

Tính vị, công năng

Gừng tươi có vị cay, nóng, mùi thơm, tính ấm. Gừng khô và tiêu khương có vị cay, mùi thơm hắc, tính nóng. Bào khương vị cay đắng, tính đại nhiệt. Thán khương vị cay, mùi thơm hắc, tính ấm, Tất cả có tác dụng ôn trung, trục hàn, hồi dương, thông mạch.

Công dụng

Gừng tươi chữa cảm mạo, phong hàn, nhức đầu, ngạt mũi, ho có đờm, nôn mửa, bụng đầy trướng. Dùng làm thuốc kích thích tiêu hoá, tăng bài tiết, sát trùng, hành thủy, giải độc ngứa do bán hạ, cua cá, chim, thú độc. Ngày dùng 4 - 8g, dạng thuốc sắc uống. Còn dùng làm thuốc xoa bóp và đắp ngoài chữa sưng phù và vết thương.

Gừng nướng chữa đau bụng, lạnh dạ, đi ngoài.

Gừng khô, gừng sao chữa đau bụng lạnh, đầy trướng không tiêu, thổ tả, chân tay giá lạnh, mạch nhỏ, đàm ẩm, ho suyễn và thấp khớp. Ngày dùng 4 - 20g dạng thuốc sắc hoặc hoàn tán. Thường dùng phối hợp với các vị thuốc khác.

Gừng than chữa đau bụng lạnh, máu hàn, tay chân lạnh, nhức mỏi, té bại, băng huyết. Ngày dùng 4 - 8g, dạng thuốc sắc.

Kiêng kỵ đối với gừng: âm hư, nội nhiệt sinh ho, biểu hư làm ra mồ hôi nhiều hoặc mất máu không nên dùng.

Vỏ gừng có vị cay mát chữa phù thũng.

Lá gừng bọc thức ăn cho đỡ ôi thiu.

Theo kinh nghiệm cổ truyền gừng được dùng ở Trung Quốc làm thuốc chống độc, an thần, chống viêm, kích thích ăn ngon miệng và làm dễ tiêu. Được chỉ định trong bệnh tả (phối hợp với nhiều dược liệu khác), thấp khớp mạn tính, nhức đầu kiểu đau dây thần kinh và co cứng, hen phế quản, buồn nôn, nôn, viêm phế quản. Thân rễ được dùng làm thuốc chống cảm lạnh và chống nhiễm khuẩn trong các chứng ho và sổ mũi. Rễ gừng khô làm tăng trí nhớ, gừng phối hợp với một số dược liệu khác được chỉ định trong bệnh tăng nhãn áp. Dùng rễ tươi dạng thuốc hãm. Rễ khô được dùng dạng nước sắc với liều 4 - 12g cho một lần, dạng bột với liều 2 - 3g cho một lần, hoặc cao lỏng, cồn thuốc.

Ở Ấn Độ, gừng được dùng dưới dạng phơi sấy khô và dạng tươi được bảo quản để giữ lâu. Nó được dùng rộng rãi để làm gia vị, sản xuất oleoresin và cất tinh dầu gừng. Gừng bảo quản để giữ lâu là gừng tươi gọt vỏ, ngâm trong sirô hay mật ong, hoặc chế biến thành gừng trộn đường kính là một thứ mứt ngon. Nó cũng

được dùng làm đồ uống. Trong y học, gừng được dùng làm thuốc tống hơi, kích thích tiêu hoá, chữa đầy bụng và đau bụng. Cao gừng được dùng làm chất bổ trợ cho nhiều thuốc bổ và kích thích. Gừng được dùng ngoài làm thuốc kích thích và gây sung huyết tại chỗ. Nó được xếp vào những thuốc chống trầm cảm và là một thành phần của một số chế phẩm chống tác dụng của thuốc ngủ. Trong thú y, gừng được dùng làm thuốc kích thích và gây trung tiện trong bệnh khó tiêu do mất trương lực của ngựa và trâu bò. Gừng còn là một nguyên liệu mới để chiết xuất enzym thủy phân protein, ngoài du đủ.

Gừng có trong thành phần một bài thuốc cổ truyền Ayurveda dùng rộng rãi ở Nepal để chữa các chứng bệnh cúm, cảm lạnh, kém ăn, khó tiêu, tiêu chảy, viêm khớp và để làm thuốc giảm tiết acid dịch vị, chống co thắt, làm hồi tỉnh.

Nhân dân Indônêsi-a dùng gừng unction để chữa đau bụng, ho và dùng làm thuốc bôi ngoài da cho phụ nữ và trẻ em.

Ở Bungari, gừng được dùng dạng chè thuốc để chữa cảm lạnh, ho, sổ mũi, sốt, viêm họng.

Bài thuốc có gừng

1. Chữa trúng phong cảm khẩu:

Uống nước sắc kinh giới hoà với nước cốt gừng, nước măng vòi (lấy vòi tre hơi lửa vắt lấy nước cốt) và rượu, các thành phần với liều lượng bằng nhau.

2. Chữa hoác loạn thổ tả nguy cấp:

Gừng sống 7 lát, sắc qua, đun một lúc rồi lấy trầm hương, mộc hương, hạt đậu gió (1 hạt), mài vào. Uống khi còn nóng. Có thể sắc tất cả cùng một lúc, nhưng bít kín cho đỡ bay hơi.

3. Chữa hoàng đản, tiểu tiện không lợi, suyễn đầy hoặc bệnh đến giai đoạn nguy cấp:

Gừng sống, củ chóc, mỗi vị 320g. Sắc uống làm 2 lần.

4. Chữa trúng hàn thổ tả:

Gừng nướng khô tán bột. Uống mỗi lần 12g với cháo.

5. Chữa ỉa ra máu:

Gừng sống, ngải cứu với lượng bằng nhau. Sắc uống.

6. Chữa đau ở tim:

Gừng khô tán bột 4g, uống với nước cơm.

7. Chữa ho lâu ngày và ợ:

Gừng sống giã lấy nước cốt (1 thìa) trộn mật ong (1 thìa). Đun nóng, uống dần ít một.

8. *Chữa hen:*

Nước gừng sống, nước chanh, sữa người, đồng tiện, đều 1 chén. Hâm ấm và uống, cho đến khi khỏi

9. *Chữa mụn ở gà ở nách:*

Gừng già 4g, đinh hương 4 nụ, củ gai 4g, già nhuyễn thêm ít nước và đắp.

10. *Chữa phong hủi:*

Gừng sống (1280g) già vắt lấy nước cốt, mật ong (640g). Trộn lẫn, uống với rượu. Ngoài dùng đậu đen và tóc rối đốt thành tro, tán nhỏ mà xát.

11. *Chữa bị thương do vật nhọn đâm:*

Trước tiên lấy cành thi thái nhỏ, nấu nước, lấy lá chuối bít miệng nổi, chọc thủng một lỗ để xông. Rồi lấy gừng sống, củ chuối hột, củ ráy, với liều lượng 3 vị bằng nhau, giã nhỏ, trộn đều. Lấy lá ngải cứu gói thuốc lại, đem nướng chín. Lại dùng lá chuối chọc lỗ để trên vết thương và đắp thuốc nóng lên. Hết nguội thì nướng lại và đắp.

12. *Chữa phù khí có mung:*

Gừng, hạt dành dành. Sao lùn với hạt cải củ. Rồi bỏ hạt cải, tán nhỏ. Uống với rượu, mỗi lần 8g. Ngày đầu, uống một lần, ngày thứ hai, uống 2 lần, ngày thứ ba, uống ba lần.

13. *Chữa sổ mũi:*

Nước gừng, bột bạch chỉ. Trộn lẫn, bôi vào huyết thái dương

14. *Chữa nôn óe:*

Nước gừng sống 10ml, sữa bò 20ml. Đun nóng uống

15. *Chữa cảm tẩu mã:*

Gừng khô, quả táo ta (đốt tồn tính), phèn chua, với lượng bằng nhau. Tán nhỏ và bôi vào lợi

16. *Chữa phong giãn lên kinh:*

Gừng sống 4 lát, nam tinh (bán hạ củ to) nướng 2 - 3g, tía tô 5 lá. Sắc rồi hoà với một ít mật lợn, uống.

17. *Chữa sâu bọ vào tai:*

Gừng, hành, hẹ, mỗi thứ một ít. Giã lấy nước cốt rỏ vào tai.

18. *Chữa nhức đầu, lạnh bụng, nôn óe, có đờm:*

Gừng khô 10g, chích cam thảo 4g, nước 300ml. Sắc còn 100ml, chia nhiều lần uống trong ngày. Nếu thấy đỡ, uống bớt đi.

19. *Chữa đau bụng, đầy bụng, ỉa phân loãng:*

a. Gừng sấy khô tán nhỏ, dùng nước cơm chiều thuốc, mỗi lần uống 2 - 4g.

b. Gừng nướng, bóc vỏ, thái lát, nhai với vài húp ớt hay búp chè.

20. *Chữa ly ra máu:*

Gừng khô thiêu tồn tính. Ngày uống nhiều lần, mỗi lần 2 - 4g, chiêu bằng nước cơm hay nước cháo

21. *Chữa cảm cúm, nhức đầu, ho, thân thể đau mỏi:*

Gừng sống già nhỏ, bọc vào mỡ tóc rối, tắm rượu xào nóng, đánh khắp người vào chỗ đau mỏi.

22. *Chữa nôn mửa, nấc:*

Gừng sống nhai nuốt từng ít một cho đến khi khỏi.

23. *Chữa cảm thấp nhiệt, sốt gai rét, nhức đầu, ngạt mũi, sổ mũi, ho đờm:*

Gừng sống, hành trắng, mỗi vị 15 - 20g. Sắc lấy nước uống nóng và xông cho ra mồ hôi.

24. *Chữa cảm hàn rét run, hoặc đau bụng lạnh da, ỉa toé ra nước, đau bụng thổ tả:*

Gừng khô, riềng ấm, mỗi vị 15 - 20g. Sắc uống.

25. *Chữa tỳ thấp thủy trường, tay chân phù, ăn không tiêu, sợ lạnh, sợ nước:*

Gừng sống 150g, thái mỏng, rang khô giòn, đổ vào bát. Thêm 50ml mật ong, trộn đều, lấy đĩa dày một lát, rồi cho bệnh nhân ăn hết trong một ngày, sẽ bớt phù. Ăn tiếp vài lần nữa sẽ khỏi.

26. *Chữa cảm mạo phong hàn:*

Tía tô 10g, kinh giới 10g, bạc hà 10g, bạch chỉ 6g, địa liền 6g, vỏ quýt 6g, gừng tươi 3 lát. Sắc uống ngày một thang trong 3 ngày.

27. *Chữa ho do lạnh:*

Tía tô 12g, gừng 8g, bạch chỉ 6g, bách hộ 12g, trần bì 8g, sả 10g, húng chanh 10g.

Sắc uống ngày một thang trong 5 ngày liền

28. *Chống khô họng, viêm họng, viêm mũi doji với công nhân lặn:*

Keo ngậm chứa hỗn hợp các tinh dầu: bạc hà, hương nhu, gừng, quế, và menthol, vitamin C, acid citric.

29. *Viên ngậm trị ho và hen:*

Cao lá táo 5/1 20mg, cao cà độc dược 1mg, cao gừng 0,5mg, cao trần bì 2mg, tá dược vừa đủ làm thành một viên ngậm 0,4g.

Dùng ở Trung Quốc:

1. *Chữa sỏi mật, khó tiêu, mất trương lực và sa dạ dày:*

Gừng 8g, phục linh 6g, bạch truật 6g, vỏ quýt 5g, nhân sâm 6g. Sắc với 600ml nước còn 300ml. Chia 3 lần uống trong ngày.

2. *Chữa viêm rễ dây thần kinh thái lưng - xương còng, không cầm được dái ở người già:*

Gừng 8g, phục linh 8g, bạch truật 4g, cam thảo 4g. Sắc với 600ml nước trong một giờ. Chia 3 lần uống nóng trong ngày.

3. *Chữa viêm thận kèm theo phù thũng ở mắt, chân và cổ trướng:*

Gừng 12,5g, ngũ gia bì 6g, kỷ tử 12,5g, cau (vỏ quả) 10g, phục linh 19g, trạch tả 12,5g. Sắc với 800ml nước, còn 450ml. Chia 3 lần uống trong ngày.

4. *Chữa nhiễm độc trong những tháng đầu thai nghén:*

Gừng 3g, bán hạ 6g, nhân sâm 3g. Sắc với 500ml nước, còn 200ml. Chia 2 lần uống trong ngày.

5. *Chữa lao phổi có kèm theo sốt ở những bệnh nhân bị viêm dạ dày mạn tính, viêm ruột non và viêm ruột kết:*

Gừng, nhân sâm, hoàng liên, hoàng cầm, mỗi vị 6g. Sắc với 600ml nước, đun sôi trong một giờ. Chia 3 lần uống trong ngày.

6. *Chữa lao phổi ở những giai đoạn đầu:*

Gừng 10g, cam thảo 4g, nhân sâm 6g, táo chua (quả) 4g. Sắc với 600ml nước, còn 300ml. Chia 3 lần uống nóng trong ngày.

385. GỪNG GIÓ

Zingiber zerumbet (L.) Sm.

| | |
|------------------------|--|
| Tên khác: | Gừng đại, gừng rừng, phong khương, khinh kèng (Tây). |
| Tên nước ngoài: | Zerumbet ginger (Anh); gingembre zerumbet, gingembre fou (Pháp). |
| Họ: | Gừng (Zingiberaceae). |

Mô tả



Gừng gió - *Zingiber zerumbet* (L.) Sm.

Cây thảo, cao 1m hay hơn. Thân rễ dạng củ, phân nhánh, màu trắng vàng nhạt, có mùi thơm. Thân khí sinh khoẻ, mọc đứng, nhẵn. Lá không cuống, mọc thành hai dãy, hình mác thuôn, gốc hẹp dần, đầu nhọn dài, dài khoảng 20cm, rộng 5 cm, mặt trên nhẵn, mặt dưới có lông rải rác; bẹ lá to nhẵn, lưỡi bẹ tròn, dễ gãy.

Cụm hoa dạng trứng, đôi khi hình trụ, mọc từ thân rễ trên một cán mập, dài 20 - 30cm, phủ bởi những lá bắc xếp lợp, mép màu lục nhạt, đôi khi pha hồng; đài hoa nhỏ, tràng hoa có ống loe thành thùy màu trắng, 1 nhị, bao phấn dài hơn trung đới; cánh môi rộng màu vàng nhạt, chia 3 thùy ngắn, nhị lép tạo thành thùy bên của cánh môi, bầu hình ellip.

Quả nang, hình bầu dục, chứa ít hạt màu đen.

Mùa hoa: tháng 7 - 9.

Phân bố, sinh thái

Trên thế giới, gừng gió phân bố ở vùng nhiệt đới Đông Nam Á, Nam Á, bao gồm một số nước như Ấn Độ, Malaysia, Thái Lan, Lào, Việt Nam và Nam Trung Quốc. Ở Việt Nam, cây mọc rải rác ở các tỉnh trung du, vùng núi thấp và đôi khi cả ở đồng bằng.