

H ng là loài cây ăn trái đ c tr ng c đ ng b ng và mi n núi Vi t Nam. Qu h ng th ng đ c chia thành "h ng ng t" và "h ng chất" (còn g i là "h ng ngâm"). H ng ng t chín ngay trên cây và t nhiên h t v chất, có th hái v ăn ngay; còn h ng chất ph i kh v chất m i ăn đ c. Qu h ng là m t th trái cây giàu ch t dinh đ ng và ho t ch t sinh h c: Trong 100g th t qu có: 0,7g protein, 0,1g lipid, 11g các ch t carbohydrate, 3,1g ch t x 10mg canxi, 19,1mg fosphore, 0,2 mg s t, 49,7 mg iode, 0,16mg carotein, 0,01 mg vitamin B1, 0,02mg vitamin B2, 0,2mg vitamin PP, 0,2mg vitamin PP, 16mg vitamin C. Các ch t carbohydrate trong qu h ng ch y u là đ ng saccharose, glucose và fructose; ngoài ra còn có pectine, tannin và m t l ng nh các ho t ch t khác.

Qu h ng và các b ph n c a cây h ng đ u là nh ng v thu c đã đ c dùng t lâu đ i trong Đông y h c. H ng đ c ch bi n theo nhi u cách khác nhau, tùy thu c vào m c đích dùng làm th c ph m ho c là làm thu c: Qu h ng đã chín đem bóc v , moi b h t, ép b p, ph i ho c s y nh cho se l i, cho vào h p đ n khi v ngoài có m c tr ng thì l y ra s y i nhi t đ 50-60oC đ n khi khô h n, nh v y s đ c "h ng khô" hay còn g i là "m t h ng", khi ch h ng khô, bên ngoài qu h ng xu t hi n m t l p ph n, tr ng nh s ng; thu gom l i c t riêng s đ c th g i là "th s ng" v a là th c ăn v a là v thu c. Trong ch Hán qu h ng đ c g i là "th t" (qu th c a ta g i là "hoàng th " ho c "xú th n"), cho nên các v thu c t cây h ng đ u mang ch th : "Th đ " là tai qu h ng; "Th t" là n c ép t qu h ng ch a chín, đem ph i hay s y khô.

T nhi u th k , ng i Nh t có t p quán dùng "trà lá h ng" đ đ ng sinh và phòng tr b nh t t. Theo các nghi n c u hi n đ i, trong lá h ng có nhi u ho t ch t sinh h c nh các ch t flavonoid, tannin, phenol, tinh đ u, betulinic acid, oleanolic acid, ursolic acid, rustin... đ c bi t hàm l ng vitamin C trong lá h ng r t cao (trong 100g lá t i có t i 704mg). Lá h ng có tác đ ng đ i t khu n, h huy t áp, tăng đ b n thành m ch máu, phòng ng a x v a đ ng m ch; dùng đ ch ng m t ng , gi m béo, ch a b nh tim và đ ng m ch vành tim, ti u đ ng... Theo k t qu nghi n c u c a Vi n u b u Trung Qu c (TQ), lá h ng còn có tác đ ng phòng ch ng ung th : hàng ngày dùng 15g lá h ng u ng thay trà có tác đ ng tr li u t ng đ i t t đ i v i b nh ung th th c qu n. Nh ng năm g n đây TQ đã b t đ u s n xu t trà lá h ng đ xu t kh u sang Nh t và tiêu th trong n c. T i m t s đ a ph ng TQ, ng i ta ch bi n trà lá h ng nh sau: T kho ng trung tu n tháng 7 đ n trung tu n tháng 9, hái lá h ng v , bu c thành t ng chu i, đem nhúng vào n c nóng 85oC trong 15 phút, l y ra nhúng vào n c l nh, sau đó đem hong khô trong bóng mát (không ph i ng), khi lá h ng khô thì v v n là đ c "trà lá h ng"; khi u ng có th h m v i n c sôi nh pha trà.

Đ i đây là m t s ng đ ng c th t qu h ng và cây h ng:

Tăng huyết áp: Lấy quả hồng t i ép lấy nước (th t t), hòa với sữa hoặc nước cơm uống, ngày uống 3 lần mỗi lần nửa chén. Có tác dụng phòng "trúng phong" (tai biến mạch máu não) do tăng huyết áp.

Chứng chảy máu (hemophilia - huyết h u b nh): Hồng khô 30g, ngó sen 30g, hoa kinh giới 15g đem sắc uống; khi uống hòa thêm 10ml mật ong; mỗi ngày 1 thang, liên tục trong 15 ngày (m t li u trình), nghỉ vài ngày rồi lại uống tiếp li u trình khác cho t i khi kh i.

Chảy máu mũi ra máu: Lấy th đ (tai hồng) đem thiêu t n tính (rang to lá hoặc đ t cho đ n khi m t ngoài cháy đen nh than, nh ng bên trong v n gi nguyên màu), sau đó nghiền n m n, c t đi dùng đ n. Ngày uống 2 lần vào lúc đói b ng, mỗi lần 6g, chiều b t thu c b ng n c c m hoặc cháo loãng.

Trĩ n i, đ i t i n xu t huyết Lấy quả hồng khô 12g, sắc uống hoặc nấu cháo ăn ngày 2 lần. Cũng có thể lấy quả hồng khô, rang vàng, tán m n, uống ngày 2 lần, mỗi lần 6g.

Chảy máu các lo i xu t huyết bên trong (ch y máu d dày, ho ra máu do lao, trĩ n i...): Lấy lá hồng rửa sạch, phơi khô, nghiền n m n, ngày uống 3 lần, mỗi lần 5g.

Chảy máu xu t huyết do giảm tiểu cầu (thrombocytopenic purpura, thrombopenic purpura): Cũng lấy lá hồng rửa sạch, phơi khô, nghiền n m n, ngày uống 2 lần vào buổi sáng và buổi t i, mỗi lần 3g, liên tục trong 1 tháng.

Chảy nước: Lấy củ quả hồng 3-5 cái, thêm 5 lát gừng sắc uống. Nếu thêm khoảng 5-6g đinh hương càng t t.

Ki t l , viêm ruột: Lấy hồng khô thái nh , phơi khô, sao vàng rồi tán thành bột m n đ uống đ n, ngày uống 3 lần, mỗi lần 5g, chiều b ng n c đun sôi.

Thuốc tẩm quế hẹ ng và cây hẹ ng

Tác Giả: Saigon Echo s&#u t&#m

Chúa Nhật, 25 Tháng 1 Năm 2009 21:53

L&#i, môi l&# loét: L&# y th&# s&# ng 10g, b&# c hà 5g, hai th&# tr&# n l&# n v&# i nhau đem nghi&# n m&# n, bôi vào ch&# môi b&# l&#, r&# t mau kh&# i. Ho&# c ch&# c&# n l&# y th&# s&# ng ngày bôi 3 l&# n vào ch&# b&# l&#, vài ngày cũng s&# kh&# i.

Da b&# d&# ng: Qu&# h&# ng còn xanh 500g, giã nát, thêm 1500ml n&# c vào tr&# n đ&# u, ph&# i n&# ng 7 ngày, b&# bã, ph&# i ti&# p trong 3 ngày n&# a r&# i rót vào l&# dùng d&# n; hàng ngày l&# y bông th&# m thu&# c bôi vào ch&# da b&# d&# ng 3-4 l&# n.

M&# t s&# đ&# u c&# n chú ý:

Qu&# h&# ng tuy b&# nh&# ng không ph&# i ai cũng dùng đ&# c. Theo kinh nghi&# m c&# a Đông y h&# c, ng&# i t&# v&# h&# hàn, có đàm th&# p bên trong, &# a ch&# y, đang b&# c&# m l&# nh không đ&# c ăn h&# ng; sau b&# a ăn có món tôm và cua không nên ăn h&# ng; ăn ngay m&# t lúc quá nhi&# u h&# ng, có th&# d&# n t&# i đau tr&# ng b&# ng, bu&# n nôn, &# a ch&# y...

Đ&# c bi&# t, khi đói b&# ng không nên ăn quá nhi&# u h&# ng, nh&# t là h&# ng ch&# a th&# t chín và ăn c&# v&# . B&# i vì, khi vào d&# dày, m&# t s&# thành ph&# n trong qu&# h&# ng có th&# k&# t h&# p v&# i d&# ch v&# t&# o thành nh&# ng ch&# t k&# t t&# a không tan; lúc đ&# u ch&# nh&# nh&# h&# t m&# d&# n d&# n có th&# to nh&# n&# m tay, g&# i là "th&# th&# ch" (s&# i h&# ng) - b&# nh này th&# ng đ&# c đ&# c&# p đ&# n trong các tài li&# u c&# a TQ, &# n&# c ta ít khi nói t&# i, tuy nhiên cũng nên bi&# t đ&# tham kh&# o. Khi b&# m&# c "th&# th&# ch" th&# ng có các tri&# u ch&# ng: đau b&# ng k&# ch li&# t, l&# m gi&# ng, bu&# n nôn, chán ăn; tr&# ng h&# p nghi&# m tr&# ng có th&# gây viêm loét d&# dày, th&# huy&# t, nên s&# m đ&# n b&# nh vi&# n đ&# ch&# n đoán và đ&# u tr&# s&# m.