**110 CÁCH CHỮA BỆNH DÂN GIAN**

1. Lẹo mắt, đũa cả đánh cơm
Hơ nóng áp lẹo vài lần khỏi ngay.
2. Dính mưa dị ứng mề đay
Đồ khô, hơ nóng ta thay mặc vào.
3. Bị ong đốt phải làm sao
Tía tô bóp nát rịt vào chỗ đau.
4. Rết cắn lá Ớt lấy mau
Đem giã lấy nước bôi vào vết thương.
5. Độc rắn, nhựa Đu đủ xanh
Bôi, rồi thái quả sắc nhanh kịp thời.
6. Dạ đề trẻ khóc không ngơi,
Xác Ve sao, tán, uống bồi nước Cơm
7. Dị ứng Kinh giới, Đinh lăng
Rau má, Diếp cá đun cùng Tía tô.
8. Quai bị, muỗi đốt sưng u
Hạt Gấc nướng, ngâm giấm, từ từ xoa.
9. Bị sốt vi rút mùa Hè
Kinh giới, Diếp cá lấy về đun lên.
10.Trẻ em, Kiết lỵ mấy phen
Cỏ sữa đun uống, vài lần cầm luôn.
11. Lang ben dùng rượu ngâm riềng,
Hay Phá cố chỉ thường dùng mà bôi.
12. Muốn gan thải độc cấp thời
Phan tả diệp sắc uống thời độc ra.
13. Muốn cho hết bệnh vàng da
Nhân trần sắc uống thay trà sớm trưa.
14. Méo mồm khi gió lạnh về
Uống liền kinh giới, lâu thì khó cân.
15. Muốn cho hôi miệng hết dần
Lá Ổi sắc đặc ta cần súc luôn.
16. Khi nào mới bị sâu răng
Hạt Cau ngâm rượu ta dùng ngậm ngay.
17. Cẩu tích đun uống hằng ngày
Thận khỏe, răng chắc mặt mày tươi vui.
18. Mụn nhọt, mẩn ngứa muốn lui
Lá Đinh lăng sắc, uống chơi ngày ngày.
19. Mộc thông giúp Sữa thông ngay,
Lá Đinh lăng, lá Mít đem thay đun dùng.
20. Khi cai lại muốn sữa ngừng
Lá Dâu tươi sắc, nhẹ nhàng sữa lui.
21. Táo bón, có sữa Bò tươi
Thật nhiều theo sức ta thời uống ngay
Hoặc rau Diếp cá, rau Đay,
Mùng tơi, Dền đỏ, hàng ngày nấu ăn.
22. Tiêu chảy, có Hồng xiêm xanh
Cùng với lá Ổi, đun thành thuốc ngưng,
Hoặc riêng vỏ Măng cụt dùng
Sắc nước cho uống, bệnh cầm thảnh thơi.
23. Muốn gan mát, mắt sáng ngời
Có trà hoa Cúc ta mời bạn thân.
24. Áp huyết thấp muốn cho tăng
Trà Gừng pha uống dần dần lại lên.
25. Áp huyết cao muốn hạ luôn
Hoa Đại hãm uống vài bông nhẹ đầu.
26. Rôm sảy muốn trẻ hết mau
Nước Dừa tươi đó uống vào rất ngon.
27. Kỷ tử nếu ta thường dùng
Trẻ lâu, da đẹp sánh cùng thời gian.
28. Muốn cho béo đẹp mỡ màng
Sữa Ngô nếu có ta dùng thường xuyên.
29. Muốn mau tiêu mỡ giảm cân,
Táo mèo, vỏ Bưởi sắc dùng vui thay.
30. Muốn chân khỏe mạnh, dẻo dai
Ngũ gia bì đó sắc thời uống luôn.
31. Muốn cho khỏi bệnh đại tràng
Lá Mơ tam thể ta ăn thật nhiều.
32. Dạ dày muốn cho khỏi đau
Vỏ trứng Gà sấy, bột này ta chiêu.
33. Khô mắt, quáng gà về chiều
Ngày ngày Bí đỏ làm nhiều mà ăn.
34. Bụng lạnh muốn ấm từ trong
Củ Riềng sắc uống, vừa dùng lạnh tan.
35. Muốn cho mát ruột mát gan
Bột Sắn dây uống, nóng tan nhẹ liền.
36. Muốn cho phần ngực ấm êm
Gừng tươi giã nhuyễn nước đem uống dần.
37. Muốn cho phần ngực mát lành
Hạt Mã đề sắc nước dùng bệnh lui.
38. Đái đục, rễ cỏ tranh sao
Sắc đặc lấy nước uống vào tiểu trong.
39. Muốn cho vào giấc ngủ nhanh
Lạc tiên đun uống lại thành tiên ngay.
40. Da mặt trắng mịn, lá Dâu,
Vừng đen đun nước, cho vào mật Ong.
41. Muốn cho bệnh trĩ khỏi nhanh
Hoa Thiên lý đó ta ăn hằng ngày.
42. Nếu ta ăn uống không tiêu
Đun nước củ Sả uống nhiều cho thông.
43. Bị ho, ngực họng nhiều đờm
Vỏ Quýt đun nước uống thường tiêu tan.
44. Miệng nôn, trôn tháo bệnh nan
Hoắc hương, vỏ Quýt, ta đun uống liền.
45. Thời tiết mất giọng, tiếng khàn
Uống nước vỏ Quýt, giọng thanh hết rè.
46. Chanh leo đừng bỏ hạt đi
Đó là thần dược phòng ngừa ung thư.
47. Đám tang, bốc mộ nhớ ghi
Có Gừng, Tỏi nào sá chi hàn tà.
48. Cam tẩu mã, nào phải sợ
Cóc thiêu toàn tính lấy tro rắc vào.
49. Trẻ mồ hôi trộm, lá Dâu
Hái buổi sáng sớm, đun sau uống dần.
50. Hay bị mồ hôi tay chân
Lá Lốt vừa uống, vừa ngâm cũng lành.
51. Trời lạnh áp huyết vọt lên
Ngâm chân Gừng, Muối hoả liền thoái lui.
52. Rét run, tái mặt, thâm môi
Giã cho uống nước Gừng tươi ấm dần.
53. Gan nhiễm mỡ, bụng béo tròn
Sao vàng vỏ Bưởi, đun dùng rất hay.
54. Có Hp trong dạ dày
Đừng quên uống cạn trà Dây thường thường.
55. Lại hay bị bệnh đau lưng
Có củ Cẩu tích ta dùng chớ quên.
56. Xương khớp bị đau triền miên
Ngoài vườn có dây Đau xương trị lành.
57. Đau vai gáy, Dâu cả cành
Sao vàng, hạ thổ mà thành thuốc thang.
58. Rau Dền, rau Má, Cải xoong
Là món bổ máu ta dùng yên tâm.
59. Nhân sâm và củ Đinh lăng
Dùng vào bổ khí, lực tăng sức bền.
60. Bí trung tiện muốn thông nhanh
Có hạt Mít luộc, ăn liền gió đua
61. Bí đại, tiểu tiện Phèn chua
Đem phi, tán bột, rốn kia rắc vào.
62. Tiểu nhiều muốn giảm thì sao
Nấu cháo củ Súng ăn vào giảm ngay.
63. Muốn đi tiểu nhiều hàng ngày
Có rau Cải đó, ta nay ăn đều.
64. Nếu ai bị chứng giời leo
Nhựa cỏ Sữa đó bôi vào đừng quên.
65. Bản đồ bệnh lưỡi trẻ em
Cà tím cô đặc, lấy bông thấm vào.
66. Lá rau Ngót, bệnh lưỡi tưa
Giã vắt lấy nước, bôi thừa sức tan.
67. Mồ hôi muốn thoát dễ dàng
Có củ Khúc khắc ta mang ra dùng.
68. Đã lâu bị nhịn đói lòng
Chỉ nên ăn cháo loãng chớ dừng no cơm.
69. Khi bị ngộ độc thức ăn
Món ngon trước mặt chớ nên chào mời.
70. Bị đỉa chui vào trong người
Mật Ong đặc trị ta thời dùng ngay.
71. Mật Ong dẫu thật là hay
Trẻ dưới 01 tuổi ta nay tránh dùng.
72. Suy dinh dưỡng, Cao ban long
Dùng cho trẻ nhỏ thuốc thần chớ quên.
73. Đứt tay, chảy máu vết thương
Lấy tro giấy đốt ta đem rịt vào.
74. Lưu thông máu não làm sao
Dùng rau Ngải cứu ăn vào nhẹ thôi.
75. Sốt cao muốn hạ kịp thời
Diếp cá với cỏ Nhọ nồi đừng quên.
76. Mào gà trắng sao cháy đen
Tử cung ra máu đun dùng cầm ngay.
77. Tiêu sỏi gan, mật: Nghệ vàng
Lấy về làm thuốc ta đừng có quên.
78. Muốn tiêu sỏi thận: trái Thơm
Nướng trên than củi với cùng phèn chua.
79. Bệnh gout cần phải phòng ngừa
Đỗ xanh cả vỏ, ta cho ăn nhiều.
80. Trẻ ho có lá Hẹ tươi
Đường phèn cùng hấp ta rời kháng sinh.
81. Đau mắt đỏ Diếp cá tanh
Rửa sạch giã nhuyễn ta đem đắp vào.
82. Chẳng may bỏng lửa, nước sôi
Lá Bỏng giã nhuyễn, đắp vào vết thương
83. Viêm họng có quả Trám đen
Bỏ hạt, ninh kỹ thêm đường uống nhanh.
84. Bong gân lá Láng ta dùng
Hơ nóng, ngâm nước gạo xong đắp vào.
85. Mồ hôi trộm, lở, chốc đầu
Lá Bỏng vắt nước, uống vào thật hay.
86. Kiết lỵ nhăn nhó mặt mày
Rau Sam đun nước uống ngay mau lành.
87. Xơ vữa động mạch để phòng
Rau Sam, Gừng sống ta cùng đun sôi.
88. Bắp cải viêm loét dạ dày
Trần qua, vắt nước, ta thay nước dùng.
89. Viêm loét dạ dày trên đường
Bột Sắn dây uống tạm hàn vết đau.
90. Bị bỏng do Ớt rát cay
Lá Ớt giã nát lấy ngay đắp vào.
91.Đi ngoài ra cả máu tươi
Hoa hòe sao cháy, đun sôi ta dùng.
92. Nóng quá mũi chảy máu cam
Nhọ nồi mát máu đun làm thuốc thôi.
93. Dạ dày xuất huyết, gấp rồi
Củ Bạch cập nướng cháy hơi mà dùng.
94. Đừng dại nghịch nhựa xương rồng
Nó có chất độc loét tung da dày.
95. Sốt xuất huyết, phải cấp thời
Mau tìm Diếp cá, Nhọ nồi trị ngay.
96. Trời lạnh, huyết áp lên cao
Ngâm chân nước ấm hạ rồi áp ơi.
97. Mưa lạnh xương nhức, khớp đau
Uống, ngâm lá lốt đã sao cho vàng.
98. Mùa Đông lạnh thấu tận xương
Củ gừng nướng cháy, ta đun uống liền.
99. Trời lạnh bị đau một bên
Gội đầu nước Quế ấy liền hết đau.
100. Quả dâu ta chín, thật hay
Bổ huyết, sáng mắt, tóc này thêm đen.
101. "Cam lồ" nước bọt chớ quên
Nuốt ực xuống bụng, tiêu tan bệnh mà.
102. Mụn thịt ( cơm ) nhìn chớ có buồn
Tía tô vò nát bôi vào rụng thui
103. Hóc xương , đọc thần chú câu này:
" Gần thì ra, xa thì vào" thế là nó trôi.
104. Trung tiện mà thấy khó khăn
Hạt mít đem luộc ăn vào thật hay
104. Tiểu tiện mà bí, bụng chướng thật nguy
Hành ta đem luộc uống vào hay ngay
105. Đại tiện mà gặp khó khăn
Phèn phi tán bột, rắc vào rốn thui.
106. Mồ hôi mà nó chẳng ra, nặng người
Lấy Hương Nhu tía , vừa uống vừa xông
107. Tác mũi , mà nó chẳng thông
Lấy máy sấy tóc hơ ngay ấn đường
108.Mùa Đông, trời lạnh ngủ chẳng ngon.
Đun gừng đã nướng, thêm đường cho ngon.
109. Bệnh Gout xin cũng chẳng có gì lo..
Tía tô, lá Vối, đỗ Xanh dùng lâu khỏi liền
110.Đi lạnh, đưa đám.. sợ nhiễm hàn tà
Về xông bồ hết, vỏ bưởi..trục hàn tà ra

Sưu tầm