

Trư Chi Cao

Trư chi cao (Thịt mỡ lợn) có vị ngọt, tính lương, vào phế, đại tràng. Có tác dụng bổ hư nhuận táo. Dùng cho các trường hợp ho khan, táo bón, khô da, nứt nẻ da. Liều dùng 10g. Không dùng cho người đang bị cảm cúm các loại (cảm hàn, cảm nhiệt, trúng thử) và tiêu chảy.



Trư Chi Cao

Tác dụng của mỡ lợn

Nhiều người cho rằng dầu ăn tốt hơn mỡ lợn là điều tất yếu. Nhưng thực tế, dùng dầu ăn tốt hơn dùng mỡ lợn cũng chỉ đúng chứ chưa đủ, vì điều này còn phụ thuộc vào độ tuổi của chúng ta. Mỡ tham gia tạo nên màng tế bào thần kinh, tham gia vào một số men chuyển hóa trong cơ thể và đặc biệt là nội tiết tố sinh dục, tuyến thượng thận... nên trẻ đang tuổi lớn và người ở tuổi trung niên nên ăn thịt, cá có thêm chút mỡ.

Người cao tuổi, người có rối loạn chuyển hóa, bệnh tim mạch, xơ vữa động mạch thì phải kiêng ăn mỡ để giúp cơ thể giảm các axit béo no (làm tăng cholesterol). Lượng chất béo có trong thịt nạc, cá nạc, cơm... cũng đã gần đủ cho cơ thể, vì vậy người cao tuổi nên kiêng ăn mỡ, chỉ cần ăn cơm với các món thịt, cá luộc, hấp và rau xào với ít dầu là đủ.

Ngoài ra, mỡ lợn rất thích hợp với người bị bệnh chóng mặt, thiếu máu, người già ho khan mà không có đờm, bị bệnh phân khô và suy dinh dưỡng. Những người nhiệt miệng lở loét, lưỡi dày bám cặn thì nên hạn chế ăn thịt và mỡ lợn.



12 bài thuốc hỗ trợ chữa bệnh từ mỡ lợn có thể bạn chưa biết?

1. Gan làm việc quá sức, các khớp nhức mỏi, tóc gãy rụng bạc màu

Dùng 150ml mỡ lợn và nước gừng, tỉ lệ 1:1. Nấu nước gừng cô đặc lại còn 15ml, sau đó cho thêm 60ml mỡ, uống làm nhiều lần.

2. Khó đại tiểu tiện

Lấy lượng mỡ to bằng quả trứng gà, cắt nhỏ, đun cùng với 50ml rượu, sau đó tiếp tục đun sôi vài lần, chia uống 2 lần cho đến khi giảm triệu chứng bệnh.

3. Ho gió ho khan

Mỡ lợn 120g, rán chín, cắt nhỏ, ăn cùng với giấm đỏ tương.

4. Ho nhiều khàn tiếng

Thịt mỡ lợn 60g, nấu thành mỡ nước, thêm 60g mật ong đun sôi, bảo quản trong lọ sứ, mỗi ngày pha 1 thìa với nước nóng ấm để uống.

5. Viêm phế quản, hen suyễn

a. Thịt mỡ và đường phèn mỗi loại 500g, mật ong 1000g, hạnh nhân nghiền thành bột 120g, trộn tất cả nguyên liệu và nấu cô đặc thành cao, uống 2 lần/ngày, mỗi lần 1 muỗng cà phê.

b. Cây cỏ bông ([Bai tương thảo hoa vàng - Patrinia scabiosaefolia](#)) 30g, thịt mỡ lợn 60g, sắc kỹ , uống 2 lần/ngày.



6. Hiếu động thái quá, chậm nói (một triệu chứng tự kỷ):

500g mỡ lợn lọc trước, mật ong 500g, đun cô đặc, bảo quản lạnh và sử dụng mỗi lần 1 thìa tùy nhu cầu.

7. Phụ nữ sau sinh thể chất yếu

Mỡ lợn, nước gừng, [Mật ong](#) mỗi loại 60ml, rượu trắng 50ml, nấu cô đặc thành cao, sử dụng theo nhu cầu. Uống kèm rượu trắng mỗi lần khoảng 9g.

8. Trung tiện, thoát khí dạ dày

Mỡ lợn 1500g, tóc rối 3 cuộn to bằng quả trứng gà, sao đến khi tóc tan chảy, uống làm 2 lần, tùy tình trạng bệnh.

9. Dạ dày (chứng axit dạ dày, đói bụng gây đau)

Mỡ lợn 60g, 30g [Đường phèn](#), hấp chín mềm để ăn vào buổi sáng.

10. Tay chân nứt nẻ

Mỡ pha với rượu nóng bôi vào chỗ nứt nẻ.

11. Ngộ độc sắn dây

Mỡ lợn 500g, hâm ấm để uống.

12. Táo bón

Mỡ lợn, hạt [Đông quỳ](#) số lượng vừa đủ dùng, tán nhỏ, làm thành viên hoàn, mỗi viên 9g, mỗi ngày uống 2-3 lần, 1 viên/lần.

Ngày viết: 12/01/2018 Lượt xem: 35