

# Rau má

## Chống nhiễm trùng, Chống độc, giải nhiệt

thị xã, thị trấn, người ta thường sử dụng nước rau má dưới dạng nước sinh tố như các thứ quả cây. Nhân dân ta thường dùng rau má trong các trường hợp:

- Giải nhiệt, làm xuất được chúng nóng nẩy bứt rút trong người, trị trẻ em nóng sốt dữ dội, lên kinh phong (trong uống, ngoài xoa), chữa ngứa lở mụn nhọt, làm cho đỡ sưng, đỡ đau (uống trong, đắp ngoài).

- Giải độc, do ăn nhầm phải lá ngón, nấm độc, thạch tín hoặc do say khoai mì, dùng 250 g rau má và rễ rau muống biển 250 g, giã nát, hòa nước sôi uống.

- cầm máu như chảy máu chân răng, chảy máu cam, thổ huyết, đi tiểu ra máu, đi ngoài ra máu vì bệnh kiết lỵ, phụ nữ bị băng huyết. Thường dùng rau má 30 g, cỏ nhỏ nổi và lá trắc bá, mỗi vị 15 g, sao, sắc nước uống.

- Trị lỵ cấp tính: Dùng một nắm rau tươi rửa sạch thêm ít hạt muối, nhai kỹ nuốt nước hoặc có thể giã nát vắt nước cho uống.

- Trị ho, giã cây tươi lấy nước dịch uống hoặc sắc nước uống.

- Trị khí hư bạch đới, đàn bà, con gái đau bụng kinh, dùng rau má phơi khô làm thành bột uống, mỗi sáng dùng 2



muống cà phê bột.

- Viêm hạnh nhân, dùng rau má tươi, giã nát nhuyễn lấy nước cốt, hòa ít giấm, nuốt từ từ.

- Trị đái buốt, đái dắt, dùng rau má tươi giã nhuyễn, lấy nước cốt uống.

- Làm thuốc lợi sữa, có thể ăn tươi hoặc luộc ăn, nếu luộc thì phải dùng cả nước luộc mới có tác dụng. Có người dùng cho bò sữa ăn để cho bò thêm sữa.

Người ta đã chế rau má thành những dạng thuốc làm vết thương mau lành da, liền sẹo... để chữa các vết thương phần mềm.

Tuy nhiên, đối với những người tỳ vị hư hàn, thường đi đại tiện lỏng thì không nên dùng nhiều vì rau má có tính mát lạnh. ❖