

## Bồ công anh vị thuốc quý



### DANDELION



(<http://www.lamdong.gov.vn/cdrom/yt/bocongan.htm>)

### Diệu Ngọc Sưu Tâm

**B**ồ công anh (*Taraxacum*) là loài thuộc ngành thực vật có hoa, họ Cúc (*Asteraceae*), có nguồn gốc từ các khu vực ôn đới của Bắc Bán cầu trong Cuu Thế giới

Nước ta nơi nào cũng có cây Bồ công anh, thường mọc hoang ở các vườn, đất hoang và sinh trưởng vào mùa xuân, còn có tên là cây mũi mác, cây rau diếp dại. Tên khoa học: *Lactuca indica* L.

Bồ công anh thuộc loài rau diếp, có bốn giống:

\* Một giống cây lá nhỏ và dài, thân cây thấp, lá mọc lan trên mặt đất như là rau diếp đắng. Vào tháng hai, ba, ở giữa cây trở lên một cái nõn thẳng, trên có hoa như hoa cúc vàng, bẻ ra có sữa trắng.

\* Một giống thân cao, trên ngọn có nhiều lá áp vào thân, lá nhỏ và dài có nhiều sữa trắng, trên nõn có nhiều hoa sắc vàng, ở trong có nhiều tua.

\* Một giống thân và lá cũng như thế nhưng sắc tím.

\* Một giống nửa lan trên đất; lá mặt trên sắc xanh, mặt dưới tím, tục gọi là tử hoa địa đình, hoa cây này cũng tím.

Tất cả các giống kể trên đều có tính bình, không độc, khí lạnh, vị đắng hơi ngọt, mùi thơm nồng.

Tháng 4, tháng 5 thu hái về rửa sạch phơi trong dâm cho khô (gọi là phơi âm can).

Thứ nào lá nhỏ và dài, thân và cành sắc tím là tốt nhất.

Bồ công anh có công dụng: giải nhiệt độc và trừ khí (khí), chữa nhọt vú sưng có hạch, làm cho tiêu hẳn đi, thanh huyết và thêm sữa, bổ dạ dày, lợi tiểu tiện, chữa thủy thũng. Trong tài liệu Trung y, một số sách đã nói rõ thêm về tác dụng mới tìm thấy của Bồ công anh:

Sách Bản thảo Đồ Kinh, Tô Tung nói: nếu đi chân đất (tức không mang giày) dẫm phải nước tiểu con báo, con cáo, nhiễm độc phát sinh nhọt hoặc lở loét bàn chân, dùng mủ trắng cây Bồ công anh bôi vào là khỏi.

Đài Nguyên, sách Bản thảo diễn nghĩa Chu Đan Khê nói: Bồ công anh giải được ngộ độc, tán trệ khí, hóa nhiệt độc, tiêu ác thũng và nhọt hạch, đình sung.

Đài Thanh, sách Bản thảo Cầu Châu Hoàng Cung Tú nói: Bồ công anh chữa nhũ ung, thông lợi tiểu tiện, còn dùng lá tươi giã nhỏ, trộn muối trắng (cứ 100g là Bồ công anh, 20g muối) ngâm qua một đêm, vắt qua vải màn xô sạch, lấy nước cốt ấy cho vào lọ, nút kín, ngậm hàng ngày chữa đau răng, sưng chân lợi răng, liên tục trong 7 ngày sẽ khỏi đau nhức và làm chặt chân răng.

Sách cổ ấy còn chỉ rõ đầu vú phụ nữ (nhũ đầu) thuộc can (gan), vú (nhũ phòng) thuộc vị (dạ dày), chứng nhũ ung, nhũ nham vì nóng quá, huyết trệ lại, dùng Bồ công anh tươi giã nhỏ đặt vào cho tan khỏi sưng, bên trong hợp với các vị khác sắc uống như sau: - Bồ công anh 200g - Hạ khô thảo 200g - Thổ bối mẫu 100g - Liên kiều 100g - Bạch chỉ 50g

Tất cả nấu với 5 bát nước lấy còn 1 bát, và nấu liền 3 lần như thế, lấy 3 lần 1 bát là 3 bát nước đã sắc đổ bã, cho cả 3 nước vào cô lại lấy 1 bát rưới lắng bỏ cặn, đổ thêm vào 2 chén con rượu trắng (chén dùng uống nước trà) cho vào chai nút kín, chia làm 3 lần uống trước khi ăn, bệnh sẽ chóng khỏi.

Tài liệu của Cầu Châu Hoàng Cung Tú còn nói: Hoa Bồ công anh sắc vàng, thuộc thổ, chữa độc khí và ăn phải chất linh tinh không tiêu, uống hoa làm đen râu tóc vì chất của hoa dẫn vào thận.

Vương Sĩ Hùng nói: cây non làm rau ăn, cây già làm thuốc. Bồ công anh là một cây quý.

### ỨNG DỤNG Ở CÁC NƯỚC

Trong tài liệu này của Trung Quốc, giới thiệu thêm Bồ công anh đã được ứng dụng ở các nước như sau:

Người Nhật nói: Thầy thuốc Tàu thường dùng rễ Bồ công anh chữa chứng hoàng đản và chữa đau dạ dày.

Một bác sĩ người Anh tên Duncan đã dùng chữa ung thư vú có kết quả.

Bác sĩ người Pháp Aubergier cũng dùng chữa như trên đều có kết quả tốt. SỮA TRẮNG CỦA BỒ CÔNG ANH được đặt tên là Lactucarium, khi chảy ra sắc trắng, sau đặc lại biến thành màu đen, không dính, mùi thơm như mùi thuốc phiện, lúc rắn lại rồi dễ bẻ gãy. Mủ BỒ CÔNG ANH này, gọi là sữa trắng Lactucarium, hòa thêm thuốc phiện với tỷ lệ 5% làm thuốc chữa ho rất hiệu nghiệm.

Ông Dunccan và Bidault ở Paris đã khuyên các bạn đồng nghiệp nên dùng mủ BỒ CÔNG ANH thay chất nha phiến.

Y. Clément nói: "Rễ nó có chất thông tiểu tiện nên dùng chữa chứng lậu, chữa phong thấp".

Lá BỒ CÔNG ANH có nhiều chất quý, phụ nữ đau sưng vú, lúc đầu nên dùng lá luộc ăn, hoặc ăn sống, ăn nhiều khỏi sưng đau. Lá còn làm chất tư nhuận nên chữa táo bón công hiệu.

Ngọc non cũng dùng làm thuốc, sắc uống để ngủ và chữa bệnh đau đầu, mỗi ngày dùng từ 100 - 200g dưới dạng sắc từ 2 đến 3 lần.

Người ta còn dùng làm thuốc an thần, bớt suy nghĩ, làm lành bệnh nấc, bệnh ợ, bằng cách dùng lá tươi hay khô sắc uống như trên.

Xin giới thiệu bài viết của bác sĩ J. Bael trong báo Guériir (Chữa bệnh) nói đến cây BỒ CÔNG ANH như sau: "Người xưa liệt nó vào cây lợi tiểu tiện và có khí hàn, P. J. Baptiste Chomel dùng rễ để điều hòa tiểu tiện, chữa sốt rét, đau bụng, bệnh ho, chữa phong thấp, sắc nước hòa với sữa tỷ lệ bằng nhau (sữa một phần, thuốc một phần), gia thêm ít đường cát, uống ngày hai lần, sáng và chiều".

- Dùng lá BỒ CÔNG ANH nấu lẫn với rau muống chữa bệnh lỵ, tỷ lệ bằng nhau (cứ 100g lá BỒ CÔNG ANH thì 100g rau muống), nấu với 2 bát nước, cô lấy còn lại 1 bát, chia 2 lần uống như trên.

- Dùng rễ BỒ CÔNG ANH nấu với rượu vang chữa bệnh đau phổi và chữa sốt rét. Tỷ lệ: 300g lá BỒ CÔNG ANH nấu với 500ml rượu vang, lấy còn 200ml, chia uống làm 3 lần trước khi ăn trong ngày, và cứ 2 ngày lại nấu và uống như thế, liên tục từ 3 - 5 lần.

Ông Ethmutler cũng nói nó có công dụng chữa sốt rét rất hay. Garidel đã thí nghiệm nhiều lần, và kết luận rằng: Những người bị sốt rét, mình mẩy khô ráo rất nên dùng, vì dùng nó hợp hơn quinine.

Trong tài liệu Trung y có nói thêm rằng:

Rễ BỒ CÔNG ANH phân chất, có chất nhân sâm, chất của Long đởm và mủ nó ngào thành cao uống thay cà phê, hoặc dùng sắc tán thành bột trộn lẫn với bột cà phê làm thuốc lợi tiểu, thanh huyết, giải nhiệt và tiêu đĩnh nhọt. Mỗi ngày dùng từ 2 đến 3 lần, mỗi lần 20g

pha với nước sôi có thêm đường cát vừa độ ngọt để uống.

Ông Trương Sơn Lôi, danh y Trung Quốc đời xưa nói: "Cành và lá BỒ CÔNG ANH có nhiều mủ trắng, nên tục thường gọi là Dương mai thảo (cỏ sữa dê) dùng chữa các chứng nhiệt độc phát ra đĩnh, nhọt, ngứa lở hoặc uống bằng cách sắc như cách dùng kể trên, hoặc giã nhỏ, vắt lấy nước cốt thấm vải buộc vào chỗ đau là khỏi (phải tắm nước cốt BỒ CÔNG ANH, buộc đồ làm nhiều lần) nhất là nhọt ở vú, sưng đỏ chữa rất hay, thứ tươi giã vắt lấy nước, thứ khô sắc uống, chỉ dùng độc vị BỒ CÔNG ANH cũng khỏi".

Ông Chu Chấn Hanh, danh y Trung Quốc đã nói: "BỒ CÔNG ANH hợp với kim ngân hoa, lượng hai thứ bằng nhau (từ 100 - 200g) sắc với 5 bát nước lạnh, lấy còn 2 bát thuốc đã sắc, chế vào nửa bát rượu trắng, uống làm 3 lần trong ngày trước khi ăn, chữa vú sưng đau. Hễ uống, ăn xong, muốn ngủ tức là thuốc chuyển, ngủ một giấc thức dậy hơi có âm đắp mồ hôi là bệnh khỏi".

Xưa Việt Vương truyền lại bài thuốc Hoàn Thiếu đơn làm thuốc bền răng, cứng gân cốt, người già uống râu tóc sẽ đen, uống bài thuốc này luôn khỏe mạnh.

Bài thuốc như sau:

- BỒ CÔNG ANH (vừa lá, rễ, rửa sạch phơi khô) 1kg.
- Muối trắng 50g.
- Hương phụ (củ gấu khô) 100g.

Cách chế: Hai vị hương phụ và muối BỒ CÔNG ANH, ướp ủ một đêm, chia làm 20 phần vắt bớt nước, lấy giấy bản gói ba, bốn lớp, ngoài dùng đất bọc kín, cho vào bếp nướng bao giờ đỏ đất thì lấy ra để nguội, gỡ đất bọc ngoài, mang thuốc tán nhỏ, mịn, mỗi ngày sáng dậy và tối trước khi ngủ xát thuốc bột vào răng từ 5 - 15 phút nhỏ ra hoặc nuốt vào tùy ý, làm như thế hàng tháng thấy rất hiệu nghiệm.

## LƯƠNG Y LÊ THÁI HÒA

### Dandelion Ref:

<http://botanical.com/botanical/mgmh/d/dandel08.html>

[http://www.pdfhealth.com/drug\\_info/nmdrugprofiles/herbaldrugs/100930.shtml](http://www.pdfhealth.com/drug_info/nmdrugprofiles/herbaldrugs/100930.shtml)

<http://www.dgsgardening.biinternet.co.uk/dandelion.htm>

