

## Một Vài Đặc Tính Của Cây Thông Dừa

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguyễn Ý Đức

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

Hiện nay, phong trào dùng cây cỏ thiên nhiên với mục đích chữa bệnh đang gia tăng trong dân chúng. Có người dùng theo lời giới thiệu của bạn bè. Có người vì bệnh không chữa được bằng tây y, đã đi tìm thầy thuốc chữa trị.

Nhưng cây dù thiên nhiên, có lợi an toàn, công hiệu, cũng có lợi không có công dụng gì, đôi khi nguy hiểm vì tác dụng phụ. Nên nếu đã dùng, thì ta cần biết qua về thảo dược, về đặc tính của cây đó.

Trong bài này, dựa vào các tài liệu đáng tin cậy, chúng tôi xin trình bày về tính mỹ môn của thảo dược đang rất phổ thông, mà có thể mất sự quý giá đang dùng.

### 1- Ginkgo Biloba.-

Việt Nam ta gọi là cây ginkgo bạch quả, cao tới 30 mét, lá hình cái quạt, hạt giống như quả trứng. Hạt và lá được dùng làm thuốc. Cây Ginkgo đã mọc ở Trung Hoa từ nhiều triệu năm, nhập về châu Âu năm 1730, vào Hoa Kỳ năm 1784. Hiện nay, cây được trồng nhiều ở miền Đông Nam nước Pháp, ở Trung Hoa, Đài Loan, Nhật Bản, Hoa Kỳ.

Hạt Ginkgo đã được người Trung Hoa dùng để trị bệnh từ năm 2800 trước Thiên Chúa. Từ hơn 20 năm nay, lá Ginkgo rất thông dụng trên thế giới để chữa bệnh và đã có nhiều cuộc nghiên cứu khoa học về công dụng trị bệnh, nhất là ở nước Đức.

Ginkgo chữa nhiều bệnh có tác dụng làm dẫn đường mạch, khiến máu lưu thông dễ dàng, được dùng để các trường hợp giảm tuần hoàn ở não bộ, nhất là người cao tuổi, tai, rối loạn tuần hoàn ngoài vi.

Nhiều thí nghiệm đã xác nhận công dụng trị liệu của Bạch Quả trong chứng sa sút trí tuệ, bệnh Alzheimer, nâng cao khả năng nhận thức, trí nhớ và giao tiếp trong đời sống hàng ngày.

## Một Vài Điểm Cần Lưu Ý Về Ginkgo

Tài liệu: Bs Nguyễn Ý Đức

Chức vụ: Nhà Văn, 11 Tháng 1 Năm 2009 08:07

---

Ginkgo làm giảm chứng đau bắp chân khi đi bộ lâu do tuần hoàn ngoại vi kém. Bệnh quai bị cũng đang được thử nghiệm để trị sỏi rìi loãn tình dục gây ra do vài loại thuốc trầm cảm. Trong các chứng nhức đầu, ù tai, chóng mặt, đái tính, cấu gút, ngứa gút, u bướu của tuổi già, Ginkgo cũng có công hiệu.

Ginkgo còn được coi như một chất chống oxy hóa ( anti- oxidant ), được dùng để trì hoãn sự lão hóa.

Bên Nhật, người ta còn dùng Ginkgo để trị bệnh ung thư, bệnh hạ giác mạc, bệnh thiếu chú ý ( Attention Deficit Disorder ) của người lớn.

Hiện nay, hình thức Ginkgo thông dụng là chiết xuất (G.B.extract) rút ra từ lá khô, do công ty Willmar Schwabe, Đức quốc, sản xuất đầu tiên và phân phối trên thế giới.

Phân liều dùng là 40-80mg, ba lần trong ngày, và dùng liên tục trong 4-6 tuần.

Tác dụng phụ thông thường xảy ra trong mấy ngày đầu khi mới dùng thuốc, gồm có buồn nôn, ói mửa, tiêu chảy, chóng mặt, nhức đầu.

Không nên dùng Bệnh Quai Bì khi đang uống thuốc chống đông máu như Warfarin, Aspirin.

### 2-St John Wort.-

Tên khoa học là Hypericum perforatum, thông dụng được biết qua tên St John Wort vì loại cây này nở hoa màu vàng rực rỡ vào ngày kỷ niệm sinh nhật Thánh St John the Baptist, 24 tháng Sáu mỗi năm.

Cây có nguồn gốc ở Âu Châu từ thời kỳ trung cổ, nay được trồng khắp nơi trên thế giới. Vào thời

## Một Vài Dược Thảo Dùng

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguyễn Ý Đức

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

Trung c, SJW đã được dùng để trị ma quỷ, làm trong sạch không khí, khi nó được mùa ngũ cốc khi đổ t trên ng n l a vào đêm trước c l St John. Dân chúng cũng tin là nó mang lại trên mặt cảnh SJW trước ngày sinh nhật Ông Thánh này thì sẽ được bình an suốt năm.

Tổn thương da do tiếp xúc, nó được coi như có thể chữa được bệnh ngứa, nhiễm độc tiêu u tiêu, tiêu viêm trùng, mau lành vết thương ngoài da. SJW được Hippocrates, Dioscorides giới thiệu, rồi bị bỏ rơi vào lãng quên cho đến vài chục năm mới đây, một loại trà từ cây này được tung ra thị trường quốc tế là để chữa bệnh, lo âu.

Đi học Duke được Viện Quốc Gia Bệnh Tâm Thần trình bày trên 4 triệu người để thực hiện đến 3 năm nghiên cứu sự an toàn và công hiệu của SJW trong việc chữa bệnh ngứa.

Tại Âu Châu, nhất là bên Đức, SJW được các bác sĩ biên toa cho bệnh nhân 7 lần nhiễm u học Prozac; được mệnh danh là Prozac Thiên Nhiên và được xếp hạng có công dụng trung bình, giữa hai loại âu dược phẩm chính hiện có.

ở Hoa Kỳ SJW hiện rất được ưa chuộng vì được coi là an toàn, công hiệu, rẻ tiền, và không cần toa bác sĩ.

Mới đây, SJW được các chuyên viên về bệnh AIDS của Viện Ung Thư Quốc Gia Hoa Kỳ đặt tâm nghiên cứu vì một dược liệu từ cây này có tác dụng vào một vài loại siêu vi trùng, trong đó HIV

Phân liều dùng thảo dược là 300mg, 3 lần mỗi ngày, trong 8-10 tuần.

Tác dụng phụ của nó ít hơn tác dụng phụ của một vài dược liệu, như ngứa, mất ngủ, lên kí, nhức đầu, đau bụng nhất là bệnh cảm da (cháy da) khi đi ra ngoài nắng. Thú vị, SJW có tác dụng vào tử cung, nên khi có thai, ta cần cẩn thận khi dùng thuốc này.

Chưa có bằng chứng tác dụng tương quan giữa SJW với các dược liệu khác. Tuy nhiên nếu đang

## Một Vài Dược Thảo Dùng

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguyễn Ý Đức

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

uống âu dược thảo thì nên cho bác sĩ hay khi dùng dược thảo St John.

### 3-Saw Palmetto.

Trong thảo luận gần đây, Saw palmetto có hy vọng là dược thảo đầu tiên được chứng minh là có công dụng trị mất bạch cầu.

Cơ quan Thực Phẩm và Dược Phẩm Hoa Kỳ đang chờ xét duyệt xin xác nhận giá trị của SJW để trị mất bạch cầu, Ginkgo Biloba để trị rối loạn trí tuệ và Saw Palmetto, trị sưng niệu phì tuyến.

Đây là một loại cây cao từ 1 tới 3 thước, lá rộng tới gần một thước, mọc trên bãi cát tại miền Nam Carolina tới Florida, Texas. Vào mùa xuân, cây nở hoa màu trắng, trái của nó bắt đầu chín mùa hè sang mùa Thu.

Thị dân tộc của Mỹ Châu đã dùng trái cây này để ăn và trị vài chứng rối loạn tiểu tiện đàn ông từ năm 1700. Trong nửa đầu của thế kỷ này, nó còn được dùng cho tới năm 1950 thì bị loại ra khỏi danh sách của National Formulary Hoa Kỳ, trong khi đó thì ở Âu châu nó vẫn còn rất phổ thông.

Trái Saw Palmetto có tác dụng ức chế nam kích thích tố testosterone, giảm sưng và viêm của tế bào và được dùng niệu ở Âu châu để trị chứng sưng không ung thư niệu phì tuyến. Tại Đức, cơ quan y tế đã chấp thuận cho bán một dược phẩm tinh chế hòa tan trong nước của cây này.

Tập san y học của Hiệp Hội Y Sĩ Hoa Kỳ, số tháng 9 năm 1998, liên đầu tiên đã đề ý và nêu ra niệu u của nghiên cứu trên khắp thế giới về công dụng của Saw Palmetto trong việc trị sưng niệu phì tuyến.

Phấn mịn ngày cho dược thảo này từ 25 tới 50 mg kim, trong khi âu dược thảo thì từ 200 mg kim.

## Một Vài Dược Thảo Dùng

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguyễn Ý Đức

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

Theo Physicians Desk Reference for Herbal Medicines, Saw Palmetto dược dùng trong giai đoạn đầu của suy giảm chức năng tinh hoàn.

Tác dụng phụ rất ít như vài rối loạn về tiêu hóa (ợ mửa, đau bụng nhẹ). Mỗi ngày uống từ 1 tới 2 gram.

Một điểm quan trọng là, nhiều người vì dùng thuốc này mà không đi khám bác sĩ để xác định tính lành- độc của suy giảm chức năng tinh hoàn. Nên khi khám phá ra thì ung thư bạch cầu này đã đi tới giai đoạn bất khả trị.

### 4- Ephedra.

Họ Ephedra, ta gọi là Ma Hoàng, gồm có nhiều loài, mọc ở Châu Âu, Trung Hoa, và đã được dùng làm thuốc chữa bệnh ở Trung Hoa từ trên 5000 năm.

Dược chất chính của Ma Hoàng là chất Ephedrine đã được nhà hoá học Nhật Bản Nagai phân tích từ năm 1887. Đến năm 1924, giáo sư K.K. Chen ở Đại học Bắc Kinh công bố được tính trị liệu của Ephedrine trong các bệnh suyễn, nghẹt mũi, kích thích thần kinh. Ephedrine làm thông dẫn đường phổi, khi nào không khí lưu thông dễ dàng, đường thở làm tăng huyết áp, tăng nhịp tim.

Ở Việt Nam, Ma Hoàng được nhập công từ Trung Hoa và được dùng để trị các bệnh như ngạt mũi, ho hen.

Hiện nay, ở Mỹ, thuốc có chất Ephedrine được quảng cáo có công dụng trong việc làm giảm ký, mà nhà sản xuất gọi là herbal phen-phen, thay thế cho thuốc Pondimin, Redux hiện đã bị cấm bán vì nhiều tác dụng phụ nguy hiểm.

Vì có tính kích thích thần kinh, làm suy giảm khoái, nên nhiều tay nghiện cần sa, ma túy cũng dùng

## Một Vài Đặc Tính Thở Ngủ Dùng

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguyễn Ý Đức

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

Ephedra để yêu đời hơn. Một số loại đã làm dùng thuốc này để có bắp thịt nở nang.

Ephedra có nhiều tác dụng như làm mất ngủ, nhức đầu, nóng nảy, cao huyết áp, sưng thận, kinh phong, rối loạn nhịp tim, kích thích não và tim, đôi khi đưa tới tử vong. Do đó, cơ quan FDA rất quan tâm tới đặc tính này và để ngừa giết hại phân loại dùng mỗi ngày không quá 24mg.

### 5- Hổ Aloe-

Nhiều gia đình ta ở trong bắp đôi khi thấy có trồng một chậu như cây Aloe, vữa làm chậu vữa dùng lá nó để đắp lên vết phỏng da xẩy ra trong khi ngủ nướng.

Loại cây này có nguồn gốc ở Đông Nam Châu Phi, đã có tài liệu ghi nhận công dụng trị bệnh từ năm 1750 TTC. Người dân Ai Cập dùng trị da nhiễm trùng từ 550 TTC. Danh Mục Dược Khoa Hoa Kỳ năm 1820 đã ghi công dụng của Aloe vera và từ năm 1920 đã được công nhận dùng trong dược phòng.

Từ lá Aloe, người ta lấy ra được một chất gel để dùng ngoài da và chất nhầy để giúp nhuận tràng, chữa táo bón. Gel Aloe làm vết thương mau lành bằng cách làm co vết thương và tăng tiết chất collagen, nên được dùng khi bị phỏng da, chấy da. Một điều nữa nó cũng được dùng để trị bệnh vẩy nến da (Psoriasis) và làm tăng cường tính miễn nhiễm của cơ thể.

Trên thị trường, gel Aloe được giới thiệu như có công hiệu làm mềm da, sạch da, chữa ngứa, dị ứng, làm da tăng cường mau, đôi khi trị các da dộp ngứa vết lá bỏng ngứa xuân (poison ivy).

Bên Nhật, Aloe còn được dùng để trị bệnh ung thư do khả năng chữa viêm và chữa tăng cường tế bào ung thư.

Kiểm tra nghiên cứu tại University of Maryland cho thấy Aloe có thể diệt siêu vi trùng bệnh mụn giộp (herpes) và vài loại trùng bệnh cúm, trong khi đó, thử nghiệm tại University of Missouri

## Một Vài Dấu Hiệu Thở Ng Dừng

T&#225;c Gi&#7843;: Bs Nguy&#225;n Ý Đ&#225;c

Ch&#250;a Nh&#7853;t, 11 Th&#225;ng 1 N&#259;m 2009 08:07

---

cho th&#225;y Aloe gel có th&#225; dùng để ng&#225;a th&#225; thai.

Aloe kích thích tu&#225; t&#225;ng bài tiết Insulin, nên đang có nghiên cứu dùng Aloe để trị bệnh tiểu đường.

K&#225;t luận

K&#225;ng h&#225; bào ch&#225; d&#225;c th&#225;o &#225; kh&#225;p n&#225;i trên th&#225; gi&#225;i hi&#225;n gi&#225; đang r&#225;t phát triển để đáp&#225;ng nhu cầu của người dân. Các nhà sản xuất cũng đang tranh đua để d&#225;c th&#225;o có a h&#225; s&#225;m để d&#225;c để i x&#225; công bằng như âu d&#225;c ch&#225; không phải là th&#225;c phẩm phải như hiện nay. Tri&#225;n vọng đó chắc cũng không còn quá xa, vì ngay tại Mỹ, Quốc Hội cũng như Hiệp Hội Y Sĩ Hoa Kỳ đã quan tâm tới vấn đề d&#225;c th&#225;o và các phương pháp trị liệu không chính thống ngày một phát triển.