

Rượu tỏi chữa bệnh

04:22 14/04/2015

THCL- Theo danh y Tuệ Tĩnh trong cuốn Nam dược thần hiệu thì tỏi có tính ấm, hơi độc, công dụng tiêu thức ăn,

THCL Theo danh y Tuệ Tĩnh trong cuốn Nam dược thần hiệu thì tỏi có tính ấm, hơi độc, công dụng tiêu thức ăn, chữa mụn nhọt, tả, lỵ. Ăn nhiều tán khí hại người.

Trong cuốn Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam của GS-TS Đỗ Tất Lợi có ghi: Tỏi vị cay, tính ôn, hơi độc vào 2 kinh can và vị. Tác dụng thanh nhiệt, giải độc, sát trùng, tẩy uế, chữa tả, lỵ, hạch phổi, tiêu nhọt, tiêu đờm, bụng chướng, đại tiểu tiện khó khăn, thông khiếu... Những chứng âm hư, nội nhiệt, thai sản, đau mũi, răng, cổ lưỡi, viêm thận thì không nên dùng.

Tác dụng của rượu tỏi

Trong tỏi có chứa 3 hoạt chất chính là allicin, liallyl sunfid, ajoen. Trong đó allicin là hoạt chất mạnh nhất. Allicin là một kháng sinh tự nhiên rất mạnh, mạnh hơn cả penicillin. Ngoài ra trong tỏi còn chứa canxi, photpho, selen, vitamin B6, vitamin C và mangan. Rượu tỏi có tác dụng như sau:

- **Diệt khuẩn:** Đối với một số bệnh do vi khuẩn gây nên như lỵ trực trùng, thương hàn, viêm phổi, viêm màng não... thì rượu tỏi có tác dụng kìm khuẩn hoặc diệt khuẩn.
- **Ngừa ung thư:** Rượu tỏi chống oxy hóa mạnh, trung hòa các gốc tự do là những chất làm hư hại tế bào, ngăn chặn sự hình thành và phát triển của các khối u ác tính. Trong tỏi chứa nhiều germanium. Hiện tại, các nhà khoa học đang nghiên cứu germanium làm một tác nhân hóa trị liệu chống ung thư. Germanium còn có tác dụng tăng cường hệ miễn dịch của các bệnh nhân ung thư.
- **Làm giảm mỡ máu:** Rượu tỏi làm giảm mỡ máu bằng cách giảm sự hấp thu LDL-cholesterol (cholesterol xấu) qua niêm mạc ruột và tăng sự đào thải cholesterol, giảm

lượng cholesterol máu và lượng cholesterol bám trên thành mạch máu. Có hiệu quả trong việc ngăn chặn cao huyết áp, đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim, đột quỵ.

- **Ngăn cản huyết khối:** Tinh dầu trong rượu tỏi có tác dụng chống kết dính tiểu cầu, do đó ngăn cản hình thành huyết khối, phòng ngừa nhồi máu cơ tim và đột quỵ.

- **Bảo vệ tim mạch:** Trong rượu tỏi có hoạt chất tương tự prostaglandin I₂ (prostacyclin) vừa ức chế quá trình kết tập tiểu cầu vừa giãn mạch mạnh. Từ đó hạn chế nghẽn mạch do tiểu cầu, giúp giảm đột quỵ, nhồi máu cơ tim, hạ huyết áp. Chất ajoen làm giảm nồng độ fibrinogen trong máu, dẫn đến giảm nguy cơ nghẽn mạch. Trong cơ chế hình thành bệnh xơ vữa động mạch, các gốc tự do làm gia tăng quá trình ôxy hóa các LDL-cholesterol ở thành mạch máu, tạo thành mảng bám vào thành mạch làm cứng động mạch. Rượu tỏi ngăn chặn được quá trình này nhờ chứa những chất chống ôxy hóa cực mạnh.

- Các tác dụng khác: Uống rượu tỏi giúp chống ung thư dạ dày, ung thư da, giảm viêm khớp, dưỡng nhan, ích thọ.

Bài thuốc

- Tỏi già khô 200 g, bóc vỏ rồi thái nhỏ, đập nát. Rượu trắng 45 độ: 400 ml. Tất cả cho vào lọ, đậy kín, để nơi thoáng mát.

- Sau 10 ngày ngâm, lấy rượu ra uống. Mỗi lần 40 giọt rượu tỏi pha với 5 ml nước đun sôi. Uống 2 lần/ngày, buổi sáng trước khi ăn và buổi tối trước khi ngủ.

- Uống trong một thời gian dài (khoảng 1 năm). Lượng rượu vào cơ thể không đáng kể (mỗi ngày 5 ml). Rượu chỉ để dẫn các hoạt chất của tỏi vào cơ thể tốt hơn. Không nên ăn tỏi chín.

Bác sĩ Ngô Văn Tuấn(NLĐ)