

TOP 5 bài thuốc chữa viêm đại tràng co thắt bằng thuốc nam hiệu quả

Những cây thuốc như lược vàng, hoa chuối, mã đề và củ sen không chỉ được biết đến với khả năng chữa trị nhiều bệnh khác nhau mà còn được coi là bài thuốc hiệu quả trong việc làm dịu triệu chứng viêm đại tràng co thắt. Tuy nhiên, điều này thường ít được biết đến. Vậy làm thế nào để thực hiện các bài thuốc này? Dưới đây là TOP 5 bài thuốc chữa viêm đại tràng co thắt bằng thuốc nam hiệu quả.

TOP 5 bài thuốc chữa viêm đại tràng co thắt bằng thuốc nam

Cây mã đề

Cây mã đề được xem như một loại thảo dược tự nhiên có khả năng điều trị hiệu quả các vấn đề liên quan đến đường tiêu hóa như viêm loét dạ dày, viêm đại tràng, và cao huyết áp. Nghiên cứu đã chỉ ra rằng mã đề chứa nhiều dưỡng chất đặc biệt giúp hỗ trợ điều trị nhiều loại bệnh từ bên trong ra ngoài.

Mã đề có khả năng hút độc và giúp lành vết thương, đồng thời cũng có tác dụng tích cực đối với các vấn đề về đường hô hấp và bệnh trĩ. Nó cũng được biết đến với khả năng hỗ trợ đường tiêu hóa, giúp chữa trị các vấn đề như đại tràng co thắt.

Tất cả các phần của cây mã đề từ lá, hạt đến thân đều mang lại lợi ích trong việc điều trị bệnh như: thanh nhiệt giải độc, làm mát gan và kích thích tiểu tiện, cũng như giảm viêm bàng quang.

Về cách sử dụng, có hai phương pháp:

- Rửa sạch và sao vàng mã đề, sau đó hãm cùng với lá chè xanh trong khoảng 20 phút để uống thay thế nước hàng ngày. Khuyến khích uống hết trong ngày và không để lại cho đến ngày hôm sau.
- Sa vàng mã đề và hoa hòe, sau đó nghiền thành bột mịn. Mỗi lần sử dụng, lấy khoảng 2 thìa cà phê bột pha với nước ấm, uống hai lần mỗi ngày. Tiếp tục thực hiện trong khoảng 1-2 tuần cho đến khi các triệu chứng của đại tràng co thắt giảm dần.

Tham khảo thêm: [Đừng bỏ lỡ 13 cách chữa viêm đại tràng](#) cực hay và hiệu quả



Cây lược vàng

Theo nghiên cứu của các nhà khoa học Mỹ và Canada, chiết xuất từ cây lược vàng, giàu các chất kích thích sinh học, có tác dụng làm dịu, giảm đau, chống viêm, giảm co thắt và có thể nhanh chóng làm lành các vết loét. Do đó, lược vàng được coi là một trong những phương pháp trị liệu hiệu quả cho bệnh viêm đại tràng co thắt, được nhiều người tin dùng từ lâu.

Ngoài ra, các hợp chất trong cây lược vàng cũng có khả năng chữa lành các bệnh về mắt, loét dạ dày, viêm tá tràng và hen suyễn, cùng nhiều bệnh khác. Chúng bảo vệ cơ thể và kích thích tái tạo tế bào. Ngoài ra, lược vàng còn có tác dụng chống oxy hóa tế bào, chống ung thư, ngăn chặn nhiễm trùng, củng cố mao mạch, tăng cường hệ miễn dịch và kích thích đào thải nước tiểu.

Cách sử dụng:

Để điều trị viêm đại tràng co thắt, một cách đơn giản và hiệu quả là nhai lá lược vàng tươi trước mỗi bữa ăn, mỗi ngày 3 lần.

Ngoài ra, có thể áp dụng hai phương pháp sau:

Phương pháp 1: Chiết rượu

Dập nhẹ lá và thân cây lược vàng, sau đó cắt thành miếng và phơi khô dưới ánh nắng. Tiếp theo, ngâm các miếng đã phơi khô trong rượu trong vòng 15 ngày. Mỗi ngày uống một chén nhỏ trước bữa ăn.

Phương pháp 2: Hãm nước

Cắt nhỏ thân và lá cây lược vàng và cho vào lọ thủy tinh, sau đó đổ 1 lít nước sôi vào và để hãm trong vòng 12 tiếng. Uống nước này nhiều lần trong ngày.

Củ sen

Xenlulo, một chất dinh dưỡng phổ biến, đặc biệt nhiều trong củ sen, không chỉ giúp làm sạch ruột mà còn có khả năng phòng ngừa táo bón, kích thích hoạt động ruột và làm mềm phân. Ngoài ra, củ sen cũng giàu vitamin C, nhóm vitamin B, chất xơ, khoáng chất và chất điện giải. Thường xuyên tiêu thụ củ sen có thể giúp cải thiện hệ tiêu hóa, ngăn ngừa táo bón và duy trì sự nhuận tràng.

Nước ép củ sen cũng được biết đến với khả năng ổn định hoạt động của dạ dày và đại tràng, giảm tổn thương đường ruột và ngăn chặn cả táo bón lẫn tiêu chảy. Đây cũng là phương pháp được áp dụng để điều trị bệnh đại tràng co thắt.

Cháo củ sen là một món ăn đơn giản nhưng hữu ích, đặc biệt tốt cho người bị viêm đại tràng do tỷ thận hư hàn.

Cách chuẩn bị:

- Nguyên liệu: củ sen, gạo tẻ, đường trắng
- Cách thực hiện: Làm sạch củ sen và cắt thành miếng nhỏ. Đun sôi gạo và củ sen cùng một lúc, khi chín nhừ thì thêm đường vào. Mỗi ngày ăn 1-2 bát cháo củ sen có thể giúp giảm đau thượng vị, đau đại tràng, cảm giác đầy bụng và ợ hơi. Ngoài ra, việc tiêu thụ củ sen cũng có thể làm dịu tinh thần và giúp cải thiện chất lượng giấc ngủ.

Tìm hiểu thêm: [Bi viêm đại tràng nên ăn gì? Các thực phẩm cần kiêng](#)

Củ riềng

Củ riềng, với đặc tính ấm và vị cay nồng, không chỉ có tác dụng ôn trung, tán hàn, làm ấm tỳ vị và chống nôn mà còn giúp tăng cường chức năng tỳ thổ và khắc phục các triệu chứng không bình thường của đường tiêu hóa.

Cách sử dụng:

Cách 1:

- Chuẩn bị: 20g củ riềng tươi, 20g lá lốt.

- Cách thực hiện: Gọt vỏ củ riềng tươi và rửa sạch cả hai nguyên liệu, sau đó thái nhỏ. Trộn chúng lại và sắc trong nước ấm để uống trong ngày. Mỗi lần dùng khoảng 1 bát nước nhỏ.

Cách 2:

- Chuẩn bị: 20g riềng tươi, 20g lá mã đề, 20g lá nhót.
- Cách thực hiện: Rửa sạch các nguyên liệu và thái nhỏ. Đun sôi với nước và chia thành 2-3 lần uống trong ngày.

Cách 3:

- Chuẩn bị: 20g riềng tươi, 16g bạch truật, 8g quế tốt, 20g lệ chi.
- Cách thực hiện: Rửa sạch các nguyên liệu và đem sắc với nước ấm. Uống 2-3 lần mỗi ngày. Thực hiện đều đặn để đạt hiệu quả tốt nhất.

Hoa chuối

Hoa chuối, một thực phẩm phổ biến mà chúng ta đều quen thuộc, có thể được sử dụng trong việc chữa trị viêm đại tràng một cách hiệu quả và tiết kiệm. Hầu như mỗi ngôi nhà đều có ít nhất vài khóm chuối, và đi kèm với chúng là hoa chuối. Vậy việc sử dụng hoa chuối để chữa trị viêm đại tràng sẽ mang lại kết quả như thế nào?

Để bắt đầu, hãy lấy 10 gram hoa chuối tươi và ngâm trong nước, loại bỏ bã hoa chuối sau đó. Khi nước hoa chuối đã nguội, thêm 1 chén nhỏ rượu trắng (khoảng 20ml) vào và uống.

Nếu phương pháp này gây khó khăn cho bạn, bạn có thể sử dụng hoa chuối để nấu các món ăn. Phương pháp này sẽ hỗ trợ tăng cường lượng chất xơ cho hệ tiêu hóa hoạt động dễ dàng hơn, đồng thời giúp làm lành tổn thương và khắc phục [viêm đại tràng co thắt](#).

- Lấy hoa chuối tươi (số lượng tùy chỉnh) và nấu với một nắm gạo nhỏ để tạo thành cháo nhừ. Mỗi ngày ăn 1 lần vào buổi sáng. Tiếp tục thực hiện trong ít nhất 10 ngày.
- Lấy hoa chuối tươi (lượng tùy chỉnh) và nấu cùng với tim lợn (có thể nấu 1 hoặc nửa quả tùy vào lượng hoa chuối) để sử dụng trong ngày. Ăn liên tục ít nhất 10 ngày.

Bài viết dành cho bạn: [Hội chứng ruột kích thích nên ăn gì, kiêng gì để khỏi bệnh?](#)

Lưu ý khi sử dụng bài thuốc nam chữa viêm đại tràng co thắt

Viêm đại tràng co thắt là một vấn đề sức khỏe nghiêm trọng, và việc sử dụng bài thuốc nam có thể giúp hỗ trợ điều trị. Tuy nhiên, khi sử dụng bài thuốc nam, có một số điều cần lưu ý:

- **Tư vấn y tế:** Trước khi bắt đầu bất kỳ liệu pháp mới nào, đặc biệt là khi sử dụng bài thuốc nam, bạn nên thảo luận với bác sĩ hoặc bác sĩ chuyên khoa về viêm đại tràng của mình.

Họ có thể cung cấp lời khuyên và hướng dẫn phù hợp dựa trên tình trạng sức khỏe cụ thể của bạn.

- **Chất lượng và nguồn gốc:** Chọn bài thuốc nam từ các nguồn đáng tin cậy và có uy tín. Đảm bảo rằng các thành phần đã được kiểm định và không có tác dụng phụ đáng kể.
- **Liều lượng:** Tuân thủ đúng liều lượng được chỉ định. Sử dụng quá liều có thể gây hại cho sức khỏe.
- **Theo dõi và phản hồi:** Theo dõi cẩn thận các triệu chứng và cảm nhận cơ thể của bạn khi sử dụng bài thuốc. Nếu có bất kỳ dấu hiệu hoặc triệu chứng không bình thường nào, hãy ngưng sử dụng và thảo luận với bác sĩ của bạn.
- **Kết hợp với liệu pháp khác:** Đôi khi, bài thuốc nam có thể kết hợp tốt với các liệu pháp khác như chế độ dinh dưỡng hoặc phương pháp giảm căng thẳng. Tuy nhiên, luôn thảo luận với bác sĩ trước khi kết hợp bất kỳ liệu pháp nào.
- **Kiên nhẫn và nhất quán:** Bài thuốc nam thường không cho kết quả ngay lập tức. Hãy kiên nhẫn và nhất quán trong việc sử dụng chúng theo hướng dẫn của bác sĩ hoặc người có kinh nghiệm.
- **Giảm căng thẳng:** Co thắt đại tràng thường được kích thích bởi căng thẳng và lo lắng. Cố gắng giảm căng thẳng thông qua yoga, thiền, hoặc các phương pháp thư giãn khác cũng có thể là phần quan trọng của quá trình điều trị.

Nhớ rằng, mặc dù bài thuốc nam có thể hỗ trợ trong việc điều trị viêm đại tràng co thắt, chúng không thay thế được tư vấn y tế chuyên môn. Luôn tìm kiếm ý kiến của bác sĩ trước khi bắt đầu bất kỳ phương pháp điều trị mới nào.

Bài viết tham khảo:

- https://dmecc.moh.gov.vn/documents/10182/53607594/upload_00031505_1713946412653.pdf
- https://dichvucong.dav.gov.vn/File/GoToViewTaiLieu?url=Temp\a7e8289b-9215-4a7b-911d-d095eac32078\2404224_20240424_153527.pdf
- https://ydct-8dichvucong.moh.gov.vn/File/GoToViewTaiLieu?url=Temp\40f25fbb-ae8e-49cd-9cf5-edb375d238e7\2204124_20240422_141406.pdf
- <http://nganhamedia.vn/upload/8008/fck/files/2204224.pdf>
- <http://cainuochospital.com/upload/8008/fck/files/2204324.pdf>
- <http://vepr.org.vn/upload/8008/fck/files/2204424.pdf>
- <http://mevabe.net/upload/8008/fck/files/2304124.pdf>
- <http://cnc.edu.vn/upload/8008/fck/files/2304224.pdf>
- <http://vinabase.com/upload/8008/fck/files/2304324.pdf>
- <http://phobienphapluatadmin.vietesoft.com/Content/Upload/20240423050301-2304424.pdf>