

Vào nháng năm 1960-1970, WHO_cä quan theo däi säc khoä & bänh tät thä giäi cäa Liän Hiäp Quäc phät hiän & Ai Cäp lä mät näc nghäo, khäi häu sa mäc khäc nghiät nhäng säc khoä chung cäa nhän dän Ai Cäp läi väo loäi tät, ít bänh tät tuäi thä trung bänh täng đäi cao. WHO đät vän đä väi chänh phä Nasser xin cä mät phäi đäan cäa WHO vä Ai Cäp nghiän cäu xem täi sao cä hiän täng lä nhä thä mà ngành Y tä Ai cäp chäa giäi thäch đäc.

Đäc Täng Thäng Nasser đäng ý WHO huy đäng nhiäu chuyän gia y tä vä Ai Cäp nghiän cäu chia nhau đi xuäng nông thôn, các vùng có khäi häu khäc nghiät đä thu thäp các tài liäu đäc biät. Cuäi cäng các nhäa nghiän cäu (đäng nhät lä Hoa Kä, Tây Âu, Nhät Bän) nhän xét lä & Ai Cäp nhäa nào cäng có 01 lä räu ngäm täi đäu ng. Nhän dän Ai Cäp nói tä bao nhiäu thä kä nay näc hä vän lä thä.

Ngày xäa Ai Cäp lä mät đä chä län, chinh chiän liän miän, chä yäu lä xä đäng gäm dao chém giät nhau. Thäi & y làm gäi có thuäc khäng sinh, nän hä chä dùng näc täi đäu ng & cäng đä räa các vät thäng.

& các vùng täi đäc ngäm räu theo nhäng công thäc khác nhau. Chuyän gia các näc đäm nhäng công thäc đä vä näc mänh nghiän cäu và phân tích. Kät luän cái gäi tät räi sau đä thông qua mät báo cáo gäi cho WHO. Sau đä WHO täng kät & häi thäo vä vän đä này. Räi đän năm 1980 hä thông báo:

Räu täi chäa trä đäc 04 nhäm bänh:

- 1) Thäp khäp (säng khäp, väi hoá các khäp, mäi xäng cät).
- 2) Tim mäch (huyät áp thäp, huyät áp cao, hä van tim, ngoäi tâm thä)
- 3) Phä quän (viäm phä quän, viäm häng, hen phä quän).
- 4) Tiêu hoá (ăn khó tiêu, & chua, viäm tá tràng, loét bao tä).

Đän năm 1983, Nhät & i thông báo bä sung thäm 02 nhäm bänh näa lä:

- 5) Trä näi & trä ngoäi.
- 6) Đäi tháo đäng (tiäu đäng)

Nhät cũng công bß:"-Đây là mät loßi thußc tuyät vßi cßa nhän loßi vì dß làm, rß tißn, không gây phßn & có hißu quß chßa bßnh rßt cao".

Con ngßi ta thông thßng tußi tß 40 trß lên (có thß trß hßn nßa) là đã có bßnh. Các bß phßn trong cß thß bßt đßu thoßi hoßa, bß phßn nào yßu thì thoßi hoßa nhanh, đßt bißt là làm cho các chßc năng hßp thß chßt béo (lipid) chßt đßng (glucose) bß suy gißm. Các chßt đó không hßp thß hßt qua đßng tiêu hoßa, phßn thßa không thßi ra ngoài đßc, dßn dßn lßng đßng trong thành vách mßch máu, làm xß cßng đßng mßch & xß cßng mßt sß bß phßn khác rßi lâu ngày gây ra nhßng chßng bßnh nhß trên.

Trong tßi có 02 chßt quan trßng:

- 1) Phytocid là loßi kháng sinh thßc vßt có tác đßng đißt mßt sß vi khußn.
- 2) Hoßt tính màu vàng giúp làm tiêu chßt béo đßi đßng cholesterol bám vào thành qußch mßch máu, làm cho đßng đi cßa máu tß tim ra & vß tim bßng hßn. Chính nhß 02 chßt này mà tßi có tác đßng chßa bßnh cao.

Rßu tử phòng và chßa bßnh

Ai Cßp tuy là mät nßc nghèo, khí hßu khßc nghißt nhßng ngßi dân lßi khße mßnh và sßng lâu. Tß chßc Y tß Thß gißi đã đißu tra và phát hißn, mßi gia đßnh & Ai Cßp đßu có mät hß rßu ngßm tßi và đây có thß là lßi gißi thích cho hißn tßng trên.

Y hßc cß truyßn nhißu qußc gia, trong đó có Vißt Nam , đã dùng tßi vào đißu trß nhißu loßi bßnh có kßt quß tßt. Theo Đông y, tßi vß cay, tính ôn, hßi đßc, vào hai kinh can và vß, tác đßng thanh nhißt, gißi đßc, sát trùng, trß phong, thông khißu, tiêu nhßt, tiêu đßm...

Ngßi ta có thß dùng tßi bßng nhißu cách khác nhau, nhßng đßc bißt & Ai Cßp thì hßu nhß nhà nào cũng dùng rßu tử i. Vào thßp kß 70 cßa thß kß 20, Tß chßc Y tß Thß gißi (WHO) nhßn thßy Ai Cßp là mät nßc nghèo, khí hßu sa mßc khßc nghißt, nhßng sßc khße chung cßa ngßi dân lßi vào loßi tßt, ít bßnh tßt, tußi thß trung bình vào loßi tßng đßi cao. Thßy đây là mät hißn tßng ngß lß, WHO đã cß nhißu chuyßn gia y tß đßn Ai Cßp nghißn cßu. Các nhà y hßc đã chia nhau vß nông thôn và thâm nhßp vào các vùng có khí hßu khßc nghißt đß khßo sát, thu thßp tài lißu có liên quan đßn sßc khße, bßnh tßt. Hß có nhßn xét chung là nhà nào cũng có mät hß rßu ngßm tßi đßu ngß. Tß nhißu thß kß nay, ngßi dân Ai Cßp vßn giß đßc tßp quán này.

Tiếp đó, qua nghiên cứu phân tích, người ta thấy rượu tỏi có thể chia được 4 nhóm bệnh: xäng khớp (viêm đau khớp, viêm hóa các khớp, mäi xäng khớp), hô hấp (viêm họng, viêm phế quản, hen phế quản), tim mạch (huyết áp cao, huyết áp thấp, xä mä đäng mäch), tiêu hóa (đä chua, khó tiêu, viêm loét dạ dày - tá tràng).

Năm 1983, các nhà nghiên cứu Nhật Bản lại thông báo bổ sung thêm 2 nhóm bệnh nữa là bệnh trĩ và tiểu đường. Hiện nay xét đây là loại thuốc có hiệu quả chữa bệnh cao, không gây phản ứng phụ.

Cách bào chế rượu tỏi

Tỏi khô (đã bóc bỏ vỏ) 40 g đem thái nhỏ, cho vào chai ngâm với 100 ml rượu trắng 40-45 độ, thỉnh thoảng lắc lại để chai rượu, dần dần rượu chuyển từ màu trắng sang màu vàng, dần ngày tháng 10 thì chuyển sang màu ngả và uống được.

Mỗi ngày dùng 2 lần, sáng uống 40 giọt (täng đäng mät thìa cà phê) trước khi ăn; tối uống 40 giọt trước khi ngủ. Uống khoảng 20 ngày thì hết, bởi vậy cần sau 10 ngày lại ngâm tiếp, đến ngày nào cũng có rượu tỏi dùng. Uống liên tục suốt đời với một liều rượu rất nhỏ như thế, người kiêng rượu hoặc không uống được rượu vẫn dùng được. Người ta, đã có nhiều người áp dụng bài thuốc rượu tỏi trên của WHO, những người uống thì linh hoạt (thậm chí có người uống tới 3 thìa cà phê rượu tỏi/lần) nhưng không thấy phản ứng phụ.

Những năm gần đây, các nhà khoa học đã nghiên cứu phát hiện nhiều đặc tính trị liệu quý của tỏi. Nó bắt là tác dụng kháng khuẩn, kháng nấm. Tác dụng kháng virus cũng đã được nói đến. Với hệ tim mạch, những nghiên cứu mới cho thấy tỏi có tác dụng làm giảm triglycerid và hàm lượng cholesterol xấu (LDL), nhưng lại tăng cholesterol tốt (HDL) do đó làm giảm các rối loạn chuyển hóa mỡ trong máu. Tỏi có khả năng giúp cơ thể phòng ngừa được ung thư, đó là điều mà nhiều nhà khoa học đã thừa nhận; song có điều ngược lại khi nó đã phát triển thành khối u hay không thì chưa chứng minh được, còn cần nghiên cứu tiếp.

Tỏi có nhiều ưu ích, đó là điều rõ ràng. Tuy nhiên đã là thuốc thì phải tính đến liều lượng thích hợp (thuốc dùng liều quá cao cũng có hại) và các phản ứng phụ, không nên lạm dụng. Dùng tỏi quá nhiều có thể gây hại thận, rối loạn dạ dày - ruột, các chất täng giáp... Bởi vậy, cần nên áp dụng bài thuốc rượu tỏi với liều lượng mà WHO đã dày công nghiên cứu, phân tích. Với liều lượng này là có tác dụng phòng và chữa được nhiều bệnh, với cách dùng an toàn có thể dùng hàng ngày một cách lâu dài.

BS Vũ Đánh
Sác Kháe & Đái Sáng