

Rau Diếp Cá: Vị Thuốc Đa Năng

Tác Giả: Andy dng

Thứ Sáu, 04 Tháng 6 Năm 2010 08:03

Diếp cá từ lâu đã được Đông y dùng chữa các bệnh về tiêu hóa, phát ban, tã c s a...

Ở đây, Tây y cũng phát hiện ra nhiều tác dụng quý của nó như kháng khuẩn, tiêu diệt ký sinh trùng, chống ung thư.

Rau diếp cá còn có tên là giếp cá, cây lá giếp họ Cỏ tinh thảo, tên khoa học là *Houttuynia cordata* Thumb., mọc chủ yếu ở các nước châu Á, từ Việt Nam đến Trung Quốc, Nhật Bản, Thái Lan... Ở nước ta, diếp cá mọc hoang khắp nơi, thường gặp ở các vùng đất ẩm, được trồng làm rau ăn hoặc dùng làm thuốc.

Diếp cá có vị chua, cay, tính mát, tác dụng vào 2 kinh can và phổi. Tác dụng chủ yếu là thanh nhiệt, giải độc, thoát m (đi về m n nh t làm m), thông tiểu tiện, giảm phù thũng, sát khuẩn, chống viêm.



Trong y học dân gian, diếp cá được dùng chữa các chứng bệnh như: táo bón, trĩ (6-10 g sắc uống hàng ngày), sỏi, mề đay (giã nát vắt nước cho uống), viêm tai giữa, sưng tuyến vú, tã c s a (dùng lá khô 20 g hoặc tươi 40 g, sắc nước uống hàng ngày), viêm thận, phù thũng, kiết l (dùng 50 g tươi sắc uống), tiểu bu t, tiểu đ (dùng rau diếp cá, rau má tươi, lá mã đề rửa sạch, và vùi nước sôi đun sôi, g n nước uống).

Rau Diếp Cá: Vị Thuốc Đa Năng

Tác Giả: Andy ding

Thứ Sáu, 04 Tháng 6 Năm 2010 08:03

Theo nghiên cứu của y khoa hiện đại, trong cây diếp cá có chất decanoyl-acetaldehyd mang tính kháng sinh. Loại rau này có tác dụng kháng khuẩn như các chất tiêu diệt vi khuẩn vàng, liên cầu, phẩy cầu, trực khuẩn bạch huyết, e.coli, trực khuẩn lỵ, xoắn khuẩn leptospira. Nó cũng có tác dụng diệt virus sởi, herpes, cúm và cả HIV, do tác động vào vị bẫy protein của virus. Diếp cá còn diệt ký sinh trùng và nấm. Liều dùng 30-50 g rau tươi, có thể ăn sống, xay nát uống hoặc giã đắp ngoài da.

Cũng theo Tây y, diếp cá giúp lợi tiểu do tác động của chất quercitrin, làm cholesterin thành mao mạch, chữa trĩ do tác động của chất dioxy-flavonon. Ngoài ra, nó còn có tác dụng lọc máu, giải độc, giải nhiệt, kháng viêm, tăng sức miễn dịch của cơ thể.

Một nghiên cứu tại Viện Đại học Y Dược Toyama, Nhật Bản, đã cho thấy tác dụng chuyển oxy-hóa của 12 loại dược chất thảo mộc và hợp chất được chiết xuất từ chúng. Diếp cá là một trong 4 chất có tác dụng chuyển oxy hóa mạnh nhất. Hợp chất quercetin của diếp cá loại trừ được các gốc tự do "căn cước" nhất.

Theo một nghiên cứu của Đại học Y khoa Koahsiung, Đài Loan, diếp cá có tác dụng ức chế đáng kể đối với sự sinh sản của virus herpes simplex. Nó được xem là dược chất thảo mộc chữa bệnh này. Đại học Koahsiung cũng phát hiện diếp cá có tác dụng ngăn chặn 5 dòng tế bào ung thư máu.

Một số nghiên cứu khác cho thấy diếp cá có tác dụng chuyển viêm xoang kinh niên và polyp, làm tăng tế bào máu sau phẫu thuật. Chất Houttuynin bisulphat natri chiết xuất từ nó có thể điều trị viêm tuyến vú.