

11. Tri thức dân gian về Đông Y

Kinh nghiệm dùng thuốc Nam tại Phong Lệ

Trong dân gian Phong Lệ từ xưa đến nay, kiến thức về y học cổ truyền vẫn còn ít nhiều tác dụng. Với nhiều bài thuốc Nam được sử dụng trong điều trị một số bệnh thông thường rất hay bằng những loại cây cỏ thường gặp quanh cuộc sống người dân. Một số loại cây, cỏ, rau, quen thuộc thường gặp ở bụi lùm, bờ mương, bờ ruộng, hoặc trên vùng đồi núi chúng mọc nhiều, có loại phân bố dễ nhận thấy do mọc theo mùa và mọc chen kẽ với một số loại cây hoa màu khác, còn phần lớn mọc hoang dại đan xen trong thảm thực vật chung có trong làng. Với kiến thức y học cổ truyền được lưu truyền trong nhân dân, tại làng Phong Lệ có người lấy nghề bốc thuốc Nam làm nghề phụ, mục đích của họ là giúp cho người dân trong làng khỏi bệnh tật (bởi làm thầy bốc thuốc Nam không thu được nhiều tiền). Cách giúp của các vị thầy thuốc Nam đôi khi chỉ bằng lời “mách miệng” là được. Họ đọc tên những loại cây cỏ có trong thiên nhiên và bày cách thực hiện mỗi thứ một ít sao vàng hạ thổ đem nấu uống là khỏi. Như thế kiến thức dân gian theo đó được lưu truyền từ đời này sang đời khác.

Xưa kia tại làng Phong Lệ đội ngũ những người bốc thuốc Nam có nhiều, thời gian gần đây do Đông, Tây y hiện đại đẩy lùi kiến thức dân gian về với đời sống dân giả, đôi khi một số đã thất truyền tàn lụi. Tuy thế vẫn còn có một số người đa đoan với loại kiến thức và cây cỏ hoang dại này. Kiến thức y học dân gian thường lưu truyền từ các bà, các chị sang thế hệ sau nhiều hơn các ông. Người ta thường hái lá thuốc trên các gò đồi, xuống ruộng và có ngay tại khu vườn nhỏ tại mỗi hộ gia

đình. Tại Phong Lệ có chị đi hái lá thuốc Nam hơn 15 năm. Họ đi bằng đôi gióng rỏ, hoặc dần về sau phương tiện bằng xe đạp phổ biến, đi khắp các vùng đồi, liên làng, liên xã để bứt, hái lá. Thuốc lá quen thuộc, nếu để ý sẽ phát hiện ra một số loại lá như tía tô, ôi sẻ, gừng, nghệ, lá giềng, cỏ ống... Mỗi loại sinh trưởng phù hợp với loại đất đai thổ nhưỡng và theo mùa. Theo đó, người đi hái lá thuốc Nam có thể tìm kiếm thuận lợi. Chẳng hạn cây cỏ hôi mọc nhiều vào vụ từ tháng 8 đến tháng 10, sau tháng 10 không dễ tìm được cây cỏ hôi. Cây ngà voi có bông màu trắng như chiếc ngà voi sinh sống đan xen với vụ mùa đậu, mè trên các rẫy, vườn như vườn Lãng, vườn Thầy do vậy để có cây ngà voi, người hái lá phải thu hoạch trước khi người nông dân thu hoạch sản phẩm đậu mè. Sau mùa đậu mè cây ngà voi không dễ tìm thấy. Hái lá thuốc Nam chỉ thực hiện trong mùa khô nắng, mùa mưa không hái được do không phơi được lá (méo bứt nhiều). Lá thuốc Nam sau khi hái về phơi khô phân loại, bó thành từng bó nhỏ cho vào bao ci-măng hoặc bao ny-lon cất giữ để đánh cất thuốc cho người có nhu cầu. Hoặc bỏ mối cho bạn hàng tại chợ. Từ chợ lại phân phối về các vị “thầy” thuốc Nam.

Hiện nay lá thuốc Nam vẫn được bày bán thường xuyên tại chợ Cẩm Lệ, chợ Cồn. Người ta có thể tìm mua được nhiều loại cây lá thuốc Nam tại chợ Cồn (Đà Nẵng) về làm thuốc từ cây lá đã được phơi khô đến những loại cây lá chỉ sử dụng khi còn tươi...đều có.

Trong các loại thuốc Nam, kiến thức y học dân gian cổ truyền tồn tại lâu đời trong đời sống người dân Phong Lệ, một số loại cây được sử dụng thường xuyên như gừng, nghệ, hẹ, lá chanh, lá ôi, lá hôi hôi...còn phần lớn được ghi nhớ trong các

thế hệ người già nhất là các cụ bà thường có những bài thuốc cổ truyền, chỉ khi có bệnh hoặc người trong làng ốm đau trở gió đến xin các bà một om lá uống là tin rằng sẽ khỏi. Con nít hóc xương cá lại nhờ các bà có đôi tay “mát” cào nhẹ, xương theo đó sẽ xuống. Người ta còn cho rằng dùng củ gừng mài xuống đất can có trộn tí vôi ăn trầu nơi giọt cửa, bậc thềm, phết lên nơi có hạch (bẹn hay nách) được cho là nhanh tan hạch (?). Dùng vôi ăn trầu khoanh một vòng tròn nơi vết thương khi bị rấn cắn, bọ cạp, ong chích được quan niệm là ngăn cản không cho chất độc chảy về tim trước khi thực hiện cấp cứu khác. Dùng con dao lở liếc lên vết thương do chó, mèo cắn, cắn cứ vào màu sắc lưỡi dao tại vị trí liếc cũng đoán được có phải chó dại hay không (?)... Có rất nhiều những quan niệm dân gian khi trị bệnh tại làng Phong Lệ, nay đã dần được thay thế bằng quan niệm y học khoa học hơn, giúp con người nhận thức được những điều nên tránh.

Kiến thức y học sử dụng cây lá thuốc Nam ngày nay không phổ biến như trước kia nhưng không vì thế mà kiến thức dân gian này bị quên lãng. Một số cơ quan, đơn vị, trường học, bệnh xá đều có khuyến khích tạo một vườn cây thuốc Nam ngay tại sân, vườn được trồng cây lá và chăm sóc thường xuyên.

Tại làng Phong Lệ người chuyên bốc thuốc Nam nổi tiếng là cụ Nguyễn Văn Hiệp (cụ đã qua đời từ lâu). Cụ sử dụng các loại cây lá khác nhau sinh trưởng vùng nông thôn Phong Lệ, có loại được cụ trồng ngay tại vườn nhà để bứt lá cho thuốc người dân trong làng để trị những loại bệnh thông thường. Người trong làng có nhu cầu chữa bệnh, cụ bốc cho một thang.

Thang thuốc Nam nhiều gấp rưỡi thang thuốc Bắc, vì cây lá tự nhiên chưa hoặc không qua sơ chế như thuốc Bắc.

Cụ Cam người Phong Bắc, bán loại thuốc đặc trị bệnh đau bụng kiết. Các loại cây lá được cụ trộn chung và nấu thành nước cho vào thùng lớn để ngay tại nhà, hễ ai có nhu cầu mua, cụ chiết sang chai bán với giá phải chăng. Uống xong một chai thuốc, bệnh cũng theo đó khỏi hẳn. Người dân huyện Hòa Vang, Đà Nẵng biết cụ và thường mua thuốc Nam của cụ. Nay mặc dầu cụ đã mất, con cháu cụ tiếp tục phương thuốc “gia truyền”, vẫn nấu thuốc và bán thường xuyên mùa mưa cũng như mùa khô. Nay vẫn còn. Kiến thức dân gian về loại thuốc trị bệnh kiết, đến nay cụ và gia đình cụ vẫn giữ bí truyền nghề nghiệp.

Cụ Sáu Chường, người Phong Bắc, có phương thuốc chữa rắn cắn rất hay, nhiều người dân trên địa bàn huyện Hòa Vang, Đà Nẵng biết cụ và đến xin thuốc cụ. Thuốc Nam của cụ thường sắc uống như thuốc Bắc. Rất hay. Nay vẫn còn.

Ông Ông Văn Cung trước đây là một thầy thuốc Nam tại làng Phong Lệ nhưng nay do Đông, Tây y phát triển mạnh, điều trị bệnh bằng thuốc Nam ngày nay không còn phổ biến và nhiều như trước, ông đã đổi nghề làm ăn bằng nghề xây dựng.

Ông Nguyễn Văn Nam, nay trú tại làng Phong Bắc, có phương thuốc Nam gia truyền trị các chứng trật khớp xương rất hay và công hiệu. Thuốc Nam của cụ thường tán thành bột vừa uống đồng thời hòa với rượu phết lên vị trí trật khớp hoặc sung tấy phần thịt vài ngày sau thì khỏi. Cụ còn có biệt tài sửa khớp xương khi bị trật khớp cũng đạt hiệu quả. Nhiều người

dân không chỉ trong làng mà nội thành Đà Nẵng cũng tìm đến nhà cụ. Nay vẫn còn.

BẢNG KÊ MỘT SỐ CÂY, LÁ PHỔ BIẾN

| STT | TÊN CÂY, LÁ | ỨNG DỤNG |
|------------|-------------------------|---|
| 1 | Củ gừng (thui, để tươi) | Đau bụng |
| 2 | Củ nghệ tươi (bột) | Đau dạ dày, làm liền da |
| 3 | Củ, lá sả | Tiêu thực, đau bụng |
| 4 | Tía tô | Cảm mạo, nôn ói, đau bụng, ho, sốt, sung vú |
| 5 | Cây chó đẻ | Đau gan, vàng da |
| 6 | Cây cỏ ban | Cảm nóng, sốt |
| 7 | Cây cỏ mực | Cảm nóng, sốt, ho |
| 8 | Cây rẻ quạt | Ho |
| 9 | Rau tần | Hạ sốt, chống cảm mạo |
| 10 | Cây ngà voi | Mụn nhọt, lở loét |
| 11 | Bông hường | Ho trẻ em (chung với đường phèn) |
| 12 | Lá, củ hẹ | Ho trẻ em (chung với đường phèn) |

| | | |
|----|------------------------------|---------------------------------|
| 13 | Ngải cứu | |
| 14 | Nữ hoàng cung | Ung thư tử cung (mới phát hiện) |
| 15 | Mãng vòi | Đau bụng |
| 16 | Lá bông bong | |
| 17 | Cây sơn dĩ | Kiết lỵ |
| 18 | Cây gập cá | Mụn nhọt |
| 19 | Lá khoai lang | Mụn nhọt |
| 20 | Cây hôi hôi | Cầm máu vết thương |
| 21 | Cỏ ống | Suy thận |
| 22 | Ôi sẻ | Đau bụng |
| 23 | Vỏ trái măng cụt (khô, tươi) | Đau bụng |
| 24 | Lá bù đường | Bệnh phổi |
| 25 | Thúi địt (mơ) | Đau bụng kiết, viêm ruột |
| 26 | Long tu | Uống cho mát tì vị |
| 27 | Đậu đen, đậu đỏ, đậu nành | Rang nấu nước cho mát |
| 28 | Hà thủ ô (lá) | Xanh tóc, khỏe mạnh |

| | | |
|-----|---------------------|---------------------------|
| 29 | Cỏ sữa | Kiết lỵ |
| 30 | Khoai lang củ | Giảm áp huyết máu |
| 31 | Chuối hột | Tiêu chảy, hắc lào, ngứa, |
| 32 | Bột củ sen, hạt sen | Biếng ăn, mất ngủ trẻ em |
| 33 | Hành, tỏi tươi | Cảm cúm |
| 34 | Cây rau tần | Giảm sốt |
| ... | ... | ... |

Bà mụ

Trong dân gian Phong Lệ ngày xưa lưu hành nghề đỡ đẻ cho phụ nữ gọi là Bà Mụ. Bà Mụ tập trung nhiều loại kiến thức dân gian liên quan đến y học cổ truyền, lại cũng là người “mát tay” trong những ca sinh đẻ, nhất là sinh đẻ ngược nhiều bà mụ với kinh nghiệm của mình đã xoa bóp sinh được. Tuy nhiên những kiến thức dân gian như vậy ngày nay đã bị kiến thức y học hiện đại đẩy lui về quá khứ của thời kỳ 1945 về trước. Tại làng Phong Lệ nay chỉ còn “vang bóng một thời” các Mụ: Mụ Thân, Mụ Tại, Mụ Tặng. Các Mụ mỗi người vận dụng kiến thức dân gian vào việc đỡ đẻ, thăm thai phụ nữ không giống nhau, mỗi Mụ có một cách thể hiện khác nhau. Thời trước khi mà nền y học chưa phát triển, đội ngũ những Bà Mụ trong làng là cần thiết được xem là chỗ dựa tinh thần của nhiều phụ nữ khi sinh đẻ. Có Mụ vì trước đây do bản thân mụ sinh ra ngược (chân ra trước) nên có biệt tài cào hóc xương

cá hiệu quả. Dân gian tin là thế nên hề có ai hóc xương là đến nhà để Mụ cào cho xương trôi xuống.

Đẻ đở đẻ, bà Mụ dùng một con dao bằng tre cật vót thật mỏng và chuốt thật sắc bén, cắt nhau. Quan niệm của Mụ cho rằng dùng tre sạch sẽ hơn và không ô uế (ngày xưa chưa nghĩ đến vi trùng, vi khuẩn) đơn giản vậy thôi. Sau sinh đẻ, Mụ hướng dẫn xoa bóp thế nào để có sữa cho con bú, ăn những loại thực phẩm gì để tăng lượng sữa và sữa được tốt. Hơ háp thế nào để người được chắc chắn, gọn gàng sau khi sinh đẻ. Uống loại lá nào, bứt tại đâu, hướng nào để khi uống không ảnh hưởng đến đường tiêu hóa của con nhỏ... Những kiến thức như thế về sinh sản được các Bà Mụ hướng dẫn tận tình không vụ lợi.

Ngày nay y học về sinh sản đã thay thế cho những kiến thức dân gian cổ truyền tồn tại nhiều đời trong làng Phong Lệ, giúp cho người dân hiểu biết về sinh sản tốt hơn, phổ biến hơn trong cộng đồng dân cư.

12. Những quan niệm dân gian liên quan đến sức khỏe con người.

Trong giữ gìn sức khỏe nhằm duy trì được khả năng và cường độ lao động, tạo ra hạt lúa, củ khoai nuôi sống bản thân và đình mình là rất quan trọng, theo đó để đảm bảo cho sức khỏe được tốt, người Phong Lệ không chỉ dùng thuốc Nam, thuốc Bắc các loại y học cổ truyền và y học hiện đại mà còn lưu ý một số tác hại đến sức khỏe con người:

- Không nên ăn chuối mốc khi cảm thấy không được khỏe, hoặc đau lưỡi ửng (đau rề rề chưa khỏi) mà ăn phải chuối

mốc là có thể bệnh sẽ trở nặng hơn nữa, khó chữa trị và rất tốn tiền.

- Đi xa năm ba ngày mới về nhà (chẳng hạn đi làm nhà, thợ mộc cưa kéo gỗ, đi buôn bán...ở xa) mà sinh hoạt vợ chồng tức khắc sẽ bị bệnh, người yếu.

- Khi đã mang thai, chọn tháng lẻ và một ngày lẻ nào đó làm lễ *đơm lễ* cho con. Thường người ta chọn tháng thứ ba sau khi mang thai cũng là quan niệm giữ gìn sức khỏe không chỉ cho mẹ mà còn cho con trẻ theo quan niệm dân gian.

- Suốt thời gian mang thai, người mẹ không bước qua những sợi dây giăng ngang đường, những bụi cây hoặc không bước ngang qua đàn kiến đang di chuyển. Chính đó dân gian có câu:

*Đi đâu mà vội mà vàng
Mà vấp phải đá mà quàng phải dây,*

là nhằm nhắc nhở những người mẹ gìn sức khỏe.

- Không nên bước vào chuồng bò, chuồng trâu bất ngờ làm cho trâu bò giật mình đá chân trúng nhằm, bị chúng chèn ngã, hoặc húc nhằm, như thế là nguy hiểm cho tính mạng là cách quan niệm giữ gìn sức khỏe.

- Người phụ nữ có thai phải lưu ý rằng không nên bước lên những bậc thềm đắp bằng đất mỡ gà nơi cửa tại cửa, ngạch trong nhà hoặc ngoài hiên nhà có thể té ngã mà nguy đến tính

mạng cả mẹ lẫn con nên việc khuyên răn nhằm giữ gìn sức khỏe.

- Dân gian quan niệm rằng khi mang thai, người mẹ không được ngồi trên đòn kê, dùi cui¹, tảng đá sẽ dễ gây ra tai nạn bởi các loại dụng cụ này thường tròn và bấp bênh. Đang khi có thai mà ngồi trên những vật dụng như vậy là điều nên tránh, được thế sẽ an toàn, không phải lo lắng cho sức khỏe.

- Người ta không thực hiện theo cách *nhứt trâu nhà nhì ra vườn*, vì như thế sẽ có hại đến sức khỏe, đến tính mạng.

¹ **Dùi cui:** (Phương ngữ) là dụng cụ phổ biến trong các gia đình nông thôn xứ Quảng, dùi cui làm bằng một đén hai lóng tre gốc, đặc, một đầu vạt nhỏ vừa nắm tay cầm. Dùi cui có loại bằng sắt (gỗ cứng) dùng cho thợ mộc. Dùi cui rất thông dụng trong công việc nhà nông, dùng đập, đóng vào việc nê con sê, nê cuốc, cày, chẻ tre...