

# Viễn chí

vị thuốc chữa bệnh hay quên

→ PGS.TS. NGUYỄN HỮU DONG

**H**ệ thần kinh chỉ huy và điều hòa mọi hoạt động của cơ thể, khối lượng não giảm dần khi về già, còn khoảng 1.180g ở nam và 1.060g ở nữ. Biểu hiện tâm sinh lý thường xuất hiện là: giảm khả năng thu cảm như thị lực, thính lực, xúc giác..., phản xạ vô điều kiện chậm và yếu dần, sự cân bằng giữa ức chế và hưng phấn kém đi, dẫn đến rối loạn, giảm tính linh hoạt, ngủ ít, thần kinh suy nhược và xuất hiện bệnh hay quên, hay còn gọi là bệnh suy giảm trí nhớ ở người cao tuổi (Alzheimer).

Viễn chí tác dụng vào các kinh: Tâm, Can, Tỳ, Thận, với công dụng an thần, định yên tâm khí, ích chí, ích tinh, ngừng kinh quỹ, trừ khí cách mô dưới tâm, trừ đờm, giải uất, trừ tà khí, nóng trong da, mắt mặt vàng, lợi 9 khiếu, ích trí tuệ, tai mắt thông minh, mạnh trí, nuôi máu ở tim, bội sức khỏe. Trị các chứng: động kinh, hay quên, kinh sợ, co quắp, miệng nôn ra đờm dãi, chân tay run, bất tỉnh, tâm khí yếu, tâm huyết ít, hay kinh sợ, mộng mị quý ma, tinh thần không làm chủ cơ thể. đương nuy Phương tễ trừ danh có chứa viễn chí là "Đình chí hoàn" gồm: Viễn chí, xương bồ đều 2 lạng, nhân sâm và phục linh đều 1 lạng, viên với mật, dùng chu sa làm áo, để chữa bệnh thị lực kém và bổ thần kinh.

Viễn chí Việt Nam là loài cây thảo sống lâu năm, cao 10 - 20cm, phân cành từ gốc, cành mọc tỏa rộng, hoa có lông mịn, lá mọc so le, cụm hoa mọc ở kẽ lá hoặc đầu cành, cụm từ 1 - 3 hoa màu trắng. Bộ phận dùng là rễ, có thể chế thành "chích viễn chí", bằng cách lấy nước cam thảo sao với rễ viễn chí đã bỏ lông gổ đến khô, hoặc "mật viễn chí", bằng cách sao với mật ong. Viễn chí mọc ở vùng núi thấp ở các tỉnh từ Thái Nguyên đến Thanh Hóa.

Theo các tài liệu Trung Quốc, viễn chí có tác dụng kháng viêm, dùng chữa viêm họng, an thần, chống co giật, chống suy giảm trí nhớ, bảo vệ tế bào thần kinh, chống lão hóa, chống suy nhược thần kinh, điều hòa nhịp tim, tăng cường sức khỏe, chống ung thư, làm đầu óc thông minh, sáng khoái, giảm ho, giảm đau, kháng khuẩn.

Ngày uống 6 - 12g dưới dạng thuốc sắc. Bài thuốc bao gồm:

Viễn chí, đảng sâm, bạch truật, liên nhục, long nhãn, táo nhân sao đen, mạch môn, mỗi vị 10g, sắc uống chữa thần kinh suy nhược, hay quên, đần độn, kinh sợ, hoảng hốt, kém ăn, ít ngủ.

Ở Trung Quốc, sử dụng loài *Polygala tenuifolia*, còn ở Nhật Bản sử dụng loài *Polygala japonica* để làm dịu tinh thần và dịu tim. Ngày nay, viễn chí được sử dụng cả ở châu Âu và Bắc Mỹ. Ở châu Âu, viễn chí

đã được K. Eogh ghi vào cuốn "Thảo dược Ai-Len" năm 1735. Còn ở Bắc Mỹ, loài *Polygala senega* - viễn chí Seneca, mang tên bộ lạc Seneca ở Bắc Mỹ và được BS. Alexander Garden ghi chép lại vào năm 1768 như sau: Rễ viễn chí này có tác dụng kích thích lên mang nhầy phế quản, kích thích ho để đẩy đờm ra khỏi ngực, làm dịu tim và là cây thuốc bổ thần kinh, ngoài ra rễ còn là vị thuốc chống viêm và chữa rắn cắn tốt nhất trong số các phương thuốc bào chế từ cây cỏ.



*Polygala tenuifolia*