

# Ngày xuân tản mạn về công năng của Rượu theo Đông Y Học

B.S. Hồng Việt Hải, DAOM

Mọi chi tiết về bài viết xin liên lạc

**Phòng Chẩn Trị Y Học Cổ Truyền  
Ngân Hạc**

Silver Crane Center for  
Acupuncture & Oriental Medicine

13322 Hwy 99 S. Ste 101  
Everett, WA 98204

(425) 361-2265

info@silvercrane.net

Tất cả các bài viết cũ sẽ được đăng trên web  
<http://www.silvercrane.net> trong mục  
“Publications”

\*\*\*

Nguồn gốc của rượu kéo dài hơn hàng ngàn năm lịch sử, nó gắn liền với sự phát triển của nông nghiệp. Có tài liệu ghi rằng “*thức uống bằng nước nho lên men ở Trung Quốc*” (tức là rượu) có nguồn gốc ở những mốc thời gian lịch sử từ 7000-6600 trước công nguyên. Tuy nhiên, nghề làm rượu có thể truy tìm nguồn gốc từ những 4000 năm về trước, thuộc thời kỳ đầu của văn hóa Ngưỡng Thiều, Trung Quốc.

“*Thế Bản*”, một nguyên sách thời Tiên Tần, có ghi rằng Nghi Địch và Thiệu Khang (hay còn gọi là Đỗ Khang) là ông tổ của nghề rượu.

Chuyện kể rằng vị vua thứ 5 đời nhà Hạ (2070-1600TCN), Thiệu Khang, trước khi lên ngôi vua từng làm một chức quan nhỏ chuyên phụ trách khâu ăn uống. Có lần Thiệu Khang nhét lương thực vào một góc cây. Một thời gian sau, ông phát hiện có một mùi thơm tỏa ra từ hốc cây đó. Từ mùi thơm này đã giúp ông phát minh ra cách làm rượu.

Trong các sách “*Lã Thị Xuân Thu*” viết vào thế kỷ thứ II trước công nguyên, “*Chiến Quốc Sách*” đời Hán, và “*Thuyết Văn Giải Tự*” đời Đông Hán có ghi lại câu chuyện Nghi Địch phát minh ra loại rượu ngon dân cho Đại Vũ. Tuy nhiên Đại Vũ lo lắng nếu dùng quá nhiều lương thực làm rượu sẽ dẫn đến tình trạng thiếu lương thực, làm cho đất nước triều đình không ổn định nên ông không dùng rượu.

Từ khi được khám phá, rượu đã trở thành một phần đời sống văn hóa của con người. Rượu tham gia vào âm thực đời sống hằng ngày, rượu dùng để cúng tế thần linh, có mặt trong các buổi tiệc... Yêu rượu, người ta bỏ công nghiêm cứu tạo ra các loại rượu nổi tiếng. Ở Trung Quốc nổi tiếng nhất là hoàng tửu (tức rượu gạo). Có 3 loại hoàng tửu nổi tiếng trên thị trường hiện nay đó là Thiệu



Hung hoàng tửu, Thủ Mễ hoàng tửu, và Hồng Khúc hoàng tửu.

Có một loại rượu mà có lẽ tất cả các khán giả yêu “phim Tàu” một thời không thể nào không nghe tới đó là loại rượu “**Nữ Nhi Hồng**”. Rượu Nữ Nhi Hồng chính hiệu phải cất trữ đến 18 năm. Khi uống, rượu có đủ các hương vị ngọt, chua, đắng, nồng, chất hoà hợp với nhau.



Truyền thuyết kể rằng khi vợ của một người thợ may họ Trương ở Thiệu Hưng mang thai, ông đào đất cất chung rượu “**hoa diêu**” đợi khi con trai chào đời sẽ lấy ra thết đãi bà con. Ai dè vợ ông hạ sinh con gái. Vì thất vọng ông chẳng thiết làm tiệc thết đãi bà con nữa. Thời gian thấm thoát trôi qua. Con gái ông khôn lớn ngoan hiền lại hiếu thảo. Ông gả con gái của mình cho một người đồ đệ. Trong ngày cưới con, ông chợt nhớ đến chung rượu đã được chôn dưới đất suốt 18 năm qua. Ông vội đào lên mời khách. Khi chung rượu được mở ra, mùi thơm phức lan tỏa say lòng kẻ mê điệu. Từ đó loại rượu này có tên là **Nữ Nhi Hồng**.

Phương thức làm rượu chủ yếu là dùng nấm vi sinh làm men để thúc đẩy quá trình lên men, glucose hóa, tạo quá trình lên men kép lần quá trình lên men bán phần. Sách “*Chu Lễ*” ghi lại cách làm men rượu có sáu vấn đề quan trọng:

1. Chọn nguyên liệu
2. Thời hạn lên men
3. Thủ thuật đãi và chung nấu
4. Nước và chất thơm lên men
5. Dụng cụ làm men
6. Thời gian và độ nóng cần cho sự lên men

Đời nhà Chu (1046-771 TCN), ngoài rượu được dùng trong âm thực, rượu còn được dùng để trị bệnh. Điều này đã được ghi lại trong sách “*Chu Lễ*” phần “*Y Tửu*”. Phương pháp chế biến rượu thuốc cổ nhất của Trung Quốc được ghi

trong các sách “*Dưỡng Sinh Phương*” và “*Tạp Liệu Phương*.”

Theo Đông Y, rượu thuốc có khả năng tăng cường sức khỏe, hỗ trợ tiêu hóa, kích thích ăn uống, tăng cường tuần hoàn huyết. Do đó thường có câu: “*Rượu thuốc tính nóng, chạy mà không dừng, tác dụng đều hòa khí huyết, thông kinh hoạt lạc, chấn dương trừ hàn, khí thấp tán phong.*”

Bài viết này xin giới thiệu một số bài thuốc rượu mà tôi thường hay dùng cho các bệnh nhân.

## ĐAU NHỨC XƯƠNG KHỚP

### Các bệnh đau nhức khi khí trời trở lạnh:

Ngũ Gia Bì 100g  
Đồ Trọng 50g  
Xuyên khung 30g  
Quế Chi 50g  
Hồng Hoa 30g  
Phòng Kỳ 20g  
Uy Linh Tiên 100g  
Cầu Tích 50g  
Ma Hoàng 20g  
Đương Quy 100g  
Xuyên Ô Chế 20g  
Rượu trắng vừa đủ

**Cách bào chế:** cho các vị thuốc vào bình, thêm lượng rượu vừa đủ, ngâm khoảng 1 tháng

**Tác dụng:** thư cân hoạt huyết, mạnh gân cốt, trừ phong thấp, trị các bệnh đau nhức khớp xương khi thời tiết chuyển lạnh

**Cách dùng:** xoa vào các chỗ đau nhức vài lần trong ngày.

## Đau nhức do thấp nhiệt

Sinh địa 60g  
Xích thược 20g  
Xuyên Khung 20g  
Đương Quy 20g  
Quế Chi 20g  
Tục Đoạn 20g  
Chi Tử 20g  
Phòng Kỳ 20g  
Kim Ngân Hoa 20g  
Bạch Chi 20g  
Thiên Niên Kiện 20g  
Phục Linh 20g

**Cách bào chế:** cho các vị thuốc vào bình,



thêm lượng rượu vừa đủ, ngâm khoảng 1 tháng

**BỀ KINH**

10-20ml trước bữa ăn

Tác dụng: trị các bệnh đau nhức toàn thân do phong thấp nhiệt với các triệu chứng như nhức mỏi các khớp xương, da khô, lưỡi đỏ tiểu tiện ít, táo bón, mạch phù sắc có lực

Cách dùng: xoa vào các chỗ đau nhức vài lần trong ngày.

**MÁT NGỦ, HỒI HỘP, HAY QUÊN**

- Thục Địa 100g
- Phục Linh 80g
- Đương Quy 100g
- Mộc Hương 12g
- Tục Đoạn 50g
- Đinh Hương 6g
- Hồi Hương 12g
- Câu Kỷ Tử 100g
- Son Dược 80g
- Ý Dĩ 80g
- Táo Nhân 20g
- Mạch Môn 50g
- Liên Nhục 100g
- Long Nhân 200g
- Rượu trắng

**Cách bào chế:** cho các vị Phục Linh, Sơn Dược, Ý Dĩ, Liên Nhục tán bột. Các vị khác chế thành phiến, cho vào túi vải, đặt vào bình thêm rượu, đậy kín chum cách thủy 30 phút. Ngâm tất cả khoảng 1 tháng.

**Tác dụng:** An thần định chí, trị tâm tỳ hư tổn, tinh huyết bất túc, thần chí bất an, hồi hộp mất ngủ, suy nhược cơ thể

**Cách dùng:** Ngâm rượu khoảng 1 tháng, uống mỗi ngày 1-2 lần, mỗi lần 10-20ml trước bữa ăn.

**Nguồn gốc bài thuốc:** trích từ “*Trị Liệu Dữ Bảo Kien Dược Từu*”.

**DƯƠNG YẾU**

- Ba Kích Thiên 100g
- Mạch Môn 100g
- Sinh Địa 100g
- Ngưu Tất 100g
- Phòng Phong 50g
- Câu Kỷ Căn Bạch Bì 50g
- Rượu Trắng

**Cách bào chế:** các vị thuốc bọc vào túi vải cho vào bình, thêm lượng rượu vừa đủ, ngâm khoảng 1 tháng, lọc bỏ bã, thêm đường.

**Tác dụng:** Tráng dương, bổ thận, trị suy nhược cơ thể, các bệnh yếu sinh lý

**Cách dùng:** mỗi ngày uống 1-2 lần, mỗi lần 10-20ml rượu nóng trước bữa ăn

**Nguồn gốc bài thuốc:** “*Thiên Kim Yếu Phương*”

**Toa #1: Rượu Ngưu Tất Sâm Quy**

- Ngưu Tất 100g
- Đảng Sâm 50g
- Đương Quy 50g
- Hương Phụ 30g
- Hồng Hoa 30g
- Nhục Quế 30g
- Rượu

**Cách bào chế:** Ngâm tất cả với rượu khoảng 1 tháng

**Tác dụng:** Hành khí hoạt huyết, điều kinh dưỡng huyết, trị bế kinh

**Cách dùng:** Mỗi ngày uống 1-2 lần mỗi lần 10ml.

**Nguồn gốc bài thuốc:** Trích Tây Xuyên Trung Thảo Dược Thông Tấn

**Toa #2: Rượu Quế Tâm Thông Kinh**

- Hỏa Ma Nhân 80g
- Thỏ Qua Căn 80g
- Quế Tâm 80g
- Ngưu Tất 80g
- Đào Nhân 80g
- Yêm Hi Tử 80g
- Xạ Can 80g
- Đê Mặc 80g

**Cách bào chế:** Các vị thuốc bọc vào túi vải cho vào bình thêm lượng rượu vừa đủ. Ngâm 1 tháng, lọc bỏ bã thêm đường

**Tác dụng:** trị kinh nguyệt không đều, không con

**Cách dùng:** mỗi ngày uống 1-2 lần, mỗi lần

**Nguồn gốc bài thuốc:** Thái Bình Thánh Huệ Hương

**Lời bàn:**

Tuy rượu có những lợi ích nêu trên, dùng rượu quá độ lại có hại cho sức khỏe. Lý Thời Trân đời nhà Minh có dạy rằng: “*Uống ít thì hòa huyết, hành khí, mạnh thần, trừ hàn, tiêu sầu hưng phấn, uống nhiều thì thương thân khô huyết, tổn vị, mất tinh, sinh đàm, đồng họa. Uống rượu vô độ ngày ngày say rượu, nhẹ thì sinh bệnh tật, nặng thì vong gia bại sản, bại vong thân mệnh, tại hại không thể nói hết.*”

Khoa học ngày nay chứng minh rằng rượu có nguy cơ tích lũy chất béo làm xơ cứng gan, tổn hại hệ thống tiêu hóa, ảnh hưởng mô dính dạ dày, làm giảm công năng của các siêu vi khuẩn tốt ở ruột non trong công việc hấp thụ các dưỡng chất. Rượu còn ảnh hưởng tim làm cho tả tâm thất phì đại, to tim, sinh nhiều chứng bệnh khác. Rượu tuyệt đối không tốt cho các phụ nữ đang mang thai vì rượu làm ảnh hưởng đến sự phát triển của tế bào não và tế bào khí quản làm cho thai nhi phát triển chậm, dị hình, giảm trí tuệ. Đối với hệ thống thần kinh, một liều lượng nhỏ có tác dụng hạn chế công năng đại não, liều lượng lớn có thể làm tê bết tắc trung khu sinh mệnh của não dẫn đến nguy hiểm tính mạng.

Để uống rượu được an toàn, tốt cho cơ thể thì nên liều lượng như sau: 1kg thể trọng thì mỗi ngày có thể dùng khoảng 1g rượu.

**B.S. Hồng Việt Hải, DAOM**

Ngày 2 tháng 2 năm 2015  
Xuân Ất Mùi

