

# CẢM LẠNH VÀ CÁC HẬU QUẢ BIẾN CHỨNG



Cảm lạnh là một bệnh rất thông thường. Nhưng ngoại trừ một số dấu chỉ quen thuộc như sổ mũi, tịt mũi, nhức đầu, người gai gai sốt, khó chịu ai cũng biết, cảm lạnh thường khiến cho nhiều cơ phận khác bị suy yếu và gây ra một số bệnh, mà các bác sĩ tây y và cả đông y cũng không khám ra, không biết lý do tại sao, vì không có các vết nội thương ngoại thương, cũng không có vi khuẩn và không có cơ phận nào bị hư hỏng. Tuy không biết là bệnh gì nhưng các bác sĩ vẫn cho thuốc, thường là thuốc giảm đau, càng uống càng không khỏi, lâu ngày bị mất trí nhớ, loét bao tử, hư thận và khiến cho hệ thống thần kinh bị tê liệt. Cảm lạnh thường gây đau nhức tứ chi mình mấy đến tê bại không cử động được, nên có bác sĩ cho là hệ thần kinh bị hư và đề nghị giải phẫu...

## I. Lý do

1. Trời mưa, trời gió hay trời lạnh mà mặc không đủ ấm, đầu không đội mũ, chân không đi giày, không mang tất ấm, cổ không quấn khăn vv... vì thế các cơ phận thuộc bộ máy hô hấp (mũi, miệng, cổ họng, phổi...) và tuần hoàn (tim, dạ dày, ruột, gan, thận, lá lách...) bị lạnh. Khí âm xâm nhập nhiều quá làm mất thể quân bình trong cơ thể, gây bế tắc kinh mạch, và suy yếu các cơ phận.
2. Ngồi trúng chỗ có luồng gió (ở tư gia, trong nhà thờ, nhà hội có mở cửa trước cửa sau, hay cửa ngang hông, trong xe mở cửa kính hay máy lạnh quá vv... ) có thể đưa đến chỗ bị cảm.
3. Đặc biệt tại những vùng sáng sớm và ban chiều trời lạnh, nhưng ban trưa trời nóng (điển hình như California, Texas... ), có rất nhiều người bị cảm lạnh, vì không để ý, mặc không đủ ấm khi đi làm ban sáng và về nhà lúc chiều tối. Cứ thế, khí âm nhập vào người mỗi ngày một chút, và từ từ khiến cho cơ thể bị suy nhược và sinh ra nhiều triệu chứng mà không biết là bệnh gì.

## II. Một số triệu chứng thông thường dễ nhận ra

### 1. Các triệu chứng bình thường dễ nhận ra:

- 1) Sổ mũi, tịt mũi
- 2) Nhức đầu, nặng đầu
- 3) Ho
- 4) Cảm thấy người vừa nóng vừa lạnh: hơi sốt hay sốt nặng (khi có vi khuẩn gọi là bệnh cúm)
- 5) Bần thần, mỏi mệt trong người

### 2. Nhưng chính vì khí âm xâm nhập thân thể, khiến bế tắc kinh mạch, máu huyết và làm suy yếu các cơ phận hô hấp và tuần hoàn, nên cảm lạnh làm nảy sinh ra nhiều triệu chứng, mà cả các bác sĩ cũng không biết và không ngờ tới.

- 1) Trằn trọc, khó ngủ ban đêm
- 2) Ngủ không thẳng giấc, đi tiểu lặp nhặp ban đêm, hay bị chuột rút
- 3) Đổ mồ hôi ban đêm
- 4) Đầy bụng, khó tiêu
- 5) Nhất là đau và nhức mỏi trong người: đặc biệt là hai cánh tay, cổ, bả vai, sống lưng, đầu gối, hai chân và hai bắp chân.
- 6) Nhiều khi có cảm tưởng như bị đau nhức thần kinh hay từ trong xương, đến độ bị bại liệt, cổ không quay được, không giơ hay co tay chân lên được, không cúi xuống được hay không thể mặc và cài cúc áo quần vv....  
- Đi khám bác sĩ, chụp phim thì không có cơ phận nào bị hư hại hay tật bệnh gì. Các bác sĩ chỉ biết cho thuốc giảm đau, bệnh nhân có cảm tưởng giảm đau nhức, nhưng càng uống càng tệ hại thêm, vì người ngày càng bần thần, mỏi mệt và đau nhức hơn. Thuốc giảm đau, thuốc ngủ sinh ra bệnh mất trí nhớ, đau bao tử và đau thận...
- 7) Túc ngực, nhói ngực, khó thở, hụt hơi
- 8) Nghẹt tim, tim hồi hộp, ngộp thở, hay có cảm tưởng bị bệnh tim

9) Khó tiêu, táo bón, nặng bụng, ở chua

10) Đau bụng lâm râm

11) Tiêu chảy

12) Đau tức bên hông phải trên vùng gan,

13) Đau tức bên hông trái trên vùng lá lách

14) Teo tĩnh mạch trên đầu (dẫn tới chỗ đau đầu và bị tai biến mạch máu não vì lượng hồng huyết cầu và dưỡng khí không lưu thông đủ để nuôi óc)

15) Da mặt xanh xao, tái mét hay thâm, và người lúc nào cũng cảm thấy bần thần, mệt mỏi như mất hết sức lực, chán nản, buồn sầu, chỉ muốn đi nằm, không muốn làm gì, và không làm được gì, vì người lúc nào cũng mệt mỏi.

- Đi khám bác sĩ, thử máu, thử phân, thử nước tiểu, chiếu điện, thì không tìm ra bệnh gì, và ai cũng bảo là bệnh giả đò.

16) Trẻ em bị cảm lạnh thì khó ngủ, hay ói sữa, biếng ăn, táo bón (hai ba ngày mới đi một lần, mà phải dùng thuốc, phân hôi), tiêu chảy, hay khóc, quấy, da không trắng và hồng hào, nhưng tái mét, khi khóc thì tím ngắt mặt mũi chân tay và không dỗ được.

- Tất cả các triệu chứng trên đây đều có thể do cảm lạnh mà ra, đặc biệt các trường hợp đau nhức số 5, trường hợp số 15 và số 16 là dấu chứng đã bị cảm lạnh từ rất lâu, chứ không phải các cơ phận bị hư hại.

- Khi bị cảm lạnh, phần nào trong cơ thể yếu thì phần đó thường dễ bị ảnh hưởng.

- Có nhiều người bị cảm lạnh hàng chục năm mà không biết, đi khám hết mọi bác sĩ tại mọi nhà thương nổi tiếng và uống biết bao nhiêu thứ thuốc, mà vẫn không khỏi bệnh. Và các bác sĩ vẫn không biết chính xác là bệnh gì, kể cả các bác sĩ đông y và châm cứu. Đây là các trường hợp bị đau nhức (số 5) và người mất sắc, bần thần, kiệt sức (số 15) và trẻ em (số 16).

### III. Cách chữa

Có nhiều cách chữa

#### 1. Bình thường có thể cạo gió.

##### 1) Cách cao:

- Dùng đồng bạc hay tốt nhất là cái thìa lớn (nếu bằng bạc nguyên chất càng tốt) cạo gió bằng dầu nóng (bất cứ loại nào cũng được) nhưng tốt nhất là long não pha với dầu ô liu,

- Tỳ mạnh đồng bạc sát xuống da,

- Cạo chậm rãi và kéo đường càng dài càng tốt,

- Như thế sẽ ít đau và không trầy da.

##### 2) Chỗ cao: khắp nơi trên người

- Cạo: cổ, gáy, trán, trên đầu, hai thái dương, bả vai, bên trong bên ngoài hai cánh tay, mu bàn tay, ngón tay, lưng, ngực, bụng, bụng dưới, mông, bên trong bên ngoài đùi, chân, bắp vế và mu bàn chân, ngón chân.

##### 3) Cao gió rất khoa học nhưng ông bà cha mẹ chúng ta không giải thích nên mình không hiểu. Thật ra:

- cạo gió là đã thông kinh mạch để cho khí huyết lưu thông đều đặn trở lại

- tái lập thể quân bình cho cơ thể

- dầu nóng tăng khí dương,

- đồng bạc hay cái thìa, tức chất kim khí, rút khí âm trong người ra.

**Cạo gió xong là tự nhiên hết các triệu chứng kể trên và khỏi bệnh, thường là ngay tức khắc.**

- Chỉ khi bị cảm (cảm nắng cũng như cảm gió và cảm lạnh) cạo da mới đỏ hay có hột và bầm tím nếu bị cảm nặng từ lâu. Càng bị cảm lâu càng bầm. Nhưng chỉ vài hôm sau là các vết đỏ và bầm sẽ biến đi.

**Vì thế nói cạo gió vỡ mạch máu da là không đúng. Ngày nay nhiều bác sĩ Mỹ cũng bắt đầu tin, vì người ta đã cạo ngay trước mặt cho bác sĩ thấy.**

- Tuy nhiên vì sống tại Tây Âu có nhiều người không quen hay chưa thạo gió bao giờ, nên sợ đau hay sợ bị dị nghị, mà quên đi hay khinh thường cách chữa bệnh rất hữu hiệu này của ông bà cha mẹ.

#### **4) Cách pha long não với dầu ô liu:**

- 100 gr bột long não nguyên chất đã tán sẵn mua ở tiệm thuốc bắc (không phải long não bỏ quần áo hay giết gián)
- pha với 1 lít dầu ô liu (dầu trộn sà lát loại nào cũng được)
- bình thường các tiệm thuốc bắc bán bịch 1 pound long não (10 US\$), thì pha với 1 gallon dầu ôliu, rồi chia nhau.
- Dầu ô liu pha với long não còn có thể dùng để thoa bóp, chữa trặc hay sưng chân tay và thấp khớp rất công hiệu.

#### **2. Xông với nước lá**

- nấu một nồi nước lớn với lá sả, lá cây dầu huỳnh diệp, lá chanh, lá cam, lá quít, lá bưởi hay ngải cứu vv...
- trước khi trùm chăn xông trong phòng kín gió, thì bỏ thêm 10-20 gr bột long não, nếu có (thường tiệm thuốc bắc có bán bịch lá xông có thêm gói bột long não nhỏ)
- xông xong, lau mồ hôi khô, và mặc quần áo ấm ngay rồi uống vài viên thuốc cảm với nước trà gừng nóng, đắp chăn nằm nghỉ hay ngủ được một giấc, sẽ thấy người khỏe ngay. Vì khi xông chảy mồ hôi nhiều nên cơ thể mất nhiều muối đậm, do đó cần phải cẩn thận, kiêng ra ngoài, để đừng bị lạnh trở lại.

#### **3. Đánh cảm bằng cám rang**

- lấy cám bỏ vào chảo rang nóng lên
  - bỏ vào miếng vải túm lại
  - rồi vuốt từ trên đỉnh đầu xuống xuống
  - vuốt khắp nơi trong người: đầu tóc, mặt, ngực, bụng, cơ quan sinh dục, lưng, hông, đùi, trước đùi sau tay chân, lòng bàn tay bàn chân và ngón tay ngón chân...
- Cảm nặng thì phải rang 2, 3 mẻ và vuốt vài lần sẽ đỡ ngay, vì mọi kinh mạch đều được đã thông và khí huyết di chuyển bình thường trở lại.

#### **4. Đánh cảm bằng gừng**

- 100 gr gừng giã dập
- túm vào một chiếc khăn hay vải mỏng
- nhúng vào một bát rượu mạnh (rượu đế, volka vv...)
- vuốt từ đỉnh đầu xuống cả người phía trước: mặt mũi, ngực, bả vai, cánh tay bên trong bên ngoài, lòng và mu bàn tay, rồi các ngón tay, bụng, bắp vế xuống cho tới lòng và mu bàn chân và các ngón chân, phía sau: đầu, ót, gáy, lưng, hông xuống cho tới lòng bàn chân và các ngón chân.

#### **5. Đánh cảm bằng trứng gà và đồng bạc nguyên chất (pure silver coin)**

- luộc 5-7 trứng gà chín lên (18 phút thì trứng chín), luôn để nước sôi
- bóc vỏ, bỏ đôi, bỏ lòng đỏ
- nhét đồng bạc nguyên chất vào giữa
- túm vào khăn hơi dày một chút để khỏi bị xước da
- rồi cứ thế vuốt từ trên đỉnh đầu xuống y như đánh cảm bằng cám và gừng
- vuốt cho tới khi nào trứng hoàn toàn nguội mới thay trứng và thay đồng bạc khác.

**Nếu bị cảm nắng, thì đồng bạc màu đồng.**

**Nếu bị cảm lạnh, thì đồng bạc màu đen, càng cảm lạnh nặng càng đen.**

**Nếu bị cảm gió nữa thì đồng bạc màu đen nhánh có sắc xanh. Nếu vừa cảm nắng vừa cảm lạnh, thì đồng bạc có cả hai màu.**

1) Tùy trường hợp nặng nhẹ, có thể đánh từ 4 trứng trở lên. Bình thường mỗi lần đánh khoảng 4-5 trái là được. Để tránh bị lạnh trở có thể đánh đầu, ngực và lưng trước, rồi mặc áo,

che khăn hay đắp chăn, sau đó mới đánh tới phần dưới của cơ thể. Nếu muốn đánh một lần cho cả phía trước hay phía sau, thì lấy chăn đắp phần thân thể đã đánh rồi hay chưa đánh.

2) Đặc biệt là trường hợp 5 và nhất là 15, có khi phải đánh tới 40-50 hay hàng trăm cái trứng. Nghĩa là đánh làm nhiều lần, cho tới khi nào cảm thấy người dễ chịu, khỏe khoắn, da dẻ hồng hào trở lại thì thôi.

3) Trẻ em bị cảm (đặc biệt các em nhỏ) chỉ nên đánh cảm bằng trứng. Trường hợp các em được vài tháng, nếu sợ bóng da, có thể đánh cảm bên ngoài áo cũng được. Nhưng nếu bọc trứng trong một khăn dày vừa đủ sẽ không sao.

4) Cũng có thể để nguyên vỏ trứng, để có nhiều sức nóng hơn, nhưng phải dùng loại khăn rửa mặt hơi dày, để khỏi bị vỏ trứng làm xước da.

5) Đánh cảm bằng trứng hơi tanh. Nhưng sau đó không được tắm. Chỉ nên dùng lotion hay chút dầu thơm pha chút nước nóng, nhúng khăn lau sơ người thôi.

6) Đặc biệt trường hợp số 15 và khi bị thương hàn, tức cảm lạnh ngấm tới xương, thì phải đánh cảm bằng trứng và đồng bạc (vì cạo gió, bấm huyệt thoa bóp chỉ bớt chứ không khỏi).

7) Đồng bạc bị đen bỏ vào một cái chén bên dưới lót một miếng giấy bạc rồi đổ nước sôi lên, đồng bạc sẽ trắng trở lại ngay và dùng để đánh tiếp.

### **Cách mua hay đặt đồng bạc đánh cảm:**

1) Ai có thân nhân nhân ở Việt Nam có thể nhờ họ đặt cho mười đồng bạc đánh cảm tại các tiệm bán vàng bạc (mỗi đồng khoảng 4-5 US\$ làm hình bầu dục theo hình trái trứng là tiện nhất, vừa dùng để đánh cảm vừa dùng để cạo gió rất tốt)

2) Dễ nhất là vào Internet để mua và trả qua credit card ngay tại Mỹ. Họ sẽ gửi tới tận nhà. Mấy gia đình chung nhau, vì mỗi sét có 20 đồng 1 dollar lớn và dày. Đồng 1 dollar lớn này có thể đánh được 2-3 trứng mới đen hết đồng bạc.

Silver Rounds Medaillon \*\* 999 Pure Silver One Ounce 34.50 US\$

[http://www.goldmastersusa.com/silver\\_coins.asp](http://www.goldmastersusa.com/silver_coins.asp)

### **6. Giác, lấy (thường phức tạp hơn, vì cần có bộ đồ nghề và không công hiệu bằng các cách kể trên, vì chỉ hạn chế vào một số nơi có bắp thịt).**

- Giác bằng alcohol hay rượu mạnh, nếu không khéo có thể bị bỏng da.

- Giác bằng hơi tránh được nguy hiểm này, nhưng phải có bộ đồ nghề.

- Nếu biết lấy có thể nặn máu bầm ra, nhưng phải cẩn thận để không bị nhiễm trùng.

### **IV. Phòng bệnh hơn chữa bệnh**

Vì cảm lạnh có thể gây ra các hệ lụy nguy hại tới các cơ phận trong người như thế nên chúng ta phải cẩn thận.

1. Luôn mặc ấm áp khi đi làm hay đi lễ ban sáng và về nhà lúc chiều tối

2. Đầu đội mũ, trùm khăn

3. Giữ hai vai, vùng thận và chân ấm (đi vớ, cả khi ở trong nhà)

4. Khi có các triệu chứng kể trên, cứ áp dụng mấy cách chữa bệnh trên đây của ông bà cha mẹ, trước khi đi khám bác sĩ.

Trong các năm qua tôi đã từng chữa bệnh cho hằng trăm người và đoán bệnh ít khi sai. Thí dụ một người bị tiêu chảy suốt 3 năm đi khám bác sĩ tại nhiều nhà thương khác nhau và uống bao nhiêu thuốc nhưng không khỏi. Các bác sĩ không tìm ra lý do. Sau khi cạo gió bụng, lưng và ngực, bệnh tiêu chảy dứt ngay. Một người khác ăn lương tàn tật 2 năm vì không thể gơ hai tay lên được và đau nhức không thể lái xe được. Đi khám tại nhiều nhà thương nhưng các bác sĩ không biết bệnh gì, chỉ cho uống thuốc giảm đau và đoán là thần kinh bị hư nên để nghị mổ. Sau khi cạo gió hai cánh tay và lưng xong là hết đau nhức và hai tay cử động bình thường ngay lập tức. Một người khác nữa bị đau đầu gối 3 tháng, đi khám các bác sĩ, chiếu điện nhiều lần cũng như uống nhiều thứ thuốc, mà không hết đau nhức. Bác sĩ nói thần kinh bị hư, phải mổ. Cạo gió mấy phút là hết đau nhức ngay.

Thế mới biết rất nhiều trường hợp đau nhức là do cảm lạnh. Vì vậy trước khi đi bác sĩ hay vào nhà thương, chúng ta nên áp dụng cách chữa bệnh của ông bà cha mẹ, vừa dễ dàng, vừa rẻ tiền lại rất khoa học và công hiệu tức khắc, giúp giữ gìn sức khỏe và nhất là khỏi bị tàn tật oan.

Roma 9-1-2011

**LM Giuse Hoàng Minh Thắng Roma**