

BÀI THUỐC ĐƠN GIẢN RẺ TIỀN TRỊ CẢM CÚM

Mất khoảng 20 phút, và chưa tới 10.000 đồng một ngày, bạn đã có bài thuốc trị cảm cúm hiệu nghiệm đến bất ngờ. Tất cả những thứ bạn cần là quất, nghệ và mật ong.

Đây là bài thuốc "Quân bình âm dương" của giáo sư Bùi Quốc Châu được ông giới thiệu năm 1979, khiến những ai từng dùng đều ngạc nhiên vì sự đơn giản, an toàn, tính kinh tế và trên hết là hiệu quả của nó.

Bài thuốc này được bác sĩ chỉ định chữa các bệnh do nóng hay lạnh như: cảm lạnh, cảm nóng, viêm mũi họng, viêm xoang...

Công thức

- Nghệ xà cừ (khi cạo vỏ thấy màu vàng sậm): Một củ bằng ngón chân cái người bệnh. Nghệ tính dương.

- Quất tươi xanh (không dùng quất chín): một quả. Quất có tính âm.

- Mật ong: 3 thìa cà phê (hoặc đường phèn).

- Nước nóng: 1/2 chén.

Cách làm

- Nghệ cạo vỏ, giã nhỏ. Quất cắt đôi, để nguyên hạt, bỏ vào bát, thêm 3 thìa mật ong và 1/2 chén nước đem chưng cách thủy 15 phút. Uống ấm sau 2 bữa cơm chính trong ngày (2 lần một ngày). Không dùng trước khi ăn.

- Liều dùng: Người lớn 5 thìa cà phê một lần (có thể ăn cả xác nghệ và quất). Trẻ em: 2-3 thìa cà phê một lần. Trẻ sơ sinh bú mẹ: Mẹ uống rồi cho con bú.

Thuốc dùng xong có thể cất trong tủ lạnh để dùng tiếp. Uống đến khi hết triệu chứng bệnh.

Theo kinh nghiệm của các bệnh nhân, thông thường, tới cuối ngày thứ hai bệnh bắt đầu chuyển biến, các biểu hiện đau họng, sổ mũi bắt đầu thuyên giảm. Trong đa số trường hợp, cuối ngày thứ ba người bệnh khá lên rất nhiều. Nhiều cháu bé phải sang ngày thứ tư mới thấy cải thiện nhưng sau đó bệnh lui rất nhanh.

Các mẹ có con nhỏ, khi đi chơi xa nên mang theo quất, nghệ, mật ong để nếu cần là có thể dùng ngay. Hy vọng bài thuốc này sẽ thực sự hữu ích cho các bạn và người thân.

Lưu ý

- Với bệnh lạnh và người hư nhược, yếu ớt phải giảm liều quất xuống còn 1/2 quả.

- Với bệnh nóng thì tăng liều quất lên thành 2 quả và giảm liều nghệ xuống còn 1/2 đốt ngón tay út.

- Thuốc này thơm ngon và công hiệu nhưng cũng không nên lạm dụng vì sẽ bị phản tác dụng.

- Dấu hiệu bệnh nhiệt (nóng): Không sợ trời lạnh, không sợ gió, không sợ nước lạnh, hơi thở nóng, môi khô, lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng, khát nước, tiểu nóng, vàng. Mạch cổ tay đập nhanh, mạnh.

- Dấu hiệu bệnh hàn (lạnh): Ngược lại với các dấu hiệu trên, sợ khí hậu lạnh, sợ gió, sợ nước lạnh, hơi thở lạnh, môi khô, lưỡi không đỏ, rêu lưỡi trắng, không khát nước, tiểu trong. Mạch cổ tay đập chậm, yếu.

Bác sĩ Thu Thủy

