

SỬ DỤNG RỄ NHÀU TRONG Y HỌC CỔ TRUYỀN

Lương y VÕ HẮ

Khác với những lời quảng cáo phóng đại và cường điệu về công dụng của sản phẩm NONI JUICE tinh chế từ trái Nhàu, y học cổ truyền thường chỉ sử dụng bộ phận rễ từ cây Nhàu như một vị thuốc an thần hoặc thông kinh hoạt huyết. Ngoài ra rễ Nhàu hoặc trái Nhàu không có tác dụng tiêu viêm, tiêu độc, bổ khí hoặc bổ huyết.



Từ lâu nhân dân ta cũng như nhiều dân tộc khác trên thế giới như Campuchia, Philippin, Ấn độ . . . đã biết sử dụng một số bộ phận cây Nhàu để làm thuốc. Do hiệu quả của nó, dần dần các nhà khoa học cũng đã quan tâm nghiên

cứu. Năm 1848 Ông Anderson, một nhà khoa học người Pháp đã tách ra được từ rễ Nhàu chất Moridin có công thức tổng quát $C_{28}H_{30}O_{15}$ và chất Moridon có công thức $C_{15}H_{10}O_5$. Tiếp theo nhiều người khác như ông Perkin và Hummel năm 1894, ông Simonson năm 1920, ông Briggs năm 1948 cũng đã tiếp tục những công trình này.

Tại Việt Nam, Nhàu rừng là một trong số 300 vị thuốc Nam được Lương y Nguyễn an Cư (1877-1949) một thầy thuốc nổi tiếng của Nam Bộ trước Cách Mạng Tháng Tám khuyến khích sử dụng xen kẽ với thuốc Bắc để tiết kiệm cho người bệnh. Nhàu rừng và Rễ Nhàu cũng là hai trong số 208 vị thuốc Nam được Lương y Việt Cúc ghi lại trong "Nam dược tính yếu lược" (1965). Đặc biệt từ năm 1952 bác sĩ Đặng Văn Hồ, nguyên là giám đốc Bệnh

viện Lao Ngô Quyền và các cộng sự của ông đã tiến hành hàng chục năm liền nghiên cứu tác dụng của rễ Nhàu trên các bệnh nhân. Công trình này sau đó đã được tổng kết và công bố vào năm 1973. Tiến sĩ Đỗ Tất Lợi, nhà nghiên cứu nổi tiếng về "Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam" cũng đã đề cập đến cây Nhàu và xếp vị thuốc này vào danh mục những vị thuốc về huyết áp. Hiện nay nhiều xí nghiệp Dược trong nước cũng đã sản xuất thuốc viên và thuốc nước chiết xuất từ Nhàu. Như vậy có thể nói cây Nhàu đã được nghiên cứu và sử dụng trong y học cổ truyền cũng như trong y học hiện đại từ lâu.

MÔ TẢ

Cây Nhàu thuộc họ cây cà phê, có tên là *Morinda Citrifolia* L. thường mọc ở vùng nhiệt đới và ôn đới. Ở nước ta Nhàu mọc nhiều ở những vùng ẩm thấp dọc theo bờ sông bờ suối, ao hồ hoặc nương rạch ở khắp các tỉnh miền Nam và một số tỉnh miền Trung. Cây Nhàu có thể cao từ 6m đến 8m, lá mọc đối, hình bầu dục, đầu nhọn, dài từ 12cm đến 15cm rộng từ 6cm đến 8cm. Trái Nhàu hình tròn hoặc hình bầu dục, có từng múi nhỏ. Trái lúc còn non màu xanh lợt, da láng; khi trái chín da chuyển sang màu đen, vị cay, nồng, khó ngửi. Vì mùi vị khó chịu nên Đông y thường chỉ sử dụng rễ Nhàu hoặc thân cây Nhàu thái mỏng để làm thuốc. Rễ Nhàu bào ra có màu vàng sậm như màu nghệ, cây Nhàu bào ra có màu vàng lợt hơn..

TÁC DỤNG DƯỢC LÝ:

Nhân dân ta nhiều nơi đã có truyền thống dùng rễ Nhàu đã được thái mỏng phơi khô *sắc* uống để trị đau lưng, phong thấp. Nhiều người cũng dùng trái

Nhàu chín chấm muối ăn với cùng công dụng. Phụ nữ một số vùng còn ăn trái Nhàu chín để làm nhuận trường, hoạt huyết hoặc điều hòa kinh nguyệt.

Sau này khi phân tích dược tính của rễ Nhàu, giáo sư Caujolle, Giám đốc Trung Tâm khảo cứu Quốc gia Pháp về độc tính của các chất; G.S. Youngken thuộc Trường Đại Học Dược khoa Massachusetts; G.S. Ikeda thuộc Trung Tâm Nghiên cứu vệ sinh quốc gia của Nhật Bản . . . đã thí nghiệm trên vật nuôi của phòng thí nghiệm và nhận thấy tinh chất rễ Nhàu (Extrait des racines de *Morinda Citrifolia*) có dược tính sau:

-Có tác dụng nhuận trường nhẹ và lợi tiểu nhẹ.

-Làm êm dịu thần kinh.

-Hạ huyết áp kéo dài.

-Rất ít độc và không làm nghiện.

Sách "Gia y trị nghiệm" của Lương y Việt Cúc có ghi "rễ Nhàu vị đắng, ấm, thông huyết mạch, trừ phong tê nhức mỏi, hạ huyết áp."

Trên thực tế, qua kinh nghiệm sử dụng riêng của tác giả hoặc dùng độc vị hoặc phối hợp với một số vị thuốc khác, rễ Nhàu có 2 tác dụng đáng lưu ý: *dưỡng tâm an thần* và *thông kinh hoạt huyết*

Những người thường hay bị căng thẳng, tâm lý dễ bức bối, cáu gắt, khó ngủ, khi dùng rễ Nhàu có thể cảm thấy thần kinh được êm dịu, thư giãn, dễ ngủ. Ngược lại một số bệnh nhân bình thường hay lo sợ vu vơ, buồn bực, than vãn thì nước *sắc* rễ Nhàu có thể làm cho họ cảm thấy tươi tỉnh lạc quan hơn. Tác dụng tự điều chỉnh giữa hưng phấn và ức chế, giữa thần kinh giao

cảm và đối giao cảm cũng đã được nhóm nghiên cứu của bác sĩ Đặng Văn Hồ ghi nhận: "*Dựa theo sự quan sát trực tiếp trên người bệnh, chúng tôi nhận thấy thuốc ấy (nước sắc rễ Nhàu) tạo nên một sự thoải mái rất đặc biệt, niềm vui, sự lạc quan, sự minh mẫn trong suy luận và cải thiện tình hình người bệnh.*"

Tính chất *điều hòa thần kinh* còn thấy thể hiện ở hiệu quả của việc điều hòa huyết áp, Thuốc sẽ làm hạ huyết áp ở những người huyết áp cao hoặc nâng lên ở những người huyết áp thấp. "*Trong một số trường hợp sức khoẻ quá kém vì áp huyết thường xuyên quá thấp, chúng tôi cũng cho bệnh nhân dùng thuốc rễ nhàu và một mình thuốc ấy đã gia tăng áp huyết của họ lên 2 hoặc 3 chỉ số*".

Ngoài tác dụng ổn định áp huyết qua cơ chế thần kinh, tác dụng thông kinh hoạt huyết cũng ảnh hưởng rất lớn đến việc cải thiện tuần hoàn huyết nên rễ Nhàu vẫn đang là một vị thuốc Nam thông dụng được dùng phối hợp với những vị thuốc khác để chữa trị các chứng cao huyết áp do bất kỳ nguyên nhân nào.

Y học ngày nay đã biết được rất rõ là khi thần kinh con người bị căng thẳng thì trương lực cơ bắp gia tăng, hoạt động nội tạng bị rối loạn, huyết áp tăng, lượng bạch cầu giảm . . . Trong điều kiện như vậy, ***tất cả các biện pháp hoặc các dược chất làm ổn định định được thần kinh - trong đó có rễ Nhàu hoặc trái Nhàu-*** đều có khả năng giúp cải thiện tình hình. Tuy nhiên đối với các bệnh *có tổn thương thực thể* hoặc *các chứng viêm nhiễm*, nhất thiết phải cần các vị thuốc hoặc các phương pháp đặc trị mà rễ Nhàu không thể thay thế được. Ngoài ra rễ Nhàu cũng không thể thay thế được các vị

thuốc có tác dụng bổ khí hoặc bổ huyết, bổ âm hoặc bổ dương của y học cổ truyền.

Sau đây là một vài toa thuốc Nam có sử dụng rễ Nhàu:

****Chữa nhức đầu kinh niên, đau nửa đầu:***

-Rễ Nhàu 24g -Muồng trâu 12g

-Cối xay 12g -Rau má 12g

-Củ gấu (sao, tâm đồng tiện) 08g

Đổ 500ml nước, sắc còn 250ml. Chia làm 2 lần uống trong một ngày, uống lúc thuốc còn nóng.

****Chữa mất ngủ, suy nhược thần kinh, huyết áp cao:***

-Rễ Nhàu 24g -Thảo quyết minh (sao thơm) 12g

-Rau má 08g -Thỏ phục linh 08g

-Vỏ bưởi 06g -Gừng sống 03lát

Đổ 500ml nước, sắc còn 250ml. Chia làm 2 lần uống trong một ngày, uống lúc thuốc còn nóng.

****Chữa đau lưng do thận suy, phong hàn thấp xâm nhiễm:***

-Rễ Nhàu 12g -Bù ngót 08g

-Cối xay 08g -Dây gùi 08g

-Ngó bần 08g -Đậu sắn 08g

-Tầm gửi cây dâu 08g -Rễ ngà voi 08g

-Ngủ trảo 12g

Đổ 500ml nước, *sắc* còn 250ml. Chia làm 2 lần uống trong một ngày, uống lúc thuốc còn nóng.

****Chữa nhức mỏi, tê bại do phong thấp:***

-Rễ Nhàu 40g -Nghệ xanh 20g

-Nghệ vàng 20g -Trái ô-môi 10g

-Thiên niên kiện 20g -Võ quýt 20g

-Quế chi 20g -Đỗ trọng 30g

-Vòi voi 40g -Chùm gửi cây dâu 20g

-Rượu nếp 02lít -Đường cát trắng 500g

Ngâm tất cả thuốc vào 2 lít rượu nếp trong 7 ngày. Lọc kỹ bỏ xác. Pha rượu đã lọc với 1 lít nước đường. Mỗi lần uống một ly nhỏ cỡ 30ml đến 40ml. Ngày uống 2 lần. (Toa thuốc này ngoài rượu còn có một số thuốc có tính nhiệt khác như *quế chi*, *võ quýt*, *thiên niên kiện* nên những người thể tạng nhiệt, hay táo bón, áp huyết cao hoặc đang có các chứng viêm nhiễm không nên dùng)