đau đầu mình, ngạt mũi, đau họng, giọng khàn. Nguyên nhân của bệnh thường là do khi sức đề kháng của cơ thể giảm, bị nhiễm vi khuẩn, vi rút, hoặc do khói thuốc, khí lạnh kích thích gây nên. Nguyên nhân của viêm phế quản mãn tính chủ yếu là do các loại vi trùng, một số virút, do hút thuốc lá, cảm lạnh gây nên. Biểu hiện chủ yếu của bệnh là: ho, đờm trắng hoặc vàng.

Đông y cho rằng viêm phế quản cấp thuộc về ho do ngoại cảm. Bệnh căn là do phong hàn và phong nhiệt. Viêm phế quản mãn có liên quan tới ba tạng: phế, tỳ, thận. Do bệnh

căn khác nhau, nội tạng hư thực cũng khác nhau, nên triệu chứng cũng khác: thường thấy phế hư hàn giáp đàm ản, khí hư đàm trọc, đàm nhiệt, âm hư v.v.

a) Chứng phong nhiệt:

Triệu chứng : Sốt, sợ gió, ho, đờm dính họng khô hoặc đau, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc. *Điều trị* : nên dùng phép khu phong thanh nhiệt, tuyên phế hóa đàm. Có thể chọn dùng các bài dưới đây:

- *Tang diệp* (lá dâu) 9 gam, *cúc hoa* 9 gam, *cát cánh* 9 gam, *sinh cam thảo* 3 gam, *triết bì mẫu* 10 gam, sắc uống.

- *Tiền hồ* 10 gam, *bạch tiền* 10 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *ngân hoa* 15 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Viêm cảm tang cúc*, một ngày 3 lần mỗi lần 5-6 viên, dùng nước ấm để uống.

b) Chứng phong hàn:

Triệu chứng : Gặp gió lạnh thì ho mạnh, đờm trắng trong loãng, sốt, sợ lạnh, đầu và chân tay đau nhức, ngạt mũi chảy nước mũi, miệng nhạt không khát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch phù khẩn. *Điều trị* : dùng phép khu phong hàn tuyên phế, có thể dùng các bài dưới đây.

- *Viên tuyên thông lý phế* (thành phẩm) một ngày hai lần mỗi lần 4 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Thông tuyên lý phế hoàn* (thành phẩm) một ngày 2-3 lần, mỗi lần 1-2 viên, dùng nước ấm để uống.

- Ma hoàng 6-10 gam, hạnh nhân 10 gam, trần bì 6 gam, cam thảo 3 gam sắc uống.

- Tô diệp 10 gam, kinh giới 10 gam, trần bì 6 gam, pháp bán hạ 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

c) Chứng phế hư hàn giáp đàm ẩm:

Mỗi khi gặp lạnh là ho hen nổi lên, đờm trắng loãng có bọt, tức ngực miệng nhạt không khát thích ăn uống nóng, dễ ra mồ hôi, rêu lưỡi trắng hoạt và nhẵn, mạch huyền. *Điều trị:* bằng phép ôn phế hóa đàm. Có thể dùng các bài dưới đây:

- *Dầu tiêu thanh long* (thành phẩm), mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 5-12 ml, pha nước sôi, uống khi đói bụng.

- Tử uyển 10 gam, khoán đông hoa 10 gam, tế tân 3 gam, pháp bán hạ 10 gam, ngũ vị tử 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

d) Chứng khí hư đàm trọc:

Triệu chứng: Bệnh ho kéo dài, tiếng ho nhỏ, khi ho hoặc hoạt động thì toát mồ hôi đàm nhiều, màu trắng hơi thở ngắn, tức ngực, lượng ăn ít, rêu lưỡi dính nhớt, chất lưỡi nhạt, mạch hoạt vô lực. *Điều trị:* dùng phép ích khí hóa đàm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hương sa lục quân tử hoàn* (thành phẩm), một ngày hai lần, mỗi lần 6-10 gam, dùng nước ấm để uống.

- Đảng sâm 15 gam, ngũ vị tử 6 gam, pháp bán hạ 10 gam, tử uyển 10 gam, khoán đông hoa 10 gam, sắc uống.

d) Chứng phế uẩn nhiệt đàm:

Triệu chứng : Ho gấp, đờm vàng, dính, sốt miệng khô, tức ngực hoặc đau, rêu lưỡi vàng nhẵn chất lưỡi do mạch hoạt sắc. *Điều trị* dùng phép thanh nhiệt hóa đàm lý phế. Có thể chọn dùng trong các bài dưới:

- *Ma hoàng* 6 gam, *sinh thạch cao* 30 gam; *hạnh nhân* 9 gam, *cam thảo* 3 gam, *ngư tinh thảo* (rau diếp cá) 12 gam, sắc uống.

- *Hoàng cầm* 10 gam, *mã đầu linh* 12 gam, *ngưu bàng tử* 10 gam, *kiết cánh* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Nhị mẫu nhĩn thấu hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 1-2 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Thanh phế ức hỏa hoàn* (thành phẩm). Loại viên mật, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống. Loại viên thường, ngày uống 2 lần, mỗi lần 6 gam.

e) Ho do âm hư: (chủ yếu bệnh của phế thận).

Triệu chứng : Ho khan không có đờm hoặc đờm ít, họng ráo miệng khô, chân tay nóng. Thận âm hư thì kèm lưng gối nhức mỗi lần ông thì di tinh, rêu lưỡi ít hoặc quang, màu lưỡi đỏ nổi mạch tế sắc. *Điều trị* : dùng phép tư âm nhuận phế. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bách hợp cổ kim hoàn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Bách hợp* 30-60 gam, *khoản đông hoa* 10 gam, *mạch đông* 15 gam, sắc uống.

- Sinh sen được 50 gam, bách hợp 30 gam, cho thêm gạo tẻ nấu thành cháo, cho đường vừa ăn.

Việc ăn uống hàng ngày của bệnh nhân viêm phế quản phải làm sao có lợi cho chữa bệnh. Ví dụ: người âm hư có thể ăn thường xuyên các thứ: lê, mọc nhĩ, trứng vịt, mật ong, sò. Người khí hư thì có thể ăn hạt dẻ, gà gô... Người thận hư thì có thể ăn hồ đào nhục

3. HEN PHẾ QUẢN

Hen phế quản là bệnh dị ứng của phổi. Lúc lên cơn, bệnh biểu hiện: kéo khò khè, hơi thở gấp, khạc đờm, thở khó, nằm ngửa khó chịu. Đông y xếp các hiện tượng đó vào phạm vi bệnh háo. Trong khi thở mà có tiếng kêu thì gọi là háo, hơi thở gấp thì gọi là suyễn. Sự lên cơn của bệnh có liên quan đến sự thay đổi của thời tiết, khí lạnh kích thích, thở hít phải hay ăn phải các chất gây dị ứng, do quá mệt mỏi hay do hút thuốc, uống rượu... Đông y cho rằng bệnh này là do đàm trọc tích lại trong phổi, nóng, lạnh kích thích, hen suyễn lâu ngày, lập đi lập lại dẫn đến phế, tý thận hư, chứng hen suyễn có thể chia thành bốn chứng: chứng hàn, chứng đàm nhiệt, chứng đàm trọc và chứng hư. Suyễn hàn và suyễn nhiệt thường thấy vào thời kỳ bệnh đang lên cơn, chứng hư thường thấy vào thời kỳ cơn ổn định.

a) Chứng hàn:

Triệu chứng : chủ yếu là suyễn phát sinh đột ngột, thở khó, thở gấp, trong cổ họng có kêu tiếng của đờm, ho khạt ra đờm trắng loãng, miệng không khát kèm theo sợ lạnh sốt đau nhức đầu mình, chảy nước mũi trong, rêu lưỡi trắng hoạt, chất lưỡi nhạt. *Điều trị* : dùng phép tán hàn tuyên phế, hóa đàm bình suyễn. Có thể chọn chứng trong các bài dưới đây:

- *Ma hoàng* 6 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *chích cam thảo* 3 gam, *tế tân* 3 gam, *sinh khương* 6 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *phòng phong* 6-10 gam, sắc uống.

- *Ma hoàng* 6 gam, *quế chi* 4.5 -6 gam, *bạch thược* 10 gam, *tế tân* 3 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Châm cứu huyết phế du*, cũng có hiệu quả tốt.

b) Chứng đàm nhiệt:

Triệu chứng : Khò khè thở gấp, trời nóng cũng nặng, đờm màu vàng, dính, tức ngực, buồn bực miệng khát, đại tiện khô rêu lưỡi vàng nhẵn, lưỡi đỏ, mạch hoạt, sắc. *Điều trị*: Dùng phép thanh phế hóa đàm bình suyễn. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Ma hoàng* 6 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *sinh thạch cao* 15 -24 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Tang bì* 10 gam, *địa cốt bì* 10 gam, *xuyên bối mẫu* 10 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Nhị mẫu ninh thẩu hoàn* (thành phẩm) một ngày 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.
- *Giun đất sao cháy*, nghiền thành bột; *xuyên bối*, nghiền thành bột, lấy mỗi thứ 3 gam, uống với nước sôi.

c) Chứng đàm trọc:

Triệu chứng : Suyễn lên cơn, đờm kêu khò khè trong cổ, đờm nhiều, tức căng ngực, đầy tức vùng dạ dày và hai bên sườn, có lúc buồn nôn, khi cơn suyễn lên không thể nằm ngửa được, rêu lưỡi trắng dính nhẵn mạch, huyền hoạt.
Điều trị : dùng phép hóa đàm giáng khí bình suyễn. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Tô tử* 10 gam, *la bạc tử* (đã sao) 10 gam, *bạch giới tử* 10 gam, sắc uống.
- *Đình lịch tử* 10 gam, *hạnh nhân* 10 gam, *đại táo* 5 quả, *hậu phác* 3-6 gam, sắc uống.
- *Pháp bán hạ* 10 gam, *trần bì* 10 gam, *vân linh* 10 gam, *tô tử* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

d) Chứng hư :

Chia ra khí hư, dương hư, âm hư. Biện chứng luận trị chứng hư có tác dụng quan trọng trong thời kỳ cuối của bệnh.

● **Chứng khí hư:**

Triệu chứng : Hơi thở ngắn, tiếng nói nhỏ, tự ra mồ hôi, lượng ăn uống giảm, sau khi ăn bụng trướng, thỉnh thoảng có ho, đờm màu trắng, chất lưỡi nhạt, mạch vô lực. *Điều trị* :

dùng phép bổ khí kiện tì, kèm hóa đàm. Có thể dùng:

- *Đang sâm* 10-15 gam, *bạch truật* 10 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Châm cứu huyết túc tam vị*.

● **Chứng dương hư:**

Triệu chứng : Ho, đờm trong, loãng, vận động thì thở khò khè, sợ lạnh, chân tay lạnh, nước tiểu trong nhiều, rêu lưỡi trắng hoạt, chất lưỡi nhạt mà bóng, mạch nhu nhược. *Điều trị* : dùng phép ôn dương bổ thận. Có thể dùng trong các bài:

- *Đô khí hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 3 lần, mỗi lần một viên, dùng nước ấm để uống.

- *Hữu qui hoàn* (thành phẩm) mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Kim quy thận khí hoàn* (thành phẩm) một ngày 2-3 lần, mỗi lần một viên, dùng nước ấm để uống.

- *Bột rau thai*, ngày hai lần, mỗi lần 10-12 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Bổ cốt chi* 10-12 gam, *hồ đào nhục* 15 gam, *ngũ vị tử* 9 gam, sắc uống.

● **Chứng âm hư:**

Triệu chứng : Đờm ít mà dính, bàn tay, bàn chân nóng, buồn bực, vận động thì thở khò khè, họng ráo miệng khô, chất lưỡi đỏ nỏn, mạch tế sắc. *Điều trị* : dùng phép tư âm bổ thận nhuận phế có thể dùng:

- *Mạch vị địa hoàng hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Tả qui hoàn* (thành phẩm) mỗi ngày lần 2 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Nữ trinh tử* 20 gam, mạch đông 15 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, sắc uống.

Việc ăn uống những chất đúng với bệnh hen suyễn sẽ có lợi cho việc làm giảm bệnh tình và khôi phục chính khí. Người bị chứng hàn có thể ăn chanh gừng tươi nhằm giúp cho tán hàn; không nên ăn các thực phẩm có tính hàn như *bí đao, dưa hấu, mướp đắng...* Người bị đàm nhiệt có thể ăn chân ngựa hoặc uống nước quả la hán thay trà, nhằm giúp thanh nhiệt hóa đàm, không nên dùng ớt cay, gừng khô và các thức ăn rán bằng dầu mỡ, cũng không nên uống rượu, để tránh sinh nóng có lợi cho tà khí. Chứng đàm trọc thì có thể ăn sữa *hạnh nhân* hoặc *hạt hạnh nhân* đã bóc vỏ, nấu cháo với gạo tẻ, nhằm giúp cho hóa đàm. Người khí hư thì cơ thể nấu *hoài sơn, hạt sen* để ăn, người dương hư thì có thể ăn *gừng khô, thít dê*, kiêng ăn các chất lạnh, người âm hư thì nên ăn *hải sâm, mật ong*, không nên ăn thức ăn táo nhiệt.

4 - LAO PHỔI.

Lao phổi là một loại bệnh truyền nhiễm, mãn tính do vi trùng lao khu trú ở phổi gây nên. Bệnh nhân thường có các

biểu hiện: sốt đỏ mồ hôi trộm, ho khạc ra máu, đau ngực, người rã rời ăn uống giảm, tim đập nhanh buồn bực người gầy yếu. Qua tìm hiểu bệnh sử chiếu X quang, xét nghiệm đờm, kiểm tra thân thể, đều có thể chẩn đoán được chính xác. Đông y gọi bệnh này là lao phổi, còn gọi là lao trái, cho rằng bệnh này do chính khí bất túc mà vi trùng lao xâm nhập vào phổi, chính khí không đủ khả năng đuổi được vi trùng lao mà sinh bệnh. Bệnh này biểu hiện hư thực thác tạp, song thường có các chứng là âm hư phế nhiệt hoặc khí âm lưỡng hư.

a) Chứng âm hư phế nhiệt:

Triệu chứng : Phát sốt từ sau buổi trưa đến đêm: bàn chân, bàn tay nóng, buồn bực, đổ mồ hôi trộm sau buổi trưa cưỡng quyền đo lên, người gầy ốm, ho khan không có đờm, hoặc đờm ít không khạc ra được; có lúc ho ra máu; khi thận âm hư, thì lưng, đầu gối nhức mỏi di tinh, kinh nguyệt không đều, sắc lưỡi đỏ, rêu lưỡi ít, mạch tế, sác. *Điều trị* : dùng phép tư âm thành nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bách hợp cố kim hoàn* (thành phẩm) một ngày 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Nữ trinh tử* 15 gam, *hạ liên thảo* 12 gam, *hoàng linh* 10 gam, *bách hộ* 10 gam, *địa cốt bì* 10 gam-12 gam, *bách hợp* 15 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- Hạ khô thao 10 gam, bách hợp 15 gam, bách hộ 15 gam, thiên đông 15 gam, sắc uống.

- Bắc sa sâm 15 gam, địa cốt bì 10 gam, khô sâm 10 gam bách hộ 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống

- Củ tỏi sống mỗi ngày ăn - 3 lần, mỗi lần vài nhánh, đồng thời kết hợp với uống bách hợp cổ kim hoàn hoặc lục vị đại hoàng hoàn.

b) Chứng khí âm lưỡng hư:

Triệu chứng : Hơi sốt sau buổi trưa, đổ mồ hôi trộm, hơi thở ngắn không có sức lượng ăn uống giảm, sau khi ăn bụng đầy, tiếng ho yếu ớt sắc lưỡi nhạt, mạch tế vô lực. *Điều trị*: dùng phép kiện tỳ ích khí dưỡng âm nhuận phế. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây;

- Rau thai (còn gọi là tử hà xa, nhân bào) 1 cái, rửa sạch cho vào lò, sấy khô, tán thành bột, mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 6-9 gam.

- Khi uống rau thai có thể dùng nước sắc 15 gam bắc sa sâm để uống, hoặc uống với nước sắc ngân nhĩ.

- Hoài sơn 15 gam, bắc sa sâm 15 gam, bách bộ 10 gam, sắc uống.

- Hoài sơn 20 gam, bạch truật 10 gam, kê nội kim 10 gam, huyền sâm 12 gam, xuyên bối mẫu 6 gam, sắc uống.

Lao phổi nếu đã thành hang lỗ có thể dùng:

- Bột bạch cập, một ngày 2-3 lần, mỗi lần 6 gam dùng nước ấm để uống, uống sau khi ăn.

- Bột bạch cập 4 phần, con hầu 2 phần, xuyên bối 2 phần, bột rau thai 2 phần. Cho vào trộn đều, một ngày uống 3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống. Người khắc ra máu đều có thể dùng hai bài trên.

5. BỆNH HUYẾT ÁP CAO

Những người mà huyết áp tâm thu bằng hoặc cao hơn 160 mm thủy ngân, huyết áp tâm trương bằng hoặc cao hơn 95 mm thủy ngân thì đều có thể chẩn đoán là huyết áp cao. Bệnh mà biểu hiện chủ yếu là huyết áp cao thì gọi là bệnh huyết áp cao hoặc là huyết áp cao nguyên phát. Còn ở một số bệnh nào đó mà huyết áp cao chỉ là một trong các triệu chứng thì gọi là huyết áp cao thứ phát. Đông y cho rằng bệnh căn chủ yếu của bệnh này là do âm dương thất điều gây nên. Vị trí bệnh chủ yếu ở can, thận; còn có thể sinh ra, can phong, ứ huyết, đàm trọc. Bệnh có thực, có hư. Lâm sàng thấy nhiều triệu chứng hư thực thác tạp. Các chứng thường gặp là: dương cương can nhiệt, âm hư dương cương, can thận âm hư, âm dương lưỡng hư.

a) Dương cương can nhiệt chứng:

Triệu chứng : Đầu căng, đầu đau, vầng dầu, trán nóng buồn bực, dễ cáu giận, họng ráo nhiệt khô, thích uống nước mát, đại tiện khô, nước tiểu vàng, chất lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng, mạch huyền sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt bình can. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Thanh quyết minh sống* 24 gam (sắc trước), *sinh địa* 20 gam, *hạ khô thảo* 10-12 gam, *xa tiền thảo* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Thảo quyết minh* 12 gam, *hạ khô thảo* 9 gam, *cúc hoa* 10 gam, sắc uống.

- *Long đởm tả can hoàn* (thành phẩm) một ngày uống 3 lần, mỗi lần uống 1 viên, dùng nước nóng để uống.

- *Dã cúc hoa* 12- 15 gam, *hy thiêm thảo* 15 gam sắc uống.

b) Chứng âm hư dương can

Triệu chứng : Đầu vầng, đầu căng, hoặc đau căng đầu, dễ cáu giận, miệng ráo, họng khô, lưng gối nhức mỏi, rêu lưỡi khô, sắc lưỡi đỏ nổi, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép tư thận bình can. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Con hào sống* 30 gam (sắc trước), *huyền sâm* 15 gam, *bạch truật* 15 gam, *hoài ngư tât* 10-12 gam, *cam thảo* 3 gam, *câu đằng* 15 gam (sắc sau) để uống.

- *Cao huyết áp tốc giáng hoàn* (thành phẩm), 1 ngày 2 lần, mỗi lần 10, dùng nước ấm để uống

- *Sinh đại giả thạch* 20-24 gam (sắc trước), *con hào sống* 24 gam (sắc trước), *chích quy bản* 15 gam (sắc trước), *huyền sâm* 15 gam, *thiên đông* 15 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Tri bá địa hoàng hoàn* và *chu sa an thần hoàn*, dùng chung một ngày 2 lần, mỗi lần mỗi loại một viên dùng nước ấm để uống

c) Chứng can thận âm hư:

Triệu chứng : Váng đầu, hoa mắt, hay quên, mất ngủ, lưng gối nhức mỏi, kinh nguyệt không đều, táo bón, râu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nổi, mạch huyền sắc. *Điều trị* : dùng phép tư bổ can thận. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm) một ngày uống 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước nóng để uống.

- *Huyền sâm 15 gam, bạch truật 15 gam, hoài ngưu tất 12 gam, đơn bì 10 gam, câu đằng 15 gam* (cho vào sau) sắc uống.

d) Chứng âm dương lưỡng hư:

Triệu chứng : Vừa có các triệu chứng can thận âm hư, vừa có hiện tượng đái đêm nhiều, thỉnh thoảng chân lạnh, mạch xích vô lực. *Điều trị*: dùng phép tư âm ôn thận. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Xuyên đỗ trọng 15 gam, sinh địa 15 gam*, sắc uống.

- *Tang ký sinh 14 gam, xuyên đỗ trọng 12 gam, huyền sâm 15 gam*, sắc uống.

- *Thục địa hoàng 20 gam, huyền sâm 15 gam, hoài ngưu tất 12 gam, đỗ trọng 10-12 gam, ích trí nhân 15 gam*, sắc uống

Bệnh huyết áp cao nếu có biến chứng sẽ sinh ra tụ ứ huyết, có thể có các triệu chứng: nhức đầu, sắc lưỡi có những nốt ban tụ máu, có thể dùng thêm các thuốc hoạt huyết khu ứ như *đơn sâm 15 gam, ích mẫu thảo 12 gam*, cũng có thể dùng thuốc thành phẩm: như *huyết phủ trục ứ hoàn*

hoặc *dại hoàng thứ trùng hoàn*, mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 1 viên. Nếu sinh ra đàm trọc, tức ngực, buồn nôn, rêu lưỡi dính nhầy, có thể thêm *pháp bán hạ* 10 gam, *toàn qua lâu* 15-30 gam.

Bình thường bệnh nhân huyết áp cao có thể thường xuyên ăn các thức ăn như: *rau cần, mộc nhĩ, hải đới, đậu xanh, mộc nhĩ đan*. Nếu mỡ trong máu cao, xơ cứng động mạch thì có thể ăn thường xuyên *son tra, dưa chua. Rau cần, vắt lấy nước uống* có thể làm giảm áp và giảm thấp cholesterol, có thể nấu thành canh để ăn, không nên cho muối mặn. Hải đới có tác dụng giảm huyết áp và mỡ trong máu, khi ăn có thể nấu thành canh để ăn. *Đậu xanh* có thể thanh nhiệt tả hỏa, người bị can nhiệt hay can dương can đều có thể nấu ăn. *Mộc nhĩ đan* có tác dụng bổ thận âm, người bị can thận âm suy có thể dùng. Ăn *nấm hương* cũng có tác dụng điều trị nhất định đối với người huyết áp cao và xơ cứng động mạch.

6 - BỆNH MẠCH VÀNH

Bệnh mạch vành là tên gọi tắt của bệnh xơ cứng động mạch vành. Dưới đây chỉ bàn đến phương pháp biện chứng luận trị cơn đau, thất tim và nhồi máu cơ tim. Cơn đau tim đông y còn là "hung tý", hoặc "tâm thống". Có hai nguyên nhân gây nên đau tim. Nguyên nhân bên trong là do thận hư, tỳ hư,

hung dương bất túc, tâm hư. Nguyên nhân bên ngoài là do hàn tà, nhiệt tà và do các biến chứng của bệnh như khí trệ, ứ huyết, đàm trọc. Bệnh mạch vành là chứng bệnh **mãn tính**. Biểu hiện lâm sàng thường thấy là hư thực thác tạp.

a) Chứng thực

● Chứng hàn:

Triệu chứng : đau ngực đột ngột đau tương đối dữ dội; gặp hàn lạnh càng đau; rêu lưỡi trắng hoạt, mạch huyền hoặc khẩn. *Điều trị* : dùng phép khu hàn thông mạch. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Quế chi* 10 gam, *can thi* 3 gam, *bạch thược* 10 gam, *can khương* 10 gam, sắc uống

- *Tô hợp hương hàn* (thành phẩm) ngâm.

● Chứng đàm :

Triệu chứng : Ngực đau tức, buồn nôn, rêu lưỡi trắng dính hoãn, mạch huyền hoạt. Người đàm nhiệt ngoài các biểu hiện trên còn có các chứng: buồn phiền, đờm màu vàng nhão, rêu lưỡi vàng dính nhẵn, đầu lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : chứng đàm trọc thì dùng phép hóa đàm tuyên tỳ; chứng đàm nhiệt thì dùng phép thanh nhiệt hóa đàm tuyên tỳ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Qua lâu* 30 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *phi bạch* 10 gam, *hậu phác* 6 gam, sắc uống. Dùng cho chứng đàm trọc.

- *Pháp bán hạ* 10 -12 gam, *trần bì* 10 gam, *sao chỉ sắc* 10 gam, *toàn qua lâu* 10 gam, *sắc uống*; dùng cho chứng *đàm nhiệt*.

● **Chứng khí trệ,**

Triệu chứng : Tức ngực đau căng, hay thở dài, thở ra thì dễ chịu, rêu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép lý khí hòa huyết có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Mộc hương* 3-6 gam, *uất kim* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, *sắc uống*.

- *Uất kim* 10 gam, *sao chỉ xác* 10 gam, *đơn sâm* 15 gam, *cát căn* 10-15 gam, *sắc uống*

- *Diên hồ sách* 10 gam, *sao chỉ sắc* 10 gam, *ché hương phụ* 10 gam, *sắc uống*.

● **Chứng ứ huyết:**

Triệu chứng : Ngực đau như kim đâm, vị trí đau cố định, chất lưỡi đỏ sẫm hoặc có chấm ứ máu. *Điều trị* : dùng phép hoạt huyết hóa ứ . Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bột tam thất* 3-6 gam, dùng nước ấm để uống

- *Huyết phủ trục ứ hoàng* (thành phẩm), mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Ngũ linh chi, bồ hoàng*, lấy phần bằng nhau nghiền thành bột, mỗi lần uống 6- 10 gam, dùng nước ấm để uống; hoặc uống với rượu màu.

-Đơn sâm 20-30 gam, uất kim 10 gam, cát căn 12 gam, một dược 10 gam, sắc uống.

b) Chứng hư thực giáp tạp:

● **Chứng khí hư giáp ứ :**

Triệu chứng : Ngực đau, ê ẩm, có lúc đau nhói, mệt mới càng đau, tim đập nhanh hơi thở ngắn, người mệt mỏi, không có sức, sắc lưỡi nhợt nhạt có những ban tụ máu. *Điều trị* : dùng phép ích khí, hoạt huyết thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- Hoàng kỳ 20-30 gam, xuyên khung 10 gam, đơn sâm 15 gam, Bột tam thất 3 gam; trừ bột tam thất hòa uống, còn các vị khác sắc uống.

- Hoàng kỳ 15 gam, đảng sâm 15 gam, đơn sâm 30 gam, bột tam thất 3 gam; trừ bột tam thất hòa nước uống, còn các vị khác sắc uống. Cũng có thể cho bột diên thất (2-3 gam) vào nước thuốc đã sắc để uống.

● **Chứng khí hư kiêm ứ đàm:**

Triệu chứng : Ngoài những chứng giống như chứng khí hư kiêm ứ còn có các biểu hiện tức giận, rêu lưỡi trắng trơn, đờm màu trắng. *Điều trị* : dùng phép bổ khí hóa đàm hoạt huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- Đảng sâm 15-20 gam, tiêu bạch trạch 10 gam, phục linh 12 gam, pháp半夏 10 gam, trần bì 6 gam, đơn sâm 14--20 gam, sơn tra 10 gam, sắc uống.

- *Hương sa lục quân tử* hoàn cùng với *huyết phủ trực ứ hoàn*, một ngày 2 lần, mỗi lần mỗi loại 1 viên. Dùng nước ấm để uống.

● **Chứng khí âm hư kiêm ứ hoặc chứng kiêm ứ đàm :**

Triệu chứng : Ngực đau ê ẩm, thường lên cơn sau lúc mệt mỏi, vó lúc đau nhói, chỗ đau cố định, hồi hộp, hơi thở ngắn, họng ráo, miệng khô, đổ mồ hôi, yếu sức, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi nổi có chấm tụ máu, mạch tế vô lực; chứng kiêm đàm thì có thêm tức ngực, rêu lưỡi trắng trơn. *Điều trị*: dùng phép ích khí dưỡng âm hoạt huyết; chứng kiêm đàm thì kèm theo hóa đàm. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Đảng sâm* 15 gam, *mạch đông* 12 gam, *ngũ vị tử* 9 gam, *đơn sâm* 20 gam, *uất kim* 10 gam, sắc uống. Nếu kiêm ứ thì thêm: *toàn qua lâu* 20-30 gam, *pháp bán hạ* 10 gam.

- *Tây dương sâm* 3 gam (sắc riêng), *bột tam thất* 3 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *toàn qua lâu* 15 gam, *uất kim* 9 gam, *bột tam thất* (pha uống) còn các vị khác sắc uống.

- *Hồng sâm* 30 gam, *mạch đông* 30 gam, *diên thất* 15 gam, đều nghiền thành bột. Mỗi lần uống 3-6 gam, hòa nước ấm để uống, dùng cho người khí âm hư kiêm ứ.

● **Chứng can thận âm hư kiêm ứ.**

Triệu chứng : Ngực đau ê ẩm, thỉnh thoảng đau nhói, chỗ đau cố định, sau khi sinh hoạt vợ chồng hoặc lao động mệt thì bệnh phát mạnh, đầu vầng mắt hoa, hay quên chóng mặt, lưng gối nhức mỏi, đại tiện khô, rêu lưỡi ít mà khô, sắc

lưỡi đỏ nỏ có ban tụ máu, mạch tế hoặc sáp. *Điều trị* : dùng phép tu bổ can thận kiên khư ứ thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Nữ trinh tử* 15-20 gam, *câu kỷ tử* 15 gam, *trạch tả* 10 gam, *đơn sâm* 15- 20 gam, *hà thủ ô* 15 gam, *xuyên khung* 10 gam, sắc uống.

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* cùng với *huyết phủ trục ứ hoàn* (thành phẩm) dùng chung, mỗi ngày 2 lần, mỗi lần mỗi loại 1 viên, dùng nước ấm để uống.

● **Chứng dương hư kiêm đàm ứ :**

Triệu chứng : Đau ngực, gặp lạnh thì đau mạnh, sau khi lao động mệt càng đau, thỉnh thoảng đau nhói, tức ngực chân tay mát, sợ lạnh, miệng nhạt, không khát, rêu lưỡi trắng nhớt, lưỡi bệu sắc nhạt có ban ứ máu, mạch nhược. *Điều trị* : dùng ôn dương hóa đàm hoạt lạc. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Hồng sâm* 3-10 gam (sắc riêng), *can khương* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, *đương quy* 10 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *qua lâu* 20 gam, *bột tam thất* 3 gam; bột tam thất có thể hòa với nước sắc các vị thuốc trên để uống.

- *Quế chi* 10 gam, *bạch truật* 10 gam, *phục linh* 15 gam, *cam thảo* 3 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *phỉ bạch* 10 gam, *đơn sâm* 20 gam, sắc uống.

- *Pháp bán hạ* 10 gam, *phỉ bạch* 10 gam, *toàn qua lâu* 15 gam, *xuyên khung* 10 gam, *một dược* 10 gam, *đẳng sâm* 20

gam, sắc lấy nước uống với *kim quỳ thận khí hoàn*, mỗi lần 1 viên. Dùng cho người thận dương bất túc kèm đàm và ứ huyết.

Người mới mắc bệnh mạch vành có đàm trọc khí trệ, tức ngực khó chịu thì nên thường xuyên ăn củ cải, sữa hạnh nhân; người mắc chứng can thận âm hư thì nên ăn quả dâu.

7 - CHỨNG HUYẾT ÁP THẤP

Nói chung ở người trưởng thành nếu huyết áp dưới hơn 90 / 60 mm hg thì gọi là áp huyết thấp . Người huyết áp thấp thường vầng đầu, nhức đầu, chóng mặt, chân tay mát, mạch hoãn hoặc trì. Có những người khi vận động, đặc biệt là đột ngột đứng dậy, lập tức thấy tối sầm trước mặt, đầu quay cuồng muốn ngã, đông y xếp chung vào bệnh huyền vựng, đau đầu, thuộc vào chứng hư, cần dùng phép bổ. Bệnh huyết áp thấp thường thấy các chứng: khí hư, khí âm lưỡng hư; dương hư.

a) Chứng khí hư: Phần lớn thuộc khí hư vừa.

Triệu chứng : Đầu vầng, mắt hoa, chóng mặt, hựt hơi, thiếu lực. Sau khi ăn bụng đầy, chân tay bủn rủn, rêu lưỡi trắng nhuận, chất lưỡi nõn, mạch hư hoặc hoãn, vô lực. **Điều trị:** dùng phép bổ trung ích khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 15- 20 gam, *đảng sâm* 15 -20 gam, *bạch truật* 10 gam, *thăng ma* 6-10 gam, *cam thảo* 6 gam, sắc uống.

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm) một ngày 2-3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

b) Chứng khí âm lưỡng hư:

Triệu chứng : Tim đập mạnh, chóng mặt, dễ mệt mỏi, miệng khô, hụt hơi, đổ mồ hôi, đại tiện khô, rêu lưỡi ít, sức lưỡi đỏ nõn, mạch tế vô lực. *Điều trị*: dùng phép bổ khí dưỡng âm. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Tây dương sâm*, mỗi lần ngâm 1 gam, nhai nhỏ cho tan dần xuống họng.

- *Hồng sâm* 3- 6 gam, *mạch đông* 12 gam, *ngũ vi tử* 10 gam, sắc uống. Nếu không có *hồng sâm* thì thay bằng *đảng sâm* với lượng dùng 15-20 gam .

c) Chứng dương hư:

Triệu chứng : Thường xuyên chóng mặt, mắt không phân biệt được các vật, chóng mỏi mệt, chân tay mát, thích nóng, sợ lạnh, miệng nhạt không khát, tim đập mạnh, hụt hơi, rêu lưỡi hoạt nhuận, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch nhược. *Điều trị* : dùng phép ôn dương ích khí . Có thể chọn dùng các bài dưới đây:

- *Quế chi* 10 gam, *chích cam thảo* 6 gam, *bạch truật* 10 gam, *vân phục linh* 10 gam, *đảng sâm* 20 gam, sắc uống.

- *Bào phụ tử* 6-10 gam (sắc trước), *can khương* 10 gam, *chích cam thảo* 6 gam, *phục linh* 10 gam, *bạch thược* 10 gam, sắc uống.

- *Sâm nhung vệ sinh hoàn*(thành phẩm), mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên. Dùng nước ấm để uống.

Người bị huyết áp thấp phần lớn là do dương hư, khí hư gây nên, cho nên ăn uống nên dùng các chất bổ khí, ôn dương, kiêng ăn các chất lạnh, tổn thương khí. Nên ăn nhiều các chất nóng, bổ như: lươn vàng, thịt chó; nên ít ăn các chất lạnh hại dương khí như: rau cải, mướp đắng, cải cúc, đậu xanh.

8 - THẤP KHỚP

Viêm khớp do phong thấp, chia thành hai loại: cấp tính và mãn tính, là một loại của bệnh phong thấp. Triệu chứng cấp thường thấy: các khớp sưng đỏ, nóng, đau. Đông y gọi là "tý chứng", phần lớn do phong hàn thấp gây nên. Chứng mãn chủ yếu là đau nhức khớp, cũng thuộc phạm vi tý chứng, thường do phong hàn thấp tà xâm nhập gây nên. Ngoài ra do nội tạng có chỗ hư tổn khác nhau. Biện chứng luận trị đông y chia là hai loại phong thấp nhiệt và phong hàn thấp. Phong hàn thấp tý lại chia ra hành tý, thống tý, trược tý, thường kèm theo khí huyết hư, can thận hư.

a) Phong thấp nhiệt tý: cũng gọi là nhiệt tý.

Triệu chứng : Sốt, các khớp sưng đỏ, nóng, đau, miệng khát thích uống nước mát, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc hoặc huyền sắc, hoạt. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt kiêm khu phong thấp. Có thể chọn dùng các bài dưới đây:

- Sinh thạch cao 30-60 gam, tri mẫu 12 gam, cam thảo 6 gam, dĩ mễ 30 gam, nhân đông đằng 30 gam, sắc uống.

- Thương truật 10 gam, hoàng bá 10 gam, hoài ngư tất 10 gam, xa tiền tử 15 gam, tân giao 12 gam, đơn sâm 20 gam, nhân đông đằng 30 gam, sắc uống.

b) Hành tý:

Triệu chứng: Tử chi đau nhức, di chuyển gặp gió hay phong hàn thì đau nặng thêm; rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ nhạt mạch phù. *Điều trị:* dùng phép khu phong hòa huyết, tán hàn trừ thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Tân giao 10 gam, hy thiên thảo 10 gam, kê huyết đằng 15 gam, sắc uống.

- Sơ phong định thống hoàn (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 1-2 viên, dùng nước ấm để uống.

c) Thống tý:

Triệu chứng: các khớp chân tay đau nhức, không di chuyển, chỗ đau mát, gặp lạnh thì đau tăng hoặc tái phát, chườm nóng đau giảm, đau liên miên, mạch huyền khẩn, *Điều trị:* dùng phép khu hàn thông lạc, trừ thấp sơ phong. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Bào phụ tử 6-9 gam, dương quy 10 gam, quế chi 10 gam, bạch thược 12 gam, tế tân 3 gam, cam thảo 3 gam, phòng phong 10 gam. Cho phụ tử vào sắc trước. Một giờ sau cho các vị thuốc khác vào cùng sắc uống.

- *Gừng già, ngải diệp, thấu cốt thảo*, mỗi loại 30 gam, sắc lấy nước để rửa chỗ đau.

- *Tiểu hoạt lạc hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 -3 lần, mỗi lần 1 viên, uống với rượu màu, rượu gạo, hay nước sôi ấm để uống.

- *Cao da chó*: dán ngoài.

Chúng tỳ lâu ngày dễ làm tổn thương can thận và khí huyết, tạo nên sự tổn tại phong hàn thấp, làm cho can thận và khí huyết bất túc, biểu hiện là các khớp chân tay đau nhức, chân tay tê thiếu sức, lưng đau nhức. *Điều trị* dùng phép bổ ích can thận hoặc bổ ích khí huyết, sơ phong thông lạc tản hàn hóa thấp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Độc hoạt ký sinh hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

- *Hổ cốt mộc qua hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm để uống.

Thịt rắn có tác dụng khu phong thông lạc nên có thể dùng làm thực phẩm để ăn. Người bị nhiệt tỳ: các khớp sưng đỏ, sốt, có thể ăn các chất có lợi cho thanh nhiệt khu thấp như *y dĩ, đậu xanh, xích tiểu đậu, mướp ngọt* v.v... *Y dĩ, đậu xanh, đậu đỏ*, có thể lấy một hai loại nấu cháo ăn. Mướp ngọt có thể nấu canh ăn. Người bị chứng tỳ lâu ngày, cơ thể suy nhược có thể ăn *lươn vàng, lươn thường*, để giúp bổ hư khu phong thấp, tăng thêm hiệu quả điều trị.

9 - BỆNH THẤP TIM MÃN TÍNH

Bệnh thấp tim là tên gọi tắt của bệnh màng van tim do phong thấp. Nó là biến chứng của bệnh màng van tim do viêm cơ tim phong thấp gây nên, là chứng bệnh tim thường gặp. Bệnh phần lớn phát sinh ở van tim hai lá, sau đó mới đến van động mạch chủ. Các biến chứng thường gặp là: hẹp van tim hai lá, hở van tim hai lá, hẹp van động mạch chủ, hở van động mạch chủ. Biểu hiện lâm sàng trong thời kỳ tim bù trừ tương đối nhẹ, thường có tim hồi hộp, mệt mỏi, sau khi lao động thì biểu hiện rõ; thời kỳ tim suy thì các triệu chứng chủ yếu có: khó thở, suyễn, phù, đều thuộc phạm vi bệnh chính xung, phù, suyễn trong đông y. Biện chứng luận trị theo như đối với chứng chính xung phù thũng. Các chứng chính của thời kỳ suy tim là ; chứng tâm tỳ thận khí hư, chứng dương hư kèm theo ứ huyết, súc thủy.

a) Chứng tâm tỳ khí huyết hư:

Triệu chứng: tim đập nhanh hụt hơi, lao động thì biểu hiện càng nặng, mặt tái, ăn uống giảm, râu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhạt, mạch tế hoặc trầm. *Điều trị :* dùng phép bổ huyết ích khí, kiện tỳ dưỡng tâm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đương quy 10 gam, bạch thược 10 gam, xuyên khung 6 gam, đảng sâm 20 gam, bạch truật 10 gam, vân phục linh 15 gam, ích cam thảo 6 gam, viễn chí 10 gam, sắc uống.*

- Quy tỳ hoàn (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 1 viên, dùng nước ấm hoặc nước sắc củi nhân để uống.

- Đẳng sâm 15 gam, bạch truật 10 gam, vân phục linh 12 gam, trá cam thảo 6 gam, hoàng kỳ 20 gam, dương qui 10 gam, sắc uống.

b) Chứng huyết hư, chiêm thủy:

Triệu chứng: sắc mặt trắng, chóng mặt, tim hồi hộp, chân tay hơi lạnh, nước tiểu ít, sắc lưỡi nhạt, rêu lưỡi trắng. Điều trị: dùng phép dưỡng huyết lợi niệu. Có thể dùng:

Đương qui 10 gam, xuyên khung 6 gam, thược dược 10 gam, phục linh 15 gam, bạch truật 10 gam, trạch tả 9 gam, sắc uống.

c) Chứng dương hư thủy đình ứ huyết:

Triệu chứng: khó thở, ngòai thở, chân phù nề, sợ lạnh, chân tay mát, rêu lưỡi trắng hoạt, thân lưỡi bệu, sắc lưỡi nhợt nhạt, màu tối. Điều trị: Dùng phép ôn dương ích khí lợi niệu thông mạch. Có thể dùng:

- Bào phụ tử 6-10 gam (sắc trước), quế chi 10 gam, phục linh 20 -30 gam, bạch truật 10 gam, trạch tả 10 gam, phòng ký 15 gam, hoàng kỳ 15 -20 gam, đơn sâm 20 gam, xuyên khung 10 gam, sắc uống.

d) Chứng khí hư súc thủy:

Triệu chứng: hơi thở ngắn, tim hồi hộp, phù nề, nước tiểu ít, rêu lưỡi trắng sắc lưỡi nhợt. Điều trị: dùng phép bổ ích khí lợi niệu. Có thể dùng:

-Hoàng kỳ 18-24 gam, bạch truật 10 gam, phục linh 30 gam, phòng kỷ 15 gam, ngọc trúc 10 gam, đơn sâm 12 gam, sắc uống.

Người bị bệnh thấp tim mãn, nên thường xuyên ăn *củ nhĩn, tim lợn, hạt sen* v.v... có lợi cho bổ khí dưỡng tâm.

10. VIÊM DẠ DÀY MÃN TÍNH

Viêm dạ dày mãn tính có các loại: viêm nông, viêm niêm mạc phì đại, viêm xơ teo.

Biểu hiện của bệnh: có người đau là chủ yếu, có người nôn bụng, ăn uống không thấy ngon là chủ yếu, có người bị đau bụng đi lỏng là chủ yếu. Đông y cho rằng bệnh cần có liên quan đến tình cảm bị thương tổn, ăn uống không đều độ, mệt mỏi, theo đông y, đều thuộc chứng vị quản thống ,trường đầy tiết tả.

a) Chứng khí trệ:

Triệu chứng: vùng dạ dày đầy trướng, hoặc đau tức hoặc đau lan ra cạnh sườn, khi tức giận càng đau, ợ hơi hoặc trung tiện được thì cảm thấy dễ chịu, rêu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi hồng nhạt, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép thu can hòa vị. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- Mộc hương 3-6 gam, thanh bì 10 gam, bạch thược 10 gam, sao chỉ xác 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Xuyên luyện tử 10 gam, hậu phác 3-6 gam, bạch thược 10 gam, cam thảo 3 gam, khấu nhân 3 gam, (vị cho vào sau), sắc uống.

- Trần tiền hóa khí hoàn (thành phẩm), mỗi ngày 1-2 lần, mỗi lần 6-10 viên; dùng nước ấm để uống.

- Khoái vị thư can hoàn (thành phẩm). Một ngày 2 lần, mỗi lần 4,5 gam, dùng nước ấm để uống.

- Khí thống tán (thành phẩm), mỗi lần nửa lọ hay một lọ. Dùng nước ấm để uống.

b) Chứng ứ huyết:

Triệu chứng: dạ dày đau như có gì châm, chỗ đau cố định hoặc là sau khi ăn thì đau. Lưỡi có chấm tụ máu. *Điều trị :* dùng phép hoạt huyết khu ứ hòa vị. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Diên hồ sách 10 gam, chế một dược 10 gam, xuyên luyện tử 10 gam, khấu nhân 3-6 gam (cho vào sau) sắc uống.

- Bột tam thất 3 gam, mỗi ngày 2 lần, dùng nước nóng để uống.

- Ngũ linh chi 10 gam, diên hồ sách 9 gam, đình hương 3 gam, sắc uống.

c) Chứng hàn ngưng khí trệ:

Triệu chứng: dạ dày lạnh đau, ăn các thức ăn sống lạnh thì càng đau, thở dài rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi hồng nhạt, mạch huyền. *Điều trị :* dùng phép ôn trung hòa vị. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đinh hương* 3-6 gam, *mộc hương* 3 gam, *hậu phác* 3-6 gam, sắc uống.

- *Cao lương khương* 3-6 gam, *ché hương phụ* 10 gam *sa nhân* 3 gam (cho vào sau); sắc uống.

- *Hương sa dương vị hoàn* (thành phẩm) một ngày uống 2 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước để uống.

d) Chứng khí hư:

Triệu chứng : Sau khi ăn, vùng dạ dày nề khó chịu, lượng ăn giảm, thân thể mệt mỏi, hụt hơi, dễ ra mồ hôi, váng đầu, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch hư. Cũng có thấy vùng dạ dày đau âm ỉ vào thì đỡ. *Điều trị* : dùng phép bổ khí kiện tỳ vị. có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Đảng sâm* 15-20 gam, *bạch truật* 10 gam, *chích cam thảo* 3 gam, *sa nhân* 1 gam (cho vào sau) sắc uống.

- *Hương sa lục quân tử hoàn* (thành phẩm), 1 ngày uống 2 lần, mỗi lần 6-10 gam. dùng nước ấm để uống.

đ) Chứng tỳ vị dương hư:

Triệu chứng: Thành dạ dày đau âm ỉ, thích xoa nắn, thích chườm bằng nước nóng. trời lạnh thì sinh ra đau, ăn thức ăn uống lạnh thì đau tăng lên. Rêu lưỡi trắng hoạc, sắc lưỡi nhợt, mạch trầm tế. *Điều trị* : dùng phép ôn bổ tỳ vị. có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Hoàng kỳ* 20 gam, *quế chi* 10 gam, *bạch thược* 10 gam, *cam thảo* 3-6 gam, *khâu nhân* 3 gam (cho vào sau) sắc uống.

- *Đảng sâm* 15 -20 gam, *bào khương* 6-10 gam, *bạch truật* 10 gam, *chích cam thảo* 3 gam, *sa nhân* 1,5 gam (cho vào sau); sắc uống.

- *Tiểu kiến trung hợp tử* (thành phẩm), mỗi ngày uống 3 lần, mỗi lần 15 - 20 ml, hòa bằng nước sôi để nguội vừa uống.

- *Lý trung hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên. Dùng nước ấm để uống.

Viêm dạ dày mãn tính, cũng có những người biểu hiện chủ yếu là đi ngoài lỏng, phần nhiều là do tỳ khí hư hoặc tỳ dương hư. Đi ra phân sống, thường gặp ở những người đau bụng đi ngoài sau khi ăn. Tỳ khí hư thường ít khí thiếu lực, tỳ dương hư thì sợ lạnh, chân tay mát, tỳ khí hư thì phải bổ khí kiện tỳ, người tỳ dương hư thì phải ôn trung kiện tỳ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Sâm linh bạch truật tán* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần uống 10 gam. Dùng nước ấm để uống. dùng cho những người tỳ khí hư.

- *Sâm linh bạch truật hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Gừng khô* 10 gam, *bạch truật* 10 gam, *vân linh* 12 gam, *hoài sơn dược* 20 gam, *sa nhân* 1,5 - 2 gam (cho vào sau), sắc uống. Dùng cho người tỳ dương hư.

c) Chứng vị âm hư:

Triệu chứng : dạ dày đau âm ỉ, hoặc dạ dày thấy khó chịu, ăn uống giảm, họng ráo, đại tiện khô, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế hoặc tế sác. *Điều trị* : dùng phép tư âm hòa vị. Có thể sử dụng:

- *Bắc sa sâm* 12 gam, *mạch môn đông* 12 gam, *câu kỳ tử* 10 gam, *ô mai* 6 gam,

- *Bạch thược* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

Bệnh nhân đau dạ dày mãn tính thuộc chứng khí hư nên thường xuyên ăn các chất như *hạt sen, dạ dày dê, dạ dày lợn, da dày bò, cá trắm* để giúp cho việc khôi phục khí của tỳ vị, cũng giúp cho việc khôi phục chức năng dạ dày. Người thuộc dương hư nên dùng *gừng khô, lúa mì, thịt dê* để ôn trung, tán hàn cắt cơn đau. Người vị âm hư thì có thể ăn *sữa bò, sữa dê* để tư âm dưỡng vị, kiêng cử các loại thực phẩm cay nóng và các loại như rượu, ớt, tỏi, thịt bò, thịt chó, thức ăn chiên bằng dầu mỡ, lạc rang.

11-LOÉT DẠ DÀY, HÀNH TÁ TRÀNG

Loét dạ dày, hành tá tràng là bệnh loét hệ thống tiêu hóa thường gặp nhất. Những người khỏe mạnh trẻ tuổi mắc bệnh này cũng tương đối nhiều. Tỷ lệ mắc bệnh loét tá tràng nhiều hơn loét dạ dày và các bệnh loét hỗn hợp khác. Triệu chứng chính của bệnh này chủ yếu đau phần bụng trên.

Đông y gọi là vị quản thống. Bệnh hay phát vào mùa thu đông, đau khi bụng đói, ăn vào thì đỡ, thường kèm theo thờ ơ, ợ chua. Trường hợp bệnh kèm theo chảy máu, hẹp môn vị, thủng thì biện chứng luận trị không thuộc phạm vi của vị quản thống. Dưới đây bàn tới biện chứng luận trị có liên quan đến đau thượng vị.

a) Chứng tỳ vị hư hàn:

Triệu chứng : thượng vị đau âm ỉ, liên miên, đói bụng hoặc gặp lạnh thì dạ dày đau mạnh, ăn vào thì đỡ, thích chườm nóng, rêu lưỡi trắng sắc lưỡi nhạt, mạch vô lực. *Điều trị* : dùng phép bổ tỳ vị chế toan chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Ngõa lãng tử* 15 gam (vị sắc trước) *hoàng kỳ* 15-24 gam, *bạch thược* 12-15 gam, *bào khương* 6 -10 gam, *dại táo* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Đảng sâm* 15-20 gam, *tiêu bạch truật* 10 gam, *bào khương* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, *đơn sâm* 15 gam, *sa nhân* 3 gam, (vị thuốc cho vào sau); sắc uống.

- *Tiểu kiến trung hợp tể* (thành phẩm) một ngày 3 lần, mỗi lần 15-20ml, pha với nước nóng để uống.

b) Chứng can vị bất hòa:

Triệu chứng: vùng dạ dày đau tức, đau lan ra cả sườn, ợ hơi thì dễ chịu, ợ chua, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép thư can hòa vị. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sài hồ 6 gam, bạch thược 12 gam, sao chỉ xác 10 gam, thương thuật 10 gam, hậu phác 6 gam, trần bì 9 gam, cam thảo 3 gam, hoàng cầm 6 gam, sắc uống.

- Ngõa lãng tử (vị thuốc sắc trước) 15 gam, thanh bì 10 gam, hậu phác 6 gam, sắc uống

- Tả kim hoàn (thành phẩm), một ngày uống 2-3 lần, mỗi lần 4-5 gam, dùng nước ấm để uống. Những người can vị bất hòa, nôn ra nước chua đều có thể dùng.

c) Chứng vị âm hư:

Triệu chứng: vùng dạ dày đau thích ấn, họng ráo, miệng khô, đại tiện khô cứng, rêu lưỡi ít hoặc không có, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế huyền. *Điều trị:* dùng phép tư âm dưỡng vị. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Mạch môn đông 12-15 gam, bắc sa nhân 12 -15 gam, bạch thược 12 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Bắc sa nhân 15 gam, câu kỷ tử 12 gam, thạch hộc 12 gam, xuyên luyện tử 6 gam, sắc uống.

- Bách hội 15 gam, đơn sâm 15 gam, bạch thược 15 gam, sắc uống.

- Một lượng mật ong vừa đủ, pha uống.

Loét dạ dày hành tá tràng nếu có hiện tượng nôn ra nước chua thì cần dùng thuốc chế toan, để cắt cơn đau và giúp làm liền vết loét. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Hai phiêu tiêu, vỏ trứng gà, mỗi loại một phần bằng nhau hong khô, cùng nghiền thành bột, mỗi lần uống 3 gam,

uống với nước sôi để nguội.

- *Đoạn ngõa lãg tử*, nghiền nhỏ, mỗi lần uống 3 gam với nước ấm.

- *Mai cá mực* 2 phần, *xuyên bối mẫu* 1 phần cùng nghiền nhỏ, mỗi lần 3-6 gam, dùng nước ấm để uống.

Loét dạ dày tá tràng có hiện tượng chảy máu có thể uống *bột tam thất*, mỗi lần 3 gam, hoặc dùng *bột bạch cập* 10 -15 gam, cho đường kính vào khuấy uống.

Loét dạ dày hành tá tràng dùng liệu pháp châm cứu cũng có tác dụng điều trị tốt. Chứng can vị bất hòa có thể châm huyết vị du, can du, túc tam lý. Chứng tỳ vị hư hàn có thể lấy các huyết vị du, tỳ du, túc tam lý, hoặc *trung quản*, *túc tam lý*, sau khi châm thì có thể xoa thêm. Chứng vị âm hư có thể châm cứu các huyết *trung quản*, *nội quan*, *túc tam lý*.

Việc điều dưỡng hàng ngày đối với người loét dạ dày, hành tá tràng cũng rất quan trọng. Phải sống có nề nếp. Ngủ, dậy, làm việc, nghỉ ngơi, phải có giờ giấc, bảo đảm có đủ thời gian ngủ, có lợi cho sự khỏi bệnh. Thường xuyên ăn đậu tương nấu có thể giúp là lành vết loét. Nếu táo bón có thể uống mật ôn.

12-VIÊM TÚI MẬT CẤP.

Nguyên nhân gây nên bệnh viêm túi mật cấp phần nhiều là do sỏi mật, cũng có thể do dịch tụy phản nghịch vào mật gây nhiễm khuẩn. Biểu hiện lâm sàng thường thấy đau quặn ở

mặt, hoặc đau bụng trện, sốt, buồn nôn, mửa, da hoàng đản, phần lớn đau hông bên phải. Đông y biện chứng luận trị từ hướng đau hông, người có biểu hiện hoàng đản thì biện chứng luận trị từ hoàng đản. Đông y chia ra các chứng chính là: nhiệt uất khí trệ thấp nhiệt uẩn kết.

a) Chứng nhiệt uất khí trệ:

Triệu chứng : sốt hoặc sốt rét, miệng đắng, họng khô, ngực, hông đau tức đau về phía tay phải, đại tiện khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị* dùng phép thanh nhiệt lý khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sài hồ 10 gam, hoàng cầm 12-15 gam, uất kim 12 gam, bồ công anh 15 gam, đại hoàng 10 gam, (cho vào sau), cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Sài hồ 10 gam, hoàng cầm 10 gam, ngân hoa 30 gam, ngân kiều 10 gam đến 15 gam, thanh bì 10 gam, sao chỉ xác 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

b) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: đau sườn hoàng đản buồn nôn, nôn mửa nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh lợi can đả. Có thể dùng;

- Sài hồ 6-10 gam, long đả thảo 10 gam, nhân trần 30 gam, xa tiền tử 10 gam (gói trong túi vải), uất kim 12 gam, sắc

13. VIÊM TÚI MẬT MÃN TÍNH.

Viêm túi mật thường do nhiễm trùng, giun và sỏi mật gây nên. *Triệu chứng của bệnh:* đau bụng trên, ăn những thức ăn chiên dầu mỡ và thực phẩm có nhiều chất mỡ thì bụng quặn đau, ợ hơi, đau vùng dưới vai phải, cũng có lúc bị sốt, da hoàng đản. Bụng trên bên phải thường đau như có cái gì đè lên hoặc đâm vào. Đông y cho rằng bệnh là do nhiệt uất trong mật, can vị bất hòa hoặc thấp nhiệt ôn kết trong gan mật.

a) Chứng nhiệt uất can vị bất hòa:

Triệu chứng: đau căng vùng hông, dạ dày đầy tức, miệng đắng họng khô, ợ ra thì dễ chịu, rêu lưỡi vàng, mạch huyền. *Điều trị:* dùng phép thanh can đả, hòa can vị. Có thể dùng:

- Sài hồ 6-10 gam, hoàng cầm 10-15 gam, bồ công anh 30 gam, sao chỉ xác 10-12 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

b) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: đau tức vùng dưới sườn bên phải, sốt, hoặc vàng da, nước tiểu vàng, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền hoạt sác. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sài hồ 9 gam, hoàng cầm 10 -15 gam, bồ công anh 30 gam, uất kim 12 gam, nhân trần 30 gam, đại hoàng 12 gam, (cho vào sau), sắc uống.

- Kim tiền thảo 30-50 gam, uất kim 12 -15 gam, hoàng cầm 12-15 gam, nhân trần 30 gam, xuyên quân 12 - 15 gam, (cho vào sau); sắc uống.

Bệnh viêm túi mật mãn tính có thể uống *mật gấu*; mỗi lần uống 1-2 viên bằng hột đậu xanh. Dùng nước ấm để uống có tác dụng thanh nhiệt lợi đả tiêu viêm rất tốt.

Điều trị bằng châm cứu có thể châm các huyệt: đởm du, dương lăng tuyền, túc tam lý. Người bị bệnh viêm túi mật mãn tính còn có hiện tượng: sau khi ăn bụng trướng, đại tiện lỏng hoặc tháo lỏng, đi phân sống, chân tay rã rời, sắc lưỡi nỏn. Đó là chứng tỳ hư. *Điều trị:* nên dùng phép kiện tỳ thư can lợi đả. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đẳng sâm 12-15 gam, tiêu bạch truật 10 gam, hoài sơn dược 12 gam, phục linh 12 gam, nhân trần 15 gam, nội kim 10 gam, sa nhân 2 gam (cho vào sau), sắc uống.

- Sài hồ 6 gam, hoàng cầm 10 gam, đảng sâm 15 gam, cam thảo 3 gam, nhân trần 15 gam, sinh khương 10 gam, đại táo 3 quả, sắc uống.

14-SỎI MẬT

Nguyên nhân gây ra chứng sỏi mật cho đến nay vẫn chưa rõ. Song sự hình thành của bệnh có liên quan đến chứng viêm ống mật, người béo, ăn nhiều các chất có mỡ phụ nữ có mang, hay người ít vận động. Tỷ lệ mắc bệnh phụ nữ nhiều hơn đàn ông, người béo nhiều hơn người gầy. Đau thường diễn ra vào ban đêm, sau khi ăn no, sau khi ăn các chất có nhiều mỡ thì đau mạnh, đau lan ra cả phía vai phải hoặc vùng dưới vai phải, kèm theo buồn nôn, và nôn mửa. Chẩn X quang và kiểm tra bằng siêu âm B, có thể chẩn đoán được sỏi mật. Quan điểm của đông y cho rằng nguyên nhân của bệnh có liên quan đến tình chí ức uất, thấp nhiệt, các chứng của nó có: khí trệ nhiệt uất và thấp nhiệt.

a) Chứng khí trệ nhiệt uất:

Triệu chứng: đau bụng trên phía bên phải, đau từng cơn, ợ, miệng ráo, họng khô, nước tiểu vàng, mạch huyền sác, rêu lưỡi vàng. *Điều trị:* dùng phép thư can thanh nhiệt, hóa thạch bài thạch. Có thể dùng:

-Sao chỉ xác 10-15 gam, xuyên luyện tử 10 gam, hoàng linh 10 gam, kim tiền thảo 30 gam, sinh đại hoàng 6- 10 gam (cho vào sau) sắc uống.

b) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: đau túi vùng bụng trên, hoàng đản, miệng khô, không thích uống, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền hoạt và sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh lợi thấp nhiệt, hóa thạch bài thạch. Có thể dùng:

-*Kim tiền thảo* 30 gam, *xuyên phá thạch* 15 gam, *trần bì* 30 gam, *uất kim* 12 gam, *xuyên quán* 10 gam (cho vào sau) sắc uống.

15- VIÊM GAN DO VIRÚT

Viêm gan do vi rút còn gọi là viêm gan truyền nhiễm. Bệnh căn do vi rút gan, chia làm hai loại: *vi rút A* và *vi rút B*. Viêm gan do *vi rút* chia làm hai thời kỳ: thời kỳ cấp tính và thời kỳ mãn tính. Thời kỳ cấp thường có các biểu hiện: viêm gan vàng da cấp tính và viêm gan không vàng da. Thời kỳ mãn thường thấy viêm gan: viêm gan kéo dài và viêm gan mãn tính. *Triệu chứng của nó thường có:* ăn uống không ngon, mệt mỏi, không có sức, đau vùng gan, buồn nôn, hoặc hoàng đản, nước tiểu vàng sẫm. Đông y cho rằng nguyên nhân gây bệnh có liên quan đến thấp tà, nhiệt tà, tinh chí ức uất, ăn uống không hợp vệ sinh v.v.... Người biểu hiện chủ yếu là vàng da thì biện chứng luận trị theo chứng hoàng đản. Người biểu hiện chủ yếu là đau hông thì biện chứng luận theo chứng đau hông.

a) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: da vàng, mắt vàng ăn uống không thấy ngon, bụng đầy tức, nước tiểu vàng, rêu lưỡi trơn, sắc lưỡi đỏ. Nếu nhiệt nặng hơn thấp thì còn thấy miệng khát, buồn bực, rêu lưỡi vàng, đại tiện khô. Thấp nặng hơn nhiệt thì còn có cảm giác đầu nặng trĩch, không thích ăn uống, đại tiện nhiều loãng, rêu lưỡi trắng. *Điều trị* : dùng phép khu thấp thanh nhiệt. Người nhiệt nặng thì thanh nhiệt là chính, khu thấp là phụ. Người thấp nặng hơn thì khu thấp là chính thanh nhiệt là phụ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Nhân trần 30 gam, sao chi tử 10-12 gam, bán lam căn 15-30 gam, vân linh 30 gam, xa tiền tử 15 gam, xuyên quân 6 gam (cho vào sau); sắc uống. Dùng cho người nhiệt nặng hơn thấp.

- Nhân trần 30gam, vân linh 15 gam, trạch tả 12 gam, bạch truật 10 gam, đại thanh diệp 12 gam; dùng cho người thấp nặng hơn nhiệt.

b) Chứng tỳ hư thấp thịnh:

Triệu chứng : mặt, mắt, da đều vàng, bụng trướng ăn uống giảm, chân tay nặng nề vô lực, đại tiện có khi lỏng, rêu lưỡi trắng nhàn, sắc lưỡi nhợt nhạt, có dấu răng, mạch hoãn vô lực. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ, trừ thấp lợi đản có thể dùng trong các bài sau đây:

- Đẳng sâm 15 -20 gam, tiêu bạch truật 10 gam, vân linh 20 gam, hoài sơn dược 15 gam, nhân trần 20 gam, sắc uống.

- *Can khương* 10 gam, *bạch truật* 10 gam, *vân linh* 15 gam, *nhân trần* 15 gam, sắc uống. dùng cho người có kèm theo chân tay mát, sợ lạnh.

c) Chứng can uất nhiệt:

Triệu chứng : vùng mặt sườn đau tức, miệng đắng, buồn bực ỉu rử, nước tiểu vàng, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị*: dùng phép thư can thanh nhiệt. Có thể dùng:

- *Long đởm thảo* 12 - 15 gam, *thanh đại* 10 gam, *Sài hồ* (dấm sao) 6-10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

d) Chứng can uất tỳ hư:

Triệu chứng : hông đau tức hoặc đau âm ỉ, lao động mệt càng đau, ăn uống giảm, sau khi ăn bụng trướng, chân tay bủn rủn, chóng mệt mỏi, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ nhạt, hoặc đỏ thắm, mạch huyền tế hoặc mạch huyền vô lực. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ thư can. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Sài hồ* (dấm sao) 6- 10 gam, *đơn sâm* 15 gam, *bạch thược* 15 gam, *bạch truật* 10 gam, *vân linh* 12 gam, *nội kim* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Tiêu dao hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

đ) Chứng can thận âm hư:

Triệu chứng: hông đau âm ỉ. Sau khi lao động mệt hoặc sinh hoạt vợ chồng thì đau càng tăng lên, đầu váng, mắt hoa

hay quên, lưng gối nhức mỏi, chóng mặt, miệng ráo họng khô, rêu lưỡi ít hoặc sạch, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch huyền tế. *Điều trị* : dùng phép tu bổ can thận. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bắc sa sâm* 15 gam, *mạch đông* 12 -15 gam, *đương quy* 10 gam, *xuyên luyện tử* 6 gam, *huyền sâm* 15 gam, sắc uống.

- *Chích quy bản* 24 gam (sắc trước), *hoàng tinh* 15 gam, *nội kim* 10 gam, sắc uống

- Thường xuyên ăn thịt *rùa* nấu chín cũng có hiệu quả tốt.

- *Phục phương kê cốt thảo hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

Nếu can thận hư kèm theo ứ máu, ngoài các biểu hiện trên còn thấy đau nhói ở vùng gan, đau nhiều vào ban đêm, lưỡi có hiện tượng tụ máu. *Điều trị* : dùng phép tu bổ can thận, kiêm khu ứ. Có thể trong bài thuốc điều trị can thận âm hư thêm *bột tam thất* 3 gam (hòa uống), *chích miết giáp* 15 gam (sắc trước). Cũng có thể dùng *lục vị địa hoàn hoàng*, mỗi lần 1-2 viên cùng uống một lần với 2-3 gam *bột tam thất*. Nếu tỳ hư can ứ huyết, chân tay bủn rủn, sau khi ăn bụng trướng, hông đau nhói, chỗ đau cố định. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ hoạt huyết. Có thể dùng *sâm linh bạch truật tán* hoặc *hương sa lục quân tử hoàn*, mỗi lần 10 gam, cùng uống một lần với 2- 3 gam *bột tam thất* với nước ấm. Nếu viêm gan mãn, chứng can thận âm hư hoặc tỳ hư, S.G.P.T cao thì có thể dùng *ngũ vị tử*, lượng dùng khoảng 15 gam.

Người viêm gan virút nếu thuộc chứng thấp nhiệt thì có thể ăn *y dĩ, đậu đỏ, mướp, bí đao*. Người thuộc chứng tỳ hư thấp thịnh thì có thể ăn: *đậu ván, y dĩ, con lươn*. Người thuộc chứng thân âm hư thì có thể thường xuyên ăn *rùa, ba ba, trứng gà, mật ong* để bổ âm giúp hồi phục chức năng của gan.

16- VIÊM THẬN CẤP

Viêm thận cấp là tên gọi tắt của bệnh viêm tiểu cầu thận cấp tính. Tỷ lệ mắc bệnh ở lứa tuổi thiếu niên và trung niên nhiều hơn. Nó là một loại bệnh miễn dịch di ứng có liên quan đến nhiễm liên cầu khuẩn dung huyết. Biểu hiện lâm sàng của bệnh chủ yếu là: phù nề, nước tiểu ít, huyết niệu, protein niệu, huyết áp cao, vì triệu chứng chính của bệnh là phù nề, nên đông y xếp vào phạm vi chứng phù. Triệu chứng: "thận phong" trong "nội kinh" cũng tương tự như triệu chứng bệnh này. Nguyên nhân bên trong có liên quan đến thận hư, nguyên nhân bên ngoài có liên quan đến phong tà.

a) Chứng phong nhiệt:

Triệu chứng: mặt, mắt phù nề, nước tiểu ít, nước tiểu màu vàng, thỉnh thoảng đau hông. *Điều trị:* dùng phép khu phong thanh nhiệt lợi niệu. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Ma hoàng 6-10 gam, sinh thạch cao 20-30 gam, hạnh nhân 10 gam, bạch mao căn 20 gam, sắc uống.

- Bèo cái 10 gam, địa phu tử 12 gam, xác ve 10 gam, vỏ bí đao 20 gam, sắc uống.

b) Chứng thủy thấp.

Triệu chứng: phù nề rõ, nước tiểu ít, người mệt mỏi. rêu lưỡi trắng nhẵn, sắc lưỡi đỏ nhạt. *Điều trị* dùng phép lợi thấp hành thủy. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Phục linh 15- 30 gam, tru linh 15 gam, trạch tả 15 gam, đại phúc bì 15 gam, quế chi 6 gam, bạch mao căn 30 gam, sắc uống.

- Rễ cỏ tranh 30 gam, rễ cỏ tranh 30 gam, sắc uống.

- Ích mẫu thảo 50 gam, xa tiền thảo 30 gam, sắc uống.

c) Chứng thấp nhiệt.

Triệu chứng: nước tiểu ít, vàng, phù nề, đái ra máu, hoặc họng đau, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Rễ cỏ tranh 30 gam, bồ công anh 15 gam, xích tiểu đậu 30 gam, xích linh 15 gam, sắc uống.

- Xích tiểu đậu 30 gam, vỏ dưa hấu 30 gam, rễ tranh 30 gam, sắc uống.

- Bí đao 500 gam nấu canh ăn.

- Xa tiền thảo 15 gam, tiểu kế 15 gam, rễ cỏ tranh 30 gam, sắc uống.

Sau khi khắc phục được phù nề, nếu có hiện tượng dài ra máu, thiếu sức, mỏi lưng, râu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sác. Đó là chứng âm hư hữu nhiệt. *Điều trị*: dùng phép tư âm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hạ liên thảo* 10 -15 gam, *nữ trinh tử* 15 - 20 gam, *thuyên thảo* 10 gam, sắc uống.

- *Chích qui bản* 15 gam, (sắc trước), *a giao* 3 gam (hòa tan), *đơn bì* 10 gam, sắc uống.

- *Sinh địa* 15 -30 gam, *tiểu kế* 12 gam, *huyền sâm* 15 gam, *đơn bì* 10 gam, sắc uống.

Sau khi làm giảm phù nề viêm thận cấp và tiết an-buy-min niệu, nếu còn hiện tượng mỏi lưng hoặc lưng đau họng khô bàn chân bàn tay nóng, khát nước ban đêm, râu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ, mạch tế. *Điều trị*: dùng phép tư bổ thận âm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Thục địa* 15 gam, *đơn bì* 10 gam, *nữ trinh tử* 15 gam, sắc uống.

- *Lục vị địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Tả qui hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

17-VIÊM THẬN MÃN

Viêm thận mãn là tên gọi tắt bệnh viêm tiểu cầu thận mãn tính. Có tài liệu chia viêm thận mãn ra thể bán cấp, thể ẩn, thể

bệnh thận, thể tái phát, thể huyết áp cao. Theo quan điểm của đông y thì bệnh lý trong ba tạng là thận tỳ, can. Cần phải nghiên cứu trên hai mặt là hư, thực. Nếu biểu hiện chính là phù nề thì chứng chính là thận dương hư, tỳ dương hư, khí hư. Nếu biểu hiện chính là huyết áp cao thì chứng chính của bệnh sẽ là can thận âm hư, can dương thượng can là chính. Chứng thực thì có thủy thấp, thấp nhiệt, ứ huyết. Các chứng thường thấy là tỳ thận khí hư, khí huyết lưỡng hư dương hư thủy nhiễm, can thận âm hư, ứ huyết, thấp nhiệt.

a) Chứng tỳ thận khí hư.

Triệu chứng: vàng đầu, thỉnh thoảng bị đầy bụng, mỏi lưng, mỏi mệt thiếu sức, mặt trắng bệch, râu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhạt, mạch vô lực, nước tiểu trắng đục. *Điều trị:* dùng phép ích khí bổ thận, có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 15- 30 gam, hoài sơn dược 15 gam, phục linh 15 gam, sắc uống.

- Đương sâm 15-20 gam, bạch truật 10 gam, vân linh 10 gam, khiếm thực 15 gam, đỗ trọng 10 gam, sắc uống.

- Sâm linh bạch truật tán (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- Chích qui bán 24-30 gam (sắc uống), sinh hoàng kỳ 15 gam, dĩ mễ 30 gam, sắc uống.

b) Chứng khí huyết lưỡng hư.

Triệu chứng: đầu vàng mắt hoa, mệt mỏi không có sức, dài ra máu, râu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ nhạt mạch tế. *Điều trị:*

dùng phép bổ khí dưỡng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 20-30 gam, *đương qui* 10 gam, *đại táo* 10 quả, sắc uống.

- *Thập toàn đại bổ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2- 3 lần, mỗi lần 9 gam, dùng nước ấm để uống.

c) Chứng dương hư thủy nhiễm.

Triệu chứng: phù nề bụng trương, nước tiểu ít, sợ lạnh, sắc mặt trắng bóng, miệng khát nhưng không muốn uống, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc chất lưỡi bệu nhạt. mạch trầm tế. *Điều trị* : dùng phép ôn dương lợi thủy. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bào phụ tử* 6- 10 gam (sắc trước), *phục linh* 30 gam, *trạch tả* 10-15 gam, sắc uống.

- *Nhục quế* 6 gam, *hồ lô ba* 12 gam, *bạch truật* 12 gam, *phục linh* 30 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Tế sinh thận khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2- 3 lần, mỗi lần 10 gam; dùng nước ấm để uống.

d) Chứng can thận âm hư.

Triệu chứng: đầu vãng, mắt hoa, lưng gối nhức mỏi bàn chân bàn tay nóng, rêu lưỡi ít, sức lưỡi đỏ nõn, mạch tế. Nếu can dương thiên căng thì còn kèm theo đau căng đầu, buồn bực dễ tức giận, mạch huyền huyết áp cao. *Điều trị* : dùng phép tư bổ can thận. Người can dương căng thì còn kèm theo bình can tiềm dương. Có thể chọn dùng trong các bài dưới

đây:

- *Lục vị địa hoàng hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống, điều trị chứng đơn thuần can thận âm hư.

- *Tả qui hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống, điều trị chứng can thận âm hư.

- *Chích qui bản* 18- 24 gam (sắc trước), *thục địa* 15 gam, *hoài ngưu tất* 15 gam, *câu đằng* 15 gam (cho vào sau), sắc uống; dùng cho người can thận âm hư, can dương vượng có huyết áp cao.

- *Cao huyết áp tốc giáng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2- 3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống; dùng cho người âm hư can vượng, huyết áp cao.

- *Cúc hoa* 10 gam, *hạ khô thảo* 10 gam, *câu đằng* 15 gam, (cho vào sau), sắc lấy nước để uống *lục vị địa hoàng hoàn* 10 gam; điều trị cho người huyết áp thiên cao và thận âm hư.

đ) Chứng ứ huyết.

Triệu chứng: lưng đau như cắt chỗ đau cố định, sắc lưỡi đỏ sẫm, thỉnh thoảng đái ra máu. *Điều trị:* dùng phép hoạt huyết hóa ứ. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Ích mẫu thảo* 30-60 gam, sắc uống.

- *Đương qui* 10 gam, *xích thược* 10 gam, *đào nhân* 10 gam, *hồng hoa* 10 gam, *bạc mao căn* 15 gam, sắc uống.

e) Chứng thấp nhiệt.

Triệu chứng: nước tiểu ít màu vàng, thỉnh thoảng có sỏi, họng đau, miệng khô, không muốn uống nước, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị :* dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bồ công anh* 15-20 gam, *y dĩ nhân* 30 gam, *rễ tranh* 30gam, sắc uống.

- *Ngân hoa* 15- 30 gam, *rễ tranh* 15- 30 gam, sắc uống.

Người viêm thận mãn thuộc chứng tỳ thận khí hư có thể thường xuyên ăn cá chép, đậu váng, canh bí đao, Cũng có thể ăn canh nấu lươn. Người thuộc chứng âm hư thì có thể ăn thịt ba ba, rùa, thường xuyên uống sữa dê cũng giúp cho tư âm ích thận. Thịt vịt trời nấu canh bí đao có thể bổ ích lợi niệu, người bị phù thũng nên ăn.

18- VIÊM BÀNG QUANG VÀ VIÊM BỂ THẬN

Viêm bàng quang và viêm bể thận phần lớn là do nhiễm khuẩn. Biểu hiện của bệnh thường có: đái xón ra từng giọt một, đau rát niệu đạo, hoặc đau bụng dưới, mỗi lưng đông y gọi đó là chứng lâm. Chứng lâm trong đông y bao gồm: nhiệt lâm, khí lâm, thạch lâm, cao lâm, lao lâm, lãnh lâm. Theo Tây y là viêm bàng quang, viêm bể thận, sỏi hạ tiết niệu, sỏi thận, ung thư hệ tiết niệu, tiểu đục v.v.... Có triệu chứng như trên

đều thuộc phạm vi chứng lâm. Viêm bàng quang và viêm thận bể thận, đông y cho rằng bệnh căn có liên quan đến thấp nhiệt, thận hư. Điều trị bằng thuốc đông y đối với hai loại bệnh trên có kết quả cao, tác dụng phụ ít, tỷ lệ tái phát thấp.

a) Chứng thấp nhiệt.

Triệu chứng: thời gian ủ bệnh ngắn, sốt, đi tiểu gấp, lần đi liền nhau, tiểu tiện rát, nước tiểu màu vàng và ít, rêu lưỡi vàng nhẵn, mạch hoạt sác. Khi nóng nhiều, sốt vào khoảng 39 độ C, hoặc cao hơn 40 độ C, miệng khát, táo bón. Khi thấp nặng thì sốt nhẹ hơn, miệng không khát hoặc miệng khô, không muốn uống nước, rêu lưỡi trắng hoặc vàng. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt lợi thấp, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bồ công anh 30 gam, ngân hoa 20 gam, xa tiền thảo 30 gam, thổ phục linh 30 gam, đại hoàng 10 gam, sắc uống;* dùng cho chứng lậu nhiệt nặng hơn.

- *Tử hoa địa đĩnh 20 gam, hoàng bá 12 gam, rễ cỏ tranh 30 gam, thiên súc 15 gam, phượng vĩ thảo 15 gam, sắc uống.* Dùng cho chứng lậu nhiệt nặng hơn.

- *Xa tiền tử 15 gam (bọc trong túi vải), trạch tả 12 gam, hải kim sa 15 gam (bọc trong túi vải), thạch vĩ 12 gam, xích linh 15 gam, sắc uống.* Dùng cho chứng lâm thấp nặng.

b) Chứng thận âm hư.

Triệu chứng: bệnh kéo dài, lưng đau mỏi, bàn chân bàn tay nóng; nước tiểu lúc vàng lúc không, ban đêm miệng khô, rêu

lưỡi ít, mạch tế. *Điều trị*: dùng phép tu bổ thận âm kiềm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Tri bá địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống khi đói với nước ấm.

- *Thực địa* 20 gam, *nữ trình tử* 15 gam, *hạ liên thảo* 15 gam, *trạch tả* 12 gam, sắc uống.

- *Tả qui hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 9 gam, dùng nước ấm để uống.

Việc ăn uống điều dưỡng của người bị bệnh lậu phải phù hợp với bệnh. Người thấp nhiệt thì nên dùng thực phẩm thanh nhiệt lợi niệu: như *y dĩ nấu cháo ăn*, *bí đao nấu canh ăn*, *xích tiểu đậu gia đường phèn nấu ăn*. Nếu thận âm đã hư thì có thể dùng *khiếm thực*, *câu kỷ tử nấu cháo* hoặc *nấu canh ăn*.

19- SỎI HỆ TIẾT NIỆU

Sỏi hệ tiết niệu bao gồm sỏi thận, sỏi niệu quản, sỏi bàng quang. Sỏi hệ tiết niệu bao gồm cả phạm vi chứng lâm, đau lưng trong đông y. Đông y cho rằng bệnh căn là do thấp nhiệt táo kết và khí hóa kém gây nên. Điều trị chia ra ba mặt: hóa thạch, bài thạch và điều chỉnh khí huyết âm dương của cơ thể, phối hợp lẫn nhau để đạt mục đích là loại bỏ sỏi và khôi phục chắc năng của cơ thể.

a) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: nước tiểu vàng, lúc đi tiểu thấy nóng niên đạo, hoặc đi tiểu nhỏ từng giọt, từng giọt không ngừng, hai chân nặng trĩu, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền hoạt sác hoặc hoạt sác. *Điều trị :* dùng phép thanh nhiệt lợi thấp, hóa thạch hòa thạch có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Kim tiền thảo 30-60 gam, hải kim sa 15 gam (gói trong túi vải), đông quỳ tử 15 gam, xuyên phá thạch 15 gam, hoài ngư tử 12 gam, hoạt thạch 15 gam, sắc uống.*

- *Kim tiền thảo 30 gam, lâu cô 12 gam, xa tiền thảo 15-30 gam, ngư não thạch 6 gam, sắc uống.*

b) Chứng khí huyết ứ trệ.

Triệu chứng: lưng bụng đau tức, có lúc đau nhói, sắc lưỡi đỏ thẫm, mạch huyền, sỏi lên ngày và vị trí tương đối cao. *Điều trị :* dùng phép lý khí hoạt huyết, hóa thạch bài thạch. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Chích sơn giáp 10 gam (sắc nước), thanh bì 10 gam, ô dược 10 gam, đào nhân 10 gam, xuyên ngư tử 12 gam, kim tiền thảo 30 gam, xa tiền tử 15 gam (bọc trong túi vải); sắc uống.*

- *Tiền hôi hương 5 gam, hậu phác 10 gam, vương bất lưu hanh 15 gam, kim tiền thảo 20 gam, biển súc 15 gam, đại hoàng 6 gam (cho vào sau) sắc uống.*

c) Chứng khí hư thấp nhiệt.

Triệu chứng: ăn uống giảm, chân tay bị bủn rủn, nước tiểu vàng, có lúc đi tiểu nhỏ giọt, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hoãn vô lực. *Điều trị:* dùng phép bổ khí kiện tỳ kiêm thành lợi. Có thể dùng bài sau:

-Hoàng tỳ 20 gam, đảng sâm 15 gam, bạch truật 10 gam, phục linh 30 gam, kim tiền thảo 15 gam, uy linh tiên 12 gam, nội kim 10 gam, sao chỉ xác 10 gam, sắc uống.

d) Chứng thận hư thấp nhiệt.

Triệu chứng: lưng gối nhức mỏi, thỉnh thoảng đau lưng, uể oải, nước tiểu vàng, có lúc đi tiểu khó, rêu lưỡi vàng nhẵn, chất lưỡi nòn, mạch hoạt sắc xích mạch trầm tế. *Điều trị:* dùng phép bổ thận thanh lợi. Có thể dùng bài sau đây:

- Hoàng kỳ 30 gam, hoàng tinh 15 gam, hoàn ngư tất 15 gam, kim tiền thảo 20 gam, hải kim sa 15 gam (gói trong túi vải), xuyên phá thạch 15 gam, vương bất lưu hành 15 gam, sắc uống.

Sau khi tổng được sỏi thì cần áp dụng biện pháp bổ thận hoặc kiện tỳ. Nếu ăn uống giảm chân tay bủn rủn sau khi ăn bụng đầy, thì cần kiện tỳ. Nên thường xuyên uống *bổ trung ích khí hoàn* hoặc *kiện tỳ hoàn*, một ngày 2 lần mỗi lần 10 gam, dùng nước nóng để uống. Nếu lưng gối nhức mỏi, cơ thể mệt mỏi, nước tiểu khi nhiều khi ít, có thể uống *hữu quy hoàn* hoặc *ngũ tử diễm tông hoàn* một ngày 2 lần mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

20- THIẾU MÁU DO THIẾU CHẤT SẮT

Chúng thiếu máu do thiếu chất sắt là chứng thường gặp nhất trong bệnh thiếu máu. Nó do chất sắt trong cơ thể con người không đủ gây nên. Bệnh căn chủ yếu có: thiếu chất toan trong dạ dày, đau bụng đi ngoài mãn tính, có trẻ em thời kỳ sinh trưởng ăn uống thiếu chất sắt, những người phụ nữ sinh đẻ nhiều lần v.v... Triệu chứng chính của chứng thiếu máu do thiếu chất sắt là: sắc mặt vàng vọt, đầu vầng, mắt hoa, móng tay móng chân trở nên mỏng, giòn dễ gãy, dễ nứt, biến dạng, tóc, lông khô cứng dễ rụng, lượng kinh nguyệt của phụ nữ ít, và màu nhạt, ăn uống không ngon miệng, sắc lưỡi trắng nhợt, mạch tế. Kiểm tra huyết tương thấy tế bào hồng cầu và bạch cầu giảm, hình thái tế bào hồng cầu không thống nhất, to nhỏ khác nhau, màu nhạt, chất sắt trong huyết thanh giảm, sự tổng hợp chất sắt trong máu tăng lên. Theo quan điểm đông y thì lý là ở tỳ, vị, can. Ở tỳ vị thì khí hư, ở gan thì huyết hư. Phương pháp điều trị chủ yếu là bổ khí, dưỡng huyết.

hứng tỳ vị khí âm hư.

Triệu chứng: ăn uống giảm, lượng ăn ít, miệng khô họng ráo, hụt hơi thiếu sức buồn nôn, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế. *Điều trị:* dùng phép ích khí dưỡng âm. Có thể dùng

trong các bài dưới đây:

- *Tây dương sâm* 3-6 gam (vị thuốc sắc riêng), *bắc sa sâm* 15 gam, *mạch môn đông* 15 gam, *đại táo* 15 gam, sắc uống.

- *Đẳng sâm* 15 gam, *mạch đông* 15 gam, *kê hủ* gam, sắc uống.

b) Chứng khí huyết lưỡng hư.

Triệu chứng: tim đập nhanh, hơi thở gấp, đầu váng hoa, cơ thể mệt mỏi, vô lực. lượng ăn giảm, râu lưỡi t. sắc lưỡi nõn mạch tế hoặc hư. *Điều trị:* dùng phép bổ khí dưỡng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 30 gam, *đương quy* 10 gam, sắc uống.

- *Hoàng kỳ* 20 -30 gam, *đại táo* 15 gam, sắc uống.

- *Quy tỳ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Thập toàn đại bổ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Cửu chuyển hoàng tinh đơn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

c) Chứng can huyết hư.

Triệu chứng: đầu váng, mắt hoa, móng tay móng chân trở nên mỏng, biến dạng người chóng mệt mỏi, lượng kinh nguyệt của phụ nữ vừa ít vừa nhạt màu, râu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch tế. *Điều trị:* dùng phép bổ ích can huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đương quy* 10 gam, *thục địa* 12 gam, *bạch thược* 10 gam, sắc uống.

- *A giao*, mỗi lần 3-6 gam, hòa với nước sôi để uống.

- *Thủ ô* 15 gam, *hoàng tinh* 15 gam, sắc uống.

Người bị bệnh thiếu máu do thiếu chất sắt hàng ngày có thể ăn *cùi nhãn*, *đại táo* v.v... để bổ dưỡng tâm tỳ, làm tăng thêm máu. Ngoài ra có thể ăn *dạ dày lợn*, *da dầy dê* hay ăn *canh rau cải*. Những thực phẩm chứa nhiều sắt, nhằm làm thay đổi trạng thái thiếu máu. *Nho* cũng có tác dụng bổ máu giúp cho máu tăng trưởng. *Xương chân dê* và *đại táo* nấu canh ăn cũng có tác dụng bổ âm huyết, người thiếu máu chứng can huyết hư có thể ăn *móng chân lợn*, *đậu phộng*, *đại táo* nấu thành canh ăn, cũng có tác dụng bổ huyết rất tốt.

21. BAN XUẤT HUYẾT DO GIẢM TIÊU CẦU NGUYÊN PHÁT.

Bệnh này tuổi thanh niên hay mắc, ngoài ra tuổi thiếu niên cũng có. Bệnh có cấp tính và mãn tính, song mãn tính là nhiều nhất. Triệu chứng lâm sàng chủ yếu của bệnh là xuất huyết ở niêm mạc da và giảm tiêu hồng cầu. Cơ chế gây bệnh đến nay vẫn chưa rõ, song có liên quan đến sự thay đổi chức năng miễn dịch. Triệu chứng chủ yếu của bệnh là ban huyết và xuất huyết nên xếp vào phạm vi huyết chứng trong đông y. Thể cấp tính phần nhiều thuộc âm hư nhiệt thịnh. Thể mãn

tình thì được chứng hư. Khi điều trị lâm sàng, đông y chữa bệnh này thành các chứng: hoa nhiệt, âm hư hữu nhiệt, khí huyết hư, đề biện chứng luận trị.

a) Chứng hỏa nhiệt.

Triệu chứng: Trên da xuất hiện chẩn ban hoặc ban tu máu, màu đỏ tím, miệng khô kèm chảy máu mũi hay chảy máu răng, sắc lưỡi đỏ hoe, đờ thâm, mạch sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt lương huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bột sừng trâu* 30 - 45 gam, sắc uống.

- *Sinh địa* 30 gam, *đơn bì* 10 gam, *tiên hạc thảo* 15 gam, sắc uống.

- *Tê giác địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, dùng nước ấm để uống.

b) Chứng âm hư hữu nhiệt.

Triệu chứng: niêm mạc da có ban ứ, đầu vầng miệng khô, bàn chân bàn tay nóng, rêu lưỡi ít sắc lưỡi đỏ, mạch tế sắc. *Điều trị:* dùng phép tư âm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Sinh địa* 30 gam, *huyền sâm* 15 gam, *a giao* 10 gam (hòa tan trước) sắc uống.

- *Chích quy bán* 15 - 24 gam (sắc trước), *đơn bì* 10 gam, *xuyên thảo* 10 gam, sắc uống.

c) Chứng khí huyết hư.

Triệu chứng: ngoài da xuất hiện ban màu xám, đầu vàng, thiếu sức, ăn uống giảm, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hư. *Điều trị:* dùng phép bổ huyết nhiệt huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Quy tỳ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Đảng sâm* 15 - 20 gam, *a giao* 3 gam (hòa tan trước) sắc *đảng sâm* trước, lấy nước để uống cùng với dung dịch *a giao*.

- *A giao* 3 gam, *lộc giác giao* 3 gam, cả hai vị dầu hòa tan rồi mới uống.

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống. Cùng uống với *a giao* thì hiệu quả càng tốt.

Người bệnh giảm tiểu hồng cầu mang tính nguyên phát hàng ngày có thể ăn *đậu phộng luộc* và *đại táo nấu*, lượng vừa đủ tiêu hóa là được. Cũng có thể lấy *vỏ đậu phộng* 10 gam, *đại táo* 10 quả, sắc uống.

Xương chân dê cùng *đậu phộng cả vỏ* nấu lên, lấy nước uống cũng có thể làm cho tiểu hồng cầu tăng lên. *Thịt mèo* cũng có tác dụng bổ khí huyết, làm tăng tiểu cầu cho nên có thể ăn.

22- BỆNH ĐÁI THÁO ĐƯỜNG.

Bệnh đái tháo đường thường gặp ở những người trên 40 tuổi, là loại bệnh rối loạn sự chuyển hóa do sự sản xuất thiếu hụt chất insulin trong cơ thể không đủ mà gây nên. Triệu chứng chủ yếu của bệnh là: uống nhiều, ăn nhiều, tiểu tiện nhiều. Xét nghiệm thì thấy đường trong máu quá cao và đường nước tiểu dương tính. Bệnh căn là do bệnh ở tuyến tụy hoặc sau khi thủ thuật tụy gây ra, cũng có thể do sử dụng lâu dài một loại thuốc nào đó gây ra. Tủy vỏ thượng thân, tuyến yên gây nên, cũng có thể do các bệnh ở tủy. Ở một số bệnh nhân thì có liên quan đến gia truyền. Triệu chứng chính của bệnh là: "ba nhiều" nên đồng y xếp vào phạm vi bệnh "tiêu khát", Đồng y cho rằng bệnh căn của bệnh là do ăn quá nhiều chất béo ngọt, uống rượu, tình chí thất thường, phù tạng hư suy, sinh hoạt sinh lý quá nhiều, dùng quá nhiều loại thuốc có tính nóng. Nguyên nhân sinh bệnh có liên quan đến phé, tỳ, vị, thận. Đồng y chia bệnh tiêu khát thành thượng tiêu, trung tiêu, hạ tiêu để trị, uống nhiều là chính thì thuộc về thượng tiêu ăn nhiều là chính thì thuộc trung tiêu. Tiểu tiện nhiều là chính thì thuộc về hạ tiêu "ba nhiều" biểu hiện lâm sàng thường có "hai nhiều" hoặc có "ba nhiều" cùng xuất hiện cho nên phải kết hợp với các biểu hiện khác để biện chứng luận trị. Các chứng thường thấy là:

a) Chứng nhiệt thịnh nội táo.

Triệu chứng: miệng khát, uống nhiều, chóng đói, ăn nhiều, tiểu tiện nhiều, nước tiểu vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt tư âm. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Sinh thạch cao 3 gam, tri mẫu 12 gam, mạch đông 15 gam, sắc uống.

- Tri mẫu 12-15 gam, hoa phấn 15 gam, huyền sâm 15 gam, sắc uống

- Sinh địa 30 -60 gam, hoàng liên 2-3 gam, hoa phấn 15 gam, sắc uống.

b) Chứng khí âm lưỡng hư.

Triệu chứng: miệng khát, uống nhiều, tiểu tiện nhiều, người gầy yếu, đại tiện khi khô, khi lỏng, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi nhạt, mạch tế sắc. *Điều trị:* dùng phép ích khí dưỡng âm có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Hoàng kỳ 15 -20 gam, hoài sơn dược 15 -20 gam, thương truật 10 gam, huyền sâm 15 gam, ngũ vị tử 10 gam, sắc uống.

- Đảng sâm 15 gam, mạch đông 15 gam, ngũ vị tử 10 gam, hoa phấn 15 gam, tri mẫu 12 gam, sắc uống.

- Hoàng kỳ 20-30 gam, sinh địa 30 gam, ngũ vị tử 12 gam, tụy heo 1 bộ, sắc xong chia làm nhiều lần uống hết trong một ngày.

c) Chứng can thận âm hư.

Triệu chứng: số lần đi tiểu tiện nhiều, nước tiểu nhiều, đầu váng mắt hoa, lưng gối nhức mỏi, nam thì di tinh, nữ thì kinh nguyệt không đều rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế sắc. *Điều trị:* dùng phép tư bổ can thận, làm giảm tiểu tiện. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Thực địa hoàng* 15-24 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *câu kỷ tử* 15 gam, sắc uống.

- *Mạch vị địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Huyền sâm* 15 gam, *ngũ vị tử* 12 gam, *tang phiêu tiêu* 15 gam, sắc uống.

d) Chứng dương âm lưỡng hư.

Triệu chứng: Đây là bệnh "tiêu khát" lâu ngày, số lần đi tiểu dày, nước tiểu nhiều, người gầy, họng ráo, lưỡi khô, chân tay mát, sợ lạnh, sinh lý giảm, liệt dương, mạch tế vô lực. *Điều trị:* dùng phép ôn dương tư âm bổ thận. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Thận khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống

- *Hoàng kỳ* 30 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, *thực địa* 20 gam, *bô cốt chỉ* 10 gam, sắc uống.

- Căn cứ vào tình hình bệnh tật, có thể chọn dùng các thực phẩm thanh nhiệt như: *đậu xanh*, *bí đao*, các thực phẩm dưỡng âm như: *con sò*, *hải sâm*, *tụy lợn* v.v... Cũng có thể thường xuyên ăn *sơn dược*, *ngó sen*, *hạt sen*.

23- CHỨNG CƯỜNG GIÁP

Chứng cường giáp là bệnh do tuyến giáp sản xuất kích tố giáp quá nhiều gây nên. Tỷ lệ mắc bệnh phụ nữ cao hơn nam giới. Biểu hiện lâm sàng thấy rằng chức năng các phủ tạng bị đảo lộn, chuyển hóa cơ thể tăng cao. Tuyến giáp sưng to, mắt lồi, thích lạnh, sợ nóng. Dễ đổ mồ hôi, lòng bàn chân tay nóng, dễ xúc động, tim hồi hộp, mất ngủ, thèm ăn, gây yếu thiếu sức, phụ nữ kinh nguyệt không đều. Chứng cường giáp, do tuyến giáp sưng to, chuyển hóa của cơ thể tăng, cho nên đông y xếp vào phạm vi bệnh "bướu khí". Bệnh căn có liên quan đến tình chí thất thường, hỏa làm thương âm khí âm cũng liên quan đến tổn thương thận âm. Bệnh lý của bệnh thường ở can thận tâm, tỳ. Các chứng của bệnh thường thấy là: Can tỳ bất hòa tâm can hỏa vượng, tỳ hư vi nhiệt, tâm can âm hư.

a) Chứng can tỳ bất hòa,

Triệu chứng: tinh thần bị ức chế, người buồn bực, gầy ốm, thỉnh thoảng đại tiện lỏng, kinh nguyệt thất thường, mạch huyền. *Điều trị:* dùng phép thư can kiện tỳ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Con hầu sống 18 gam (sắc trước), thố sài hồ 6 gam, đơn sâm 12 gam, bạch thược 12 gam, cam thảo 3 gam, uất kim 10 gam, bạch truật 10 gam, sắc uống.*

- Đơn chi tiêu dao hoàn (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

b) Chứng can tâm hỏa vượng.

Triệu chứng: buồn bực dễ tức giận, đầu mặt nóng cần, miệng khô, đắng, thích lạnh sợ nóng, rêu lưỡi vàng, chất lưỡi đỏ, mạch sắc có lực. *Điều trị:* dùng phép thanh can tả hỏa, Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Sinh mẫu lệ 24 gam (sắc trước), hạ khô thảo 10 gam, xuyên liên 3-6 gam, sinh địa 24 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Long đảo tả can hoàn (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

c) Chứng tỳ hư vị nhiệt.

Triệu chứng: Chóng đói bụng ăn nhiều, sau khi ăn bụng trướng, thỉnh thoảng đi ỉa chảy, gầy sút, rêu lưỡi vàng, chất lưỡi đỏ nóng. *Điều trị:* dùng phép kiện tỳ thanh vị hóa đàm, có thể dùng:

- Đẳng sâm 12 gam, bạch truật 10 gam, hoài sơn dược 15 gam, tri mẫu 12 gam, xuyên liên 3 gam sắc uống.

d) Chứng can tâm âm hư.

Triệu chứng: buồn bực, mất ngủ, tim đập nhanh, ra mồ hôi, run tay, mắt hoa, tê chân, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sắc. *Điều trị:* dùng phép tư dưỡng tâm can. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Mẫu lệ sống* 24 gam (sắc trước), *sinh long cốt* 24 gam (sắc trước), *nữ trinh tử* 15 gam, *hạ liên thảo* 12 gam, *sinh địa* 20 gam, sắc uống.

- *Thiên vương bổ tâm đơn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Chích qui bản* 24 gam, (sắc trước), *sinh mẫu lệ* 20 gam (sắc trước), *huyền sâm* 15 gam, sắc uống.

- Nếu mất lời, cổ to, rêu lưỡi nhớt, có thể dùng thêm các vị hóa đàm lý khí như: *hải táo* 15 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, *xuyên bối mẫu* 10 gam, *thanh bì* 9 gam.

24- BỆNH LY TRỰC KHUẨN

Bệnh ly trực khuẩn gọi tắt là bệnh ly. Nó là một loại bệnh truyền nhiễm đường ruột do vi trùng gây nên, chia làm hai thể: thể cấp tính và thể mãn tính. Thể cấp tính ở đây cũng chỉ bàn đến thể nhẹ và phổ thông. *Triệu chứng*: chính của bệnh là: sốt, đau bụng, đau mót đại tiện, đại tiện ra chất nhớt nhầy, có mủ trắng, có máu. Bệnh ly mà đông y đề cập đến, còn bao gồm cả bệnh ly Amip ruột, viêm loét kết tràng không đặc thù mãn tính, viêm kết tràng mãn tính. Đông y cho rằng bệnh căn có liên quan đến sự cảm thụ thấp nhiệt, hàn thấp tổn thương do ăn uống, nội tạng suy nhược. Bệnh ly cấp phần nhiều thuộc chứng thấp nhiệt, cũng đôi khi có chứng

hàn thấp. Bệnh lý mãn tính phần lớn thuộc chứng hư thực thác tạp. *Điều trị*: thường dùng các phép, thanh nhiệt, hóa thấp, tiêu trệ, lý khí huyết, bổ hư.

a) Chứng thấp nhiệt.

Triệu chứng: bệnh xảy ra nhanh, đau bụng đi ngoài, mót rặn, đại tiện có máu, mủ, cảm giác nóng rát hậu môn, nước tiểu ít màu vàng, rêu lưỡi vàng nhớt, mạch hoạt sắc. *Điều trị*: dùng phép thanh nhiệt hóa thấp, tiêu trệ hòa huyết. Có thể dùng trong các bài sau đây:

- Rau sam (mã xỉ hiện) 100 gam, sắc uống.

- Khổ sâm 15 gam, hoàng liên 6-10 gam, quả cau 10 gam, bạch thực 15 gam, cam thảo 6 gam, sắc uống.

- Bạch đầu ông 10-15 gam, xuyên liên 6-10 gam, mộc hương 6 gam, ngân hoa 15 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Hương liên hoàn (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- Trần bì 12 gam, khổ sâm 12 gam, sao la bạc tử 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

b) Chứng hàn thấp.

Triệu chứng: đại tiện ra chất nhày đỏ trắng. Trắng nhiều, đỏ ít, đại tiện nhiều lần bụng quặn đau, không khát, nước tiểu trong, rêu lưỡi trắng nhớt, sắc lưỡi đỏ nhạt. *Điều trị*: dùng phép hóa thấp khu hành, đạo trệ hành khí hòa huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Tỏi 1-2 củ, lúi chín, ăn một ngày 2-3 lần.

- *Thương truật* 10 gam, *hậu phác* 6 gam, *trần bì* 10 gam, *đương quy* 10 gam, *bạch thược* 12 gam, sắc uống.

c) *Chứng tý hư.*

Triệu chứng: bị ly lâu ngày, số lần đại tiện dùng, đại tiện ra chất nhầy, dính. Có cả phân sống, người càng gầy yếu chân tay bủn rủn, ăn uống giảm rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi nhạt, mạch vô lực. *Điều trị* : dùng phép kiện tý. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hương sư lục quân tử hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Lý trung hoàn, hương liên hoàn* (thành phẩm), mỗi loại 6-10 gam cùng uống một lúc, một ngày 2 lần, dùng nước ấm để uống.

- Pha nước trà đặc uống, cũng có tác dụng điều trị bệnh lý tốt; hoặc dùng *ngân hoa*, cho đường đỏ pha với nước sôi để uống thay trà.

25- ĐAU ĐẦU

Chứng đau đầu thường gặp trong rất nhiều loại bệnh tật như cảm cúm, đau thần kinh, cơ năng, các chứng bệnh ở sọ não, bệnh truyền nhiễm v.v.....Các chứng đau đầu tương đối thường gặp là: đau đầu do huyết mạch, đau đầu do áp lực sọ não tăng hoặc giảm, đau đầu do co thắt cơ, đau đầu do chấn thương bên ngoài, đau đầu do đau mắt, tai, mũi, xoang

mũi, răng gây nên. Đông y gọi chứng bệnh mà triệu chứng là đau đầu là bệnh đau đầu, và chia làm hai loại: đau đầu do ngoại cảm và nội thương. Bệnh căn này là do phong, hàn, thấp, nhiệt hỏa, khí hư, huyết hư, can dương vượng, thận hư, đờm ứ huyết v.v... gây nên.

a) Đau đầu do phong:

Triệu chứng: gặp gió, nhức đầu càng nặng, chỗ đau di chuyển, sợ gió, mạch phù hoãn, râu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ nhạt. *Điều trị:* dùng phép khu phong hòa lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Phòng phong 10 gam, kinh giới tuệ 10 gam, xuyên khung 10-12 gam, sắc uống.

- Bạch chỉ 12 gam, xuyên khung 10-12 gam, cam thảo 3 gam. Sắc uống.

- Mãn kinh tử 10 gam, xuyên khung 10 gam. Sắc uống.

b) Đau đầu do hàn:

Triệu chứng: đau đầu sợ gió lạnh, gặp lạnh thì đau càng đau hơn, nghẹt mũi, chảy nước mũi, râu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch khẩn. *Điều trị:* dùng phép khu phong tán hàn chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Bạch chỉ 10 gam, ma hoàng 6 gam, tế tân 3 gam, cam thảo 3 gam. Sắc uống.

- Khương hoạt 10 gam, xuyên khung 10-12 gam, tế tân 3 gam, cam thảo 3 gam. Sắc uống.

c) Đau đầu do phong nhiệt:

Triệu chứng : đau đầu, váng đầu, sợ nóng, sợ gió, họng ráo đau, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ, mạch phù sắc. **Điều trị**: dùng phép khư phong thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- **Tang cúc cảm mạo phiến** (thành phẩm), mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 6 viên. Dùng nước ấm để uống.

- **Mãn kinh tử** 10 gam, **xuyên khung** 10 gam, **sinh thạch cao** 10 gam, **cam thảo** 3 gam. Sắc uống, mỗi ngày 1 thang.

Các chứng đau đầu ngoại cảm trên đây nếu có thấp tà, đau đầu như búa bổ, gặp ngày trời mưa, đêm mát thì đau đầu càng tăng, rêu lưỡi nhớt bản, thì thêm các vị **thương truật** 10 gam, **khương hoạt** 10 gam.

d) Đau đầu do ứ huyết, do đau đầu lâu ngày không khỏi, khí trệ huyết ứ hoặc chấn thương ở đầu gây nên.

Triệu chứng: chỗ đau cố định, đau như có kim châm, lưỡi có ban đỏ. **Điều trị**: dùng phép hoạt huyết thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- **Huyết phủ trục ứ hoãn** (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- **Đông tỳ bát phát**, mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 3-5 gam, dùng nước ấm để uống.

- **Xuyên khung** 15 gam, **xích thược** 10 gam, **hồng hoa** 10 gam, **cam thảo** 3 gam. Sắc uống.

- *Sung úy tử* 10 gam, *xuyên khung* 10 gam, *toàn hủ* 3 gam.
Sắc uống.

- *Xuyên khung* 15 gam, *bạch thược* 15 gam, *cam thảo* 3 gam. Sắc uống.

d) Chứng đau đầu do can dương vượng:

Triệu chứng: Đau đầu căng, vầng đầu, tức giận lại càng đau, buồn bực, dễ tức giận, miệng khô hoặc đắng, đại tiện khô, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền. *Điều trị:* dùng phép bình can chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Thạch quyết minh sống* 24 gam, *chích qui bản* 18 gam sắc uống.

- *Thạch quyết minh sống* 24 gam (sắc trước), *long đởm thảo* 10 gam, *bạch chỉ* 10 gam; *huyền sâm* 15 gam, sắc uống.

e) Khí hư đau đầu:

Triệu chứng: đầu âm ỉ, vầng đầu, hoa mắt, đứng lâu hoặc lao động mệt đau tăng, hơi ngắn, lưỡi nói, sức yếu, rêu lưỡi trắng, lưỡi bệu sắc nhạt mạch hư. *Điều trị:* bổ khí thăng thanh chỉ thống, dùng các bài:

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Hoàng kỳ* 15 gam, *thiên ma* 10 gam, *bạch chỉ* 10 gam, sắc uống.

- *Hoàng kỳ* 15 gam, *đẳng sâm* 12 gam, *sài hồ* 3 gam, *thăng ma* 3 gam, *bạch chỉ* 10 gam, sắc uống.

g) Đau đầu do huyết hư:

- *Triệu chứng:* đau đầu âm ỉ hay đau căng, sắc mặt tái, tim hồi hộp, sắc lưỡi nhợt, mạch tế. *Điều trị:* dùng phép dưỡng huyết chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đương qui 10 gam, xuyên khung 10 gam, bạch thược 15 gam, mỗn kinh tử 10 gam, sắc uống.*

- *Hoàng kỳ 15 gam, đương qui 10 gam, mỗn kinh tử 6 gam. Sắc uống.*

- *Thủ ô 15 gam, kê huyết đằng 15 gam, bạch chỉ 6 gam. Sắc uống.*

h) Đau đầu do can hỏa:

Triệu chứng: đau đầu kịch liệt, thậm chí cảm giác đau như nứt ra được, mặt đỏ, miệng đắng, buồn bực, dễ tức giận, miệng khát, đại tiện khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh tả can hỏa. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Long đóm tá can hoàn và thanh minh hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần mỗi loại 10 gam, dùng nước ấm để uống.*

- *Hạ khô thảo 10 gam, thảo quyết minh 10 gam, đại hoàng 10 gam, mỗn kinh tử 10 gam, cam thảo 3 gam. Sắc uống.*

- *Bột ling dương giác 1 gam, dùng nước ấm để uống.*

i) Chứng đau đầu do thận hư:

Triệu chứng: đau đầu âm ỉ, hoặc đau phía sau đầu, sau khi sinh hoạt vợ chồng thì đau nặng hơn, hay quên, lưng gối nhức mỏi, di tinh, phụ nữ kinh nguyệt không đều hoặc ra

bạch đới. Xích mạch trầm tế. *Điều trị* : dùng phép bổ thận, kiện não. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Kỳ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, dùng nước ấm để uống.

- *Nữ trinh tử* 15 gam, *câu kỳ tử* 15 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, sắc uống, một ngày 1 thang.

k) Đau đầu do đàm trọc:

Triệu chứng: Đầu nặng trĩu đau nhức, chóng mặt, buồn nôn, muốn mửa, nôn ra nước miếng trong, tức ngực, rêu lưỡi trắng bản, mạch huyền hoạt. *Điều trị* : dùng phép hóa đàm giáng trọc. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Pháp bán hạ* 10 gam, *bạch giới tử* 10 gam, *bạch chi* 10 gam. Sắc uống.

- *Khương bán hạ* 10-15 gam, *bạch chi* 10 gam, *sinh khương* 3 lát. Sắc uống.

l) Đau nửa đầu:

Điều trị : dùng phép thư can hoạt lạc hóa đàm. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Xuyên khung* 15-30 gam, *bạch thược* 15-30 gam, *bạch chi* 10 gam hoặc *mãn kinh tử* 10 gam, *sài hồ* 3 gam, *uất lý nhân* 6 gam, *bạch giới tử* 6 gam, *chế hươu phụ* 6 gam, *cam thảo* 3 gam. Sắc uống.

- *Xuyên khung* 15 gam, *toàn hỷ* 3 gam, *bạch giới tử* 10 gam, *bạch chi* 10 gam. Sắc uống.

Châm cứu điều trị đau đầu cũng có kết quả tốt. Chọn các huyệt: *hợp cốc, khúc tri, phong tri*. Nếu đau phía trước đầu thì thêm, *dương bạch, ấn đường*. Đau nửa đầu thì thêm *thái dương*. Đau đỉnh đầu thì thêm *bách hội*. Có đờm thì thêm *phong long*. Thận hư thì thêm *thái khê*. Khí hư thì thêm *túc tam lý*. Huyết hư thì thêm *tam âm giai*. Can dương vượng thì thêm *thái xung*.

Người đau đầu do can hỏa hoặc dương vượng thì hàng ngày có thể ăn các thực phẩm có tính thanh nhiệt như: dưa hấu, đậu xanh. Người đau đầu do đàm trọc thượng ưu thì có thể ăn rau cải hoặc uống nước chè tươi hay nước vỏ quýt. Người đau đầu do khí hư có thể ăn các chất bổ khí dưỡng huyết như gan lợn, đại táo, củ nhân v.v....

26- ĐAU LƯNG

Đau lưng là một chứng bệnh thường gặp. Đau lưng cũng có thể gặp trong nhiều loại bệnh tật như, viêm thận, viêm ổ thận, lao thận, viêm phần phụ, viêm tuyến tiền liệt mãn tính, tổn thương cơ lưng, viêm các tổ chức liên kết, viêm cột sống phì đại, viêm cột sống dạng phong thấp. Đông y gọi chung tất cả các chứng có đau lưng chủ yếu là chứng đau lưng. Đông y cho rằng đau lưng có quan hệ mật thiết đến thận. Thận hư là nguyên nhân bên trong chủ yếu gây đau lưng. Ngoài ra có liên quan đến can, tỳ, bàng quang. Nguyên nhân bên ngoài gây nên đau lưng chủ yếu là phong hàn, thấp nhiệt, chấn thương, ứ

máu v.v....Các chứng thường gặp là: thận hư, hàn thấp, thấp nhiệt và ứ huyết.

a) Chứng thận hư:

Triệu chứng thận âm hư: lưng đau nhức, mỗi mệt, cúi gập lưng thì càng đau, gối bủn rủn, hay quên, bàn chân bàn tay nóng, đại tiện khô, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sác.

Triệu chứng thận dương hư: lưng đau nhức hoặc đau lạnh, lưng không thích tiếp xúc lạnh, nước tiểu nhiều, trong, chân tay mát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi nhợt nhạt và bóng, mạch tế vô lực. *Điều trị chứng đau lưng do thận âm hư* thì dùng phép tư bổ thận âm. *Điều trị chứng đau lưng do thận dương hư* : dùng phép bổ thận ôn dương. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bổ cốt chi*, nghiền thành bột mỗi lần 6 gam, uống với rượu màu ấm, hoặc uống với nước sôi pha rượu gạo. Dùng cho người bị thận dương hư.

- *Đỗ trọng* 10 gam, *xuyên tặc* 10 gam, *hoài ngư tát* 10 gam. Sắc uống, một ngày 1 thang. Dùng cho người thận dương hư.

- *Cẩu tích* 12-15 gam, *xuyên đỗ trọng* 12 gam. Sắc uống.

- *Bào phụ tử* 4- 6 gam (vị sắc trước), *nhục thung dung* 15 gam, *bạch thược* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống. Dùng cho người đau lưng do thận dương hư.

- *Thanh nga hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần một lần 10 gam, dùng nước ấm để uống khi đói bụng, dùng cho

người đau lưng do thận dương hư.

- *Thục địa* 13 gam, *đương qui* 10 gam, *bạch thược* 12 gam, *cam thảo* 3 gam. Sắc uống, một ngày 1 thang; dùng cho người đau lưng do thận âm hư.

- *Tri bá địa hoàng hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Dùng cho người đau lưng do thận âm hư bên trong có nhiệt.

- *Tả quy hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 1 viên, uống với nước sôi để nguội.

- Châm bổ huyết *thận du*, *mệnh môn*, *ủy trung*. Nếu thận dương hư thì dùng thêm phép cứu.

b) Chứng hàn thấp:

Triệu chứng: giữa lưng đau buốt, gặp ngày mưa, đau càng nặng, nằm lưng vẫn đau, rêu lưỡi trắng bản, sắc lưỡi nhạt, mạch trà m hoãn. *Điều trị*: dùng phép ôn hóa hàn thấp thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bào phụ tử* 3-6 gam, (sắc trước), *bạch truật* 10 gam, *đĩ mễ* 30 gam, *hoài ngưu tất* 10 gam, *độc hoạt* 10 gam. Sắc uống.

- *Can khương* 10 gam, *vân linh* 15 gam, *bạch truật* 10 gam, *Độc hoạt* 10 gam. Sắc uống ngày 1 thang.

- *Độc hoạt ký sinh hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Dùng cho người thận suy do đau lưng lâu ngày vì hàn thấp.

c) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: lưng và hông đau, chỗ đau cảm giác nóng gặp ngày mưa và ngày nóng thì đau tăng lên, tiểu tiện ngắn, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng bẩn, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sác. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Dĩ mễ 30 gam, hoàng bá 10 gam, hoài ngư tất 10 gam, trạch tả 12 gam, đơn sâm 15 gam. Sắc uống.*

- *Hạt mướp ngọt tươi 60 gam, giã nát, đắp vào huyết mạch môn hoặc thận du.*

d) Chứng ứ huyết:

Phần lớn do ngã, va quệt gây nên.

Triệu chứng: lưng đau như kim châm, chỗ đau cố định, ban đêm đau nhiều hơn, sắc lưỡi có ban đỏ, mạch sác. *Điều trị:* dùng phép hoạt huyết hóa ứ. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bột tam thất 3- 5 gam, uống với nước sôi để nguội hoặc rượu màu, hoặc nước sôi pha rượu gạo.*

- *Đơn sâm 15 gam, kê huyết đằng 30 gam, chế nhũ hương 10-12 gam, chế một dược 10-12 gam, hoài ngư tất 10 gam, sắc uống.*

- *Cao chống đau trật đã thiếu lâm:* dùng ngoài, dán vào chỗ đau.

- *Viên hoạt huyết, chống đau (thành phẩm), ngày uống 2 lần, mỗi lần 4 viên, uống với nước sôi để nguội.*

- Viên đau lưng (thành phẩm), ngày uống 3 lần, mỗi lần 6 viên, uống với nước sôi để nguội.

Người đau lưng do thận suy, hàng ngày có thể ăn các thực phẩm bổ thận làm mạnh lưng như *thận lợn, đậu đen, thịt rùa, hồ đào nhục v.v...*

27- TIÊU CHẢY

Tiêu chảy ở đây là nói các chứng đau bụng đại tiện nhiều lần, đại tiện phân lỏng. Trong rất nhiều loại bệnh cũng có tiêu chảy, như viêm ruột cấp tính, viêm ruột mãn tính, viêm teo dạ dày, lao ruột, viêm đại tràng mãn tính, viêm loét đại tràng không đặc thù mãn tính, dị ứng đại tràng, viêm tụy mãn tính. Đông y gọi chung tất cả các chứng có tiêu chảy là chủ yếu là bệnh tiêu chảy. Bệnh căn của bệnh là do hàn, nhiệt, thấp, can tỳ bất hòa, tỳ hư, thận hư, tổn thương do ăn uống. Các chứng chính là: hàn thấp, thấp nhiệt, thực trệ, tỳ hư, thận hư, can tỳ bất hòa. Tiêu chảy có quan hệ mật thiết nhất đến thấp. Người xưa có câu rằng "không thấp thì không có tiêu chảy" để nói lên quan hệ mật thiết giữa tiêu chảy với bệnh tỳ.

a) Chứng hàn thấp:

Triệu chứng: Đại tiện loãng như nước, mùi tanh, bụng đau và sôi, miệng nhạt không khát, lượng nước tiểu ít, rêu lưỡi trắng bản, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch khản hoặc phù. Chứng

này thường do ăn thức ăn sống, lạnh gây nên, cũng có thể do nhiễm hàn tà bên ngoài và do thương tổn ăn uống gây ra. Nhiễm hàn tà bên ngoài thường có sốt sợ lạnh, không ra mồ hôi, đầu mình đau nhức. *Điều trị* : dùng phép tán hàn hóa thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Thương truyệt* 10 gam, *trần bì* 10 gam, *phục linh* 15 gam, *quế chi* 6-10 gam, *trạch tả* 10 gam, *thần khúc* 10 gam, *hoắc hương* 10 gam, (cho vào sau)sắc uống.

-*Hoắc hương chính khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

b) Chứng thấp nhiệt:

Triệu chứng: đại tiện phân lỏng, màu vàng sẫm, mùi thối, đau bụng là đi đại tiện ngay, phân chảy ra ồ ạt, cảm giác nóng rất hậu môn, rêu lưỡi vàng bản, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền hoạt và sắc. *Điều trị*: dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Rễ cây sắn* 10-12 gam, *hoàng liên* 10 gam, *dĩ mễ* 30 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Hoàng cầm* 10 gam, *hoàng liên* 6 gam, *xích linh* 12 gam, *sao biền đậu* 12 gam, *bạch thực* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống .

- *Đậu xanh* 10 gam, *y dĩ* 10 gam sắc uống.

- *Ích nguyên tán* (thành phẩm); dùng vào mùa hè mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng thấp:

Triệu chứng: khi đi tiêu chày, phân ra như nước, không thối, ít đau bụng, nước tiểu ít, trong, rêu lưỡi trắng bản, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hoãn. *Điều trị:* dùng phép hóa thấp lợi tiểu tiện. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Thương truyệt* 10 gam, *hậu phác* 6 gam, *vân linh* 15 gam, *trư linh* 12 gam, *bạch khấu nhân* 3-6 gam, (cho vào sau)- sắc uống.

- *Dĩ mễ* 30 gam, *phục linh* 15 gam, *trạch tả* 12 gam, *hoắc hương* 10 gam (cho vào sau), *bạch khấu nhân* 6 gam (cho vào sau) sắc uống.

d) Chứng thực trệ:

Triệu chứng: bụng trướng đau, đại tiện xong thì đau giảm, phan lỏng, có kèm theo phân sống, mùi thối chua, ợ ra có mùi thức ăn, rêu lưỡi dày bản, mạch huyền hoạt. *Điều trị:* dùng phép tiêu thực đạo trệ. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây

- *Tiểu cốc nha* 10 gam, *tiêu mạch nha* 10 gam, *tiêu binh lăng* 10 gam, *sao chi xác* 10 gam, *phục linh* 15 gam, *mộc hương* 3 gam sắc uống.

- *Bảo hòa hoàn* và *binh vị hoàn* - mỗi loại 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

đ) Chứng tỳ hư:

Triệu chứng: đau bụng tiêu chày lâu ngày, khi đau khi không phan lỏng kèm theo phân sống, ăn uống giảm, chân tay bủn rủn, người gầy dẹt, hơi thở gấp, thiếu sức, rêu lưỡi

trắng, sắc lưỡi nhạt, mạch hoãn vô lực. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ thăng thanh. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đảng sâm* 15 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *tiêu bạch truật* 10 gam, *phục linh* 12 gam, *phòng phong* 6 gam. Sắc uống.

- *Sâm linh bạch truật hoàn* (thành phẩm), một ngày uống 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Sâm linh bạch truật tán* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 6-10 gam uống với nước sôi để nguội.

e) Chứng thận hư:

Triệu chứng: sáng tinh mơ là đau bụng, sôi bụng và lập tức đi ngoài, phân lỏng, trong, sợ lạnh, lưng gối nhức mỏi, mệt mỏi thiếu sắc, râu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi nhạt và bóng, mạch trầm trĩ vô lực. *Điều trị* : dùng phép ôn thận kiện tỳ. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bổ cốt chỉ* 10-12 gam, *ngô thù du* 9 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, *đảng sâm* 15 gam, *nhục đậu khấu* 6 gam (cho vào sau). Sắc uống.

- *Tứ thần hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam. Uống với nước đun sôi để nguội. Cũng có thể uống cùng với 10 gam *sâm linh bạch truật hoàn*.

- *Kiểm thực* 30 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *ngũ vị tử* 10 gam. Sắc uống.

Tiêu chảy do tỳ hư là dạng tiêu chảy mãn tính, nên ăn các thực phẩm kiên tỳ nhằm tăng cường chức năng hấp thụ của hệ tiêu hóa, giúp tiêu chảy chóng khỏi. Có thể nấu cháo gạo nếp cùng với *hạt sen, sơn dược, đại táo* để ăn, cũng có thể ăn cháo gạo nếp nấu với *sa nhân, cháo tiêu mạch v.v...*

28- CHỨNG PHÙ THŨNG

Phù thũng có tính toàn thân và cục bộ. Ở nhiều chứng bệnh cũng xuất hiện phù thũng: như viêm cầu thận cấp, viêm cầu thận mãn, suy tim, xơ gan, suy dinh dưỡng, lupút ban đỏ, bệnh xơ cứng bì, chứng phù niêm, các bệnh tuyến yên và tuyến thượng thận, phù thũng có tính đặc thù, các bệnh ở tĩnh mạch và hệ lâm ba, chứng phù do rối loạn thần kinh có thần huyết quản v.v... Đông y gọi chung các chứng mà triệu chứng chính là phù là phù là bệnh phù nề. Bệnh căn, bệnh ngoài da thì do phong thấp, bên trong thì do rối loạn chức năng phế, tỳ, thận. Phù nề do phong tà làm thương tổn phổi gây nên đã nói đến trong phần viêm tiểu cầu thận cấp. Ở đây chỉ đề cập đến chứng phù nề do biến chứng của các bệnh tâm, tỳ, thận gây nên.

a) Chứng tỳ hư :

Triệu chứng của tỳ hư : chân tay phù nề, khí phù, khí không, mệt mỏi thì phù tăng, ăn uống giảm, thiếu sắc, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hư. Nếu tỳ dương bất túc thì còn kèm theo chân tay mát, sắc lưỡi nhạt. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ khu thấp, người tỳ dương hư thì kiện tỳ ôn dương tiêu thũng. Có thể chọn dùng trong các bài sau :

- *Đảng sâm* 15 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *vân phục linh* 30 gam, *trạch tả* 15 gam - sắc uống - dùng cho chứng phù do tỳ khí hư.

- *Hoàng kỳ* 15 - 20 gam, *bạch truật* 10 gam, *phòng kỷ* 10 gam, *vân linh* 15 - 30 gam - sắc uống - dùng cho chứng phù nề do tỳ khí hư.

- *Can khương* (gừng khô), *quế chi* 6 gam, *bạch truật* 10 gam, *phục linh* 15 gam - sắc uống - dùng cho chứng phù do tỳ dương hư.

b) Chứng thận hư :

Chủ yếu là do thận dương hư gây nên.

Triệu chứng : Từ thắt lưng trở xuống bị phù hoặc toàn thân phù nề, sợ lạnh, nước tiểu ít, lưng gối nhức mỏi, hoặc lưng đau, gối mỏi, râu lưỡi trắng hoạc, sắc lưỡi nhạt, bóng, mạch trầm tế. *Điều trị* : dùng phép ôn thận lợi niệu tiêu thũng. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bào phụ tử* 10 gam (sắc trước), *bạch truật* 12 gam, *can*

khương (gừng khô), *trạch tả* 12 gam, *vân linh* 15 gam, *bạch thược* 10 gam - sắc uống.

- *Tế sinh thân khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng tâm hư :

Phần lớn do tâm dương hư gây nên.

Triệu chứng : tim đập nhanh, thở gấp tức ngực, hoặc kéo khò khè, chân hoặc toàn thân bị phù nề, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt. *Điều trị* : dùng phép ôn dương thông mạch lợi thấp. Có thể dùng.

- *Đảng sâm* 20 gam, *quế chi* 10 gam, *phục linh* 30 gam, *đơn sâm* 15 gam, *pháp bán hạ* 10 gam - sắc uống.

Việc ăn uống điều dưỡng đối với người bị phù nề cũng rất quan trọng. Ăn uống thích hợp có thể tăng cường chức năng của nội tạng, lợi niệu, tiêu thũng, có tác dụng làm giảm phù. Người phù do tỳ hư có thể ăn cháo hoặc canh nấu bằng cá trắm, cũng có thể ăn canh nấu bằng cá chép và bí đao (cả vỏ) thêm tỏi, mà ít cho muối hoặc không cho muối. Người phù do thận hư có thể ăn canh nấu bằng đậu đen, cá chép, nhục quế (một ít) để bổ thận, lợi niệu.

29. MẤT NGỦ

Biểu hiện của mất ngủ là khó vào giấc ngủ hoặc nửa đêm thức giấc hoặc nửa đêm thức dậy không ngủ lại được nữa. Suy nhược thần kinh, huyết áp cao, xơ cứng động mạch, phụ nữ thời kỳ mãn kinh, các bệnh ở hệ tiêu hóa, thiếu máu v.v... đều có thể dẫn đến mất ngủ. Đông y cho rằng ngủ say do tâm thần được yên. Còn nếu tà khí nhiều loạn tâm thần, bệnh bên trong nội tạng gây nên tâm thần bất an đều dẫn đến mất ngủ. Nội tạng có quan hệ mật thiết đến bệnh mất ngủ là tâm, tỳ, can thận. Kinh lạc có quan hệ mật thiết là mạch dương kiêu và mạch âm kiêu. Đông y nhận thấy chứng mất ngủ phần lớn do thất tình thương tổn và tâm tỳ thận hư gây nên. Các chứng thường thấy là :

a) Chứng khí huyết hư :

Triệu chứng : mất ngủ, tim hồi hộp, chân tay mỏi mệt thiếu sức, ăn uống giảm. Rêu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt.
Điều trị : dùng phép bổ khí dưỡng huyết an thần. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Quy tỳ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Sinh long tử* 15 gam, (sắc trước), *dương sâm* 12 gam, *liên tử* 15 gam, *sao táo nhân* 15 gam - sắc uống.

b) Chứng huyết hư :

Khó vào giấc ngủ, dễ tỉnh giấc và khi đã tỉnh thì khó ngủ lại, đầu váng mắt hoa, chóng mặt, móng chân, móng tay biến dạng, phụ nữ lượng hành kinh giảm, râu lưỡi trắng nhạt, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép dưỡng huyết an thần. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Sao táo nhân* 10 - 15 gam, nghiền thành bột uống với nước sôi để nguội.

- *Dạ giao đằng* 15-30 gam, *sao táo nhân* 12-15 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, sắc uống.

- *Thủ ô* 15 gam, *sao táo nhân* 15 gam, *phục thần* 12 gam - sắc uống.

- *Dưỡng huyết an thần phiến* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 5 viên, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng âm hư hỏa vượng :

Buồn bực, khó ngủ lòng bàn chân, bàn tay nóng, ban đêm thì miệng khô, môi ráo hơn ,râu lưỡi ít hoặc không râu sắc lưỡi đỏ, mạch tế sắc. Người thận âm hư thì lưng gối nhức mỏi, di tinh hoặc kinh nguyệt không đều, thường gọi là tâm thần bất giao. *Điều trị* : dùng phép tư âm gián hỏa an thần. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Trân châu mẫu* (ngọc trai) 20 gam (sắc trước), *sinh địa* 20 - 30 gam, *bách hợp* 15 - 20 gam - sắc uống.

- *Thiên vương bổ tâm đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 viên, uống với nước đun sôi để nguội.

- *Lục vị địa hoàng hoàn* (thành phẩm) 10 gam, *giao thái hoàn* (thành phẩm), 3 gam, hai loại uống chung với nước đun sôi để nguội.

- *Sinh long xỉ* 20 gam (sắc trước), *bách hợp* 15-20 gam, *huyền sâm* 15 gam, *xuyên liên* 1,5 gam - sắc uống.

d) Chứng đàm nhiệt :

Triệu chứng : buồn bực, khó ngủ, tức ngực, buồn nôn, muốn mửa, đờm nhiều, màu trắng hoặc vàng, thỉnh thoảng chóng mặt, miệng đắng rêu lưỡi vàng bẩn, mạch huyền hoạt hoặc hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép hóa đàm thanh nhiệt an thần. Có thể dùng trong các bài dưới đây:

- *Trân châu mấu* (ngọc trai) 18 gam, (sắc trước), *hạ khô thảo* 10 gam, *pháp bán hạ* 10 gam, sắc uống.

- *Sinh mấu lệ* 24 gam (sắc trước), *pháp bán hạ* 10 gam, *toàn qua lậu* 30 gam, *xuyên liên* 3-6 gam, *đơn sâm* 12 gam, *phục thần* 15 gam. Sắc uống.

đ) Chứng ứ huyết :

Triệu chứng : khó ngủ, hay quên, đau đầu hoặc nhức óc, miệng khô, uống nước mà không muốn nuốt, lưỡi có ban ứ. *Điều trị* : dùng phép hoạt huyết an thần. Có thể chọn trong các bài sau đây:

- *Huyết phủ trực ứ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Đơn sâm* 15-20 gam, *bách hợp* 15 gam, *chu phục thân* 10 gam, sắc uống.

Điều trị mất ngủ bằng châm cứu, ấn huyết cũng có hiệu quả tốt. Có thể chọn dùng các phương pháp dưới đây :

- Mỗi buổi tối trước khi đi ngủ khoảng 1-2 giờ châm cứu huyết thần môn, thái khê.

- Châm huyết nội quan, túc tam lý.

- Ấn huyết điều trị mất ngủ : Bấm huyết tâm du, thận du.

Việc ăn uống điều dưỡng đối với người mất ngủ cũng cần chú ý. Người thuộc tâm tỳ hư thì có thể ăn *cùi nhĩn*, *hạt sen* nấu canh hoặc có thể ăn chanh hoặc cháo nấu bằng *tiểu mạch*, *đại táo*, *hạt sen*. Nếu người thuộc âm hư hỏa vượng có thể ăn cháo *bách hợp* nấu với đường phèn, cũng có thể lấy *quả dâu*, *bách hợp*, *đường phèn* - sắc lấy ít nước để uống. Người thuộc huyết hư thì có thể ăn *đại táo* hay *táo chua*. *Táo chua* có thể rửa sạch ăn tươi. Cũng có thể sấy khô nghiền thành bột để ăn.

30. CHỨNG HUYẾT

Chứng huyết là từ gọi khái quát tất cả các dạng xuất huyết: mũi chảy máu (còn gọi là máu cam) răng chảy máu, ho ra máu, nôn ra máu, đại tiện ra máu, tiểu tiện ra máu, ban xuất huyết. Đông y cho rằng bệnh căn của các chứng xuất huyết khái quát lại là do mấy loại: hỏa nhiệt, khí hư, âm hư, ứ huyết. Điều trị xuất huyết cần dựa vào nguyên tắc "cấp tắc trị kỳ tiêu, hoãn tắc trị kỳ bổn". Ra nhiều máu thì trước tiên phải cầm máu, ra ít máu thì điều trị theo phương pháp trị gốc.

a) Ho ra máu :

Ho ra máu thường gặp ở các chứng bệnh về phổi như lao phổi, giảm phế quản, viêm phổi, ung thư phổi. Đông y cho rằng bệnh căn của chứng ho ra máu là do nhiệt, hỏa, âm hư.

*** Chứng phế nhiệt :**

Triệu chứng : ho, đờm máu váng, ho ra máu tươi, ho ra đờm có máu, tức ngực, bức rức, thở thô, miệng khát, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh phế hóa, đàm, giáng khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Rau diếp cá* 30 gam, *hoàng cầm* 10 gam, *xuyên bối mẫu* 10 gam, *bạch mao căn* 15 gam, *hạn liên thảo* 15 gam, sắc uống.

- *Thanh phế ức hỏa hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, một lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

*** Chứng can hỏa :**

Triệu chứng : ho gắt, ho ra đờm có máu bức rức, dễ tức giận, đau sườn, miệng đắng, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép tả can hỏa thanh phế nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bát bảo trị hồng đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Đại cáp tán* (thành phẩm) mỗi lần 10 gam, bọc trong vải màn, sắc uống.

- *Đại giả thạch* 18 gam (sắc trước), *thuyền thảo* 12 gam, *ngẫu tiết* 15 gam, *long đả thảo* 10 gam. Sắc uống.

*** Chứng âm hư hỏa vượng :**

Triệu chứng : ho ra đờm ít, hoặc ho khan, trong đờm có máu hoặc khạc ra máu, sốt về chiều, má đỏ, ra mồ hôi trộm lòng bàn chân tay nóng, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép tư âm giáng hỏa chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bách hợp cố kim hoàn* (thành phẩm), 2 lần/ngày, mỗi lần 10 gam, dùng nước sắc 30 gam *bạch mao căn* để uống.

- *Bách hợp* 15 gam, *huyền sâm* 15 gam, *bạch cập* 12 gam, *địa cốt bì* 10 gam, *ngẫu tiết* 15 gam. Sắc uống

b) Nôn ra máu :

Nôn ra máu chủ yếu thấy ở các bệnh đường tiêu hóa - như viêm teo dạ dày, loét dạ dày và hành tá tràng, xơ gan v.v... đều

có thể dẫn đến nôn ra máu. Đông y cho rằng bệnh căn là do vị nhiệt, can hỏa, khí hư, ứ huyết.

*** Chứng vị nhiệt :**

Triệu chứng : nôn ra máu đỏ hoặc màu tím, khát nước, đầy bụng trên hoặc đau, táo bón, nước tiểu vàng rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh vị hòa lạc chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Đại hoàng* 10 gam, *sinh địa* 30 gam, *đơn bì* 10 gam, *ngẫu tiết* 15 gam, sắc uống.

- *Đại giả thạch* 20 gam (sắc trước), *than đại hoàng* 10 gam, *ngẫu tiết* 15 gam - sắc uống.

- *Tứ hồng đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Hà diệp hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội. Khi uống các bài thuốc trên đây có thể cùng uống với 3 gam bột *tam thất*.

*** Chứng can hỏa phạm vị.**

Triệu chứng : Nôn ra máu đỏ, lượng máu ra nhiều, lòng bồn chồn dễ cáu gắt, đau họng, miệng đắng và khát, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị* : dùng phép tả can hòa vị chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Long đởm thảo* 10 gam, *xuyên quân thán* 10 gam, *bạch thược* 12 gam, *thuyên thảo thán* 10 gam, sắc uống.

- *Long đởm tả can hoàn* (thành phẩm), mỗi lần 2 viên, cùng uống với 3 gam bột tam thất uống với nước sôi để nguội.

*** Chứng ứ huyết :**

Triệu chứng : Nôn ra máu màu tím thẫm, đau quặn bụng trên, chỗ đau cố định, đau như kim châm, lưỡi có ban đỏ.

Điều trị : dùng phép hoạt huyết hòa vị. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đại giả thạch* 15 gam (sắc trước), *thuyền thảo* 12 gam, sắc lấy nước uống với 3 gam bột tam thất.

- *Bột tam thất* 3 gam, uống với nước sôi để nguội.

*** Chứng khí hư :**

Triệu chứng : nôn ra máu màu đỏ, dạ dày, đau âm ỉ, bụng đói, lúc mệt mỏi thì dạ dày đau, hơi thở gấp, sức yếu, sắc lưỡi nhạt, mạch hư. *Điều trị* : dùng phép bổ khí kiện tỳ hoạt lạc chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Quy tỳ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 - 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Hoàng kỳ* 20 gam, *đảng sâm* 15 gam, *bạch thực* 10 gam, *bột tam thất* 3 gam (không sắc); các vị thuốc sắc lấy nước uống với *bột tam thất*.

c) Đại tiện ra máu :

Đại tiện ra máu thường thấy ở các bệnh như: loét dạ dày hành tá tràng, viêm dạ dày mãn tính, ung thư và políp ruột, bệnh giun sán và một số bệnh máu khác. Đông y cho rằng đại tiện

ra máu có thể do vị trường nhiệt, do thấp nhiệt hoặc ứ huyết gây nên, cũng có thể do tỳ hư.

*** Chứng vị trường nhiệt :**

Triệu chứng : đại tiện ra máu tươi hoặc đen sẫm, khát nước, thích uống nước mát, dạ dày đau hoặc bụng đau, miệng khô, lưỡi ráo, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. Nếu vị nhiệt là chính thì đại tiện xong mới ra máu, máu màu tím sẫm hoặc đen sẫm, miệng khát, dạ dày đau. Người trường nhiệt là chính thì ra máu trước rồi mới đại tiện, máu màu đỏ tươi, bụng đau, đại tiện khô. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lương huyết chỉ huyết.

Có thể chọn dùng trong bài sau:

- *Đại hoàng 10 gam, xuyên liên 6 gam, trắc bá diệp 12 gam, ngẫu tiết 15 gam, sắc uống* - dùng cho người đại tiện ra máu do vị nhiệt.

- *Than đại hoàng 10 gam, địa du 15 gam, hòe hoa 10 gam. Sắc uống* - Dùng cho người đại tiện ra máu do trường nhiệt là chính.

- *Chỉ huyết trường tích hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Dùng cho người đại tiện ra máu do trường nhiệt.

- *Tứ hồng đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, một lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Thất huyết kỳ hiệu hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.

*** Chứng thấp nhiệt :**

Triệu chứng : đại tiện ra máu đen sẫm, trướng bụng, tức dạ dày, ăn uống giảm, miệng khát mà không muốn uống nước, rêu lưỡi vàng bẩn, mạch hoạt sác. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lợi thấp chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Xích tiêu đạu* 15 gam, *dĩ mễ* 30 gam, *địa du* 12 gam, *hòe hoa* 10 gam, sắc uống.

- *Xa tiền thảo* 15 gam, *xích linh* 12 gam, *địa du* 12 gam, sắc lấy nước để uống với 3 gam bột tam thất.

*** Chứng ứ huyết :**

Triệu chứng : đại tiện ra máu màu đen sẫm, đau bụng hoặc đau dưới hông, đau như kim châm, sắc lưỡi sẫm, hoặc có ban ứ. *Điều trị* : dùng phép hoạt huyết khí ứ chỉ huyết. Có thể dùng trong các bài dưới đây:

- *Bột tam thất* 3 gam - uống với nước sôi để nguội.

- *Đơn sâm* 12 gam, *đương quy* 10 gam, *ngũ linh chi* 10 gam, *than bồ hoàng* 12 gam, sắc uống.

*** Chứng tỳ vị hư hàn :**

Triệu chứng : đại tiện ra máu đen, dạ dày đau, hoặc bụng đau âm ỉ, thích chườm nóng hoặc thích ăn uống nóng. Ăn thức ăn sống, lạnh thì đau mạnh hơn, chân tay mát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch trầm tế, hoặc nhược. *Điều trị* :

dùng phép ôn bổ tỳ vị chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Phục long can* 30 gam - sắc lọc lấy nước trong để sắc các vị thuốc sau : *tiêu bạch truật* 10 gam, *bào khương tán* 10 gam, sắc lấy nước. Cùng uống với nước hòa tan của 3 gam *a giao*.

- *Hoàng kỳ* 15 gam, *bào khương tán* 10 gam, *thăng ma* 3 gam, sắc lấy nước uống với 3 gam bột tam thất.

d) Tiểu tiện ra máu :

Tiểu tiện ra máu thường do các bệnh ở hệ tiết niệu gây nên như: viêm và ung thư bàng quang, sỏi thận, viêm cầu thận mãn hoặc cấp, ung thư thận, cũng có thể có bệnh tật ở các hệ thống khác gây nên, như bệnh về huyết. Các chứng tiểu tiện ra máu thường gặp là hỏa nhiệt, âm hư, khí hư.

*** Chứng hỏa nhiệt :**

Triệu chứng : tiểu tiện ra máu tươi, khi đi tiểu cảm giác nóng rất niệu đạo, miệng khô, có thể có sốt, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt tả hỏa, lương huyết, chỉ huyết. có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Rễ cỏ tranh* 30 gam, *hoàng bá* 10 gam, sắc uống.

- *Xa tiên thảo* 15 gam, *cù mạch* 12 gam, sắc uống.

- *Tiểu kế* 12 gam, *sinh địa* 30 gam, *đơn bì* 10 gam, *bạch mao căn* 20 gam, sắc uống.

*** Chứng âm hư :**

Triệu chứng : tiểu tiện có máu, họng khô miệng ráo, lòng bàn

chân, bàn tay nóng, lưng gối nhức mỏi, buồn phiền, rêu lưỡi ít hoặc không rêu, sắc lưỡi đỏ khô, mạch tế sắc. *Điều trị* : dùng phép tư âm thanh nhiệt chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Chích qua bản* 18-24 gam (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam. Có thể cùng uống với 3 gam *a giao* đã hòa tan.

*** Chứng khí hư :**

Triệu chứng : Nước tiểu trắng, thỉnh thoảng có cả máu, váng đầu, thở gấp thiếu sức, ăn uống giảm, lưng gối nhức mỏi, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hư. *Điều trị* : dùng phép bổ khí nhiếp huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Hoàng kỳ* 15 gam, *quy bản giao* 3 gam, *a giao* 3 gam, sắc riêng *hoàng kỳ*, lấy nước cùng uống với *quy bản giao* và *a giao* đã hòa tan.

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm) 10 gam, *bột tam thất* 3 gam, cùng uống với nước sôi để nguội.

đ) Chảy máu mũi :

Mũi chảy máu, đông y gọi là "tỵ nục". Đông y cho rằng mũi chảy máu nhưng không phải đơn thuần do biến chứng của bệnh ở mũi gây ra mà các nội tạng liên quan mật thiết với mũi cũng có thể dẫn đến mũi chảy máu như: biến chứng của các bệnh ở nội tạng phế, tỳ, vị, thận, can đều có thể dẫn đến chảy máu cam. Các chứng dẫn đến chảy máu cam có phong nhiệt, vị hỏa, can hỏa, thận âm hư.

*** Chứng phong nhiệt :**

Triệu chứng : Thời gian chảy máu không lâu, có sốt sợ gió, vàng đầu, nhức đầu, miệng ráo, họng đau, đỏ mô hôi, rêu lưỡi trắng móng, hoặc vàng nhạt, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc.

Điều trị : dùng phép khu phong thanh nhiệt chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Tang cúc cảm mạo phiến* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 6 viên. Uống với nước sắc 30 gam *bach mao căn*.

- *Ngân hoa* 15 gam, *cúc hoa* 10 gam, *liên kiều* 10 gam, *rễ cỏ tranh* 15 gam, *lô căn* 15 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

*** Chứng vị hỏa nhiệt :**

- *Triệu chứng* : máu mũi chảy tương đối gấp, đỏ tươi, lượng máu ra tương đối nhiều, miệng khát, mau đói muốn ăn, nước tiểu vàng, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc.

Điều trị : dùng phép thanh vị tả hỏa chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đại hoàng* 6 - 10 gam, *hoàng liên* 6-10 gam, *hoàng cầm* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, *đơn bì* 10 gam, *sinh địa* 20 gam, *rễ cỏ tranh* 15 gam, sắc uống.

- *Sùng trâu* 30 gam, *đơn bì* 12 gam, *sinh địa* 30 gam, sắc uống.

*** Chứng can hỏa :**

Triệu chứng : tức giận thì chảy máu cam, lượng máu ra nhiều, màu đỏ tươi, người buồn phiền, dễ tức giận, đau đầu,

căng đầu, miệng đắng, họng ráo, nước tiểu vàng, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép thanh can tả hỏa chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Đại giả thạch* 20 gam, (sắc trước), *hạ khô thảo* 10 gam, *long đởm thảo* 10 gam, *đơn bì* 10 gam, *bạch mao căn* 30 gam, *cam thảo* 3 gam - sắc uống.

- *Sừng trâu* 20 gam, *bạch thược* 12 gam, *đơn bì* 12 gam, *sinh địa* 30 gam, *hạ khô thảo* 10 gam, *tử can thảo* 15 gam, sắc uống.

* **Chứng thận âm hư :**

Triệu chứng : thường xuyên hết đợt này đến đợt khác chảy máu, lượng máu ra không nhiều, màu đỏ, lòng bàn chân, bàn tay nóng về chiều, miệng khô, họng ráo, bức rức, lưng gối nhức mỏi, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép tư âm bổ thận tả hỏa chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Nhị chí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Tri bá địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sắc hạn liên thảo.

- *Chích qui bản* 18 gam (sắc trước), *thực địa* 20 gam, *đơn bì* 10 gam, *than tóc* 12 gam - sắc uống.

Người bị chứng xuất huyết hàng ngày ăn các thực phẩm đúng với bệnh cũng có thể làm giảm chảy máu, chóng khỏi

bệnh. Phải chọn dùng loại thực phẩm đúng bệnh mới có hiệu quả. Ví dụ người bị xuất huyết do hỏa nhiệt thì phải chọn loại thực phẩm có tính hàn lạnh như *ngó sen, nước quả hồng, rau cải, đậu phụng, đậu xanh*. *Ngó sen* có thể ép lấy nước để uống, hoặc nấu thành canh ăn. *Nước quả hồng*, mỗi lần 5-6 gam, uống với nước sôi để nguội. *Rau cải, đậu phụng* thì nấu canh ăn. *Đậu xanh* có thể nấu canh, nấu cháo ăn. Người xuất huyết do khí hư thì nên ăn *cùi nhãn, hạt sen*. Người xuất huyết do chứng ứ huyết thì có thể dùng *son tra tán* sắc uống.

31. CHÓNG MẶT

Chóng mặt là mắt hoa hoặc trước mắt trở nên tối đen, đầu váng, người cảm thấy quay cuồng. Có khi nhiều căn bệnh có thể dẫn đến chóng mặt : như chứng Menière viêm dây thần kinh tiền đình, xơ cứng động mạch não, huyết áp cao, sự cung cấp máu cho động mạch sống lưng không đủ, ung thư sọ não, chứng huyết áp thấp, một số bệnh ở tim, thiếu máu, các chứng về chức năng thần kinh v.v...

Đông y cho rằng chóng mặt có hư và có thực. Hư thì có khí huyết hư, thận hư, thực thì có can dương thượng cương, chứng đàm trọc. Chứng hư thường gặp hơn chứng thực. Chóng mặt

có liên quan đến bệnh tật của ba nội tạng là can, tỳ, thận. Các chứng thường gặp là khí huyết hư, thận hư, đàm trọc, can dương thượng cang.

a) Chứng khí huyết hư :

Triệu chứng : nằm xong đứng dậy thì chóng mặt mệt mỏi cũng dễ sinh ra chóng mặt, tiếng nói nhỏ, vô lực, tim hồi hộp, hơi thở gấp, lượng ăn uống giảm, rêu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế vô lực. *Điều trị* : dùng phép bổ khí dưỡng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- Hoàng kỳ 24 gam, đương qui 10 gam - sắc uống.
- Thập toàn đại bổ hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.
- Đảng sâm 15 gam, thục ô 15 gam, thiên ma 6-10 gam - sắc uống.

b) Chứng thận hư :

Phần nhiều do thận tinh không đủ gây nên, cũng có người do thận dương hư.

Triệu chứng của chứng thận tinh không đủ là: chóng mặt, hơi động chân tay một tý là bị chóng mặt liền, hay quên, ù tai, tóc dễ rụng, lưng gối nhức mỏi, khi làm việc thì cảm thấy uể oải, mạch xích trầm tế. *Triệu chứng của chứng thận dương hư là* : chóng mặt, đôi lúc đứng dậy là bị chóng mặt, hoa mắt, bình thường thì sợ lạnh, chân tay mát, tiểu tiện về đêm nhiều,

hay quên, rêu lưỡi trắng nhạt, sắc lưỡi đỏ nhạt và bóng, mạch xích nhược. *Điều trị thận tinh không đủ* : dùng phép bổ tinh dưỡng não. *Điều trị chứng thận dương hư* : dùng phép ôn bổ thận dương. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Câu kỷ tử* 10-15 gam, *thổ ti tử* 12-15 gam, *thiên ma* 10 gam. Sắc uống - dùng cho chứng chóng mặt do thận tinh không đủ.

- *Hắc chi ma* 12 gam, *câu kỷ tử* 12 gam, *nữ trinh tử* 12 gam, *bach cúc hoa* 6 gam, sắc uống - Dùng cho chứng chóng mặt do thận tinh hư.

- *Hà xa đại tạo hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội, dùng cho chứng chóng mặt do thận tinh hư.

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội, dùng cho chứng chóng mặt do thận tinh hư.

- *Hữu qui hoàn* (thành phẩm) dùng cho chứng chóng mặt do thận dương hư.

- *Bào phụ tử* 10 gam (sắc trước), *bach truật* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống - dùng cho chứng chóng mặt do thận dương hư.

c) Chứng đàm trọc :

- *Triệu chứng* : chóng mặt, váng đầu, tức ngực, buồn nôn, thỉnh thoảng khạc đờm giải, rêu lưỡi trắng bẩn, mạch hoạt.

Điều trị : dùng phép hóa thấp đàm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Pháp bán hạ* 10-12 gam, *bạch truật* 10 gam, *thiên ma* 10 gam, *trần bì* 10 gam, sắc uống.

- *Bán hạ thiên ma hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội hoặc nước gừng tươi.

d) Chứng can dương thượng cương :

- *Triệu chứng* : Chóng mặt, nhức đầu, căng đầu, buồn bực, dễ tức giận, miệng ráo, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép bình can tức phong. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Sinh thạch quyết minh* 24 gam (sắc trước), *thiên ma* 10-12 gam, *câu đằng* 15-30 gam (cho vào sau) ; sắc uống.

- *Trần châu mẫu* 15 gam (sắc trước), *hạ khô thảo* 10 gam, *cúc hoa* 10 gam - sắc uống.

Một số loại thực phẩm có tác dụng hỗ trợ điều trị bệnh chóng mặt tốt như *hạnh nhân* - bóc bỏ vỏ cùng với gạo nấu cháo ăn, dùng cho người chóng mặt do đàm trọc. *Rau cải* cùng với một ít *gừng tươi* nấu canh ăn cũng có kết quả tốt. *Cùi nhãn, đại táo, gan lợn* có tác dụng tốt đối với người khí huyết hư. *Đậu đen, mộc nhĩ đen* dùng cho người thận âm hư. 20 gam *óc lợn* cùng với 10 gam *thiên ma* nấu chín ăn cũng có tác dụng tốt đối với người chóng mặt do thận hư.

32. TÁO BÓN

Đi đại tiện vài ngày một lần và có hiện tượng phân khô cứng, đi đại tiện khó, thì gọi là táo bón. Đông y cho rằng táo bón là do nhiệt thương tân dịch, âm hư trường táo trung khí hư nhược, huyết hư trường táo, khí trệ bất thông, dương hư bất vận gây nên.

a) Chứng nhiệt :

Triệu chứng : mấy ngày liền đại tiện không được, phân khô cứng, đóng thành từng hòn, bụng trướng hoặc đau, có thể có sốt, rêu lưỡi vàng khô, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc có lực. *Điều trị*: dùng phép thanh nhiệt thông tiện. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Cam thảo 3 gam, đại hoàng 10-12 gam (cho vào sau) , mang tiêu 10 gam (cho vào sau) - sắc uống.*

- *Ngưu hoàng giải độc hoàn (thành phẩm), một ngày 1-2 lần một lần 10 viên, uống với nước sôi để nguội - phụ nữ có thai nghén cấm dùng.*

- *Thanh minh hoàn (thành phẩm), mỗi ngày 1-2 lần, một lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội - phụ nữ thai nghén cấm dùng.*

b) Chứng âm hư :

Triệu chứng : thường xuyên bị táo bón, đại tiện khô, bàn chân bàn tay nóng, họng khô về đêm, râu lưỡi ít hoặc không có, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép tư âm nhuận táo. Có thể dùng trong các bài dưới đây :

- *Ngũ nhân hoàn* (thành phẩm), mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Tang ma hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Hỏa ma nhân* 15 gam, *uất lý nhân* 10 gam, *tùng tử nhân* 15 gam, *bá tử nhân* 15 gam, *hoài ngư tư tát* 10 gam, *sao chỉ xác* 10 gam - sắc uống.

- *Huyền sâm* 15 gam, *thiên đông* 15 gam, *sinh địa* 20 gam, *uất lý nhân* 10 gam, *xuyên quân* 10 gam (cho vào sau); sắc uống.

- *Mật ong* 30 -50 gam, hòa với nước sôi để nguội - uống ngày 2 lần.

c) Chứng khí hư :

Triệu chứng : mấy ngày liền không đại tiện. Nếu đại tiện được thì khi phân cứng, khi phân mềm. Khi đi đại tiện tuy rặn hết sức nhưng do yếu sức nên vẫn không đi ra được, mệt mỏi, tiếng nói yếu đuối, có khi lờ đờ, khi hoạt động thì thở gấp, đổ mồ hôi. Sắc lưỡi đỏ nhạt mạch hư. *Điều trị* : dùng phép bổ trung ích khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Hoàng kỳ 15-20 gam, bạch truật 12 gam, hỏa ma nhân 12gam, kiết cánh 6 gam, hạnh nhân 9 gam - sắc uống.

- Đảng sâm 15-20 gam, bạch truật 10 gam, thăng ma 3 gam, sao chỉ xác 6 gam, qua lấu nhân 12 gam - sắc uống.

- Bỏ trung ích khí hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với mật ong hoặc nước sôi để nguội.

d) Chứng huyết hư :

Phụ nữ sau khi đẻ, sau khi phẫu thuật, hoặc sau khi bị mất máu dễ dẫn đến táo bón.

Triệu chứng : đại tiện khô vón, mấy ngày liền đi không ra, chóng mặt hoa mắt, tim đập nhanh, hơi thở gấp, mặt tái, sắc lưỡi nhạt, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép dưỡng huyết nhuận tràng thông tiện. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đẩu dương quý 15 gam, hỏa ma nhân 15 gam, tòng tử nhân 15 gam, bá tử nhân 15 gam - sắc uống.

- Ngũ nhân hoàn (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- Sinh địa 30 gam, bạch truật 15 gam ; sắc uống

đ) Chứng khí trệ :

Thường do tính chí ức uất, trong lòng không thoải mái mà gây nên.

Triệu chứng : đại tiện không được, hông và bụng đầy, tức ợ được hơi thì dễ chịu, rêu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt,

mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép lý khí đạo trệ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Sao chỉ thực* 6 - 10 gam, *tiêu binh lang* 10 gam, *hạch nhân* 10 gam, *hậu phác* 6 gam - sắc uống.

- *Sao la bạc tử* 10 gam, *sao chỉ xác* 10 gam, *đại hoàng* 10 gam (cho vào sau) - sắc uống.

- *Mộc hương binh lang hoàn* (thành phẩm), một ngày 1 - 2 lần, mỗi lần 6-10 gam, uống với nước sôi để nguội.

e) Chứng dương hư :

Triệu chứng : đi đại tiện khó hoặc là 2-3 ngày không đi, đi tiểu tiện ban đêm nhiều, nước tiểu trong, sợ lạnh, chân tay mát, lưng gối nhức mỏi hoặc đau, râu lưỡi trắng hoặc sắc lưỡi đỏ nhạt, nhuận hoặc lảng, mạch xích nhược. *Điều trị* : dùng phép ôn thận nhuận tràng. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Nhục thung dung* 30 gam, *đương quy* 15 gam, *thăng ma* 3 gam, *ngưu tất* 12 gam, *sao chỉ xác* 6 gam - sắc uống.

- *Nhục thung dung* 20 gam, *hồ đào nhân* 15 gam, *sao chỉ xác* 10 gam - sắc uống.

Người bị táo bón lâu ngày phần nhiều là do âm hư tràng táo. Hàng ngày nên ăn nhiều các chất có tác dụng tư âm nhuận tràng để giúp cho đại tiện dễ dàng như *mật ong*, thường xuyên ăn *tùng tử* cũng có thể nhuận tràng thông tiện. Các thứ khác cũng có tác dụng giúp đại tiện dễ dàng như dùng *sữa bò* , *quả dâu*, *chuối tiêu* v.v....

33. BỆNH LÒI DOM

Bệnh lòi dom thường gặp ở trẻ em, người già hoặc người lao động quá mệt mỏi. Thể lâm sàng thường gặp lòi dom do khí hư. Biểu hiện là trực tràng lòi ra ngoài hậu môn, phần lớn là sau khi đại tiện thì bị lòi dom, cũng có lúc ho, đi bộ hoặc đứng cũng có thể bị lòi dom, hơi thở gấp tiếng nói nhỏ, thân thể mệt, váng đầu, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hư. *Điều trị*: dùng phép bổ trung ích khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 30 gam, *đảng sâm* 20 gam, *thăng ma* 6 gam - sắc uống.

- *Ngũ bội tử* 15 gam, *minh phàm* 10 gam - sắc lấy nước rửa hậu môn.

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 - 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

Người bị lòi dom, hàng ngày có thể ăn các chất bổ khí nhằm giúp cho bệnh nhân thuyên giảm. Có thể lấy mấy con *lươn vàng*, bỏ hết nội tạng, cho gia vị vào nấu canh ăn, cũng có thể nấu chung với *thịt ba ba*, *ruột già lợn* để ăn. Nếu rêu lưỡi bản, có thấp thì cho thêm *dĩ mễ* để bổ khí khu thấp. Các thực phẩm bổ khí khác cũng có thể ăn như: *thịt bò*, *ruột gà*, *gà giò*, *cá trắm*.

34. BỆNH GIUN ĐŨA

Bệnh giun đũa thường gặp ở trẻ em, người lớn mắc bệnh cũng phải là ít. Bệnh căn là do vệ sinh ăn uống không tốt, trước khi ăn không rửa tay, hoặc ăn phải những loại rau có nhiễm trứng giun chưa rửa sạch. Đông y cho rằng nguyên nhân sinh ra bệnh giun đũa là do ăn uống không sạch và do thấp nhiệt. Đối với bệnh giun đũa đông y đã có sự nghiên cứu tường tận, chủ yếu là đau vùng quanh rốn, lúc đau lúc không, có lúc nôn ra nước miếng trong, có lúc nôn ra cả giun. Ở bụng có lúc nổi lên từng cục hay một vật cứng và mất đi nhanh chóng, ban đêm ngủ hay nghiến răng, mũi hay bị ngứa ở lòng trắng con người có những điểm chấm màu xanh bằng đầu kim, phía trong môi có những hạt như hạt kê, trên mặt nổi lên những ban trắng, tròn. *Điều trị* : chủ yếu là xổ giun. Người khỏe mạnh thì xổ giun trước, bồi dưỡng sau. Người suy nhược thì bồi dưỡng trước, xổ giun sau. Người không suy nhược lắm thì có thể vừa bổ hư vừa xổ giun.

Nói chung đối với bệnh giun đũa đường ruột thì liệu pháp chính là xổ giun. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Quả cao khô* 12 gam, *sử quân tử* 9 gam, *khổ luyện tử* 10gam, *hoa tiêu* 6 gam, *ô mai* 10 gam, sắc chia làm 3 lần uống.

- *Sử quân tử* sao vàng, thường dùng cho trẻ em cứ mỗi tuổi một hạt, liều tối đa 10 hạt.

Bệnh giun do tỳ vị hư hàn với biểu hiện là bụng đau âm ỉ, thích ăn nóng, ăn thức ăn sống lạnh thì đau bụng, hay chảy nước miếng trong, chân tay mát, sợ lạnh, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế. *Điều trị* : Dùng phép ôn bổ tỳ vị yên hồi - Có thể dùng :

- *Can khương* 10 gam, *đảng sâm* 15 gam, *bạch truật* 10 gam, *xuyên tiêu* 6 gam, *ô mai* 3 quả, *sử quân tử* 10 gam - sắc uống.

35. BỆNH SÁN ĐƯỜNG RUỘT

Sán là loại ký sinh trùng đường ruột thường gặp. Người xưa thường gọi sán là bạch thốn. Biểu hiện lâm sàng chủ yếu của bệnh là đầy bụng hoặc đau bụng, người mệt mỏi, ủ rũ, thỉnh thoảng ngứa hậu môn, có lúc đại tiện ra cả đốt sán trắng. Xét nghiệm phân có thể phát hiện được trứng sán. *Điều trị* : chủ yếu là giết sán, xổ sán. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Quả cau* 60-120 gam, sắc uống lúc bụng đói. Nếu không xổ được sán ra thì ngày thứ hai uống tiếp 1 thang nữa. Trẻ em và người yếu mệt thì dùng lượng thuốc ít hơn.

- *Quả cau* 20-90 gam, *hạt bí đỏ* 30 gam, *lôi hoàn* 10 gam, *xuyên quân* 10 gam (cho vào sau), *mang tiêu* 10 gam (cho vào sau); sắc lấy nước, sáng sớm uống khi bụng đói - dùng cho người lớn cơ thể còn khỏe mạnh.

- Quả cau 120 gam, hạt bí đỏ 120 gam. Trước tiên ăn hạt bí. Hai giờ sau uống nước sắc quả cau. Sau nửa giờ lại uống tiếp 10 gam mang tiêu. Dùng cho người lớn cơ thể còn khỏe mạnh.

Uống linh bạch truật hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Dùng để điều bổ tỳ vị sau khi đã xổ sán.

36. KINH NGUYỆT KHÔNG ĐỀU

Kinh nguyệt không đều là chỉ trạng thái bệnh lý khác thường về thời gian, số lượng, chất lượng, và màu sắc của kinh nguyệt, bao gồm kinh nguyệt sớm, kinh nguyệt muộn, kinh nguyệt không theo định kỳ, lượng kinh nguyệt nhiều hoặc ít, màu máu nhạt hoặc có máu cục v.v... Bệnh căn là do nhiệt tà, hàn tà, tình chí thất thường, mệt mỏi, ăn uống không điều độ, thận hư v.v... Các chứng lâm sàng thường thấy huyết nhiệt, huyết hàn, khí trệ, ứ huyết, khí hư, huyết hư, thận hư.

a) Chứng huyết nhiệt :

Triệu chứng : hành kinh đến sớm từ 8 ngày trở lên, lượng kinh nhiều, màu sẫm, dính, người cảm thấy phiền muộn, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc có lực. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lương huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Sinh địa 15 - 20 gam, đơn bì 10 gam, hoàng cầm 6 gam, thạch斛 12 gam, mạch đông 15 gam, ích mẫu thảo 10 gam - sắc uống.

- Hoàng cầm (tẩm rượu sao), đơn bì 10 gam, chế hương phụ 6 gam - sắc uống.

b) Chứng huyết hàn :

Triệu chứng : ngày hành kinh muộn từ tám ngày trở lên, trước khi hành kinh thì bụng dưới đau, lượng máu ra ít, chườm ấm thì đau giảm, mạch khẩn. *Điều trị* : dùng phép ôn kinh tán hàn thông mạch. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Kinh kỳ phúc thống hoàn (thành phẩm), mỗi lần 12 gam, uống với nước sôi để nguội, hoặc rượu màu hâm nóng trộn với nước sôi để uống.

- Đương quy 12 gam, xuyên khung 12 gam, ngải diệp 6 gam, quế chi 6-9 gam, chế hương phụ 9 gam, sắc uống.

- Ngải phụ noãn cung hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, một lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng khí trệ :

Triệu chứng : tinh thần uất ức, khó chịu, hành kinh kéo dài, máu kinh màu đỏ sẫm, bụng dưới đau tức, trước khi hành kinh, bầu vú căng, dễ bực tức, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép thư can lý khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Chế hương phụ* 10 gam, *uất kim* 10 gam, *ô dược* 10 gam, *diên hồ sách* 10 gam, *xuyên khung* 10 gam - sắc uống

- *Tiêu dao hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Chế hương phụ* 10 gam, *đương quy* 10 gam, *mộc hương* 3 gam, *thanh bì* 6 gam - sắc uống.

d) Chứng ứ huyết :

Triệu chứng : ngày hành kinh đến muộn, thời gian hành kinh - bụng dưới quặn đau, máu cục ra nhiều, sắc lờn có ban ứ, mạch sáp. *Điều trị* : dùng phép hoạt huyết hóa ứ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đương quy*, 10 gam, *xích thược* 10 gam, *diên hồ sách* 10 gam, *ngưu tất* 10 gam, *đào nhân* 10 gam, sắc uống.

- *Đương quy vĩ* 10 gam, *hồng hoa* 6 gam, sắc uống.

- *Thông kinh cam lộ hoàn* (thành phẩm), một ngày 1-2 lần, mỗi lần 6 - 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

đ) Chứng khí hư :

Triệu chứng : kỳ hành kinh đến sớm từ tám ngày trở lên, lượng hành kinh ra nhiều, màu đỏ nhạt, hơi thở gấp thiếu sức, ăn uống giảm, sắc lờn nhạt, mạch hư. *Điều trị* : dùng phép bổ khí nhiếp huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 20-30 gam, *đương quy thân* 10 gam, sắc uống.

- Hoàng kỳ 15 gam, đảng sâm 15 gam, thảng ma 3 gam, đương quy 6 gam - sắc uống.

- Bỏ trung ích khí hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

e) Chứng huyết hư :

Triệu chứng : kỳ hành kinh đến muộn, lượng hành kinh ít, màu nhạt, tim hồi hộp, đầu vầng mắt hoa, sắc mặt tái mét, sắc lưỡi nhạt, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép bổ khí dưỡng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 20 gam, đương quy 10 gam - sắc uống.

- Bát trân ích mẫu hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- Nhân sâm dưỡng vinh hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

g) Chứng thận hư :

Triệu chứng : hành kinh không định kỳ, người thận tinh không đủ còn kèm theo lượng kinh nguyệt ít, lưng gối nhức mỏi, tai ù, hay quên, mạch xích trảm tế. Người thận khí hư ngoài những triệu chứng trên còn kèm theo đi tiểu tiện đêm nhiều, cảm giác sa bụng dưới, mạch xích hư. *Điều trị* : dùng phép bổ thận tinh, ích thận khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Tả qui hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam,

uống với nước sôi để nguội - dùng cho chứng thận tinh không đủ.

- *Đương quy* 10 gam, *thục địa* 15 gam, *hoài sơn dược* 15 gam, *đỗ trọng* 10 gam, *hoài ngưu tất* 10 gam, sắc uống - dùng cho người thận tinh không đủ.

- *Thục địa* 12 gam, *hoài sơn dược* 12 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, *thố ti tử* 15 gam, *đỗ trọng* 10 gam, *đương quy* 10 gam, *đảng sâm* 15 gam, sắc uống - dùng cho người thận khí hư.

37. CHẢY MÁU TỬ CUNG CƠ NĂNG

Chảy máu tử cung là do rối loạn chức năng buồng trứng gây nên, đông y xếp vào phạm vi băng lậu của bệnh phụ khoa. Bệnh căn là do tính chí thất thường, sinh hoạt tình dục không giữ vệ sinh tốt, ngoại tà xâm phạm tử cung, do tảo hôn, dễ con sớm, mệt mỏi quá độ v.v... Đông y gọi hiện tượng máu đột nhiên ra nhiều là "băng", bệnh kéo dài, máu kinh ra rỉ rả không ngừng là "lậu". Đông y chia loại bệnh này ra các chứng huyết nhiệt, huyết ứ, tỳ hư, thận khí hư.

a) Chứng huyết nhiệt :

Triệu chứng : lượng máu ra tương đối nhiều, màu sẫm, miệng khát, buồn bực, dễ tức giận, nước tiểu vàng, mạch sắc,

sắc lưỡi đỏ. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lượng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Địa du* 15-18 gam, *sinh địa* 26 gam, *bạch thược* 15 gam, *đơn bì* 10 gam, *chỉ tử thán* 10 gam, *huyết dư thán* 15 gam, *hoàng cầm* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Tứ hồng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Sinh địa du* 60 gam, *sinh địa* 30 gam, *tam thất* 3 gam, cho nước và cho thêm dấm và sắc, lấy nước chia 2 lần uống hết.

b) Chứng huyết hư :

Triệu chứng : máu ra lai rai không ngừng, máu cục nhiều, màu máu tối, bụng dưới đau, ấn đau tăng, lưỡi có ban ứ, mạch sáp. *Điều trị* : dùng phép hoạt huyết hóa ứ, hòa lạc chỉ huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Diên hồ sách* 10 gam, *ngũ linh chi* 10 gam, hai vị thuốc cùng sao sắc uống.

- *Ngũ linh chi* 15 gam, lấy một nửa đốt cho hết khói trắng, còn một nửa để nguyên - dùng nước và dấm sắc, lấy nước uống.

- *Bột tam thất*, một ngày 1 - 2 lần, mỗi lần 3 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng tỳ hư :

Triệu chứng : Máu ra tương đối nhiều, hoặc chảy rỉ rỉ không ngừng, màu máu nhạt, mệt mỏi thì máu ra càng nhiều, cơ thể mỏi mệt, chân tay bủn rủn, đại tiện lỏng, giọng nói yếu ớt, sắc lưỡi nhợt nhạt, có dấu răng, mạch hư. *Điều trị* : dùng phép kiện tỳ ích khí nhiếp huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 15 gam, đảng sâm 15 gam, thăng ma 3 gam, khương thán 6 gam, huyết dư thán 12 gam, bạch truật 10 gam, sắc uống.

- Đảng sâm 15 gam, đại táo 15 gam, bạch truật 10 gam, mai mục 10 gam, thuyên thảo thán 10 gam, tông lý thán 10 gam, sắc lấy nước trộn với nước hòa tan của 3 gam a giao, cùng uống.

- Quy tỳ hoàn (thành phẩm) một ngày 2 - 3 lần mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Dùng để bồi bổ sau khi cầm máu.

d) Chứng thận khí hư :

Triệu chứng : kinh nguyệt chảy rỉ rỉ, lưng, gối nhức mỏi, số lần đi tiểu và lượng nước tiểu đều nhiều, váng đầu, mạch xích trầm tế. *Điều trị* : dùng phép bổ thận cố xung chỉ huyết. Có thể dùng bài dưới đây:

- Mai mục 10 gam (sắc nước), sinh long cốt 18 gam (sắc trước), sinh mẫu lệ 8 gam (sắc trước), hoàng kỳ 15 gam, tục đoạn 12 gam, thố ti tử 12 gam, đỗ trọng 10 gam, thuyên thảo thán 10 gam, sắc các vị thuốc trên lấy nước, uống với 3 gam bột tam thất.

Người bị chảy máu tử cung do rối loạn chức năng, nếu thuộc chứng huyết nhiệt có thể ăn *canh ngó sen nấu với thịt lợn nạc*. Lấy cả đốt *ngó sen* nấu ăn càng tốt. *Mướp đắng, rau cải đắng* đều có thể ăn tốt, Người thuộc chứng huyết ứ thì có thể ăn *sơn tra, bột sơn tra, sơn tra cao*. Người thuộc chứng tỳ hư thì có thể ăn cháo *hạt sen* nấu với *gạo nếp*, gán chín cho thêm mấy lát vỏ thạch *lựu*. Người thuộc chứng thận hư thì có thể ăn cháo nấu bằng *khiếm thực*.

38. ĐAU KINH

Chứng đau bụng tương đối rõ trước, trong và sau kỳ kinh thì gọi là đau kinh. Đông y chia ra đau kinh nguyên phát và đau kinh thứ phát. Đau kinh nguyên phát là do rối loạn chức năng thần kinh thực vật và do rối loạn chức năng tử cung gây nên. Hành kinh đau kinh thứ phát là do viêm cơ quan sinh dục, ung thư cổ tử cung, các rối loạn làm thay đổi màng tử cung gây nên. Đông y cho rằng đau kinh là do can khí uất trệ, hàn ngưng, kinh mạch không thông và bào mạc không được nuôi dưỡng tốt gây nên, bao gồm các chứng khí huyết ứ trên hàn thực, khí huyết hư.

a) Chứng khí huyết ứ trệ :

Triệu chứng : trước khi hành kinh hoặc trong kinh hành kinh,

bụng dưới đau tức hoặc quặn đau, bầu vú căng đau, kinh không được thông, máu sẫm, có cả máu cục. Sắc lưỡi sẫm tối, hoặc có ban ú, mạch huyền hoặc sáp. *Điều trị* : dùng phép lý khí hoạt huyết chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đào nhân 10 gam, hồng hoa 10 gam, chế hương phụ 10 gam - sắc uống.

- Đương quy 10 gam, xuyên khung 10 gam, xích thược 10 gam, diên hồ sách 10 gam, ô dược 10 gam, một dược 10 gam, mộc hương 6 gam, sắc uống.

- Ninh khôn chí bảo đơn (thành phẩm), một ngày 1-2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- Châm kích thích huyết tam âm giao.

b) Chứng hàn thực :

Triệu chứng : trước và trong khi hành kinh bụng dưới đau, bụng dưới lạnh, thích chườm nóng, lượng kinh ít, màu tím, khát mà không muốn uống, rêu lưỡi trắng hoạt, mạch trầm huyền hoặc khẩn. *Điều trị* : dùng phép ôn kinh tán hàn thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đương quy 10 gam, tửu bạch thược 12 gam, quế chi 6 gam, cam thảo 3 gam, ngãi diệp 10 gam, tiểu hồi hương 6 gam, sắc uống.

- Kinh kỳ phúc thống hoàn (thành phẩm), mỗi lần 12 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng khí huyết hư :

Triệu chứng : sau khi hành kinh, bụng dưới đau âm ỉ, lượng kinh ít, màu nhạt, tim đập hồi hộp, hơi thở gấp, vàng đầu, hoa mắt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế hoặc hư. *Điều trị* : dùng phép bổ ích khí huyết hoàn thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ 20 gam, đương quy 10 gam, bạch thược 15 gam, cam thảo 6 gam* - sắc uống.

- *Bát bảo không thuận đơn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Phụ nữ dưỡng huyết hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 3-5 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Thập toàn đại bổ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Có tác dụng bổ dưỡng khí huyết hàng ngày.

- *Bát trân ích mẫu hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Có tác dụng bổ dưỡng bình thường.

Những phụ nữ mắc bệnh đau kinh cần căn cứ vào từng chứng bệnh cụ thể để sử dụng các loại thực phẩm thích hợp nhằm điều tiết khí huyết làm thuyên giảm cơn đau. Người thuộc chứng khí huyết ứ trệ thì có thể ăn củ cải để lý khí, ăn sơn tra để hoạt huyết. Cũng có thể lấy sơn tra thái miếng ngâm với rượu màu sau đó ăn sơn tra và uống kèm một ly nhỏ rượu

ngâm để hoạt huyết thông mạch. Người thuộc chứng hàn thực có thể dùng *sinh khương*, *đường đỏ*, sơn tra sắc uống để tản hàn ôn kinh thông mạch. Người thuộc chứng khí huyết bất túc thì nên ăn cháo nấu bằng *kê*, *đại táo* và *đường đỏ* để bổ ích khí huyết, hoặc là cháo *kê* nấu với nước *thịt gà*.

39. BẾ KINH

Khi người con gái đến tuổi từ 18 trở lên mà chưa hành kinh hoặc đã hành kinh rồi, tuy chưa có thai mà đột ngột hơn 3 tháng không hành kinh là bế kinh. Đông y cho rằng bế kinh một mặt là do tinh huyết không đủ 2 mạch nhân, mạch xung không được nuôi dưỡng, mặt khác do thận hư không thể điều tiết được mạch nhân, mạch xung, mặt nữa là do kinh mạch không thông mà gây nên. Tây y thì cho rằng do rối loạn chức năng hoặc do bệnh tật ở trung ương thần kinh, ổ buồng trứng, ổ tử cung mà dẫn đến bế kinh. Đông y chia bế kinh thành các chứng: tinh huyết hư, khí huyết hư, khí huyết ứ trệ, đàm thấp.

a) Chứng tinh huyết hư :

Triệu chứng : người con gái đến tuổi hành kinh, mà lần kinh đầu đến muộn, sau khi có rồi lại bị vô kinh, lưng gối nhức mỏi, váng đầu, hay quên, tóc dễ rụng, chóng mặt mỏi, sắc lưỡi đỏ

nhật, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép tu bổ tinh huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây.

- *Thục địa* 15-18 gam, *đương quy* 10-12 gam, *hoài sơn* được 15 gm, *câu kỷ tử* 15gam, *nữ trinh tử* 15 gam, sắc uống.

- *Ô kê bạch phương hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

b) Chứng khí huyết hư :

Triệu chứng : biểu hiện lúc đầu là hành kinh không đều, dần dần lượng kinh ít cho đến lúc bế kinh, sắc mặt vàng vọt, tim đập nhanh, hơi thở gấp, đầu váng, mắt hoa, ăn uống giảm, sắc lưỡi nhạt, mạch tế hoặc hư. *Điều trị* : dùng phép bổ khí dưỡng huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Hoàng kỳ* 30 gam, *đương quy* 12 gam, *ích mẫu thảo* 10 gam, sắc uống.

- *Bát trân hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Bát bảo khôn thuận đơn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, một lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng khí huyết ứ trệ :

Triệu chứng : trên 3 tháng không hành kinh, bụng dưới đau tức, tức ngực bầu vú có lúc căng đau, sắc lưỡi sẫm, mạch huyền hoặc sáp. *Điều trị* : dùng phép lý khí hoạt huyết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Ích mẫu thảo* 30 gam, *ché hương phụ* 12 gam, sắc uống.
- *Bột thô đại hoàng* 10 gam, *bột diên thất* 3 gam uống với rượu màu.

- *Huyết phủ trục ứ hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Điều kinh hóa ứ hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 hạt, uống với nước sôi để nguội.

- *Đắc sinh đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

d) Chứng đàm thấp :

Triệu chứng : bé kinh, bạch đới nhiều, bụng đầy, người nặng nề dễ mệt mỏi, ít uống nước, rêu lưỡi trắng bản, mạch hoãn hoặc hoạt, thường gặp ở những người béo mập.
Điều trị : dùng phép khư thấp hóa đàm, kiện tỳ hành khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Thương truật* 10 gam, *trần bì* 10 gam, *pháp bán hạ* 12 gam, *phục linh* 15-30 gam, *ché hương phụ* 10 gam, sắc uống.

- *Pháp bán hạ* 10 gam, *bạch giới tử* 10 gam, *trần bì* 10 gam, *hậu phác* 6 gam, *thương truật* 10 gam, *trạch tả* 15 gam, sắc uống.

Người bị bệnh bé kinh, nếu thuộc chứng tinh huyết hư thì có thể ăn *thịt ba ba*, *mai ba ba* hầm với *câu kỷ tử*, hoặc một con *chim bồ câu trắng*, bỏ hết lông và nội tạng cho gia vị vào

hầm chín ăn. Người thuộc chứng khí huyết không đủ thì có thể ăn *thịt gà ác nấu chín*.

Người thuộc chứng khí huyết ứ trệ thì điều dưỡng giống như người hành kinh đau. Người thuộc chứng đàm thấp thì nên ăn cháo nấu bằng *ý dĩ*.

40. BỆNH KHÍ HƯ

Bệnh khí hư là bệnh thường gặp ở phụ nữ, bạch đới ra nhiều, kéo dài không khỏi. Thường thấy trong các bệnh viêm âm đạo do trùng roi, viêm âm đạo do nấm, viêm cổ tử cung, ung thư tử cung, viêm âm đạo ở người nhiều tuổi. Đông y cho rằng tỳ hư thấp chú, thận hư thất cố, thấp nhiệt xâm phạm đều dẫn đến khí hư.

a) Chứng tỳ hư chiêm thấp :

Triệu chứng : Bạch đới ra liên miên, không có mùi hôi, ăn uống giảm, chân tay rã rời, sau khi ăn bụng đầy, rêu lưỡi trắng bản, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hoãn vô lực. **Điều trị :** dùng phép bổ khí kiện tỳ, khu thấp chỉ đới. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Phụ khoa chỉ đới phiến* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 2-2,5 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Bạch đới phiến* (thành phẩm) một ngày 2-3 lần, mỗi lần 6-8 viên, uống với nước sôi để nguội.

- *Bạch truật* 15 gam, *thương truật* 10 gam, *phục linh* 15 gam, *xa tiền tử* 12gam, *hoa mào gà* 10 gam sắc uống.

b) Chứng thận hư :

Phần nhiều là do thận dương hư gây nên.

Triệu chứng : bạch đới ra liên tục, màu trắng hay trong, lưng mỏi hặc đau thường cảm thấy lạnh bụng dưới, đi tiểu tiện đêm nhiều, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch trầm vô lực. *Điều trị* : dùng phép ôn thận cố nhiếp. Có thể chọn dùng trong các bài dược đây:

- *Mẫu lệ sống* 20 gam (sắc trước), *mai mục* 12 gam, (sắc trước), *ích trí nhân* 15 gam, *kim anh tư* 15 gam, *khiếm thực* 15 gam - sắc uống.

- *Hữu quy hoàn* (thành phẩm), ngày 2 lần mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Lộc giác sương*, nghiền thành bột, mỗi lần 6-10 gam, uống vào sáng sớm và buổi tối với một phần rượu và một phần nước sôi để nguội pha với nhau.

c) Chứng thấp nhiệt :

Triệu chứng : khí hư màu vàng, dính ,mùi hôi, âm đạo ngứa, thường cảm thấy đau rát, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng bản,

sắc sắc đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lợi thấp. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Thương truật* 10 gam, *hoàng bá* 10 gam, *rau sam* (mã xỉ hiện) 12 gam - sắc uống.

- *Hoàng bá* 12 gam, *tỳ giải* 12 gam, sắc uống.

- *Xà sàng tử* 30 gam, *khổ sâm* 18 gam, *hoàng bá* 15 gam, *bách lộ* 15 gam, *khô phàn* 15 gam, sắc lấy nước nóng xông, sau đó dùng để rửa

- *Long đởm tả can hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.

Việc ăn uống điều dưỡng của người bệnh khí hư, nếu thuộc chứng tỳ hư kiềm thấp thì có thể dùng hạt sen, sao biển đậu, dĩ mễ nấu chín ăn. Người thuộc chứng thận hư. Có thể thịt một con gà ác (gà đen), bỏ hết lông và nội tạng, sau đó cho một lượng vừa phải hồ tiêu, khiếm thực và trong bụng, hầm chín ăn. Người thuộc chứng thấp nhiệt có thể dùng ý dĩ và bí đao nấu canh ăn, hoặc dùng xích tiểu đậu và gạo nấu cháo ăn.

41. NÔN THAI NGHÉN

Nôn thai nghén, đông y gọi là ác trở thai nghén. Nguyên nhân sinh ra buồn nôn là do vị, như vị hư, đàm ẩm trở vị, cũng có thể do thái nhiệt ảnh hưởng đến vị. Các chứng lâm sàng có vị hư, nhiệt chứng đàm ẩm.

a) Chứng vị hư :

Triệu chứng : trước khi có thai, bình thường ăn uống ít, ăn nhiều thì khó tiêu hóa. Có hai 1-3 tháng thì thường xuyên buồn nôn, chán ăn, mệt mỏi, buồn ngủ, lười vận động, chân tay ủ rũ, rêu lưỡi mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hoãn vô lực.

Điều trị : dùng phép kiện tỳ vị chỉ ẩu. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Đẳng sâm 12 gam, hoài sơn dược 10 gam, cam thảo 3 gam, trần bì 3 gam, sa nhân 1,5 gam (cho vào sau), sắc uống.

- Táo tâm thảo (còn gọi là *phục long can*) 30-100 gam, sắc để lắng lấy một bát to nước trong phía trên, cứ cách 1-2 giờ uống 1 lần, chia làm mấy lần uống hết.

- Bạch truật 15 gam, bạch khấu nhân 1,5 gam (cho vào sau) ; sắc uống.

- Hương sa lục quân tử hoàn (thành phẩm), một ngày uống 3 lần, mỗi lần 10 gam.

b) Chứng nhiệt :

Triệu chứng : sau khi có thai thì nôn mửa, thỉnh thoảng nôn ra nước đắng, người bồn chồn, miệng khát thích uống nước mát, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc.

Điều trị : dùng phép thanh nhiệt hòa vị chỉ ẩu. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Hoàng cầm 10 gam, bạch truật 10 gam, tô ngạnh 10 gam, trúc nhự 10 gam - sắc uống.

- Trúc nhự 6 gam, rễ cỏ lau tươi 6 gam, trần bì 3 gam - sắc uống.

c) Chứng đàm ẩm :

Triệu chứng : sau khi có thai thì nôn ra đờm giải, dạ dày đầy tức khó chịu, váng đầu, rêu lưỡi trắng bản, mạch hoạt.

Điều trị : dùng phép hoá đàm hòa vị chỉ ẩm. Có thể chọn đúng trong các bài sau đây:

- Xuyên bối mẫu 10 gam, phục linh 12 gam, trần bì 6 gam, hoắc hương 6 gam, tô ngạnh 10 gam - sắc uống.

- Khương bán hạ 4,5 gam, trần bì 6 gam, phục linh 10 gam, đảng sâm 10 gam, xuyên đoan 10 gam - sắc uống.

Về ăn uống điều dưỡng, những phụ nữ có thai bị nôn mửa, nếu thuộc chứng vị hư thì dùng hạt sen, biền đậu kê nấu thành cháo, khi ăn mỗi bát cho thêm 10 giọt nước gừng tươi để ăn. Cũng có thể dùng kê nấu cháo sau đó cho đường đỏ và nước gừng vào cùng ăn, cũng có thể cho thêm một ít sa nhân vào cùng nấu để ăn. Người thuộc chứng nhiệt thì có thể ăn dưa hấu hoặc uống nước ép dưa hấu, cũng có thể ăn cháo nấu bằng đậu xanh với gạo.

42. THIẾU SỮA

Phụ nữ sau khi đẻ, sữa ra ít là một chứng lâm sàng thường gặp. Đông y cho rằng thiếu sữa là do hai nguyên nhân một là do tinh chí uất ức làm cho khí huyết không thông, hai là do khí huyết không đủ nên không có nguồn sữa.

a) Chứng khí huyết hư :

Triệu chứng : sau khi sữa ít hoặc không có sữa, vú mềm không đau, tim hồi hộp, hơi thở gấp, đầu váng khó chịu, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch tế hoặc hư. *Điều trị* : dùng phép bổ khí dưỡng huyết thúc sữa. Có thể chọn dùng trong các bài sau:

- *Móng giò heo trước* 1-2 cái, *hương nhu* 30 gam, *thông thảo* 6 gam, sắc lấy nước uống.

- *Hoàng kỳ* 15 - 20 gam, *đương quy* 10 gam, *mạch đông* 12 gam, *thông thảo* 6 gam, *giò heo trước* 1 cái, đầu tiên nấu chín giò heo, lấy nước để sắc các vị thuốc còn lại - lấy nước uống.

- *Cá trắm* 1 con, cho vào hầm chín, ăn cả nước cả cái.

b) Chứng khí trệ :

Triệu chứng : sau khi đẻ bầu vú căng, đau, tắc tia sữa, hồng và vùng dạ dày căng tức, thở ra thì dễ chịu, dễ nổi giận, rêu lưỡi trắng mỏng, mạch huyền. *Điều trị* : dùng phép thư can lý khí thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài sau :

- Vương bát lưu hành 10 gam, chích sơn giáp 10 gam, thông thảo 6 gam, sắc uống.

- Lâu lô 10 gam, vương bát lưu hành 10 gam, thanh bì 10 gam, dây mướp 6 gam - sắc uống

- Châm kích thích huyết thiên tông.

Phụ nữ sau khi đẻ bị thiếu sữa, nếu thuộc chứng khí huyết hư thì có thể hàng ngày ăn cháo kê cho thêm đường đỏ. Đồng thời có thể ăn *thịt gà mái* hay *thịt gà ác (gà đen)* hầm với nấm. *Cá trắm, trứng gà* đều có tác dụng bổ khí huyết, nên có thể ăn một lượng vừa phải.

43. VIÊM TUYẾN VÚ CẤP TÍNH

Viêm tuyến vú cấp tính, đông y xếp vào phạm vi bệnh "nhú ung". Bệnh căn là do can khí uất kết hóa nhiệt hoặc do ngoại tà xâm nhập tuyến vú, cản trở mạch lạc hóa nhiệt mà gây nên. *Điều trị* : dùng phép lý khí thông lạc hóa kết thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Sài hồ 6-10 gam, hoàng cầm 10 gam, thanh bì 6-10 gam, toàn qua lấu 15 gam, sắc uống.

- Lộc giác sương 10 gam, nghiền nhỏ uống với rượu.

- Vương bất lưu hành 15 gam, toàn qua lấu 15 gam, ly qua lạc ; sắc uống.

- Bồ công anh 30 gam, toàn qua lấu 15 gam, lộ thông 10 miếng ; sắc uống .

* Điều trị viêm tuyến vú cấp tính, song song với uống thuốc, có thể dùng thuốc đắp bên ngoài cũng có tác dụng làm tiêu viêm tốt. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Bồ công anh tươi, một nắm, rửa sạch, cho thêm ít rượu, giã nát đắp bên ngoài. Thuốc khô lại thay đợt khác.

- Ngọc châm hoa diệp, giã nát, đắp ngoài

- Lá xương rồng, một nhánh bóc vỏ gai, giã nát đắp ngoài.

Người bị viêm tuyến vú cấp tính, nên ăn uống thanh đạm, không nên ăn các thứ cay, nóng. Có thể ăn canh rau cải, mướp. Nếu người tuy đã hết mưng mủ tuyến vú nhưng cơ thể suy nhược thì có thể ăn canh nấu bằng chim bồ câu trắng, hoặc cá chép

44. U XƠ TỬ CUNG

U xơ tử cung có thể phát sinh ở dưới màng thân tử cung, ở thành tử cung, ở dưới niêm mạc tử cung và ở cổ tử cung. Triệu chứng lâm sàng của u xơ tử cung là kỳ kinh kéo dài, lượng kinh ra nhiều, khí hư nhiều, số lần tiểu tiện tăng, nước tiểu ít, đau lưng, cảm giác bụng sa hoặc đau bụng, có lúc sờ thấy cục.

Kiểm tra bằng siêu âm có thể chẩn đoán được bệnh. Đông y gọi là chứng "hà", và cho rằng tính chí không thông, tinh thần uất ức, can khí uất trệ, dẫn đến khí huyết ứ trệ trong dạ con gây nên. Mặt khác hàn tà xâm nhập dạ con, huyết mạch bị lạnh mà ngưng trệ, lâu ngày trở thành u. Dựa vào nguyên tắc "cứng thì cắt bỏ, kết giả tản chi", đông y điều trị bệnh u xơ tử cung bằng phép hoại huyết lý khí, nhuyễn kiên tiêu tích. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Đại hoàng tán trắng hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội ; phụ nữ có thai cấm dùng.

- Hóa ban hồi sinh hoàn (thành phẩm), một ngày 1-2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với rượu ấm trước bữa ăn ; phụ nữ có thai cấm dùng.

- Sinh mẫu lệ 24 gam (sắc trước), đương quy 10 gam, xích thược 10 gam, đào nhân 10 gam, hồng hoa 6 gam, chế hương phụ 6 gam sắc uống.

- Tam lăng 10 gam, nga truật 10 gam, thanh bì 10 gam, chích sơn giáp 10 gam, hoài ngưu tất 12 gam, hạ khô thảo 12 gam ; sắc uống.

Có những người bệnh kèm theo xuất huyết do cấu tạo của âm đạo, xuất hiện triệu chứng khí huyết hư như vầng dầu, tim hồi hộp, mặt tái, cơ thể mỏi mệt; thì trước tiên phải bổ khí huyết sau khi khí huyết đầy đủ mới tiến hành hoạt huyết lý

khí tiêu tích. Người xuất huyết không nhiều thì có thể thêm hoàng kỳ 30 gam, đảng sâm 15 gam, đương quy 10 gam, để cùng uống với các bài trên đây.

Người bị u xơ tử cung có thể thường xuyên ăn sơn tra có tác dụng thông mạch làm tiêu u-xơ. Nếu người bị xuất huyết nhiều, khí huyết hư thì có thể ăn các thứ bổ ích khí huyết như đại táo, củi nhân, kê v.v....

45. SA DẠ CON

Sa dạ con là chỉ dạ can sa xuống dưới khung chậu nhỏ. Nếu cổ tử cung sa xuống dưới khung chậu nhỏ nhưng chưa ra đến cửa âm đạo thì gọi là độ một. Nếu một phần dạ con sa ra ngoài âm đạo thì gọi là độ hai. Nếu toàn bộ dạ con sa ra ngoài âm đạo thì gọi là độ ba. Nguyên nhân sinh ra sa dạ con là do sinh đẻ quá nhiều, lao động quá sức hoặc trong thời gian thai nghén bị ho hoặc táo bón. Sa dạ con, đông y còn gọi là "âm đình" hay "âm thoát". Nguồn gốc của bệnh có liên quan đến thận khí không đủ, xung nhậm tổn thương hoặc trung khí không đủ dẫn đến mạch đới không giữ được. Nếu dạ con sa nhưng chưa bị nhiễm trùng thì dùng phép bổ khí thăng đề để điều trị. Nếu dạ con sa và bị nhiễm trùng thì trước tiên phải dùng phép thanh nhiệt lợi thấp để điều trị, sau khi hết nhiễm trùng mới dùng phép bổ khí thăng đề.

a) Chứng khí hư :

Triệu chứng : một phần dạ con sa ra ngoài âm đạo, cảm giác sa bụng dưới, thỉnh thoảng có khí hư, thường xuyên đau lưng, người mệt mỏi váng đầu, nước tiểu trong, nhiều, tiếng nói nhỏ, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch hư. *Điều trị*: dùng phép bổ khí thăng đề. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 20-30 gam, đảng sâm 20 gam, thăng ma 10 gam, sao chỉ xác 10 gam, sài hồ 12 gam ; sắc uống.

- Hoàng kỳ 24 gam, ích mẫu thảo 15 gam, thăng ma 10 gam, sao chỉ xác 15-20 gam, thố ti tử 15 gam - sắc uống.

- Hoàng kỳ 30 gam, hà thủ ô 15 gam, kim anh tử 15 gam - sắc uống.

- Bổ trung ích khí hoàn (thành phẩm) một ngày 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- Vỏ quả lựu 30 gam, ngũ bội tử 10 gam, minh phàn 6 gam, xà sàng tử 15 gam, chỉ xác 15 gam - sắc dùng ngoài. Khi đang nóng thì dùng để xông - sau đó dùng để rửa.

b) Chứng thấp nhiệt :

Triệu chứng : một phần dạ con hay toàn bộ dạ con sa ra ngoài cửa tử cung, không thể nâng lên được. Thân tử cung bị lầy dỏ, chảy nước vàng mùi hôi, thỉnh thoảng sốt, nước tiểu vàng, đại tiện khô, miệng khát, rêu lưỡi vàng bản, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt giải độc lợi

thấp. Sau khi hết nhiễm trùng mới dùng phép bổ khí thăng đề. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- Hoàng cầm 10 gam, hoàng bá 10 gam, sai hồ 6 gam, khô sâm 10 gam, xa tiền tử 10 gam, trạch tả 10 gam, đường quy 6 gam, cam thảo 3 gam, hoàng kỳ 15 gam, sắc uống.

Yuyên liên 10 gam, địa phu tử 15 gam, chế một dược 12 gam, minh phân 10 gam, sắc, xông và rửa nơi bị bệnh.

Người bị sa dạ con nhưng chưa có triệu chứng thấp nhiệt thì nên ăn các loại thực phẩm bổ khí nhằm giúp bổ khí thăng đề, giảm trạng thái bị sa. Có thể thường xuyên dùng lươn vàng nấu canh hoặc rán ăn. Gà mái và gà trống bỏ lông và nội tạng nấu với 50 gam hoàng kỳ có tác dụng bổ khí rất tốt. Người bị sa dạ con có hiện tượng nhiễm trùng là thuộc chứng khí hư thấp nhiệt nên tạm thời ăn rau cải, y dĩ nấu chín.

46. SẦY THAI THEO THÓI QUEN

Chứng sẩy thai là chỉ trạng thái bệnh lý liên tục từ ba lần trở lên thai tự nhiên sẩy. Đông y gọi sẩy thai theo thói quen là hoạt thai. Sinh ra chứng sẩy thai là do cơ thể bà mẹ suy nhược, thận khí bất túc, tỳ khí thương tổn, xung nhận bất cố. *Điều trị* : dùng phép bổ thận ích khí, cố xung nhận. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 20 gam, hoài sơn dược 15 gam, thố ti tử 15 gam,

xuyên tục đoạn 12 gam, đỗ trọng 12 gam, bạch truật 10 gam, sắc uống.

- Bạch truật 12 - 15 gam, tang ký sinh 12 gam, đỗ trọng 15 gam, hắc đậu 15 gam, dương quy thân 15 gam, sắc uống.

* Người mắc chứng sảy thai nên ăn các chất có tác dụng bổ thận, bổ khí, kiêng ăn các chất có tính lý khí, hàn lương. Các thực phẩm có tác dụng bổ khí như *gạo nếp, hạt sen, đại táo, thịt gà, thịt chim bồ câu, gà gô*, đều có thể ăn được. Các thực phẩm bổ thận như *thịt rùa, thịt gà ác (gà đen)* đều dùng tốt. *Kiêng ăn củ cải, chuối tiêu, vỏ quýt, sơn tra, thanh qua, mướp đắng, mướp và những loại thực phẩm có tính lý khí, hoạt huyết, hàn lạnh.*

47. BỆNH SỞI

Bệnh sởi ở trẻ em là do virút sởi gây nên, thường phát sinh vào hai mùa đông, xuân. Đông y và Tây y đều gọi là bệnh sởi. Đông y cho rằng sởi là do ôn độc xâm nhập hai kinh phế, tỳ gây nên, đồng thời chia bệnh sởi thành hai xu thế phát triển khác nhau gọi là chứng thuận và chứng nghịch. Chứng thuận tức là nói virút sởi có thể sẽ bị phát hiện, nó phát bệnh theo chu kỳ không gây nên biến chứng, bệnh xong là khỏi. Chứng nghịch tức là khó phát hiện được vi trùng sởi, nó xâm phạm phủ tạng và huyết quản sinh ra sừng phổi, suy tim, tiêu chảy, viêm

họng, hết bệnh nhưng vẫn không khỏi. Ở đây chỉ giới thiệu cách điều trị chứng thuận sởi. Đối với chứng thuận, căn cứ vào thứ tự xuất hiện của sởi mà chia ra giai đoạn trước khi sởi mọc, giai đoạn sởi mọc, giai đoạn sởi bay.

a) Giai đoạn trước khi sởi mọc :

Cũng gọi là giai đoạn đầu của sởi. *Triệu chứng* : sốt, sợ lạnh, hắt xì hơi, ngạt mũi, chảy nước mũi, ho, mắt đỏ, nước mắt lưng tròng, buồn bực, trong niêm mạc miệng xuất hiện những ban trắng nhỏ như hạt kê, không thích ăn, chỉ vẫn phù.

Điều trị : dùng phép tân lương thấu chẩn. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- Ngân hoa 6 gam, liên kiều 6-10 gam, thuyên y 1,5-3 gam, cương tâm 3-6 gam, kinh giới 3-5 gam, bạc hà 3-6 gam (cho vào sau) - sắc uống.

- Cát căn (sắn dây) 6 gam, bèo tím 6 gam - sắc uống

- Bèo tím tươi 15 gam, rửa sạch - sắc uống thành nhiều lần.

b) Giai đoạn mọc sởi :

Khoảng 3 ngày. Thứ tự mọc sởi thường bắt đầu phía sau tai hoặc từ chân tóc, sau đó từ trên xuống dưới từ mặt xuống ngực, dần dần lan ra toàn thân và chân tay. Giới hạn sởi tương đối rõ, lúc đầu thưa sau dày, đồng thời có sốt, ho, đau bụng, ăn uống giảm. rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc, chỉ vẫn

tia. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt giải độc, tân lương thấu chẩn. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Ngân hoa 6 - 10 gam, liên kiều 6-10 gam, triết bối mẫu 3-6 gam, tử thảo 3-6 gam, ngưi bàng tử 6 gam, thuyền y 3 gam, sắn dây 3-6 gam ; sắc uống.

- Bạc hà 2 gam, ngân hoa 6 gam, liên kiều 6 gam, ngưi bàng tử 6-10 gam, lô căn 10 gam ; sắc uống.

c) Giai đoạn sởi bay :

Từ lúc sởi mọc hết cho đến lúc sởi bay hết, giai đoạn này sốt giảm dần, ăn ít, miệng khô, ho ra đờm ít, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép tư âm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- Đậu xanh 30 gam, hoài sơn dược 30 gam, bách hợp 30 gam, sắc uống nước và ăn đậu

- Bắc sa sâm 10 gam, mạch môn đông 10 gam, hoa phấn 10 gam, tri mẫu 6 gam ; sắc uống.

- Lô căn 30 gam, cà rốt 50 gam, đường phèn một lượng vừa; sắc chín, dùng ăn.

Trẻ em bị sởi, giai đoạn trước khi sởi mọc có thể lược củ cà rốt và rau ngò tươi để ăn giúp sởi mọc. Giai đoạn sởi bay có thể ăn các thực phẩm dưỡng âm nhằm giúp khôi phục chính khí cho cơ thể như lê, quýt, cam, mía, mộc nhĩ xám, chân ngựa v.v....

48. QUAI BỊ

Quai bị, tây y gọi là dịch viêm tuyến mang tai. Nó do cơ thể nhiễm phải virút bệnh gây nên, Đông y cho là do ôn độc gây bệnh ôn độc xâm phạm kinh thiếu dương và dương minh gây nên bệnh. *Triệu chứng chủ yếu*: đầu tiên sưng đau một bên tuyến mang tai (dưới tai), một hai ngày sau lại sưng tiếp mang tai kia, người sốt, sợ lạnh, khó chịu, ăn uống không ngon. Bệnh có tính truyền nhiễm. Đông y chia thành thể nhẹ và thể nặng để điều trị .

a) Thể nhẹ :

Ôn độc còn ở biểu bì. *Triệu chứng* : đầu tiên sưng đau một bên mang tai, sau đó cả hai bên đều sưng đau, gai rét ,gai sốt, người khó chịu, ăn uống giảm, rêu lưỡi trắng mỏng, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sác. *Điều trị* : dùng phép tân lương giải biểu, giải độc tiêu thũng. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Ngân hoa 10 - 15 gam, liên kiều 10-12 gam, bản lam căn 15 gam, cương tâm 6 - 9 gam, cam thảo 3 gam, bạc hà 4,5 - 10 gam (cho vào sau) ; sắc uống.

- Đại thanh diệp 15 gam, bản lam căn 15 gam, hạ khô thảo 10 gam, cam thảo 3 gam, bạc hà 6 gam (cho vào sau) ; sắc uống.

- Bản lam căn 15 gam ; sắc uống

- *Tử kim định*, cho thêm nước và dấm, dùng đũa bát sứ nghiền dập ; đắp vào chỗ đau.

- *Bồ công anh tươi*, dập dập ; đắp vào chỗ đau.

- *Thanh đại* 10 gam , dùng lòng trắng trứng gà trộn đều, đắp vào chỗ đau.

b) Thể nặng :

Nhiễm độc ôn nhiệt tương đối nặng, đã xâm nhập vào bên trong. *Triệu chứng* : sốt, ớn lạnh, hai mang tai sưng to, đau, nhai đau, miệng khát, thích uống, nước tiểu vàng, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt giải độc, tiêu thũng tán kết. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bản lam căn* 20 gam, *đại thanh diệp* 15 gam, *huyền sâm* 10 gam, *hạ khô thảo* 6-10 gam, *cương tâm* 6-9 gam - sắc uống.

- *Bản lam căn* xung phục tể (thành phẩm), mỗi lần 1-2 miếng. Hòa với nước sôi để uống.

- *Thanh ôn giải độc hoàn* (thành phẩm), mỗi lần 10-12 gam, uống với nước sôi để nguội. Đắp ngoài như ở phần thể nhẹ.

- *Bản lam căn*, *đại thanh diệp*, *ngân hoa* v.v.... đều có tác dụng phòng bệnh quai bị. Trong thời gian đang có dịch quai bị, trẻ em có thể sắc uống.

49. HO GÀ

Ho gà là bệnh do trực trùng ho gà xâm nhập có thể gây nên. Đông y còn gọi là ho từng cơn. Sách cổ còn gọi là ho cò, ho sấm, dịch ho. Đặc trưng của ho gà là ho dữ dội từng cơn một kèm theo tiếng rit như gà kêu. Ho có tính chất lây. Nguyên nhân là do bên ngoài thì nhiễm phảiphong tà ôn dịch, bên trong thì do đàm trọc. Trong ngoài kết hợp gây nên bệnh. Thời kỳ khởi bệnh, phong tà làm thương tổn bên ngoài cơ thể, ảnh hưởng tới phế. Thời kỳ này khoảng 7 ngày. Sau đó bệnh từ phế là chính sẽ xâm nhập các tạng phủ khác. Thời kỳ này dài hay ngắn không cố định, từ khoảng nửa tháng đến một tháng rưỡi. Sau khi ho giảm thì phế tỳ đều hư.

a) Chứng biểu nhiệt :

Thường thấy ở thời kỳ đầu. *Triệu chứng* : phát sốt hoặc không, sợ gió, nhảy mũi, chảy nước mũi, hai ba ngày sau thì ho vào đêm tang lên đờm dính, họng ráo, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc, chi vân của trẻ đỏ. *Điều trị* : dùng phép khu phong nhiệt hóa đàm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Cúc hoa* 6 gam, *tiền hồ* 6 gam, *triết bối mẫu* 4,5- 6 gam, *ngưu bàng tử* 6 gam, sắc uống.

- *Ma hoàng* 3 - 11 gam, *sinh thạch cao* 10 gam, *hạnh nhân* 6 gam, *bách bộ* 6 gam, *cam thảo* 3 gam - sắc uống.

b) Chứng biểu hàn :

Thường gặp ở thời kỳ đầu. *Triệu chứng* : sốt hoặc không, sợ gió, chảy nước mũi trong, hắt xì hơi, khó chịu, sau 2-3 ngày thì ho tăng lên, đờm trắng trong và loãng, miệng nhạt, không khát, rêu lưỡi trắng nhạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, móng tay nhạt. *Điều trị* : dùng phép khu phong hàn hóa đàm. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- Phòng phong 6 gam, kinh giới 6 gam, tiền hồ 6 gam, bạch tiền 6 gam, bách bộ 6 gam, cam thảo 2 gam ; sắc uống.

- Ma hoàng 3-5 gam, hạnh nhân 6 gam, bách bộ 6 gam, cam thảo 3 gam ; sắc uống.

c) Chứng đàm nhiệt :

Thường gặp ở thời kỳ giữa. *Triệu chứng* : ho kịch liệt từng cơn, nhất là ban đêm, ho liên tục hàng chục lần không ngừng, ho co rút cả lưng, bụng, ho chảy cả nước mắt nước mũi, mặt đỏ, trên đầu đỏ mồ hôi, mắt đỏ, đờm nhiều và màu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc, chi vân tia. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt hóa đàm, lý phế chỉ khái. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Lộ ty khái hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 1-2 viên ; uống với nước sôi để nguội.

- Rau dấp cá 10-12 gam, hoàng cầm 6-10 gam, bách bộ 6-10 gam, bạch tiền 6-10 gam, trúc nhựt 6 gam, cam thảo 2 gam, sắc uống.

- *Mật gà đấng dưới một tuổi*, một ngày 1 /3 cái, trên ba tuổi, mỗi ngày 1 cái, cho thêm đường trắng hoặc đường phèn vừa đủ, chưng nóng để uống. Uống liên tục 5-7 ngày.

- *Bột mật rắn xuyên bối* (thành phẩm), mỗi lần một lọ uống với nước sôi để nguội.

d) Chứng khí âm hư :

Thường thấy ở thời kỳ khôi phục, ho đã giảm. *Triệu chứng*: ho giảm, số lần ho giảm, tiếng ho khàn, đờm ít, thở gấp, đuối sức, họng rát, ăn uống kém, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi nõn, mạch tế sác hoặc tế vô lực. *Điều trị* : dùng phép ích khí dưỡng âm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đảng sâm* 6-10 gam, *bạch truật* 6-10 gam, *cam thảo* 2 gam, *mạch đông* 6-10 gam, *ngũ vị tử* 6-10 gam, *xuyên bối mẫu* 6-10 gam, *kê nội kim* 6-10 gam, sắc uống.

- *Đảng sâm* 6-10 gam, *bạch truật* 6-10 gam, *hoài sơn dược* 6-10 gam, *kiết cánh* 6-10 gam, *bạch hợp* 6-10 gam, *bắc sa sâm* 6-10 gam, *mâm thóc* 6-10 gam, *hạnh nhân* 6-10 gam, sắc uống.

- *Bắc sa sâm* 6-10 gam, *mạch đông* 6-10 gam, *bách bộ* 6-10 gam, *bạch tiễn* 6-10 gam, *la hán quả*, nửa quả - sắc uống.

50. ĐÁI DẪM

Triệu chứng : đi tiểu trong khi ngủ, sau khi tỉnh dậy mới biết thì gọi là đái dầm. Trẻ một hai tuổi đái dầm thì chưa phải là bệnh, hoặc ban ngày quá mệt mỏi, ban đêm đái dầm, hoặc trẻ chưa được tập thành thói quen đái theo giờ nhất định, nên đái dầm thì cũng không coi là trạng thái bệnh. Trẻ trên ba tuổi mà thường xuyên đái dầm thì mới coi là có bệnh. Trẻ bị đái dầm phần lớn là do thận hư, cũng có thể là do khí hư gây nên.

a) Chứng thận dương hư :

Triệu chứng : đái dầm, ớn lạnh, chân tay mát, lưng gối mỏi, nước tiểu trong, miệng nhạt, không khát, tinh thần mệt mỏi, râu lưỡi trắng hoạc, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch nhược. *Điều trị*: dùng phép ôn thận cố tiểu tiện. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Bong bóng lợn* một cái, *ích trí nhân* 10 gam, *ngũ vị tử* 10 gam; *bong bóng lợn*, mổ bỏ nước đái, rửa sạch, các vị thuốc bỏ vào trong bong bóng đun chín, bỏ bã, lấy nước uống. Mỗi ngày một lần, uống liên tục vài ngày.

- *Bổ cốt chỉ* 10 gam, *ích trí nhân* 10 gam, *tang phiêu tiêu* 10-12 gam, *hoài sơn dược* 12-15 gam, *chích cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Thổ tỳ tử* 10 gam, *phúc bồn tử* 10 gam, *kim anh tử* 10 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, sắc uống.

- *Ích trí nhân* 15 gam, tẩm dấm sao khô, nghiền thành bột, chỉ là ba ngày, uống với nước sôi để nguội.

- *Noãn tử cao* (thuốc cao), một lá, hơ nóng, dán vào rốn.

- *Thịt chó* 100 gam, *bong bóng cá* 10 gam, *đậu đen* 50 gam, cùng cho vào nấu như ăn.

b) Chứng khí hư :

Triệu chứng : đái dầm, hụt hơi, yếu sức, ăn uống giảm, dễ ra mồ hôi, rêu lưỡi trắng nhuận, sắc lưỡi nơn, mạch hư.

Điều trị : dùng phép bổ khí cố nhiếp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoài sơn dược* 10-15 gam, *đảng sâm* 10-12 gam, *tang phiêu tiêu* 10 gam, sắc uống.

- *Đảng sâm* 10-12 gam, *bạch truật* 10 gam, *chích cam thảo* 6 gam, *thăng ma* 3 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, sắc uống.

c) Chứng hư nhiệt :

Thường là do thận âm hư gây nên. *Triệu chứng* : ban đêm họng ráo miệng khô, ngủ hay mơ, người buồn bực, bàn chân tay nóng, đại tiện khô, lưng gối nhức mỏi, hoặc đau nhức, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép tư âm là chính kèm theo thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Chích qui bán* 12-15 gam, (sắc trước), *nữ trinh tử* 12 gam, *kim anh tử* 12 gam, *tri mẫu* 6 gam, *chích cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Thục địa* 12 gam, *huyền sâm* 12 gam, *ích trí nhân* 10-12 gam, *hoàng bá* 6 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

Trẻ bị đái dầm thường cảm thấy xấu hổ, tinh thần căng thẳng, thường ít nói, sợ người khác nhắc tới việc của mình. Cho nên người lớn cần kiên trì thuyết phục nhằm giúp em bé giảm căng thẳng về tinh thần, tăng thêm quyết tâm chiến thắng bệnh tật. Người lớn không nên dùng các hình thức quát mắng, trừng phạt mà cần tích cực điều trị.

Trẻ bị đái dầm nên ăn các thức ăn có tác dụng bổ khí, bổ thận, tránh dùng các chất có tính hàn lạnh, quá mặn hoặc quá ngọt. Trẻ bị chứng thận dương hư thì có thể ăn cháo nấu bằng *khiếm thực*, cũng có thể ăn *thịt chó*, *thịt dê*, hoặc một ngày ăn 1-2 lần quả vải khô, mỗi lần trên chục quả. Hoặc *ruột gà* sấy khô nghiền thành bột, mỗi lần uống 6-10 gam. Trẻ bị chứng thận âm hư thì ăn *thịt rùa*. Trẻ bị chứng khí hư thì có thể ăn canh nấu bằng *hạt sen*, *hoài sơn dược*, *bạch quả*.

51. TRẺ KHỐC ĐÊM

Khóc đêm là nói trẻ ban đêm khóc liên tục, nhẹ thì không cần uống thuốc cũng khỏi, còn nặng thì phải có biện chứng điều trị. Nguyên nhân trẻ khóc đêm chủ yếu là do tâm nhiệt, tỳ vị hàn, do ăn uống hay sợ hãi.

a) Chứng tâm nhiệt :

Triệu chứng : ban đêm khóc liên tục, người buồn bực, tiếng khóc to, vang, miệng nóng, mặt và môi đỏ, đại tiện khô, nước tiểu vàng, đầu lưỡi đỏ, móng tay tím. *Điều trị* : dùng phép thanh tâm an thần. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Hoàng liên 0,5 -1 gam, bắc đên 1 nhúm, cam thảo 1,5 gam, câu đằng 3,5 gam (cho vào sau), sắc uống.

- Bắc đên 10 cây, trúc điệp 2 gam, thuyền thoái 1 gam, câu đằng 5 gam (cho vào sau); sắc uống.

b) Chứng tỳ vị hàn :

Triệu chứng: đêm khóc co quắp cả người, thường khóc nhiều từ nửa đêm về sáng, ngủ thích nằm sấp, ăn uống giảm, đại tiện lỏng, chân tay mát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi nhạt, móng tay nhạt hoặc xanh, nước tiểu trắng trong. *Điều trị* : dùng phép ôn tỳ vị tán hàn. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đảng sâm 3-5 gam, bào khương 2-5 gam, thuyền thoái (bỏ chân) 1,5-3 gam, sa nhân 0,5-1 gam (cho vào sau); sắc uống.

- Bột ngô thù du, bột nhục quế - mỗi loại một lượng bằng nhau cho vào trong cao noãn tể đắp vào rốn.

c) Chứng thực tích :

Triệu chứng: ban đêm trẻ khóc từng hồi, bụng trướng, đại tiện có cả phân lỏng, mùi chua thối, rêu lưỡi dày bản. *Điều trị:* dùng phép tiêu thực hóa trệ lý khí. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Kê nội kim 3-5 gam, tiêu sơn tra 3-5 gam, cau khô 3-5 gam, thuyền thoái 3 gam, sắc uống.*

- *Tiêu mạch nha 3-6 gam, tiêu thần khúc 3-6 gam, cau đắng 3 gam, sắc uống.*

d) Chứng kinh khủng thương thần :

Triệu chứng: ngủ giật thột dậy khóc, tiếng khóc gấp, tỉnh dậy thì ôm chặt lấy mẹ, hay sợ hãi. *Điều trị :* dùng phép trấn kinh an thần dưỡng tâm. Có thể chọn trong các bài dưới đây:

- *Thuyền thoái 1,5 - 3 gam, cau đắng 3-5 gam (cho vào sau); thuyền thoái, nướng khô, nghiền thành bột; cau đắng, sắc lấy nước uống với bột thuyền thoái.*

- *Tiểu mạch 3-6 gam, cam thảo 3 gam, đại táo 3 quả, toan táo nhân 3 gam, cau đắng 3 gam, (cho vào sau), sắc uống.*

52. CHỨNG CHẢY RÃI

Trẻ em chảy nước rãi có hai chứng hàn, nhiệt và có liên quan đến tỳ.

Chứng nhiệt :

Triệu chứng: chảy nước rãi, niêm mạc, miệng đỏ lên hoặc loét, hoặc lưỡi đau, miệng khô, khát, đại tiện khô, nước tiểu vàng, chỉ vân tím. *Điều trị :* dùng phép thanh tỳ vị nhiệt. có thể dùng

- Sơn đậu căn 3-6 gam, ngân hoa 10 gam, sinh địa 6-10 gam, đẳng sâm 1-2 cây, trúc diệp 6 gam, cam thảo 3 gam, bội lan 6 gam (cho vào sau) - sắc uống.

b) Chứng hư hàn :

Triệu chứng: chảy rãi, ăn kém, sợ lạnh, bàn chân bàn tay mát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, chỉ vân đỏ nhạt. *Điều trị :* dùng phép ôn tỳ cố nhiếp. Có thể dùng :

- Đẳng sâm 10 gam, bạch truật 10 gam, bào khương 6 gam, khê tử 6-10 gam, khiếm thực 10 gam, mai mục 6 gam - sắc uống.

53. CHỨNG ĐỔ MỒ HÔI Ở TRẺ EM

Chứng đổ mồ hôi ở trẻ em là bệnh ở trẻ em với triệu chứng chính là đổ nhiều mồ hôi. Chứng đổ mồ hôi ở trẻ em ít phức tạp như chứng đổ mồ hôi ở người lớn. Trong quá trình phát triển của trẻ, âm dương phủ tạng của trẻ chưa hoàn chỉnh, khí huyết chưa đầy đủ để bắt túc, lại khí hư nên tuyến mồ hôi không giữ được, hoặc âm hư dương động, làm cho mồ hôi toát ra. Có một số trẻ do "tiên thiên" không đủ, có thể suy yếu dễ ra mồ hôi. Có một số trẻ cơ thể suy nhược, dễ sốt, khí và âm đều tổn hao cũng dễ dẫn đến ra mồ hôi. Có trẻ lại do dinh dưỡng kém cũng dễ sinh ra đổ mồ hôi. Các chứng thường gặp là: khí hư và dương hư.

a) Chứng khí hư :

Triệu chứng: tự nhiên ra mồ hôi, hệ hoạt động là ra mồ hôi, hụt hơi, thiếu sức. Sau khi ăn bụng hay bị đầy, dễ bị cảm cúm, rêu lưỡi trắng nhuận, sắc lưỡi nơn, mạch hoãn vô lực hoặc hư.
Điều trị : dùng phép bổ khí kiềm chế mồ hôi. Có thể chọn dùng trong các bài sau :

- *Mẫu lệ sống* 10-15 gam (sắc trước), *hoàng kỳ* 6-10 gam, *bạch truật* 6-10 gam, sắc uống.

- Hoàng kỳ 6 -12 gam, ngũ vị tử 6-10 gam, phù tiểu mạch 10-15 gam, sắc uống.

- Gạo nếp 100 gam, đại táo 50 gam; gạo nếp sao vàng xay thành bột, đại táo bỏ vỏ nhào nhuyễn, hai thứ trộn với nhau vắt thành từng nắm cho lên bếp hấp. Hấp chín chia làm nhiều lần để ăn. Có thể ăn cùng với nước canh phù tiểu mạch.

b) Chứng âm hư :

Triệu chứng: ban đêm đang ngủ thì ra mồ hôi, miệng khô họng ráo, nóng ruột, hay mơ, hoặc là sốt về chiều, rêu lưỡi ít hoặc quang, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sắc. **Điều trị :** dùng phép tư âm thanh nhiệt liễm mồ hôi. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Thục địa 6 - 20 gam, bạch thược 3-10 gam, hoàng cầm 3-6 gam, hoàng bá 3-6 gam, hoàng kỳ 6-12 gam, phù tiểu mạch 3-10 gam, sắc uống.

- Rễ cây lúa nếp 6-12 gam, phù tiểu mạch 3-10 gam, sắc uống.

- Quy bản 10-12 gam (sắc trước), sinh mẫu lệ 5-10 gam (sắc trước), hoàng bá 3-6 gam, sắc uống.

- Sinh mẫu lệ 10 - 15 gam (sắc trước), phù tiểu mạch 6-15 gam, sơn thù nhục 6-10 gam, sắc uống.

c) Chứng khí âm lưỡng hư :

Vừa có triệu chứng khí hư, vẫn có triệu chứng âm hư, cho

nên có thể căn cứ vào khí âm lưỡng hư để điều trị. Điều trị dùng phép ích khí dưỡng âm liễm mồ hôi. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Đảng sâm* 3 - 10 gam, *mạch đông* 3 -10 gam, *ngũ vị tử* 3-10 gam, *phù tiểu mạch* 6-15 gam ; sắc uống.

- *Sinh mấu lệ* 6-12 gam (sắc trước), *thái tử sâm* 3-10 gam, *phù tiểu mạch* 6-12 gam; sắc uống.

54. CHỨNG SỐT MÙA HÈ Ở TRẺ EM

Chứng sốt mùa hè ở trẻ em còn gọi là chứng thử nhiệt người đời xưa gọi là "chư hạ". Chứng sốt mùa hè có mấy đặc điểm :

- Bệnh chỉ phát sinh ở trẻ dưới ba tuổi.
- Lên cơn sốt có liên quan đến khí hậu nóng, nhiệt độ càng cao thì sốt cũng càng cao, mùa thu mát mẻ thì sốt tự giảm, sang năm thì triệu chứng sẽ giảm đi. Ba là triệu chứng chính của sốt mùa hè là thường lên cơn sốt vào mùa hè, khát, uống nước nhiều, ra mồ hôi ít hoặc không có. Nước tiểu nhiều. Đông y cho rằng bệnh căn là do nguyên nhân bên trong là vì cơ thể của bé suy nhược, nguyên nhân bên ngoài là thử nhiệt, cả hai yếu tố

hợp lại gây nên bệnh. Sốt mùa hè ở trẻ có các chứng chính là chứng nhiệt, chứng khí âm hư, chứng thương nhiệt hạ hư.

a) Chứng nhiệt :

Bệnh không kéo dài, vị trí bệnh là ở phổi và dạ dày, do nhiệt làm thương tổn phổi và dạ dày.

Triệu chứng : sốt, khát muốn uống nước, không có mồ hôi, tiểu tiện nhiều, thỉnh thoảng buồn phiền, bứt rứt, rêu lưỡi mỏng, khô, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc, móng tay tím. *Điều trị* : dùng phép thanh thử nhiệt, dưỡng âm ích khí. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- Sinh thạch cao 9 - 12 gam, tri mẫu 3-6 gam, hoa phấn 3-10 gam, vỏ xanh dưa hấu 12-15 gam, thái tử sâm 6-10 gam, mạch đông 6-10 gam, cam thảo 1-2 gam - sắc uống.

- Ngân hoa 3-10 gam, trúc điệp 1-2 gam, hoàng cầm 2-3 gam, vỏ xanh dưa hấu 12-25 gam, đảng sâm 3-6 gam, bắc sa nhân 6-10 gam; sắc uống.

- Nước ép dưa hấu - uống.

- Đổ xanh, bạch hợp, mỗi loại một lượng bằng nhau sắc uống thay trà.

b) Chứng khí âm lưỡng hư :

Triệu chứng : sốt, khát, muốn uống nước, tiểu tiện nhiều, mồ hôi ít, mệt mỏi, ăn uống giảm, rêu lưỡi ít, khô, mạch sắc,

chỉ vẫn tìm nhạt. *Điều trị* : dùng phép ích khí dưỡng âm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Đảng sâm* 6-9 gam, *mạch đông* 6-10 gam, *ngũ vị tử* 3-6 gam, *hoa phấn* 3-6 gam, *trì mẫu* 3-6 gam, *ngân hoa* 3-6 gam; sắc uống.

- *Ô mai* 1-2 quả, *đại táo* 3-5 quả, *trúc diệp tâm* 5 cái, sắc uống thay trà.

c) Chứng thượng nhiệt, hạ hư :

Triệu chứng : sốt khát, uống nước nhiều, mồ hôi ít hoặc không có, nước tiểu nhiều, trắng trong, đại tiện lỏng, chân mát, tinh thần mệt mỏi, sắc lưỡi nhạt. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt tại thượng tiêu, ôn thận cố tiểu tiện. Có thể dùng :

- *Bào phụ tử* 3-6 gam (sắc trước), *hoàng liên* 1-2 gam, *hoa phấn* 6 gam, *ích trí nhân* 3-6 gam, *phúc bồn tử* 6 gam, *ngũ vị tử* 3-6 gam, sắc uống.

Sau khi điều trị khỏi sốt, do nhiệt tà làm tổn thương khí âm cho nên việc bồi bổ khí âm của tỳ vị là rất quan trọng. Có thể dùng một số vị thuốc kiện tỳ dưỡng vị như *đảng sâm*, *hoài sơn dược*, *bắc sa sâm*, *liên tử* để sắc uống có thể giúp cơ thể hồi phục nhanh chóng. Cũng có thể dùng liên tử, bách hợp nấu canh.

55. BỆNH GIUN KIM

Bệnh giun kim thường thấy ở trẻ em, ở người lớn cũng có. Nguyên nhân gây bệnh là do ăn uống không sạch ăn phải những thực phẩm nhiễm trứng giun, hoặc tay có trứng giun, trước khi ăn không rửa. *Triệu chứng chính của bệnh* : ngứa hậu môn và cửa mình. Ban đêm tại chỗ ngứa có thể phát hiện thấy những con giun trắng nhỏ như đầu sợi chỉ. Sở dĩ ban đêm trẻ em hay bị ngứa hậu môn và cửa mình là vì giun cái ban đêm mò ra ngoài hậu môn để đẻ trứng gây nên ngứa. Cũng có khi giun còn làm cho số lần tiểu tiện tăng lên hoặc đái dầm. Do giun gây ngứa nên ban đêm trẻ thường khóc và tỉnh dậy. Bệnh lâu ngày có thể ảnh hưởng đến hệ tiêu hóa, làm cho ăn uống giảm, người gầy, đau bụng. *Điều trị* : chủ yếu là xổ giun, dùng thuốc uống hoặc đắp ngoài. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bách bộ* 3-6 gam, *phỉ tử nhục* 3-10 gam, *khổ luyện căn bì* 3-10 gam; sắc uống.

- *Phỉ tử nhục* 3-10 gam, *cau khô* 3-10 gam, *cam thảo* 2-3 gam; sắc uống.

- *Sử quân tử* - sao chín. Trẻ em một tuổi, mỗi ngày uống một hạt. Mười tuổi thì uống 10 hạt, không tăng thêm nữa, nhai nuốt trước bữa ăn 30 phút. Một liệu uống liền 15 ngày. Nếu cần thì cách một tháng lại uống tiếp liệu thứ hai.

- *Bách bộ 30 gam, thạch lựu bì 30 gam, sắc rửa hậu môn, mỗi buổi tối rửa trước khi đi ngủ.*

56. MỀ ĐAY

Mề đay - tây y xếp vào bệnh ngoài da thông thường. còn Đông y xếp vào phạm vi bệnh ngoại khoa. Đông y còn gọi bệnh mề đay là "phong chẩn" "ẩn chẩn". Dân gian còn gọi là "mụn phong quỉ", "mụn côm quỉ". Theo tây y thì bệnh căn là do dị ứng gây nên, các nhân tố gây bệnh làm cho tổ chức da phóng thích ra nhiều histamin làm cho mạch máu dẫn tiết dịch tăng gây nên. Đông y cho rằng nguyên nhân gây bệnh bên ngoài là do phong tà, bên trong là do khí huyết không điều hòa, vị trường tích trệ, huyết hư. Bệnh có thể cấp tính và mãn tính. Các chứng thường thấy là phong nhiệt, phong hàn, thực trệ cảm phong huyết hư cảm phong.

a) Chứng phong nhiệt :

Triệu chứng : trên da nổi lên những nốt đỏ, rất ngứa, trời nóng thì bệnh tăng, có kèm sốt, miệng khô, nước tiểu vàng, đại tiện khô, đầu lưỡi đỏ hoặc sắc lưỡi đỏ, mạch phù sắc.
Điều trị : dùng phép khu phong thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Thuyền thoái* 100 gam, rửa sạch, sấy khô, nghiền thành bột, uống ngày 2 lần, mỗi lần 3 gam với nước sôi để nguội.

- *Bèo tím* 6 gam, *nguru bàng tử* 10 gam, *ngân hoa* 10 gam, *kinh giới* 6 gam, *sinh địa* 12 gam, *cam thảo* 3 gam, *bạc hà* 6 gam (cho vào sau); sắc uống.

- *Cúc hoa* 10 gam, *ngân hoa* 12 gam, *hạnh nhân* 6 gam, *bạch tiên bì* 10 gam, *đơn bì* 10 gam, *cam thảo* 6 gam, *bạc hà* 6 gam (cho vào sau); sắc uống.

- *Bèo tím* 30 gam, *địa phụ tử* 30 gam, *mộc phòng kỷ* 15 gam; sắc lấy nước rửa chỗ ngứa.

b) Chứng phong hàn :

Triệu chứng : ngoài da nổi lên những nốt đỏ nhạt, ngứa, gặp gió lạnh thì bệnh gia tăng, ớn lạnh kèm chịu nóng, không ra mồ hôi, miệng ngạt không khát, rêu lưỡi trắng hoạt, sắc lưỡi đỏ nhạt, mạch phù hoãn. *Điều trị* : dùng phép khu phong hàn chỉ dưỡng. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Kinh giới* 10 gam, *phòng phong* 6-10 gam, *thuyền y* 6 gam, *ma hoàng* 6 gam, *hạnh nhân* 6 gam, *cam thảo* 6 gam, *bạch tiên bì* 12 -15 gam; sắc uống.

- *Lá tía tô* 50 gam, *bèo cái* 50 gam - sắc lấy nước để rửa ngoài.

c) Chứng thực trệ cảm phong :

Triệu chứng : hết đợt này đến đợt khác da nổi lên những

nốt sần ngứa làm mất ngủ, các nốt nổi lên phần nhiều là đỏ, bụng đầy, ợ hơi có mùi chua ủng, đại tiện khó, rêu lưỡi dày bản hoặc nhão, mạch hoạt. *Điều trị* : dùng phép khu phong thanh nhiệt tiêu trệ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Kinh giới* 10 gam, *địa phụ tử* 15 gam, *bạch tiên bì* 15 gam, *liên kiều* 12 gam, *đại hoàng* 6-10 gam, *hậu phác* 10 gam, *đơn sâm* 15 gam, *tiêu đạo nha* 10 gam, *tiêu sơn tra* 12 gam, sắc uống.

- *Phòng phong thông thánh hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

d) Chứng huyết hư cảm phong :

Triệu chứng : Các nốt màu đỏ nhạt, ngứa nổi lên liên tiếp từ đợt này đến đợt khác, nhất là từ buổi chiều đến nửa đêm, kèm theo có triệu chứng huyết hư, như tim hồi hộp, váng đầu, mắt hoa, chóng mặt mỏi, phụ nữ hành kinh lượng hành kinh ít, màu nhạt, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép dưỡng huyết khu phong chỉ dưỡng. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Đương quy* 12 - 18 gam, *hà thủ ô* 15 gam, *hồ ma nhân* 15 gam, *địa phụ tử* 12-15 gam, *kỳ xà* 10 gam, *hoàng kỳ* 15 gam, *phòng phong* 10 gam - sắc uống.

- *Thuyền thoái* 20 gam, *bạch phân* 20 gam, *xà sàng tử* 15 gam; sắc lấy nước rửa chỗ ngứa.

57. BỆNH NGỨA NGOÀI DA

Bệnh ngứa ngoài da là chỉ chứng bệnh mà mắt thường nhìn bề ngoài cơ thể không thấy có gì đặc biệt nhưng người bệnh lại cảm thấy rất ngứa. Có rất nhiều loại bệnh có thể dẫn đến ngứa ngoài da như bệnh đái tháo đường, bệnh gan, ung thư, rối loạn chức năng thần kinh, khô da, bệnh thận v.v.... Chứng ngứa ngoài da có liên quan đến mùa. Bệnh sinh ra vào mùa hè gọi là bệnh ngứa ngoài da mùa hè, bệnh phát vào mùa đông gọi là bệnh ngứa mùa đông, ở người già thì gọi là chứng ngứa ở người già. Đông y cho rằng bệnh căn là do phong tà, thấp tà, nhiệt tà, âm huyết của cơ thể không đủ v.v.... Các chứng thường gặp là phong thấp, thấp nhiệt, huyết hư.

a) Chứng phong thấp :

Triệu chứng : ngứa, quá trình bệnh tương đối dài, rêu lưỡi nhẵn, mạch phù hoãn. *Điều trị* : dùng phép khu phong trừ thấp chi dưỡng. Có thể dùng :

- *Kinh giới* 6 - 10 gam, *thuyền thoái* 6- 10 gam, *bạch tiên bì* 15- 20 gam, *địa phụ tử* 15 gam, *khô sâm* 6-10 gam, *tạo giác thích* 10 gam, *xích tiểu đậu* 15 gam ; sắc uống.

b) Chứng thấp nhiệt :

Triệu chứng : bệnh lâu mau khác nhau, thông thường quá trình bệnh ngắn chiếm phần lớn, gặp lúc nóng, thấp thì càng

ngứa thêm, miệng ráo, uống nước ít, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng nhẵn, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt khử thấp chỉ dưỡng. Có thể dùng:

- *Khổ sâm* 12 gam, *đĩ mễ* 30 gam, *địa phụ tử* 15 gam, *hạ khô thảo* 10 gam, *xích linh* 20 gam, *xa tiền tử* 15 gam (gói trong túi vải), cam thảo 3 gam, sắc uống .

c) Chứng huyết hư :

Triệu chứng : ngứa về đêm nhiều, da khô, dày lên, người chóng mặt, sắc lưỡi nhạt, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép dưỡng huyết nhuận táo chỉ dưỡng.

Có thể dùng:

- *Thủ ô* 10 -15 gam, *hồ ma nhân* 15 gam, *đương quy* 10 gam, *sinh địa hoàng* 12 -15 gam, *đơn sâm* 12 gam, *toàn trùng* 3 gam, *thuyền thoái* 3 gam, *hoa hòe* 10 gam.

58. CHÀM

Chàm là bệnh ngoài da thường gặp. Chàm là loại bệnh dị ứng. Y học cổ truyền còn gọi là "Tảm dâm sang" , "Hoàn nhĩ sáng", "Tứ loạn phong", "Nãi tiến ". Triệu chứng của bệnh là chàm . Đông y cho rằng bệnh căn chủ yếu là do thấp tà. Âm thấp là cho ôn nhiệt, gây nên chứng thấp nhiệt, ẩm thấp lâu ngày làm thương tổn tỳ, nhiệt làm thương tổn âm huyết gây nên

chứng hư thực thác tạp. Chàm cấp tính thường thấy chứng thấp nhiệt. Chàm mãn tính thường biểu hiện chứng hư thực thác tạp. Điều trị cần kết hợp uống thuốc với bôi thuốc bên ngoài. Điều trị bằng đông y có kết quả tốt. Đặc điểm chính của chàm là nổi ban đỏ, mọng nước, lây ra, đóng vảy, ngứa. Do sự tồn tại của thấp tà nên bệnh dễ tái phát.

a) Chứng thấp nhiệt :

Thường là thể cấp tính. Triệu chứng: da đỏ lên, xuất hiện các mụn đỏ nhỏ như hạt kê trên đầu mụn mọng nước, ngứa, gãi vỡ ra sẽ chảy nước đóng thành vảy, kèm miệng khô, ít uống nước, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng nhẵn, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sác. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt khứ thấp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Hoàng cầm* 6 - 10 gam, *hoàng bá* 10 gam, *thương truật* 10 gam, *khổ sâm* 12 gam, *xa tiền thảo* 15 gam, *trư linh* 10 gam; sắc uống.

- *Thỏ phục linh* 15-20 gam, *dĩ mễ* 30 gam, *mộc thông* 10 gam, *bồ công anh* 20 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Khổ sâm* 50 gam, *xà sàng tử* 30 gam, *thương nhĩ tử* 15 gam, sắc lấy nước rửa chỗ đau.

- *Hoàng liên* 10 gam, *hoàng cầm* 10 gam, *thạch cao* (nung) 10 gam, *cam thạch* (nung) 12 gam, *băng phiến* 0,5 gam. Tất cả xay thành bột trộn với nhau để dùng dần. Nếu da bị lây, chảy nước thì bôi bột thuốc lâu chỗ lây. Nếu chảy nước ít hoặc

chưa bị lầy chảy nước thì trộn thuốc với dầu thơm bôi lên chỗ ngứa.

- *Mã tiên thảo tươi* 100 gam, sắc lấy nước để nguội rửa chỗ lở.

- *Rau sam tươi* 200 gam, sắc lấy nước thấm ẩm lên chỗ lở. Dùng cho người da đã bị lầy chảy nước vàng.

- *Thanh đại* 10 gam, *toàn trùng* 10 gam, *lô cam thạch* 10 gam, *băng phiến* 2 gam. Các vị trên đều xay thành bột sau khi xay trộn bột với dầu thơm đắp vào chỗ lở.

- *Long đởm tả can hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Đào hoa tán* (thành phẩm) lấy một ít thuốc rắc lên chỗ lở.

- *Hoàng thủy sang dược* (Thành phẩm) trộn với dầu vừng đắp lên chỗ lở.

b) Chứng hư thực thác tạp :

Phần lớn là huyết hư tý nhược và thấp nhiệt thác tạp thường thấy ở chứng lở mãn tính.

Triệu chứng : bị lở lâu ngày không khỏi, da thô ráp, dày, gãi vỡ ra sẽ chảy nước vàng, da chỗ bị lở trở nên màu xám đen, cơ thể mệt mỏi, sắc lưỡi nhợt nhạt, bóng, rêu lưỡi bản, mạch hoãn. *Điều trị* : dùng phép kiện tý dưỡng huyết kiêm thanh lợi. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bạch truật* 10 gam, *vân linh* 15 gam, *tỳ giải* 10 gam, *đương*

quy 10 gam, đơn sâm 15 gam, bạch thược 10 gam, sinh địa 15 gam, địa phụ tử 15 gam, dĩ mễ 30 gam, sắc uống.

- Tùng hương, khô phân, hùng hoàng, hoàng đơn, lượng bằng nhau, cùng tán bột mịn, rây kỹ lấy bột trộn với dầu vừng đắp lên chỗ lở.

- Dầu đại phong tử (thành phẩm), bôi lên chỗ lở.

- Nhị vị bạt độc tán (thành phẩm), trộn với nước trà bôi lên chỗ bị lở.

Người bị lở có thể ăn các thực phẩm có tính khư thấp hoặc thanh nhiệt, khư thấp như ăn canh nấu bằng ý dĩ và bí đỏ, hoặc ăn canh nấu bằng thanh qua và mướp ngọt. Cũng có tác dụng hỗ trợ điều trị tốt.

59. MỤN

Mụn là bệnh mưng mủ cấp tính nang lông và tuyến mỡ da. Mụn có thể phát triển xuống phần dưới da. Mụn thường mọc ở đầu và ở cổ. Bất kỳ mùa nào cũng có, nhưng mùa hè thường nhiều hơn. Bệnh là do nhiễm phải cầu trùng làm mủ như tụ cầu trùng vàng hoặc trắng. Đông y cho rằng bệnh là do nhiệt độc xâm nhập gây nên.

Mụn, bắt đầu xuất hiện ở lỗ chân lông một nốt tròn, đỏ đau, dần dần sưng lên sau đó mưng mủ, vỡ mủ thì sưng cũng giảm và mụn khỏi, thông thường bệnh ít có triệu chứng toàn thân.

Nếu bị nhiệt độc nặng cũng có những chứng có tính chất toàn thân xuất hiện như: sốt, mệt mỏi, đại tiện khô, nước tiểu vàng, ăn uống giảm. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt giải độc. Nhẹ thì chỉ bôi ngoài, nặng thì kết hợp uống trong với bôi bên ngoài. Cấm lấy tay gãi, nặn để tránh làm lây lan các tà độc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Ngân hoa 15-18 gam, bồ công anh 15-20 gam, sinh cam thảo 3 gam, sắc uống.*

- *Bồ công anh 20 gam, tử hoa địa đĩnh 15 gam, dã cúc hoa 15 gam, xích thực 10 gam, sắc uống.*

- *Liên kiều bại độc hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Phụ nữ có thai dùng phải thận trọng.

- *Bồ công anh tươi* - một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát đắp vào mụn, một ngày 1- 2 lần.

- *Cúc hoa đại tươi hoặc tử hoa địa đĩnh tươi*; rửa sạch giã nát; đắp vào mụn.

- *Bạt độc cao* (thành phẩm), hơ nóng cho chảy ra đắp vào mụn.

- *Ngũ phúc hóa độc đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội- dùng cho trẻ em bị mụn nhọt.

Người bị mụn nhọt nên ăn các thực phẩm thanh đạm, không nên ăn các loại cay, nóng, có thể ăn các thực phẩm có tác dụng

hàn lạnh thanh nhiệt, ăn canh nấu bằng bí đao, tử thái, cũng có thể ăn chè đậu xanh với đường phèn, hoặc ăn canh rau cải nấu với thịt lợn nạc.

60. RÔM

Rôm còn gọi là " mụn mỗ hôi" hay " rôm nhiệt" là chứng viêm tuyến mỗ hôi, thường phát sinh vào mùa nóng. Trẻ em bị nhiều hơn. Đông y cho rằng bệnh thấp uất ở lỗ mỗ hôi, ôn nhiệt tích trệ dưới da không bài tiết ra được. Rôm thường mọc ở những nơi hay ra mỗ hôi từ thất lưng trở lên. Trước tiên da đỏ lên, sau đó xuất hiện những chấm li ti, rất ngứa, có cảm giác nóng rát. Khí trời chuyển mát thì rôm sảy cũng tan dần. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt khu thấp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Lục nhất tán* (thành phẩm), một ngày 1 - 2 lần, mỗi lần 6 gam, hòa với nước sôi, để nguội uống. Cũng có thể dùng ngoài

- *Rau sam* 200 gam, sắc lấy nước để nguội rửa hoặc tắm lên chỗ bị rôm.

- *Phấn rôm* - bôi lên chỗ bị rôm.

- *Hạ tang cúc xung tễ* (thành phẩm), mỗi lần một gói, hòa với nước sôi để uống.

- *Đậu xanh, ý dĩ, mỗi loại 30 gam, nấu chín ăn cả nước và cái ; cũng có thể cho thêm một ít đường phèn vừa phải để ăn.*

- *Bí đao 250 gam, dĩ mè 50 gam, cho muối vừa phải, nấu thành canh; ăn cả nước và cái.*

- *Ngân hoa 10 gam, hạ khô thảo 10 gam, trúc diệp 6 gam; sắc uống.*

• Cần chú ý không được gãi làm xây xát da để tránh lây lan, cũng không nên dùng nước nóng và xà phòng giặt để rửa chỗ rôm. Mùa hè nóng nực nên thường xuyên ăn dưa hấu, có tác dụng thanh nhiệt khử thấp, làm giảm rôm sảy.

61. VIÊM BẠCH MẠCH CẤP

Viêm bạch mạch cấp là do vi trùng mưng mủ xâm nhập bạch mạch gây nên. Sau khi nhiễm bệnh sẽ xuất hiện một "đường chỉ đỏ" từ nơi nhiễm bệnh hướng về tim, cho nên các sách y học cổ gọi là "hồng tư đĩnh", "xích đĩnh". Đông y cho rằng bệnh căn là do chất độc hóa nhiệt xâm nhập kinh lạc gây nên. Biểu hiện chính của bệnh là vùng viêm nhiễm đỏ, sưng, nóng và đau và có một "sợi chỉ đỏ" hướng tâm, đến hạch bạch mạch. Nơi đau sẽ sưng căng, ấn đau, người sốt, khó chịu, miệng khô, đại tiện khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc có lực. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt tả hỏa giải độc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Bồ công anh* 15-30gam, *tử hoa địa đing* 15 gam, *ngân hoa* 15-20 gam, *dã cúc hoa* 15 gam, *hoàng liên* 6-10 gam, *sinh cam thảo* 6 gam, *xích thược* 10 gam ; sắc uống.

- *Ngưu hoàng tiêu viêm hoàn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần uống 10 viên với nước sôi để nguội. Phụ nữ có thai kỵ dùng.

- *Song bá tán* (thành phẩm), hòa với nước sôi để nguội đắp vào ổ bệnh nguyên phát.

Người bị viêm bạch mạch cấp nên ăn các thứ thanh lương, cấm ăn các thức ăn nóng, cay, có thể ăn *cháo đậu xanh*, ăn canh nấu bằng *bí đao*, *rau phát*, hoặc ăn canh nấu *cải vàng*.

62. UNG NHỌT

Phạm vi của ung nhọt lớn hơn mụn, bệnh tình cũng nặng hơn. Ung nhọt là loại bệnh mưng mủ cấp tính phát sinh gần lỗ chân lông và tuyến da. Đông y cho rằng bệnh là do hỏa nhiệt chất độc làm tắc nghẽn kinh lạc các cơ dưới da gây nên. Những người già hoặc tuổi trung niên hay mắc chứng này. Nhọt thường lên ở cổ, gáy, thắt lưng, lưng. Nơi nhọt mọc đỏ tấy lên, nóng và đau, ở chính giữa nhọt dần dần mưng mủ, hình dáng như tổ ong, lâu ngày lở loét rộng ra. *Triệu chứng toàn thân*: sốt, ớn lạnh, nhức đầu, buồn nôn, đại tiện khô, rêu lưỡi vàng, sắc

lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị lâm sàng chia thành ba thời kỳ*: thời kỳ đầu, thời kỳ mưng mủ, thời kỳ sau khi vỡ mủ.

a) Thời kỳ đầu :

Chỉ giai đoạn nhọt chưa có mủ.

Triệu chứng : sưng đỏ cục bộ, đau nóng, chân nhọt cứng, kèm triệu chứng toàn thân sốt, ớn lạnh, khát, nhức đầu, đại tiện khô, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc.

Điều trị : dùng phép thanh nhiệt giải độc, hoạt huyết tiêu thũng.

Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- *Bồ công anh 20-30 gam, tử hoa địa đĩnh 15 gam, dã cúc hoa 15-20 gam, ngân hoa 15-20 gam, xích thược 10 gam, bạch chỉ 10 gam, nhũ hương 10 gam, sắc uống.*

- *Vương thi tam hoàng hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.*

- *Như ý kim hoàng tán (thành phẩm) dùng nước trà và mật ong trộn đều đắp lên chỗ đau. Không được uống.*

- *Rau sam tươi, rửa sạch, giã nát, đắp chỗ đau. Nấu canh đậu xanh ăn nhằm hỗ trợ điều trị.*

b) Thời kỳ mưng mủ :

Triệu chứng: nhọt mưng mủ phồng lên, dùng tay ấn thì thấy chuyển động, đau, người sốt, miệng khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt giải độc thấu nùng tiêu thũng. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Ngân hoa 30 gam, liên kiều 15 gam, xích thược 10 gam, xích sơn giáp 10 gam, tạo giác thích 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

- Phù dung diệp, một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát, đắp vào chỗ đau.

- Lục đậu 50 gam, xích tiểu đậu 50 gam, nấu chín ăn cả nước, cả cái, nhằm hỗ trợ điều trị.

c) Thời kỳ sau khi vỡ mủ :

Còn gọi là thời kỳ có miệng. Thời kỳ này nếu mủ đã ra hết, phần thịt bị hoại tử đã sạch, bắt đầu ra da non, nhọt sẽ dần dần khô. Cơ thể cũng không suy nhược không cần uống thuốc cũng được. Nếu như khí huyết hư, da non ra chậm, khó khép miệng nhọt, thì cần bổ ích khí huyết, kích thích lên da non và khép miệng. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Sinh cơ tán (thành phẩm), dùng ngoài để giảm đau, lành miệng, không được uống. Cách dùng là rửa sạch nhọt bằng nước sôi để nguội hoặc nước muối, thuốc hòa với nước sôi để nguội bôi lên nhọt.

- Bát trân hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần uống 10-20 gam với nước sôi để nguội.

- Hoàng kỳ 13-20 gam, đương quy 10 gam, bạch cập 10 gam, bồ công anh 15 gam, cam thảo 3 gam - sắc uống.

Thời kỳ này nên ăn chim bồ câu non, gà giò, để bổ ích khí huyết giúp làn da non lành miệng.

63. BỎNG NHẸ

Nguyên nhân gây bỏng là do nước sôi, lửa, dầu, mức độ bỏng thường chia ra: bỏng nhẹ, bỏng vừa, bỏng nặng bỏng rất nặng. Đánh giá mức độ bỏng là căn cứ vào diện tích và độ sâu của bỏng. Độ sâu của bỏng được chia ra: độ một, độ hai, độ ba. Bỏng độ một: tổn thương ngoài da trên mặt da sưng ra các nốt đỏ, sưng đau, bề mặt khô, chưa có bong bóng nước. Bỏng độ 2 chia ra bỏng độ hai nông và độ hai sâu. Độ hai nông là vết bỏng ăn vào lớp cạn của da thịt, tạo nên vết đau cục bộ, nổi lên những mụn chứa nước, chân mụn sưng đỏ, ươn ướt. Độ hai sâu là vết bỏng ăn vào tầng sâu của da tạo nên những mụn chứa nước, đau rát, chân mụn trắng xám, rải rác có chấu đỏ, ươn ướt. Bỏng độ ba là vết bỏng ăn sâu vào toàn bộ lớp da, thậm chí ăn sâu cả vào thịt và da. Bỏng nhẹ là chỉ bỏng độ một độ hai với tổng diện tích bị bỏng là dưới 10%. Ở trẻ em là bỏng độ hai với diện tích bị bỏng là dưới 5%. Người bị bỏng tương đối nặng nên đưa đến bệnh viện cấp cứu. Nếu diện bị bỏng không lớn, mức độ bỏng tương đối nông và không có triệu chứng toàn thân thì chỉ dùng thuốc bôi ngoài cũng được. Có thể chọn dùng các thuốc bôi ngoài dưới đây:

- Dầu lợn rừng (thành phẩm), bôi lên vết bỏng.
- Thang hỏa tán (thành phẩm) ; dùng dầu vừng (dầu thơm) trộn đều bôi lên vết bỏng.

- *Vạn hoa dầu* (thành phẩm), bôi lên vết bỏng.
- *Lòng trắng trứng gà trộn với dầu vừng* (dầu thơm), bôi vết bỏng.
- *Sinh thạch cao 30 gam, đại hoàng 15 gam, băng phiến 5 gam*, nghiền thành bột, rây kỹ, dùng dầu thơm hoặc lòng trắng trứng trộn đều, đắp lên vết bỏng.
- *Hoàng thực quì hoa* (tức thu quì hoa) 200 gam, *dầu thơm* (*dầu vừng*), 250 gam, nghiền *thực quì hoa* thành bột, trộn với dầu vừng thành cao, bôi lên vết bỏng.
- *Đại hoàng 30 gam, sinh địa du 30 gam, hoàng liên 30 gam, băng phiến 6 gam*, tất cả sấy khô nghiền thành bột, rây kỹ, dùng dầu thơm hay lòng trắng trứng gà trộn đều bôi vào vết bỏng.

Nếu bệnh nhân có các hiện tượng miệng khô, nóng ruột, nước tiểu vàng v.v... Có thể uống các thuốc có tác dụng thanh nhiệt giải độc :

- *Ngân hoa 15 gam, hoàng liên 6 gam, sinh địa 15 gam, trúc điệp 6 gam*; sắc uống.

Người bị bỏng nhẹ, nên ăn các thứ thanh đạm, tránh ăn các thực phẩm cay, khô, nóng, cấm uống rượu. Có thể ăn dưa vàng, mướp, mướp đắng, bí đỏ. Có thể ăn cháo đậu xanh nấu với đường phèn, cũng có thể ăn dưa hấu. Các thực phẩm trên đều có tác dụng thanh nhiệt giúp làm lạnh các vết bỏng.

64. VẢY PHẤN HỒNG

Vảy phấn hồng là bệnh ngoài da thường gặp, còn gọi là "mẫu tiền", nó cùng dạng với chứng "phong tiền" mà sách y cổ đã nói tới. Người trẻ tuổi hay mắc chứng này và thường thấy nhiều vào mùa xuân, thu. Đặc điểm của bệnh là trên da nổi lên những chấm màu hồng nhạt, có vảy nhỏ, sau một hai tuần thì theo các nếp nhăn của da hay song song với xương sườn sẽ nổi lên hàng dãy nốt nhỏ. Đông y cho rằng nguyên nhân gây bệnh là do nhiệt làm thương tổn âm dịch lại cảm phải tà độc phong nhiệt, huyết nhiệt hóa táo, xâm phạm tới da gây nên bệnh. *Triệu chứng của bệnh* : đầu tiên xuất hiện các nốt nguyên phát, bệnh tiến nhanh, một hai tuần sau xuất hiện các nốt hình bầu dục màu đỏ nhạt, da khô, bề mặt có vảy nhỏ, ngứa. Sau bốn hoặc tám tuần thì bệnh tự khỏi. Bệnh thường có kèm các triệu chứng: phiền muộn, khát, đại tiểu khô, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt lương huyết, sủ phong chỉ dưỡng. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Tử thảo* 15-20 gam, *hoa hòe* 15 gam, *đơn bì* 10 gam, *xích dược* 10 gam, *địa phụ*, *tử* 10 gam, *thuyền thoái* 10 gam, *sinh địa* 15 gam, *đơn sâm* 10 gam, sắc uống.

- *Bản lam căn* 20 - 30 gam, *đại thanh diệp* 15 - 20 gam,

tử thảo 15-20 gam, sinh địa 15-20 gam, xích thược 12 gam, bạch tiên bì 15 gam, đơn sâm 15 gam, sắc uống.

65. CHỨNG MŨI ĐỎ

Chứng mũi đỏ, còn gọi là mũi bã rượu, mũi đỏ, là một bệnh ngoài da mãn tính. Bệnh chủ yếu phát ra ở mũi. Nguyên nhân gây nên chứng mũi đỏ là do uống rượu, do nhiệt tà, phong hàn; cũng có thể có quan hệ nhiễm khuẩn. Căn cứ vào sự tiến triển của bệnh có thể chia làm ba thời kỳ:

* Thời kỳ nổi ban đỏ:

Triệu chứng : hai cánh mũi nổi ban đỏ, đầu ban nóng. Khi ăn các chất cay hay khi tinh thần phấn chấn thì ban càng đỏ, để lâu sẽ thành ban đỏ khó làm tiêu tan được.

* Thời kỳ giãn mao mạch (thời kỳ các nốt bắt đầu có mủ).

Triệu chứng : Các nhánh hoặc mang mao mạch trên các ban đỏ dần dần lan tỏa, trên các ban đỏ xuất hiện các nốt hoặc bong bóng mủ, lúc này bệnh có thể lan ra cả má, cằm, trán.

* Thời kỳ phi đại (thời kỳ mũi thừa)

Triệu chứng : đầu mũi phình to, dày lên, có ngấn có dạng như ung thư. Các chứng thường gặp là uất nhiệt và ứ huyết.

a) Chứng uất nhiệt : thường thấy ở thời kỳ nổi ban đỏ và thời kỳ giãn mao mạch. *Triệu chứng chính :* ở da mũi xuất hiện ban đỏ và giãn mao mạch, ăn các chất nóng thì màu càng đỏ, miệng khô, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị:* dùng phép thanh nhiệt lương huyết kiêm thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sinh thạch cao 30 gam, tỳ bà diệp 10 gam, khổ sâm 12 gam, đờn bì 10 gam, rễ cỏ tranh 15 gam, xích thược 10 gam, đào nhân 10 gam, hồng hoa 10 gam. Sắc uống dùng để điều trị thời kỳ nổi ban đỏ.

- Sinh thạch cao 30 gam, tri mẫu 15 gam, bồ công anh 20-30 gam, ngân hoa 10 gam, xích thược 10 gam, hồng hoa 10 gam, đờn sâm 15 gam, dã cúc hoa 15 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống. Dùng để điều trị thời kỳ giãn mao mạch bắt đầu có mủ.

- Bột tẻ, rửa sạch, lấy dao con thái ngang, bôi nhẹ lên chỗ đau.

- Nước ép bí đao, bôi vào chỗ đau, khô bôi tiếp.

b) Chứng ứ huyết : thường thấy do để lâu không chữa, da ở mũi phình to, dày lên, màu đỏ tím hoặc tối, tạo nên mũi thừa, sắc lưỡi đỏ sẫm hoặc có huyết. *Điều trị :* dùng phép hoạt huyết khu ứ thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Quy vĩ 10 gam, xích thược 10 gam, hồng hoa 10 gam,

đơn sâm 15 gam, hạ khô thảo 10 gam, uy linh tiên 10 gam, khổ sâm 10 gam, bạch mao căn 15 gam, sắc uống.

- Bột tẽ, rửa sạch, cắt ra, xát nhẹ lên chỗ đau.

- *Huyết phủ trục ứ hoàn và liên kiều bại độc hoàn*, hai thứ dùng chung, một ngày hai lần, mỗi lần mỗi loại 1 viên, uống với nước sôi để nguội.

66. CHỨNG HÓI BAN

Chứng hói ban, sách y cổ gọi là du phong. Bệnh căn phần lớn là do tinh thần quá căng thẳng làm cản trở cung cấp máu cho tóc. Đông y cho rằng nguyên nhân bên trong là do can thận hư; nguyên nhân bên ngoài là do phong tà; cả hai kết hợp gây nên chứng hói ban.

Hói ban thường phát sinh đột ngột, không biết trước. Đầu tóc đột nhiên rụng thành hình tròn, hình bầu dục hoặc các hướng đa dạng khác. Chỗ tóc rụng trơn nhẵn. Số lượng, kích cỡ chỗ rụng mỗi người một khác. Có người cả đầu tóc đều rụng hết gọi là hói toàn bộ. Cá biệt có người còn rụng hết lông mi, râu, lông nách, lông bộ hạ - gọi là "phổ thoát". Ngoài ra có thể còn có các triệu chứng bàn chân bàn tay nóng, lưng, gối nhức mỏi, ngủ không yên giấc, mạch tế. *Điều trị* : dùng phép tu bổ can thận, khu phong. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây :

- *Thục địa* 15-20 gam, *hà thủ ô* 15 gam, *thổ ti tử* 15 gam, *đương quy* 15 gam, *xuyên khung* 10 gam, *khương hoạt* 10 gam, *phòng phong* 10 gam, sắc uống.

- *Bỏ cốt chỉ* 50 gam, *hạn liên thảo* 50 gam, cồn 75% 400ml. Rửa sạch *bỏ cốt chỉ* và *hạn liên thảo*, sấy khô cho vào cồn ngâm, bảy ngày sau lấy ra dùng, mỗi ngày vài lần bôi lên chỗ đau.

- *Gừng tươi*, cắt từng lát mỏng xát lên chỗ đau.

- Dùng *kim hoa mai* để gõ. Trước tiên dùng cồn 75%, sát trùng chỗ đau, sau đó dùng kim gõ nhẹ, đầu kim để thẳng, không được châm thủng da, gõ cho đến lúc da đỏ thẫm là được. Mỗi ngày mỗi gõ 1 - 2 lần.

67. RỤNG TÓC

Rụng tóc bao gồm cả chứng hói ban, là một loại bệnh thường gặp. Dưới đây chỉ giới thiệu chứng rụng tóc không phải là hói ban. Y học cổ truyền cho rằng tinh hoa của thận là ở tóc, tóc là do máu, tức là sự phát triển của tóc là do thận, sự nuôi dưỡng của tóc là do máu. Những nhân tố ảnh hưởng đến dinh dưỡng của tóc đều có thể gây nên rụng tóc. Đại thể có hai nguyên nhân lớn là hư và thực, hư thì có can thận hư, khí huyết hư; thực thì có thấp trở, ứ huyết. Các chứng thường gặp là: Can thận hư, thấp trở, ứ huyết.

a) Chứng can thận hư :

Thường thấy ở những người cơ thể suy nhược, hoặc người tuổi trung niên trở lên. *Triệu chứng* : tóc trên đỉnh đầu hay trước trán hay dễ rụng, da đầu nổi vảy, hay quên, mắt hoa, chóng mặt, mệt mỏi, lưng gối nhức mỏi, hoặc còn thấy di tinh, kinh nguyệt không đều, râu lưỡi ít, sắc lưỡi nơn, mạch trái tế. *Điều trị* : dùng phép tư bổ can thận. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hà thủ ô* 12 - 15 gam, *nữ trinh tử* 12 - 15 gam, *thổ ti tử* 12 gam, *hắc chi ma* 10 gam, *đương quy* 10 gam, *bạch truật* 10 gam, *cảo bản* 6 gam, sắc uống.

- *Thất bảo mỹ nhiệm đơn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống khi bụng đói với nước sôi để nguội hoặc rượu màu hâm nóng.

- *Câu kỷ tử* 15 gam, *thổ ti tử* 10 gam, *tang thậm tử* 15 gam, *hà thủ ô* 15 gam, *đơn sâm* 20 gam, *hoàng kỳ* 15 gam, *đương quy* 10 gam, *bá tử nhân* 15 gam, sắc uống.

b) Chứng khí huyết hư :

Thường gặp ở phụ nữ sau khi đẻ, người mất máu hoặc cơ thể suy nhược. *Triệu chứng* : màu tóc trở nâu vàng, rụng thưa dần, mặt vàng vọt, thường xuyên vầng dầu hoa mắt, cơ thể mỏi mệt, hồi hộp, thở gấp, lượng kinh ra ít mà màu nhạt. sau khi ăn hay đầy bụng, râu lưỡi trắng mỏng, sắc lưỡi đỏ nhạt,

mạch té hoặc hư. *Điều trị* : dùng phép bổ ích khí huyết. Có thể chọn dùng trong các bài sau đây:

- Hoàng kỳ 15 - 24 gam, đảng sâm 15 gam, tiêu bạch truật 10 gam, đương quy 10 gam, hà thủ ô 15 gam, câu kỷ tử 15 gam, kê huyết đằng 20 gam, ngũ vị tử 10 gam, sắc uống.

- Bát trân hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

c) Chứng thấp trở :

Phần nhiều gặp ở những người rụng tóc do thừa mỡ, người trẻ tuổi hoặc người béo mập hay mắc. *Triệu chứng*: đầu tóc đen mà nhiều dầu, da đầu ngứa, da mặt tiết ra nhiều chất dầu, ăn ít, lòng buồn bực, rêu lưỡi bản, mạch hoãn. Người thuộc dạng thấp nhiệt thì đầu cổ đầy mồ hôi, hoặc ra mồ hôi màu vàng, nước tiểu thường thường vàng, rêu lưỡi vàng bản, mạch hoạt sắc. *Điều trị* : dùng phép khứ thấp kiện tỳ, hoặc kiện tỳ khứ thấp thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Tiêu bạch truật 12-15 gam, vân linh 15 gam, tru linh 15 gam, trạch tả 10 gam, tỳ giải 15 gam, bạch tiên bì 15 gam, tang thầm 10 gam, dạ giao đằng 15 gam, kê huyết đằng 20 gam. Sắc uống. Nếu người thấy nhiệt thì thêm dĩ mễ 30 gam, xa tiền tử 12 gam, sắc uống.

- Tiêu bạch truật 10 gam, hoài đơn dược 15 gam, khiếm thực

10 gam, *thương truật* 10 gam, *hoàng bá* 10 gam, *phục linh* 20 gam, *tỳ giải* 10 gam, *đơn sâm* 30 gam, sắc uống.

- *Khương hoạt* 10 gam, *phòng phong* 10 gam, *bạch chi* 10 gam, *hồng hoa* 10 gam, *thương truật* 10 gam, *địa phụ tử* 15 gam, sắc lấy nước gội đầu.

d) Chứng ứ huyết :

Rụng tóc do bị thương hay bị va vào đầu. *Triệu chứng*: rụng tóc, đầu đau như kim châm, hay quên, môi tím, lưỡi có ban ứ. *Điều trị* : dùng phép trước tiên hoạch huyết hóa ứ, sau đó bổ thận kiện não, kích thích mọc tóc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Quy vĩ* 10 gam, *xuyên khung* 10-15 gam, *xích thược* 10 gam, *sinh địa* 15 gam, *đào nhân* 10 gam, *hồng hoa* 6 gam, *cảo bản* 10 gam, *dạ giao đằng* 30 gam, *thủ ô* 15 gam, sắc uống ; nhằm khu ứ.

- *Huyết phủ trục ứ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm), *thất ly tán* (thành phẩm), hải thứ dùng chung. *Kỷ cúc địa hoàng hoàn*, mỗi lần 10 gam; *thất ly tán*, mỗi lần 3 gam, mỗi ngày 2-3 lần, uống với nước sôi để nguội hoặc dùng rượu màu uống với *thất ly tán*. Bài thuốc này dùng cho những người: đau đầu đã giảm nhiều, tóc bắt đầu mọc, lưỡi tụ máu đã giảm.

68. VIÊM DA DO CÔN TRÙNG CẮN

Viêm da do côn trùng cắn là chỉ các dạng viêm da do chất độc của côn trùng sau khi cắn vào người để lại trong da gây nên. Những côn trùng có thể cắn gây viêm da như: rết, nhện độc, ong, kiến, rận, bọ chét, đỉa v.v... Trong đó có những con mà chất độc của nó có thể gây nên phản ứng toàn thân như rết, nhện độc, ong vàng v.v... Dưới đây chỉ giới thiệu cách điều trị đối với triệu chứng viêm da cục bộ do côn trùng cắn.

Chỗ da bị côn trùng cắn nổi mẩn, sưng, ban đỏ; chính giữa chỗ bị cắn phồng lên một nốt nhỏ hoặc tụ máu; có thể đau hoặc ngứa.

a) Rết cắn :

Biểu hiện chủ yếu là đau nhức cục bộ, sưng đỏ.

+ Trước tiên rửa sạch vết thương bằng nước xà phòng, sau đó mới dùng thuốc bôi ngoài.

+ Có thể chọn dùng một trong các thứ thuốc dưới đây để bôi ngoài :

- Rau giền, rửa sạch, giã dập, đắp vào vết thương.

- Lá đậu ván trắng tươi : rửa sạch ,giã nát, đắp vào vết thương.

- Rau dấp cá, rửa sạch, ép nước bôi vào vết cắn.

- Lá cây kim anh tử, rửa sạch, giã nát đắp vào vết cắn.
- Phượng tiên hoa, giã nát đắp ngoài.

b) Nhện độc cắn :

Biểu hiện chủ yếu là sưng đỏ cục bộ, đau rát. Có thể điều trị theo các phương pháp dưới đây:

- Nhanh chóng nặn, hút hết chất độc ra. Sau khi sát trùng, có thể rạch mở vết cắn để hút nặn hết chất độc.
- Dùng nước muối rửa vết cắn.
- Nam thông xà dược phiến - vài viên, dùng nước sôi để nguội nhào thang hồ viên thành một vòng tròn quanh vết cắn, cách vết cắn 3 mm, không được bôi trực tiếp vào vết cắn.
- Có thể dùng một con ốc sên to, giã nát đắp vào vết cắn.

c) Ong đốt :

Chỗ bị ong đốt bị sưng đỏ và đau, vài giờ sau đó thể hết. Nếu bị cả đàn ong cắn thì sẽ xuất hiện triệu chứng toàn thân như: váng đầu, buồn nôn, bứt rứt, sốt. Có thể chọn dùng trong các phương pháp dưới đây để điều trị viêm da do ong đốt:

- Sau khi ong đốt thường để lại đuôi nhọn trong da, cần nhanh chóng lấy ra.
- Cần dùng nước xà phòng giặt hoặc xà phòng thơm rửa sạch vết ong đốt. Nếu ong vàng đốt thì phải dùng dấm ăn để rửa vết thương .

- *Rau giền gai tươi* - một lượng vừa phải- giã nát đắp vào vết thương .

- *Lá Đậu ván trắng tươi*, rửa sạch, giã nát, đắp vào vết thương ,

- *Ban biên liên* - một lượng vừa phải, đập giập hoặc sắc lấy nước đặc để đắp ngoài hoặc bôi chung quanh vết thương không nên đắp hoặc bôi thuốc trực tiếp vào vết thương. Bài thuốc này dùng để trị ong vàng đốt có hiệu quả tốt.

- *Hạ khô thảo tươi* - một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát bôi vết thương.

Các côn trùng khác đốt gây viêm da đều có thể dùng rau giền gai, giã nát, đắp ngoài vết thương. Cũng có thể dùng mật gấu hòa với rượu trắng bôi vết thương.

69. VIÊM TẮC MẠCH MÁU

Viêm tắc mạch máu, đông y còn gọi là "thoát thư" hoặc "thoát cốt thư", là bệnh mạch máu mãn tính. Thường gặp ở những người trẻ tuổi. Bệnh phần lớn phát sinh ở động mạch vừa và nhỏ của chân và tay, gây rối loạn tiểu động mạch ở ngón, dẫn đến thiếu máu, thiếu dinh dưỡng cục bộ, gây nên hoại tử. Bệnh căn chủ yếu là do bên trong thì tỳ thận hư, bên ngoài thì hàn thấp. Cả hai kết hợp lại làm cho khí huyết không thông, mạch

lại ứ trệ không thể nuôi dưỡng được các đầu ngón tay ngón chân, hoặc thấp uất hóa nhiệt, hóa nhiệt thương âm.

Biểu hiện chính của viêm tắc mạch máu là chi bị bệnh sẽ lạnh, tê buốt, đau, đi cà nhấc, đỏ hoặc tím cục bộ. Nếu bệnh ở chân thì động mạch ở mu bàn chân (ở huyết xung dương, thái xung) sẽ đập yếu hoặc mất hẳn, nếu để lâu thì đầu ngón sẽ tím tái, đen và hoại tử.

Căn cứ vào giai đoạn phát triển thì viêm tắc mạch máu chia thành ba thời kỳ: thời kỳ đầu (thời kỳ thứ nhất) còn gọi là thời kỳ chức năng bị cản trở; thời kỳ giữa (thời kỳ thứ hai) còn gọi là thời kỳ dinh dưỡng bị cản trở; hậu kỳ (thời kỳ thứ ba) còn gọi là thời kỳ hoại tử. Căn cứ vào triệu chứng của ba thời kỳ này, đông y chia các chứng lâm sàng thành: hàn ngưng, dương hư, thấp trở ứ huyết, ứ nhiệt, âm hư ứ nhiệt, khí huyết lưỡng hư.

a) Hàn ngưng dương hư :

Triệu chứng: đầu chi bị bệnh lạnh, nhiệt độ ở đầu chi giảm thấp, cảm giác tê, da tái, thỉnh thoảng đau, khi đang đi có lúc bị chuột rút hay đi cà nhấc, động mạch mu bàn chân đập yếu, rêu lưỡi trắng nhuận, sắc lưỡi nhạt, mạch trầm tế. *Điều trị :* dùng phép ôn kinh tán hàn, bổ dương thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Dương hòa hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 6 gam, uống với nước sôi để nguội.

- Ma hoàng 6 gam, thực địa 20-30 gam, nhục quế 3-6 gam, bào khương 10 gam, bạch giới tử 10 gam, qui vĩ 10-12 gam, ké huyết đằng 30 gam; nếu đau ở chân thì thêm hoài ngư tát 12 gam; nếu đau ở chi thì thêm quế chi 10 gam. Nếu chân nặng nề, rêu lưỡi trắng nhẵn có triệu chứng thấp thì thêm thổ phục linh 30 gam - sắc uống.

b) Chứng thấp trở ứ huyết :

Triệu chứng: chi bị bệnh tím tái, cơ bị co giật, chân nặng nề vô lực, lạnh cục bộ, đau về đêm nhiều, động mạch mu bàn chân đập yếu hoặc không có, rêu lưỡi trắng nhẵn, sắc lưỡi tím thâm hoặc bán ứ, mạch sáp. *Điều trị :* dùng phép khu thấp hoạt huyết thông lạc. Có thể dùng:

- Thương truật 12 gam, phục linh 30 gam, hoài ngư tát 15 gam, đương quy 15-20 gam, đơn sâm 30 gam, chế nhũ hương 12 gam, chế một dược 15 gam, hoàng kỳ 20 gam, sắc uống.

c) Chứng ứ nhiệt :

Triệu chứng: chi bị bệnh đỏ thắm, đau nhức, về đêm đau nhiều, động mạch nơi bàn chân không đập, có ngón chân bị lở loét, khát, đại tiện khô, sắc lưỡi đỏ hoặc tím, mạch sáp hoặc tế sáp. *Điều trị :* dùng phép hoạt huyết thanh nhiệt dưỡng âm. Có thể dùng :

- Đương quy 15-30 gam, đơn sâm 20-30 gam, chế mộc dược 15 gam, kim ngân hoa 30-60 gam, huyền sâm 30 gam, liên kiều

15 gam, hoàng kỳ 15-30 gam, bạch giới tử 12 gam, ngư tử 15 gam - sắc uống.

d) Chứng âm hư ứ nhiệt :

Triệu chứng: đầu ngón chi bị bệnh đen sẫm, hoại tử, chi bị bệnh nóng rát, đau dữ dội, miệng ráo, người buồn bực, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ, mạch tế sắc. *Điều trị :* dùng phép tư âm thanh nhiệt, thông lạc hòa dinh. Có thể dùng:

- *Huyền sâm* 20-30 gam, *sinh địa* 15-30 gam, *thạch斛* 15-20 gam, *ngân hoa* 30 gam, *bồ công anh* 20 gam, *tử hoa địa* 20 gam, *đương quy* 15 gam, *xích thược* 15 gam, sắc uống.

d) Chứng khí huyết lưỡng hư :

Triệu chứng: Chỗ cơ xương hoại tử đã rơi, vết thương không khép miệng, da có nơi bị tái, cơ bị teo, hơi thở ngắn, thiếu sức, hồi hộp, sắc lưỡi nhợt nhạt, mạch tế vô lực. *Điều trị:* dùng phép bổ ích khí huyết. Có thể dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng kỳ* 24-30 gam, *đảng sâm* 15-20 gam, *đương quy* 10-15 gam, *thục địa hoàng* 15 gam, *bạch thược* 10gam, *chích cam thảo* 6 gam, sắc uống.

- *Thập toàn đại bổ hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 - 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Nhân sâm dưỡng vinh hoàn* (thành phẩm), một ngày 2- 3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

70. U XƠ VÚ

U xơ vú là u lành tính. Nữ thanh niên hay mắc chứng này. Đông y gọi là " nhũ tích". Bệnh căn là do tinh chí ức uất, tâm tình không thông, gây gan mất điều hòa, Can khí uất kết, khí uất ngưng kết thành đàm, đàm khí uất kết, lâu ngày đàm khí khí huyết ngưng trệ trong vị lạc buồng vú mà gây nên.

Triệu chứng: Ở vú nổi lên một hoặc nhiều u nằm bên ngoài và phía trên vú. U to nhỏ khác nhau, có cái to bằng hạt quả đào, có cái to bằng quả trứng gà, bề mặt nhẵn bóng, có gờ rõ, có chạy đi chạy lại được, ấn không đau, màu da không thay đổi, u phát triển chậm, hạch nách không to, mạch phần lớn huyền hoặc huyền hoạt. *Điều trị* : dùng phép thư can lý khí, hóa đàm thông lạc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sài hồ tẩm dấm 6-10 gam, đơn sâm 15-20 gam, t ích thực 10 gam, vương bất lưu hành 15 gam, thanh bì 10 gam, toàn qua lấu 30 gam, uất kim 10 gam, bạch giới tử 10 gam, cao sừng hưu 15 gam - sắc uống.

- Tiêu dao hoàn (thành phẩm), mỗi lần 10 gam. Tiêu kim đơn (thành phẩm), mỗi lần 0,6 gam. Hai thứ dùng chung, một ngày hai lần, uống với nước sôi để nguội.

- Sài hồ tẩm dấm 6 - 10 gam, đảng sâm 15 gam, nga truật 15 gam, tam lăng 10 gam, pháp bán hạ 10 gam, toàn qua lấu 30 gam, quất hạch 15 gam, chích sơn giáp 9 gam, thanh bì

10 gam, hạ khô thảo 10 gam, cam thảo 3 gam ; sắc uống. Bài thuốc này dùng cho người tương đối khỏe, có u tương đối rắn chắc và đã sưng tương đối lâu.

71. BỆNH PHÌ ĐẠI TUYẾN VÚ (TĂNG SINH)

Phì đại tuyến vú là bệnh tăng sinh tổ chức tiểu thùy và nang tính, phụ nữ ở độ tuổi 30-50 hay mắc chứng này. Đông y xếp vào phạm vi "nhũ tích". Bệnh có liên quan đến rối loạn nội tiết. Đông y cho rằng bệnh có liên quan đến Can khí uất kết, khí huyết không điều hòa, hai mạch xung nhâm bị rối loạn.

Triệu chứng của chứng phì đại tuyến vú : hai bên vú nổi lên những cục hoặc hạch to nhỏ khác nhau, mềm hoặc cứng, bờ không rõ ràng, không dính kết, dễ di động. Sự thay đổi to nhỏ các cục u có liên quan đến trạng thái tinh thần giận dữ, giận dữ thì u to lên, trước kỳ kinh u to, sau kỳ kinh u nhỏ lại. Đầu vú có lúc vàng, lục hoặc nâu, hoặc chảy nước có máu. *Điều trị*: dùng phép thư can giải uất, điều hòa xung nhâm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Sài hồ tẩm dấm 10 gam, tửu bạch thược 10-12 gam, đương quy 10 gam, bồ công anh 15 gam, uất kim 10 gam, tiên mao

10 gam, tiên linh tỳ 10 gam, thố ti tử 12 gam, tri mẫu 12 gam, - sắc uống.

- Sài hồ tằm dấm 10 gam, dương quy 10 gam, bạch thược 10 gam, bạch truật 10 gam, phục linh 10 gam, bạc hà 6 gam, uất kim 10-12 gam, đơn sâm 12 gam, chế hươu phụ 10 gam, qua lâu bì 15 gam, sinh mẫu lệ 30 gam, cam thảo 3-6 gam, lộc giác sương 15 gam - sắc uống.

- Tiêu dao hoàn (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội. Đồng thời uống 1,5 gam bột lộc giác.

- Có thể dùng dương hòa giải ngưng cao (thành phẩm) dán ngoài.

Nếu bệnh phì đại tuyến vú chuyển biến theo hướng xấu thì có thể điều trị bằng phẫu thuật.

72. CHẤP LỆO

Chấp lệo còn gọi là "châm nhân", "thâu châm nhân", "thỏ dương"; là chứng bệnh nhiễm trùng mưng mủ cấp tính, thường phát ra ở tuyến mi mắt và tuyến sụn mi. Bệnh căn là do phong nhiệt, chứng nhiệt ở tỳ vị tác động đến kinh lạc da mắt gây nên.

Đầu tiên ở mi mắt nổi lên một mụn nhỏ như hạt lúa mạch, chân mụn sưng đỏ, tương đối cứng, hơi ngứa, tiếp đó mụn

sưng đỏ hơn và nóng, đau hơn, không thích ấn. Thể nhẹ thì chỉ mấy ngày là tiêu hết. Thể nặng thì mưng mủ. Sau khi vỡ mủ hết thì bệnh khỏi dần. Thể nặng có thể làm cho cả con mắt bị sưng đỏ, đau ,kèm theo nóng, sợ lạnh. Khi điều trị cần phân thành phong nhiệt và tỳ vị nhiệt thịnh để điều trị.

a) Chứng phong nhiệt :

Thường thấy ở thời kỳ đầu, ở mi mắt nổi lên mụn cứng, ngứa, rát, mạch phù, đầu lưỡi đỏ. *Điều trị* : dùng phép khu phong thanh nhiệt có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Bạch cúc hoa* 15 gam, sắc hai lần, lần đầu sắc lấy nước uống, lần thứ hai sắc lấy nước để nguội rửa mắt, một ngày 2-3 lần.

- *Ngân hoa* 12 gam, *liên kiều* 10 gam, *bạch chỉ* 10 gam, *xích thược* 10 gam, sắc uống.

b) Chứng tỳ vị nhiệt :

Triệu chứng: chỗ đau sưng đỏ, nóng đau, mụn cứng, khát, thích uống nước, táo bón, nước tiểu vàng, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc.

Điều trị : dùng phép thanh nhiệt tả hạ. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Hoàng liên* 6 - 10 gam, *ngân hoa* 15 gam, *bồ công anh* 15 gam, *bạch chỉ* 10 gam, *xích thược* 10 gam, *cam thảo* 3 gam,

đại hoàng 10 gam (cho vào sau), *bạc hà* 6 gam (cho vào sau); sắc uống.

Bài trên đây thêm *chích sơn giáp* 10 gam, *tạo giác thích* 10 gam. Sắc uống. Dùng cho người tỳ vị nhiệt thịnh, leo đã có mủ nhưng chưa vỡ.

- *Hoa phù dung, bồ công anh tươi, bạc hà tươi*, mỗi loại một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát, đắp vào chỗ đau, một ngày 2-3 lần.

- *Bạch hoa xà thiệt thảo*, một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát, đắp vào chỗ đau.

- *Thiên nam tinh, bồ công anh, thiên hoa phấn, sinh địa* - lượng bằng nhau, nghiền thành bột, dùng dấm ăn trộn thành cao đặc, cho vào lọ thủy tinh khử trùng bằng nhiệt độ cao. Khi dùng, bôi thuốc lên vải băng đã khử trùng đắp lên chỗ đau (lượng thuốc nhiều ít là căn cứ vào vết đau to nhỏ) một ngày thay một lần thuốc.

Người bị chắp leo không nên ăn các thức ăn cay nóng như thịt chó, thịt dê, ớt, các thực phẩm chiên bằng dầu mỡ; nên ăn các thực phẩm mát như *bí đao, dưa hấu, mướp, đậu xanh, rau cải*. Các thực phẩm trên có thể nấu canh.

73. SỤP MI

Sụp mí, Đông y còn gọi là "rủ mí trên" "huy mục". Đông y cho rằng nguyên nhân gây bệnh có sự phân biệt giữa tiên thiên và hậu thiên. Tiên thiên là do không đủ bẩm thụ bất túc, tỳ thận hư nhược. Hậu thiên là do tỳ khí không đủ, cả hai yếu tố hợp lại làm cho mí mắt không được nuôi dưỡng, sức yếu nên bị sụp. Cũng có nguyên nhân do mắt hột làm cho giác mạc bị dày lên, kéo mí sụp xuống. Cũng có thể do chấn thương bên ngoài gây sụp mí; ngoài ra có thể do phong tà gây sụp mí. Theo Tây y chứng nhược cơ năng, chứng liệt thần kinh động nhãn, đều có triệu chứng sụp mí. Trong lâm sàng, Đông y thường chia thành các chứng: Trung khí hư, tỳ thận hư, hư thực thác tạp.

a) Chứng trung khí hư :

Triệu chứng: bệnh kéo dài, mí trên sụp xuống không mở mắt ra được, cơ thể mỏi mệt, ăn uống giảm, rêu lưỡi trắng nhuận, sắc lưỡi nõn. *Điều trị :* dùng phép bổ trung ích khí thăng cử, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Hoàng kỳ 13-20 gam, đảng sâm 15 gam, bạch truật 10 gam, thăng ma 3 gam, Sài hồ 3 gam, đương quy 10 gam, chỉ h cam thảo 6 gam - sắc uống.

- *Bổ trung ích khí hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

b) Chứng tỳ thận hư :

Thường gặp ở những người bẩm thụ không đủ, cơ thể suy nhược.

Triệu chứng: cơ thể mỏi mệt, lưng gối nhức mỏi, sụp mí, mạch trầm tế, sắc lưỡi nhợt nhạt. *Điều trị :* dùng phép bổ ích tỳ thận, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đảng sâm* 15 gam, *bạch truật* 10 gam, *hoàng kỳ* 15 gam, *thục địa* 12-15 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, *ba kích thiên* 10 gam, *chích cam thảo* 6 gam - sắc uống.

- *Sâm nhung vệ sinh hoàn* (thành phẩm) một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội

c) Chứng hư thực thác tạp :

Thường do khí huyết không đủ, phong tà xâm nhập lạc mạch gây nên.

Triệu chứng: Bệnh phát nhanh, mí mắt tê cứng, đầu váng mắt hoa, cơ thể mỏi mệt, mạch vô lực, sắc lưỡi nơn. *Điều trị:* dùng phép bổ khí dưỡng huyết, khu phong thông lạc, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Đảng sâm* 15 gam, *bạch truật* 10 gam, *chích cam thảo* 6 gam, *đương quy* 10 gam, *xuyên khung* 10 gam, *bạch thược* 10 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, *cương tà* 10 gam, *bạch chỉ* 10 gam - sắc uống.

- *Nhân sâm dưỡng vinh hoàn* (thành phẩm), mỗi lần 10 gam;

khiên chích tán (thành phẩm), mỗi lần 5 gam; hai thứ uống cùng một lần với nước sôi để nguội. Một ngày 2 lần.

Người bị chứng sụp mi hàng ngày nên ăn các thực phẩm có tác dụng bổ khí để hỗ trợ điều trị như: hạt sen, hạt dẻ, lươn vàng, cá chép, thịt bò, dạ dày bò, dạ dày lợn, thịt lừ, ruột gà, thịt chim bồ câu v.v....

74. CHỨNG CHẢY NƯỚC MẮT

Chứng chảy nước mắt là chứng bệnh mà triệu chứng chính là hai mắt tự nhiên chảy nước mắt. Còn gọi là chảy nước mắt gió, chảy nước mắt bất kỳ, chảy nước mắt lạnh, chảy nước mắt nóng. Đông y chia bệnh thành hai dạng: chảy nước mắt lạnh và chảy nước mắt nóng. Chảy nước mắt lạnh là chứng nước mắt chảy ra trong, còn chứng chảy nước mắt nóng là nước mắt chảy ra đục. Chảy nước mắt lạnh là do thận hư hoặc khí huyết hư. Chảy nước mắt nóng là do phong hỏa nhiệt gây nên. Nếu gặp gió mà chảy nước mắt, tức là có liên quan đến phong tà hoặc là can nhiệt bị gió, hoặc là can huyết hư bị gió. Nếu không có gió mà vẫn chảy nước mắt tức là do can hoặc can thận bị hư gây nên.

a) Chứng can huyết hư bị gió :

Triệu chứng : nước mắt chảy ra trong, nếu gặp gió, nước mắt chảy càng nhiều, hay quên, chóng mỏi mệt, mạch tế hoặc hư, rêu lưỡi trắng nhuận, sắc lưỡi nhợt nhạt. *Điều trị* : dùng phép dưỡng huyết khứ phong. Có thể dùng bài dưới đây:

- *Đương quy* 10 gam, *thục địa* 10 - 12 gam, *bạch thược* 10 gam, *câu kỷ tử* 12 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, *phòng phong* 6 gam, *bạch chỉ* 10 gam - sắc uống.

b) Chứng can nhiệt bị gió :

Triệu chứng : mắt đỏ, nóng rát và ngứa, ra gió chảy nước mắt, sợ ánh sáng, miệng đắng, họng ráo, nước tiểu vàng, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phép thanh nhiệt khứ phong. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Minh mục tật lê hoàn* (thành phẩm), một ngày hai lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Long đởm thảo* 10 gam, *hạ khô thảo* 10 gam, *cúc hoa* 10 gam, *sinh địa* 15 gam, *mộc tặc thảo* 10 gam, *cam thảo* 3 gam - sắc uống.

c) Chứng can thận lưỡng hư :

Có chứng nặng về dương hư, có chứng nặng về âm hư, chứng nặng về dương hư là : thường xuyên chảy nước mắt

lạnh, gặp lúc thời tiết lạnh thì nước mắt càng ra nhiều, lưng gối nhức mỏi, nước tiểu trong, nhiều, mạch xích nhược, rêu lưỡi hoạt, sắc lưỡi nhợt nhạt.

Triệu chứng : nặng về âm hư là thường chảy nước mắt hoặc nước mắt nóng, ban đêm thì hai mắt khô, miệng ráo, họng khô, váng đầu, buồn bực, mất ngủ, rêu lưỡi ít, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế hoặc tế sác. *Điều trị chứng nặng về dương hư*: dùng phép ôn bổ can thận. *Điều trị chứng nặng về âm hư*: dùng phép tư âm thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Minh mục địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội - dùng cho người can thận âm hư.

- *Kỷ cúc địa hoàng hoàn* (thành phẩm), mỗi ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội, dùng cho người can thận âm hư.

- *Thục địa* 12 gam, *nhục thung dung* 12 gam, *sơn thù nhục* 10 gam, *ba kích thiên* 10 gam, *câu kỷ tử* 10 gam, *ngũ vị tử* 10 gam, *vân linh* 10 gam, sắc uống dùng cho người can thận hư nặng về dương hư.

75. CHỨNG QUÁNG GÀ

Chứng quáng gà là chứng bệnh mà triệu chứng chính là ban đêm không đèn thì không nhìn thấy gì. Nó là chứng bệnh do thiếu vitamin A gây nên. Đông y cho rằng quáng gà là do can âm huyết hư gây nên. Có người còn kèm theo da khô, kết vảy.
Điều trị : dùng phép bổ can minh mục. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Gan lợn* 100 gam, *cà rốt* 150 gam; gan lợn, rửa sạch thái miếng; *cà rốt* thái thành sợi, Đun nước sôi cho gan và cà rốt vào. Gan chín vớt ra để lắng, ăn cả gan, cả canh cà rốt. Mỗi ngày một thang, ăn liên tục 3- 4 ngày.

- *Gan dê* 100 gam, *dạ minh sa* 12 - 15 gam ; trước tiên sắc *dạ minh sa*, sôi được 20 phút, thì cho *gan dê* đã thái miếng vào, gan chín là được. Ăn cả gan cả canh, mỗi ngày một thang ăn liên 3 ngày.

- *Cà rốt*, rửa sạch ăn sống hoặc nấu chín ăn lượng không hạn chế.

- *Thương truật* 10 gam, *câu kỷ tử* 15 gam, *nữ trinh tử* 12 gam, *cốc tinh thảo* 12 gam - sắc uống.

76. VIÊM KẾT MẠC TRUYỀN NHIỄM CẤP TÍNH

Viêm kết mạc truyền nhiễm cấp tính bao gồm viêm kết mạc cấp tính, viêm màng kết mạc, viêm kết giác mạc truyền nhiễm. Đông y còn gọi là "bạo phát hỏa nhãn" hay "thiên hành xích nhãn" hay đau nhức theo Tây y, bệnh căn là do siêu vi trùng hoặc vi trùng bệnh. Theo Đông y thì bệnh căn là do độc tố phong nhiệt hoặc hỏa nhiệt xâm phạm phế can. Bệnh có tính truyền nhiễm, triệu chứng chính của bệnh là kết mạc mắt xung huyết cấp, như mắt nhiều. Đông y chia ra chứng phong nhiệt và chứng hỏa nhiệt:

a) Chứng phong nhiệt :

Triệu chứng: phát bệnh nhanh, màng kết hợp đỏ, đau, đồng thời ngứa, chảy nước mắt, sợ ánh sáng, rêu lưỡi trắng, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc hoặc sắc. *Điều trị :* dùng phép khu phong thanh nhiệt. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Cúc hoa 10 gam, sương tang diệp 10 gam, mộc tặc thảo 10 gam, ngân hoa 12 gam, sắc uống.*

- *Tang diệp 10 gam, dã cúc hoa 15 gam, sắc lấy nước uống, bã sắc lại lấy nước rửa mắt.*

- *Bản lam căn xung tễ (thành phẩm), một ngày 3 lần mỗi lần 1-2 miếng, dùng nước sôi hòa tan, chờ nguội để uống.*

b) Chứng hỏa nhiệt :

Triệu chứng: màng kết hợp sưng đỏ, đau, rát, sợ ánh sáng, dữ mắt đỏ, dính nước tiểu vàng, miệng khát thích uống nước. rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị :* dùng phép thanh nhiệt tả hỏa. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Hạ khô thảo* 10 gam, *long đởm thảo* 10-12 gam, *xa tiền tử* 15 gam (gói trong túi vải), *tang bì* 10 gam, *địa cốt bì* 10 gam, *thảo quyết minh* 10 gam, *xích thực* 10 gam - sắc uống.

- *Bồ công anh* 30 gam, *sao chi tử* 10 gam, rửa sạch. Sắc lần đầu lấy nước uống. Sắc lần hai lấy nước rửa mắt.

- *Bồ công anh* 30 gam, *cúc hoa* 10 gam, *quy vĩ* 10 gam, *đại hoàng* 10 gam (cho vào sau). Sắc uống - dùng cho người nhiệt vượng, táo bón. Nếu đại tiện không thông có thể thêm *mang tiêu* 10 gam, cho vào sau.

- *Hoàng liên* 3 gam, *sữa người*, lượng vừa đủ; *cắt hoàng liên* thành từng lát mỏng, rửa sạch, cho hoàng liên và sữa vào trong cốc đã sát trùng, đậy nắp, cho vào nồi chưng, nửa giờ sau lấy ra lấy nước nhỏ mắt, một ngày 3 lần.

- *Dã cúc hoa tươi* hoặc *dương đế thảo*, một lượng vừa phải, rửa sạch, giã nát, đắp ngoài mi mắt - mỗi lần 15 phút. Một ngày 3 lần, khi đắp ngoài không nên dùng băng.

- *Thuốc mắt bát bảo* (thành phẩm), dùng que thủy tinh chấm vào nước sôi để nguội, sau đó chấm vào bột thuốc lấy một ít.

nhỏ vào khoeé mắt, một ngày 3 lần - Đau mắt đỏ do phong nhiệt hay hỏa nhiệt gây nên đều có thể dùng loại thuốc này.

- *Thuốc nhỏ mắt quang minh* (thành phẩm), mỗi lần nhỏ vào khoeé mắt vài giọt, một ngày 3 lần;

- *Thuốc mắt bạch kính vũ* (thành phẩm), dùng que thủy tinh chấm vào nước sôi để nguội rồi nhỏ vào khoeé mắt, sau đó chấm lấy ít bột thuốc nhỏ vào khoeé mắt. Mỗi ngày 2-3 lần - Đau mắt đỏ có thể dùng.

- *Thuốc mắt qua tử* (thành phẩm), dùng que thủy tinh chấm vào nước sôi nguội rồi chấm vào thuốc nhỏ vào mí mắt - dùng cho người đau mắt phong nhiệt.

- *Dã cúc hoa* 10-12 gam, *hoàng hoa thái* 30 gam, sắc uống.

Nguyên nhân gây đau mắt đỏ là do phong nhiệt và hỏa nhiệt, vì thế *không nên ăn* các chất nóng như: ớt, gừng, tiêu, thịt dê, thịt chó, cá chép v.v... Cũng *không nên uống* rượu. Nên ăn các thực phẩm có tính mát như *dưa hấu* hoặc uống *nước dưa hấu*, ăn *canh đậu xanh* hoặc *canh nấu rau cải* với *thịt nạc lợn*.

77. VIÊM MŨI DỊ ỨNG

mũi dị ứng là một loại bệnh dị ứng. Có hai nguyên nhân gây bệnh là nguyên nhân bên trong là nguyên nhân bên ngoài. Theo tây y thì nguyên nhân bên trong là do cơ địa dị ứng, nguyên nhân bên ngoài là do sự kích thích vật lý và hóa học như

hàn lạnh, khói dầu, vật ô nhiễm khí quyển v.v.. Theo Đông y nguyên nhân bên trong là do phế, tỳ, thận khí hư, nguyên nhân bên ngoài là do phong hàn. Triệu chứng chính của viêm mũi dị ứng là: ngạt mũi, chảy nước mũi, ngứa hốc mũi, hắt xì hơi, khứu giác giảm. Đông y xếp vào phạm vi "tỳ lậu". *Điều trị lâm sàng chia ra* : chứng phong hàn kiêm phế tỳ khí hư và chứng phong hàn kiêm tỳ thận khí hư.

a) Chứng phong hàn kiêm phế tỳ khí hư :

Triệu chứng : nghẹt mũi, chảy nước mũi trong, ngứa lỗ mũi, hắt xì hơi, khứu giác giảm, hơi thở gấp, mệt mỏi hay ra mồ hôi, ăn xong đầy bụng, đại tiện long hoặc đi phân sống, rêu lưỡi trắng nhẵn, sắc lưỡi nhạt nhạt, mạch phù hoãn vô lực... *Điều trị* : dùng phép khứ phong tán hàn, khai khiếu bổ khí. Có thể dùng bài dưới đây:

- Tân di 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, tế tân 3 gam, tiết xương bồ 10 gam, phòng phong 10 gam, hoàng kỳ 15 gam, bạch truật 10 gam, vân linh 10 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.

b) Chứng phong hàn kiêm tỳ thận khí hư :

Triệu chứng : Mũi nghẹt, chảy nước mũi trong, hắt hơi, ngứa mũi, khứu giác giảm, tiêu lỏng, chân tay mỏi mệt, lưng gối nhức mỏi, tiểu đêm nhiều, chất lưỡi nhạt bệu, rêu lưỡi trắng nhuận, mạch trầm tế. *Điều trị*: Khứ phong hàn, thông tị khiếu, bổ tỳ thận. Có thể dùng bài thuốc sau :

- Tân di 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, tế tân 3 gam, khương hoạt 9 gam, bạch truyệt 10 gam, đảng sâm 10 gam, tiết xương bồ 10 gam, bổ cốt chỉ 10 gam, ngũ vị tử 9 gam; sắc uống.

78. VIÊM MŨI CẤP TÍNH, MÃN TÍNH

Viêm mũi cấp tính, mãn tính là chứng viêm cấp tính, mãn tính niêm mạc mũi. Viêm mũi mãn tính phần lớn là do viêm mũi cấp tính lâu ngày không khỏi gây nên; viêm mũi cấp tính là do chứng viêm mũi cấp và viêm xoang mũi gây nên. Cũng có thể do biến chứng của bệnh đau răng gây nên viêm xoang mũi. Cũng có thể do xoang mũi bị tắc, không thông thoát gây nên viêm. Viêm mũi cấp tính, mãn tính đều có triệu chứng chảy nước mũi đặc. Cho nên Đông y xếp vào phạm vi bệnh "Ty uyên". Viêm mũi cấp quá trình bệnh ngắn, là do ngoại tà xâm nhập gây nên, phần nhiều thuộc chứng thực. *Điều trị* : dùng phương pháp khu tà. Viêm mũi mãn tính quá trình bệnh lâu, chính khí bị thương tổn, nên chứng chính là hư; cũng có trường hợp hư thực thác tạp. Khi điều trị chứng hư thì dùng phép bổ, chứng hư thực thác tạp thì dùng phép bổ chính và khu tả kết hợp. Các chứng thương gặp là: phong nhiệt thương phế, đàm nhiệt, tỳ thấp nhiệt, khí hư.

a) Chứng phong nhiệt thương phế :

Triệu chứng: quá trình bệnh tương đối ngắn, ngạt mũi, chảy nước mũi đặc, sốt, sợ lạnh, đau đầu và nhức phía trước trán nhiều hơn, ho ra đờm dính, rêu lưỡi trắng đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc. *Điều trị :* dùng phép khư phong nhiệt, tuyên phế thông khiếu. Có thể dùng trong các bài dưới đây:

- *Tân di 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, dã cúc hoa 10 gam, ngư bàng tử 10 gam, hạnh nhân 10 gam, bạch chi 10 gam, bạc hà 10 gam (cho vào sau), sắc uống.*

- *Tân di 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, ngân hoa 12 - 15 gam, cúc hoa 10 gam, ngư bàng tử 10-12 gam, ngư tinh thảo 15 gam, bạch chi 10 gam - sắc uống.*

b) Chứng đả nhiệt :

Triệu chứng: ngạt mũi, chảy nước mũi vàng, dính, có mùi hôi, miệng đắng, họng ráo, buồn bực, dễ cáu gắt, nước tiểu vàng, nhức đầu, rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch huyền sắc. *Điều trị :* dùng phép thanh đả nhiệt thông khiếu hóa trọc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- *Sài hồ 6 gam, long đởm thảo 10 -12 gam, kim ngân hoa 12 gam, bồ công anh 12-15 gam, tân di 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, qua lâu 10-15 gam, đơn sâm 15 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống.*

- *Dây dưa hấu 30 gam, sấy khô, nghiền thành bột hòa với nước sôi để nguội uống - mỗi thang uống làm 2-4 lần. Có thể*

dùng cho người bị viêm mũi do phỏng nhiệt thương phế và đả nhiệt.

- *Dây mướp ngọt*, lấy sát gốc 1 mét, sao khô nghiền thành bột mỗi lần 10 gam, hòa với nước sôi để nguội uống. Cũng có thể thêm bột bạch chỉ 3 gam, sắc uống.

c) Chứng tỳ thấp nhiệt :

Triệu chứng: ngạt mũi, nước mũi nhão, màu vàng, ăn uống giảm, đầy bụng, cơ thể mệt mỏi, rêu lưỡi vàng nhẵn, mạch sác.

Điều trị : dùng phép thanh nhiệt khu thấp. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Hoàng cầm* 10 gam, *nhân trần* 15 gam, *dĩ mễ* 15 gam, *hoắc hương* 10 gam, *thạch xương bồ* 9 gam, *xích thực* 10 gam, *tân di hoa* 10 gam - sắc uống.

- *Bồ công anh* 15 gam, *thất diệp nhất chi hoa* 15 -20 gam, *trư linh* 10 gam, *hoạt thạch* 15 gam, *nhân trần* 15 gam, *hoắc hương* 10 gam, *tiết xương bồ* 10 gam, *đơn sâm* 15 gam, *bạch khấu nhân* 3 gam (cho vào sau), sắc uống.

d) Chứng khí hư :

Triệu chứng: quá trình bệnh tương đối lâu, ngạt mũi, châu nước mũi dầy, khứu giác giảm cơ thể mệt mỏi, vàng đầu, đại tiện lỏng, rêu lưỡi trắng, sắc lưỡi nõn, mạch hoãn vô lực.

Điều trị : dùng phép ích khí hóa thấp trọc. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Đẳng sâm 12-15 gam, bạch truật 10 gam, vân linh 12 gam, dĩ mễ 15 gam, thương nhĩ tử 10 gam, tân di hoa 10 gam, xuyên khung 10 gam, bạch khấu nhân 3 gam, (cho vào sau) - sắc uống.

- Hoàng kỳ 15 - 20 gam, bạch truật 12 gam, phòng phong 10 gam, bạch chỉ 10 - 12 gam, tiết xương bồ 10 gam, thương nhĩ tử 10 gam, khổ sâm 12 gam, bản lam căn 15 gam, cam thảo 3 gam, sắc uống. Dùng cho người khí hư, nước mũi vàng.

79. ĐAU HỌNG

Đau họng là một chứng bệnh thường gặp. Ở đây đề cập đến chứng bệnh mà biểu hiện chính là đau họng. Nó bao hàm cả viêm amidan cấp và mãn, viêm họng cấp và mãn. Đông y gọi chứng đau họng là chính có kèm theo sưng amidan là "nhũ nga". Họng sưng đau thì gọi là "hậu tý". Đau họng cấp tính phần lớn là do vi khuẩn hoặc virút. Đau họng mãn tính phần lớn là do đau họng cấp oặc viêm amidan lâu ngày không khỏi mà gây nên. cũng có thể do thường xuyên hút thuốc, uống rượu, hoặc các chất hóa học kích thích gây nên. Cũng có thể do viêm nhiễm các bộ phận lân cận mà dẫn đến đau họng. Theo Đông y thì đau họng cấp tính có liên quan đến phong hàn, phong nhiệt, đến ăn uống các chất cay nóng, đến phế vị nội nhiệt. Đau họng mãn tính có liên quan đến phế thận âm hư hỏa vượng

Các chứng lâm sàng thường gặp là : phong nhiệt, phế vị nhiệt, âm hư hỏa vượng.

a) Chứng phong nhiệt :

Triệu chứng: họng đau, họng khô, hơi rát, nuốt đau, họng sưng đỏ, sốt , ớn gió, mình mẩy nhức mỏi, ho có đàm dính, rêu lưỡi trắng hoặc vàng, mỏng sắc lưỡi đỏ, mạch phù sắc.

Điều trị : dùng phép khu phong thanh nhiệt đàm. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Ngân hoa 12-15 gam, liên kiều 10-12 gam, kiết cánh 10 gam, sinh cam thảo 6 gam, triết bối mẫu 10 gam, mộc hồ điệp 6 gam, cương mai 15 - 20 gam, sắc uống.

- Ngân hoa 12 gam, bản lam căn 15 gam, thanh quả lam 10 gam, sinh địa 12 gam, kiết cánh 10 gam, sinh cam thảo 3 gam, bạc hà 6 gam (cho vào sau), sắc uống

- Ngân hoa 15 gam, la hán quả 5 quả, sắc uống thay trà.

- Hẩu chứng tán (thành phẩm), thổi một ít bột thuốc vào họng.

- Sơn đậu căn 10 gam, xạ can 10 gam, kiết cánh 10 gam, sinh cam thảo 6 gam, sắc uống.

b) Chứng phế vị nhiệt :

Triệu chứng: họng sưng đỏ, đau rát, nuốt khó họng khô, khát, ho có đờm vàng, đại tiện khô, nước tiểu vàng, sốt rêu lưỡi vàng, sắc lưỡi đỏ, mạch hoạt sắc. *Điều trị :* dùng phép

thanh nhiệt giải độc, hóa đàm tiêu thũng, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Thanh yếu lợi cách hoàn* (thành phẩm), một ngày 2 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sôi để nguội.

- *Thanh âm hoàn* (thành phẩm), một ngày 3 lần, mỗi lần 3 gam, ngâm tan rồi nuốt.

- *Ngân hoa* 15 gam, *sơn đậu căn* 30 gam, *cẩm đằng long* 10 gam, *sinh thạch cao* 20 gam, *huyền sâm* 15 gam, *qua láu* 15 gam, *ngưu bàng tử* 10 gam, *cam thảo* 3 gam, sắc uống.

- *Châu hoàng tán* (thành phẩm), thổi một ít bột thuốc vào trong họng.

- *Tây qua sương* (thành phẩm), thổi một ít bột thuốc vào trong họng .

- *Thượng thanh hầu phiến* (thành phẩm), một ngày ba lần, mỗi lần 6 viên, uống với nước sôi để nguội.

- *Bạch hoa xà thiệt thảo* 30 gam, *rễ cương mai* 50 gam, *thổ ngân đằng* 50 gam, sắc uống.

- Điều trị bằng châm kích thích: dùng côn 70% sát trùng huyết *thiếu thương*, sau đó dùng kim đã sát trùng châm kích thích. Sau khi máu ra, dùng bông tiệt trùng bịt huyết cầm máu.

- *Song liệu hầu phong tán* (thành phẩm), phun thuốc vào trong họng.

c) Chứng âm hư hỏa vượng :

Triệu chứng: họng đau dai dẳng, thường tái phát đau không

nặng lắm họng khô, về chiều thì họng đau ráo, nhiều hơn, bức rút, khó ngủ, lòng bàn chân tay nóng, rêu lưỡi ít hoặc không có, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sác. *Điều trị* : dùng phép tu âm giáng hỏa, có thể dùng trong các bài dưới đây :

- *Sinh địa 30 gam, huyền sâm 15 gam, mạch đông 15 gam, la hán quả 0,5 quả* - sắc uống.

- *Ngân nhĩ 15 gam, la hán quả 0,5 gam* - Sắc uống. Có thể thường xuyên sắc hai vị thuốc trên uống thay trà.

- *Tri bá địa hoàng hoàn* (thành phẩm), một ngày 2-3 lần, mỗi lần 10 gam, uống với nước sắc la hán quả.

- *Hầu khang tán* (thành phẩm), thổi bột thuốc vào họng. Các dạng đau sưng họng đều dùng được.

- *Song liệu hầu phong tán* (thành phẩm), thổi bột thuốc vào họng. Sưng, đau họng cấp tính, mãn tính đều có thể dùng được.

Đau họng, phần lớn là do hỏa nhiệt và âm hư gây nên. Người đau họng do hỏa nhiệt gây nên thì nên ăn các thứ mát lạnh, kiêng ăn các thức ăn có tính chất nóng, có thể ăn canh hoặc cháo *đậu xanh*, ăn *rau cải*, *rau tím*, *bí đao*, *mướp đắng*. Người đau họng do âm hư thì nên ăn các thực phẩm có tính tu nhuận như ăn canh nấu bằng *ngân nhĩ*, *bách hợp*. Có thể ăn các loại hoa quả như *lê tuyết*, *quả dâu*, *củi dứa*, cũng có thể ăn các thứ như *thịt vịt*, *trứng vịt*, *sò*, *thịt*, *rùa*, *thịt ba ba*, *rau cải*... *Kiêng* ăn các thứ nóng nhiệt thương âm, làm bệnh nặng

thêm như : ớt, gừng, hạt tiêu, tiêu hỏỉ, thịt dê, thịt chó.
tôm, rượu...

80. ĐAU RĂNG

Đau răng là một bệnh thường gặp của khoa răng miệng. Đau răng là triệu chứng thường gặp của sâu răng và phong nhiệt, do ăn các thức ăn cay nóng, hoặc do thận âm bất túc gây nên. Lâm sàng thường phân chia các chứng để điều trị là: phong hàn, phong nhiệt, vị hỏa, thận hư sâu đục.

a) Chứng phong hàn :

Triệu chứng : răng đau, ăn nóng thì đau giảm, gặp hàn lạnh thì đau tăng, chân răng không sưng đỏ rõ, ớn gió lạnh, rêu lưỡi trắng hoặ, mạch khẩn. *Điều trị* : dùng phép khu phong tán, hàn chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Tế tân* 3 gam, *bạch chỉ* 10 gam, *uy linh tiên* 10 gam, sắc uống.

- *Tất bại* 10 gam, *cao lương khương* 10 gam, *tế tân* 3 gam, sắc lấy nước súc miệng.

b) Chứng phong nhiệt :

Triệu chứng : răng đau, chân răng hơi sưng đỏ, gặp nóng thì đau tăng, ớn gió. sợ nóng, miệng khô, rêu lưỡi trắng hoặ vàng mỏng, đầu lưỡi đỏ, mạch phù sắc. *Điều trị* : dùng phép

khư phong thanh nhiệt tiêu thũng chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- Thích tạt lê 10 gam, lộ phòng phong 40 gam, cam tùng 6 gam, bạc hà 10 gam (cho vào sau), sắc uống.

- Thuốc nước đau răng (thành phẩm); dùng bông tệt trung chấm một ít nước thuốc bôi vào răng đau

- Tắt bạt 10 gam, tế tân 3 gam, sinh thạch cao 20 gam, phòng phong 10 gam, sinh địa 30 gam, sắc súc miệng.

c) Chứng vị hỏa :

Triệu chứng : răng đau mạnh, chân răng sưng đỏ, khát, thích uống, hôi miệng, táo bón, hoặc đại tiện khô, rêu lưỡi vàng khô sắc lưỡi đỏ, mạch sắc. *Điều trị* : dùng phế thanh tả vị hỏa, tiêu thũng chỉ thống. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây:

- Sinh thạch cao 30 gam, xích thược 30 gam, xuyên liên 6 gam, sinh địa hoàng 20 - 30 gam, đơn bì 10 gam, thăng ma 3 gam, đại hoàng 10 gam, sắc uống.

- Bồ công anh 30 gam, tử hoa địa đĩnh 20 gam, hạ khô thảo 10 gam, uy linh tiên 10 gam, sắc uống.

- Bạch thanh vị tán (thành phẩm); chấm một ít bột thuốc bôi vào răng đau.

- Sinh thạch cao 30 gam, bạc hà 10 gam (cho vào sau); sắc lấy nước súc miệng.

- Sát nha cố xỉ tán (thành phẩm); lấy bàn chải đánh răng cho bột thuốc vào để răng, hoặc dùng thuốc để súc miệng.

- *Song liệu hầu phong tán* - phun vào răng đau.

d) Chứng thận hư :

Thường do thận âm hư dẫn đến đau răng.

Triệu chứng: răng đau nhẹ, lưng lay, răng đau về chiều nhiều hơn, họng ráo, nóng ruột, lưng gối nhức mỏi, râu lưỡi ã, sắc lưỡi đỏ nõn, mạch tế sác. *Điều trị :* dùng phép tư âm giáng hỏa. Có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Thục địa hoàng* 12 -15 gam, *sinh địa hoàng* 12 -15 gam, *huyền sâm* 12-15 gam, *hoài ngưu tất* 10 gam, sắc uống.

- *Huyền sâm* 30 gam, *sinh địa* 30 gam, *đơn bì* 10 gam, *hoài ngưu tất* 10 - 12 gam, *diêm tri mẫu* 10 gam, *điểm hoàng bá* 10 gam, sắc uống.

đ) Răng xuất hiện lỗ sâu :

Răng thỉnh thoảng đau, gặp nóng, lạnh, chua, ngọt răng đều đau. *Điều trị :* cắt cơn đau, có thể chọn dùng trong các bài dưới đây :

- *Long não* hoặc *lá tía tô*, *tế tân* mỗi thứ bằng nhau nghiền thành bột, lấy một ít nhét vào lỗ sâu.

- *Thạch kiềm* 30 gam, *băng phiến* 3 gam, nghiền thành bột, lấy ít thuốc cho vào lỗ sâu.

- *Hoa tiêu* 5 gam, cho vào một lượng dấm vừa đủ đun sôi - dùng để súc miệng.

Chữa đau răng bằng châm cứu cũng có kết quả tốt. Đau

do thực hỏa - đau răng hàm trên thì châm huyệt hạ quan, nội đình. Đau răng hàm dưới thì lấy huyệt giáp xa, hợp cốc. Dùng phép tả, để kim 10 -15 phút. Đau do hư hỏa: ngoài các huyệt trên còn thêm bổ thái khê, tả hành gian.

Đối với những người đau răng do phong nhiệt, vị hỏa âm hư, hỏa động gây nên thì về ăn uống cần lưu ý : Người đau răng do hỏa nhiệt thì nên ăn các thứ thanh đạm và mát như : dưa hấu, mướp đắng, bí xanh, bí xanh, có thể nấu canh với thịt lợn nạc hay đậu phụng để ăn, mướp đắng xào ăn, không nên ăn các thức ăn khô nóng. Người đau răng do âm hư nên ăn các thứ như người đau họng đã nói trên.

MỤC LỤC

<i>Lời nói đầu</i>	5
I. - Làm thế nào để sử dụng các đơn thuốc đông y đơn giản	7
1. Biện chứng chính xác	7
2. Lập phương pháp điều trị thích hợp	17
3. Chọn đơn thuốc đúng bệnh	19
II. - Chẩn đoán và điều trị các bệnh thông thường	21
1. Cảm	21
2. Viêm phế quản	24
3. Hen phế quản	28
4. Lao phổi	32
5. Bệnh huyết áp cao	35
6. Bệnh mạch vành	38
7. Chứng huyết áp thấp	44
8. Thấp khớp	46
9. Bệnh thấp tim mãn tính	49
10. Viêm dạ dày mãn tính	51
11. Loét dạ dày, hành tá tràng	55
12. Viêm túi mật cấp tính	58
13. Viêm túi mật mãn tính	60
14. Sỏi mật	62
15. Viêm gan do virút	63
	233

16. Viêm thận cấp	67
17. Viêm thận mãn	69
18. Viêm bàng quang và viêm bể thận	73
19. Sỏi hệ tiết niệu	75
20. Thiếu máu do thiếu chất sắt	78
21. Ban xuất huyết do giảm tiêu cầu nguyên phát	80
22. Bệnh đái tháo đường	83
23. Chứng cường giáp	86
24. Bệnh ly trực khuẩn	88
25. Đau đầu	90
26. Đau lưng	96
27. Tiêu chảy	100
28. Chứng phù thũng	104
29. Mất ngủ	107
30. Chứng huyết	111
31. Chóng mặt	121
32. Táo bón	125
33. Bệnh lồi dom	129
34. Bệnh giun đũa	130
35. Bệnh sản đường ruột	131
Kính nguyệt không đều	132
Chảy máu tư cung cơ năng	136
38. Đau kinh	139
39. Bề kinh	142

40. Bệnh khí hư	145
41. Nôn thai nghén	147
42. Thiếu sữa	150
43. Viêm tuyến vú cấp tính	151
44. U xơ tử cung	152
45. Sa da con	154
46. Sảy thai theo thói quen	156
47. Bệnh sởi	157
48. Quai bị	160
49. Ho gà	162
50. Đái dầm	165
51. Trẻ khóc đêm	168
52. Chứng chảy rãi	170
53. Chứng đỏ mắt mũi ở trẻ em	171
54. Chứng sốt mùa hè ở trẻ em	173
55. Bệnh giun kim	176
56. Mê đậy	177
57. Bệnh ngứa ngoài da	180
58. Chàm	181
59. Mụn	184
60. Rôm	186
61. Viêm bạch mạch cấp	187
62. Ung nhọt	188
63. Bồng nhệ	191

64. Vảy phấn hồng	193
65. Chứng mũi đỏ	194
66. Chứng hói ban	196
67. Rụng tóc	197
68. Viêm da do côn trùng cắn	201
69. Viêm tắc mạch máu	203
70. U xơ vú	207
71. Bệnh phì đại tuyến vú	208
72. Chấp lệ	209
73. sụp mi	212
74. Chứng chảy nước mắt	214
75. Chứng quáng gà	217
76. Viêm kết mạc truyền nhiễm cấp tính	218
77. Viêm mũi dị ứng	220
78. Viêm mũi cấp tính, mãn tính	222
79. Đau họng	225
80. Đau răng	229

Biên tập : HỘI Y DƯỢC HỌC TP.HCM

Sửa bản in : DƯƠNG TẤN BỬU

In 1200 bản, khổ 13 x 19. In tại : TRƯỜNG VĂN HÓA

Giấy phép xuất bản số 199/XBNT-GP do Sở Văn hóa và Thông tin TP.HCM cấp ngày 27-07-1992.

In xong và nộp lưu chiểu tháng 4 năm 1993.