

GIÚP PHÁI YẾU CHỮA LÃNH CẢM

Lãnh cảm là một chứng bệnh thường gặp ở phụ nữ, bệnh không nguy hiểm đến tính mạng nhưng ảnh hưởng rất nhiều đến chất lượng cuộc sống và hạnh phúc gia đình. Bệnh lãnh cảm có nguyên nhân tâm lý và nguyên nhân sinh lý. ThS . Hoàng K

Lãnh cảm là một chứng bệnh thường gặp ở phụ nữ, bệnh không nguy hiểm đến tính mạng nhưng ảnh hưởng rất nhiều đến chất lượng cuộc sống và hạnh phúc gia đình. Bệnh lãnh cảm có nguyên nhân tâm lý và nguyên nhân sinh lý. ThS . Hoàng Khánh Toàn bàn về nguyên nhân thứ hai.

Trong y học cổ truyền, lãnh cảm thuộc phạm vi các chứng "âm lãnh" và "âm nuy", được điều trị bằng nhiều biện pháp khác nhau, trong đó có việc sử dụng các món ăn - bài thuốc. Xin được giới thiệu một số ví dụ điển hình để độc giả tham khảo.

Bài 1: Nhục thung dung 15g, kỷ tử 15g, thịt dê 100g, hành củ, gừng tươi và gia vị vừa đủ. Thịt dê rửa sạch, thái miếng, ướp đủ gia vị; các vị thuốc thái vụn cho vào túi vải buộc kín miệng rồi cho vào nồi hầm cùng thịt dê cho chín nhừ; khi được bỏ túi thuốc ra, chế thêm gia vị rồi ăn nóng. Mỗi ngày ăn một lần, 7 ngày là một liệu trình. Công dụng: Bồi bổ thận tinh, ôn bổ thận dương, nâng cao năng lực tình dục.

Bài 2: Tôm nồn 15g, hải mã (cá ngựa) 10g, gà non 1 con (nặng chừng 500g). Gà làm thịt, bỏ nội tạng, rửa sạch; tôm nồn và hải mã ngâm nước ấm trong 10 phút rồi cho vào trong bụng gà; đặt con gà vào 1 chiếc bát lớn, chế đủ gia vị rồi đem hầm cách thủy cho chín nhừ, chia ăn trong 2 ngày, cứ 3 - 5 ngày ăn 1 con, 5 con là 1 liệu trình. Công dụng: Ôn bổ thận dương, dưỡng huyết điển tinh, cải thiện khả năng tình dục.

Bài 3: Đương quy 15g, kỷ tử 20g, hoàng tinh 15g, gừng tươi 20g, thịt dê 100g. Thịt dê rửa sạch, thái miếng; các vị thuốc cho vào túi vải buộc kín miệng rồi đem hầm với thịt dê cho thật nhừ, chế đủ gia vị, ăn nóng mỗi ngày một lần, 7 ngày là một liệu trình, có thể dùng liên tục 2 - 3 liệu trình. Công dụng: Ích khí dưỡng huyết, ôn trung bổ dương, tăng cường ham muốn tình dục.

Tôm nồn lá hẹ.

Bài 4: Nhục thung dung 10g, kỷ tử 15g, ba kích 10g, đại hồi 5g, thịt chó 100g. Thịt chó rửa sạch, thái miếng; các vị thuốc cho vào túi vải buộc kín miệng rồi đem hầm nhừ cùng thịt chó, khi được chế thêm gia vị, ăn nóng trong ngày, mỗi ngày dùng 1 lần, 7 lần là một liệu trình. Công dụng: Bổ thận ôn dương, nâng cao năng lực tình dục.

Bài 5: Tôm nồn 15g, trứng chim sẻ 10 quả, kỷ tử 10g, gạo tẻ 100g. Ninh gạo tẻ với tôm nồn và kỷ tử thành cháo rồi đập trứng chim sẻ vào, chế thêm hành, gừng tươi và gia vị vừa đủ, ăn nóng, mỗi ngày một lần, 15 ngày là một liệu trình. Công dụng: Bổ ích can thận, cải thiện ham muốn tình dục.

Bài 6: Rau hẹ 200g, tôm he 50g, thịt gà 50g. Rau hẹ rửa sạch, cắt khúc; thịt gà thái chỉ, tất cả đem xào với dầu thực vật, chế thêm gia vị, ăn nóng, mỗi ngày một lần, 15 ngày là một liệu trình. Công dụng: Ôn bổ thận dương, thúc đẩy công năng tình dục.

Bài 7: Hoài sơn 50g, cá hoa vàng (hoàng ngư) 50g, tôm nồn 50g, trứng gà 1 quả. Xào riêng hoài sơn, cá hoa vàng và tôm nồn với dầu thực vật cho chín rồi đổ chung vào chảo, đun to lửa, đập trứng đảo đều, chế đủ gia vị cho chín, ăn nóng, mỗi ngày một lần, 7 ngày là một liệu trình. Công dụng: Bổ khí dưỡng huyết, kiện tỳ bổ thận, nâng cao khả năng tình dục.

