

## Trư Đại Tràng

Theo Đông y Trư đại tràng (Ruột già heo) vị ngọt, tính mát, có tác dụng bổ hạ tiêu, tiêu viêm, thanh thấp nhiệt, dưỡng khí huyết... trị chứng viêm đại tràng, chứng ruột khô ráo, đại tiện táo, chứng đi tiểu bứt gắt, tiểu bí, chứng đại tiểu tiện không tự chủ rất hiệu quả.



Trư Đại Tràng

Ruột già Heo còn gọi Trư đại tràng, Trư Phao là một trong những phủ tạng của Heo thường được người dân dùng chữa bệnh và bồi dưỡng sức khỏe từ lâu đời. Nếu ruột già Heo được làm sạch và chế biến phối ngũ đúng không chỉ là món ngon bổ dưỡng còn được xem là vị thuốc quý chữa nhiều bệnh hiệu quả.

Theo nghiên cứu Ruột già heo rất giàu chất Protein, Lipid, Vitamin A, B12, B1 và B2, Fe, đều là dưỡng chất lợi cho sức khỏe.

## Món ăn bài thuốc từ Trư đại tràng

### 1. Chữa đại tiện táo khó, viêm đại tràng

Phép trị: Thanh [thấp nhiệt](#), tiêu viêm, [dưỡng huyết](#)..

Dùng bài “Trư đại tràng om dưa chua” gồm: Trư đại tràng, gan, ruột già lợn, dưa chua, cà chua, hoa chuối, thì là, tỏi, nghệ, hành, ngò, dầu ăn gia vị vừa đủ om ăn. Bài còn chữa chứng viêm đại tràng co thắt, viêm đại tràng mãn tính, chứng lý đi cầu ra máu dùng đều tốt.

### 2. Chữa polyp đại tràng, “u ruột kết”

Phép trị: Thanh thấp nhiệt, tiêu ứ, dưỡng khí huyết.

- Dùng bài “Trư đại tràng hầm đậu” gồm: Trư đại tràng, đậu đỏ, đậu xanh, [ý dĩ](#), tiêu, hành, mùi tàu, mắm muối gia vị vừa đủ hầm nhừ ăn. Bài còn dùng tốt trị chứng tỳ thận thấp nhiệt đại tiểu tiện không thông hoạt đều có thể áp dụng.

### 3. Chữa bệnh trĩ lâu ngày

Phép trị: Bổ huyết [nhuận tràng](#), thông tiện, tiêu ứ...

Dùng bài “Trư đại tràng xào hoa lý” gồm: Trư đại tràng heo mới lớn, hoa lý, hạt tiêu, dầu ăn, mắm muối gia vị vừa đủ, xào ăn... Bài còn áp dụng trị chứng tỳ thận hư ăn ngủ kém táo bón, tiểu tiện không lợi dùng đều tốt.

### 4. Chữa di tinh mộng tinh

Phép trị: Bổ tỳ thận, dưỡng khí huyết, [cố tinh](#)...

- Dùng bài “Trư đại tràng xào rau hẹ” gồm: Trư đại tràng, [cật lợn](#), rau hẹ, giá đậu, gừng, hành ngò gia vị vừa đủ xào ăn. Bài dùng tốt trị chứng, yếu sinh đau lưng suất tinh sớm, bí tiểu, tiểu lắt nhắt không thông dùng đều tốt...



5. Chữa bí tiểu, phì đại tiền liệt tuyến: Phép trị thanh nhiệt lợi thấp, thông ứ

- Dùng bài “Trư đại tràng cần tây” gồm: Trư đại tràng, cần tây, hành lá, mắm, muối, tiêu gia vị vừa đủ xào ăn. Bài còn giúp trị chứng tiểu bí, phù thũng, tiểu đục, tiểu ra máu dùng đều tốt.

6. Chữa tiểu bết gắt, viêm tiết niệu

Phép trị: Thanh thấp nhiệt, dưỡng âm, tiêu viêm, thông ứ...

- Dùng bài “Trư đại tràng xào dứa” gồm: Trư đại tràng, dứa chín, [nấm hương](#), cà rốt, ớt chuông, hành, dưa leo gia vị vừa đủ xào ăn. Bài còn dùng chữa chứng tiểu cận lắng, tiểu ra máu, tiểu đục tiểu khó đều dùng hiệu quả.

7. Chữa sỏi thận, tiết niệu

Phép trị: Thanh thấp nhiệt, tiêu viêm, kiện tỳ thận hóa ứ.

- Dùng bài “Trư đại tràng xào củ quả ” gồm: Trư đại tràng, củ cải, cà rốt, hành

tây, nấm rơm, tiêu, gừng, hành ngò gia vị vừa đủ xào ăn. Bài còn dùng chữa chứng viêm gan, viêm mật, viêm tụy biểu hiện, sỏi gan mật dùng đều tốt.

#### 8. Chữa hoàng đản vàng da

Phép trị: Thanh nhiệt lợi thấp, thoái hoàng, kiện tỳ thận.

Nên dùng bài “ Canh Trư đại xào nghệ” gồm: Trư đại tràng, gan lợn, khoai tây, hành tây gia vị vừa đủ xào ăn. Bài còn dùng trị chứng men gan tăng, chứng ngoài da lở ngứa mụn nhọt đều áp dụng.

#### 9. Chữa phụ nữ ra nhiều khí hư, đau lưng: Phép trị thanh nhiệt lợi thấp, kiện tỳ thận.

Nên dùng bài “Trư đại tràng hầm lá ngải” gồm: Trư đại tràng, rau ngải, đậu xanh, hành ngò gia vị vừa đủ hầm ăn. Bài này còn dùng trị chứng phụ nữ huyết hư kinh nguyệt không đều đau bụng. Chứng người lớn thận yếu tiểu tiện không tự chủ, trẻ em tiểu dầm đều tốt.

Lưu ý: Trư đại tràng thuộc loại bổ dưỡng giàu protein, lipid, tuy nhiên hạn chế với người mỡ máu cao, bệnh gút, người đang cần giảm cân nên dùng ít.

Ngày viết: 12/01/2018 Lượt xem: 16