Cây Thanh thiên quỳ

DS. NGUYỄN THỌ BIÊN

Cây Thanh thiên quỳ còn gọi Lan một lá, Lan cờ, Cây một lá, Trân châu trắng, Slam lài, Bâu thoọc, Kíp lẩu (Tày); tên khoa học *Nervilia fordii* (Hance) Schltr. (Pogonia fordii Hance) thuộc họ Lan Orchidaceae.

Cây Thanh thiên quỳ mọc rải rác trong rừng, các kẻ đá, nơi bóng rợp ở độ cao từ 200m – 1.000m. Ở nước ta cây có tại các tỉnh Lào Cai, Lai Châu, Sơn La, Yên Bái, Hà Giang, Cao Bằng, Bắc Cạn, Lạng Sơn, Tuyên Quang, Quảng Ninh, Hòa Bình, Hải Phòng, Ninh Bình, Thanh Hóa, Nghệ An. Trên thế giới có ở Trung Quốc (Quảng Đông, Quảng Tây).

Cây Thanh thiên quỳ thân thảo, sống nhiều năm, lụi vào mùa khô, mọc lại vào mùa Xuân. Lá màu xanh, mặt dưới hơi tía, hình tim rộng, mép lá hơi uốn lượn, cuống dài; một cây chỉ có một lá. Thân rễ tròn dạng củ. Cụm hoa tàn lá mới xuất hiện. Hoa màu trắng với các chấm màu tím. Quả nang chứa nhiều hạt nhỏ. Ra hoa vào tháng 2 – 3, kết quả tháng 4 – 6.

Thân củ và lá cây Thanh thiên quỳ được dùng làm thuốc, thu hoạch quanh năm nhưng nếu thu hoạch riêng lá, thường hái lá vào tháng 7 – 9 khi lá còn xanh. Lá hái về rửa sạch, phơi khô hoặc có thể đồ qua nước sôi rồi mới phơi khô. Chế biến lá để xuất khẩu người ta phơi se lá, sau đó dùng tay đem vò 2 – 3 lần rồi mới phơi. Lá sau khi phơi có màu gần đen sẫm.

Theo Y học cổ truyền cây Thanh thiên quỳ vị nhạt, hơi đắng, tính mát, không mùi. Toàn cây có tác dụng thanh nhiệt, nhuận phế, giải độc, tư bổ; lá có tác dụng bổ phổi, trị ho, giải độc; thân củ có tác dụng tán ứ, tiêu thũng, trấn tĩnh, chỉ thống. Cây Thanh thiên quỳ được dùng làm thuốc bổ bổi dưỡng cơ thể, lợi phổi, mát phổi, cầm ho, giải độc, giảm đau. Ngày dùng từ 10 – 20g dưới dạng thuốc sắc. Dùng ngoài giã nát lá hoặc củ tươi đắp lên chỗ đau nhức, mụn nhọt.

Ở nước ta, đồng bào dân tộc miền núi dùng cây Thanh thiên quỳ làm thuốc giải độc, nhất là giải độc nấm. Mỗi lần dùng 2 – 3 lá khô, thái nhỏ, hãm với nước sôi trong 10 phút, lấy nước uống. Ngày uống 2 lần, uống đến khi hết triệu chứng ngộ độc. Có nơi dùng lá Thanh thiên quỳ nấu với thịt lợn nạc làm canh ăn chữa ho lao, bồi dưỡng cơ thể khi suy nhược hoặc dùng lá tươi rửa sạch, nhai nát lá ngậm nuốt nước để chữa viêm họng, viêm miệng cấp tính.

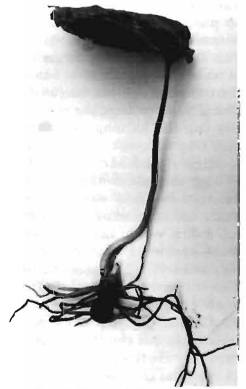
Ở Trung Quốc (Quảng Tây, Quảng Đông) người ta dùng cây Thanh thiên quỳ sắc nước uống làm thuốc bổi dưỡng cơ thể, bổ phổi, chữa ho, giảm đau. Theo sách *Quảng Tây trung dược chí* cây Thanh thiên quỳ dùng làm thuốc lợi phế, cầm ho, giải độc, giảm đau.

Tại nước ta còn có 2 cây khác cũng có một lá:

– Cây **Thanh thiên quỳ lá xếp** còn gọi Lan trân châu lá xếp tên khoa học *Nervilia plicata* (Andr.) Schltr. thuộc họ Lan Orchidaceae. Cây này lá hình tim tròn, có lòng nhung hai mặt, cuống lá ngắn. Củ to tròn. Cụm hoa màu hồng nhạt. Cây mọc ở một số nơi trong rừng thưa, ở độ cao 200 – 300m tại vùng Nam Bộ. Tại Quảng Tây Trung Quốc toàn cây được dùng làm thuốc chữa viêm gan, viêm phổi, viêm khí quản.

– Cây **Thanh thiên quỳ xanh** còn gọi Trân châu xanh có tên khoa học là *Nervilia aragoana* Gaudich. thuộc họ Lan Orchidaceae. Cây này lá màu xanh, đôi khi có màu tía sẫm, phiến hình tim rất rộng, gần chân vịt. Cụm hoa màu vàng pha xanh. Cây mọc rải rác trong rừng thưa, nơi rợp ở độ cao 30 – 100m. Tại nước ta gặp ở Bắc Giang, Hòa Bình, Ninh Bình, Gia Lai, Đồng Nai, Tây Ninh, Lâm Đồng. Toàn cây dùng chữa bệnh về tinh thần, đòn ngã tổn thương, chữa bệnh lao phổi, ho ra máu, tràng nhạc.

Các cây Thanh thiên quỳ cũng dễ trồng, có thể trồng bằng chồi và hạt do vậy khi thu hái cần thu hái lá là chính còn củ nên để tái



Cây Thanh thiên quỳ Nervilia fordii (Hance) Schltr. trồng tại thành phố Đà Lạt.
Nguồn: N T Biên

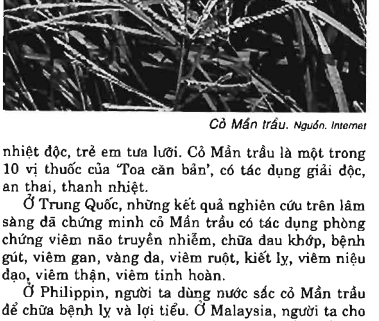
Cỏ Mần trầu

HỎI: *Tôi được biết cỏ Mần trầu rất tốt cho gan, thận và người có bệnh cao huyết áp. Vậy tôi uống mỗi ngày 20g cỏ Mần trầu sao vàng thay nước trà có được không?*

Phạm Thị Kim L. – Đăk Lăk

ĐÁP: Bà không nói đang bị bệnh gì và tình trạng sức khỏe của bà hiện nay. Vì vậy, không thể có câu trả lời phù hợp. Tuy nhiên, trong dân gian người ta có dùng cỏ Mần trầu để chữa nhiều bệnh thông thường, có người dùng chữa bệnh huyết áp cao. Chưa có thông tin nào về việc dùng nước sắc cỏ này uống thay trà hằng ngày.

Sau đây, chúng tôi xin cung cấp những thông tin liên quan đến công dụng của loại cỏ này.



Cỏ Mần trầu. Nguồn: Internet

Cỏ Mần trầu còn gọi là Thanh tâm thảo, Co nhả hút (Thái), tên khoa học là *Eleusine indica* (L.) Gaertn., thuộc họ Lúa (Poaceae). Loài cỏ này mọc hoang khắp nơi, thường gặp ở bờ ruộng, ven đường, bãi hoang. Cỏ mọc thành bụi nhỏ, sống hằng năm, cao 30 – 60cm, có rễ chùm phát triển mạnh. Thân nằm, phân nhánh ở gốc, sau mọc thẳng đứng. Lá mọc so le, hình dải hẹp, dài 20 – 30cm. Cụm hoa là bông có 5 – 7 nhánh mọc tỏa tròn ở đầu cuống dài và 1 – 2 nhánh xếp thấp hơn ở dưới, trông như chân gà có cựa dài. Mỗi nhánh mang 2 dãy bông nhỏ. Mỗi bông nhỏ có 3 – 5 hoa. Quả thuôn dài, có ba cạnh.

Tránh nhầm với cỏ Chân vịt (*Dactyloctenium aegyptium* (L.) P. Beauv., cùng họ), cụm hoa là bông, thường có 4 nhánh xếp thành hình chữ thập ở đầu cuống dài, không có nhánh ở phía dưới.

Phần trên mặt đất của cỏ Mần trầu có flavonoid, β-sitosterol và dẫn chất palmitoyl.

Theo Đông y, cỏ Mần trầu có vị ngọt hơi đắng, tính bình, có tác dụng hạ nhiệt, làm ra mồ hôi, tiêu viêm, trừ thấp, cầm máu, tán ứ, làm mát gan. Kinh nghiệm dân gian dùng trị bệnh cao huyết áp, ho khan, sốt âm ỉ về chiều, lao lực mệt nhọc, tiểu tiện vàng và ít. Còn dùng cho phụ nữ có thai hòa nhiệt táo bón, buồn phiền, động thai, nhức đầu, nôn mửa, tức ngực, sốt nóng. Cũng dùng uống trị mụn nhọt, các chứng nhiệt độc, trẻ em tưa lưỡi. Cỏ Mần trầu là một trong 10 vị thuốc của 'Toa căn bản', có tác dụng giải độc, an thai, thanh nhiệt.

Ở Trung Quốc, những kết quả nghiên cứu trên lâm sàng đã chứng minh cỏ Mần trầu có tác dụng phòng chứng viêm não truyền nhiễm, chữa đau khớp, bệnh gút, viêm gan, vàng da, viêm ruột, kiết lỵ, viêm niệu đạo, viêm thận, viêm tinh hoàn.

Ở Philippin, người ta dùng nước sắc cỏ Mần trầu để chữa bệnh lỵ và lợi tiểu. Ở Malaysia, người ta cho phụ nữ sau khi đẻ uống nước ép từ cỏ Mần trầu để chóng hết sản dịch.

Liều dùng 16 – 20g khô, hoặc 40 – 100g tươi, dưới dạng thuốc sắc hoặc viên hoàn; thường phối hợp với các vị thuốc khác.

Bài thuốc

– *Chữa cao huyết áp*: Cỏ Mần trầu 500g, rửa sạch, cắt nhỏ, giã nát, thêm 1 bát nước sôi để nguội, vắt lấy nước cốt, lọc qua vải, thêm chút đường, ngày uống 2 lần vào sáng và chiều.

– *Viêm gan vàng da*: Cỏ Mần trầu tươi 60g, rễ cây Tổ kén đực 30g, sắc uống.

– *Chữa cảm sốt nóng, người mần đỏ, đái ít*: Cỏ Mần trầu 16g, phối hợp với rễ Cỏ tranh 16g, sắc nước uống.

⇒ TSKH. TRẦN CÔNG KHÁNH

sinh. Hiện nay cũng đã thấy một số nơi trồng làm cảnh hoặc để làm thuốc. Trước đây những năm 1960 – 1980 ở các tỉnh miền núi phía Bắc nước ta có thu hoạch chế biến bán lá cho Trung Quốc nhưng hiện nay cây Thanh thiên quỳ đã suy giảm nghiêm trọng do nạn chặt phá rừng và nhất là bị khai thác cạn kiệt.

Các cây Thanh thiên quỳ đều có nguồn gen quý hiếm. Trong *Sách đỏ Việt Nam* năm 2007, Thanh thiên quỳ phân hạng EN (nguy cấp) và cây Thanh thiên quỳ xanh phân hạng VU (sẽ nguy cấp) do đó chúng ta cần nghiên cứu nhân giống, bảo tồn và nghiên cứu về thành phần hóa học để tạo nguồn nguyên liệu dùng làm thuốc và xuất khẩu.