

# "Nam Dược Trị Nam Nhân" và Y Học Hiện Đại



1

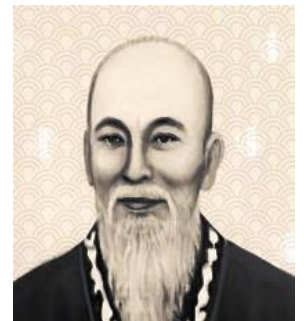
Ngày tôi lên 5, lên 10 (khoảng những năm 1965 - 1970 của thế kỷ trước), mỗi khi tôi bệnh, cha tôi (vốn là người có chữ nghĩa thánh hiền nên biết chút ít y, lý, số) lại ân cần sờ trán, cầm tay tôi. Người hỏi : Con thèm (muốn) ăn gì, thầy (cha) bảo bu (mẹ) đi chợ mua cho con ăn! Nghe cha nói thì tôi biết là mình vì bệnh mà được chiều chuộng, an ủi vậy thôi chứ thâm tâm thật sự lo lắng, hoang mang và cũng không biết mình thích ăn gì ngoài đũa (khúc) mía, cái bánh đa nướng hay thanh kẹo lạc, kẹo bột tằm vùng (thời ấy, cái nghèo ở nông thôn quê tôi nó thế). Thịt (heo), dĩ nhiên là thích, nhưng chợ búa, chợ phiên, kể cả chợ huyện cũng làm gì có thịt mà mua. Còn tiền bạc nữa? Thời bấy giờ, chưa có ngày 30.4 thì quê tôi, ngoài Tết Nguyên đán, chỉ Tết Độc lập mừng 2.9, rằm tháng bảy,... xã mới tổ chức giết mổ heo, bán giá phân phối cho các hộ gia đình năm ba lạng đến một kg thịt, tùy theo nhân khẩu.

2

Sau này tôi mới biết, nho học ngày xưa, đến một trình độ nào đó thì khóa sinh như cha tôi biết thêm y (bốc thuốc, chữa bệnh), lý (coi thế đất, phong thủy, xây cất nhà cửa, mồ mả), số (tử vi, bói toán). Liên quan đến y, cha tôi bảo rằng, cơ thể con người thiếu (trầm trọng) chất gì thì dễ gây ra bệnh nấy. Vì thiếu chất nên cơ thể, tức "ngũ phủ lục tạng" (1) nó đòi hỏi, sinh ra thèm, khát. Cho nên, người bệnh thèm ăn uống gì thì cho ăn uống thứ nấy sẽ khỏi bệnh hoặc bồi bổ dinh dưỡng bệnh sẽ mau lành. Còn như những bệnh cần mổ xẻ (phẫu thuật) như đau ruột thừa thì đành bó tay, kêu bằng đau hắc loạn!

3

Tất nhiên, y học hiện đại ngày càng tiến bộ. Tây y, thuốc tây dần chiếm thế thượng phong trong khám & chữa bệnh, nhất là các bệnh viêm nhiễm và nan y. Đông y nép về, nhưng không vì thế mà bỏ qua khi người ta mắc các bệnh thông thường (do lao động cực nhọc, đói khát, cảm mạo, gió máy, giá sương). Lại càng không nên bỏ qua câu "Nam dược trị Nam nhân" - (Người Nam dùng thuốc Nam) của **Tuệ Tĩnh Thiên sư** (2).



4

Lại nói thời nay, khoa học y - dược phát triển từng ngày. Sinh viên trường y - dược là những bác sĩ, dược sĩ tương lai đều được tuyển chọn từ những cá nhân xuất sắc; điểm chuẩn đầu vào rất cao, đòi hỏi yêu nghề và y đức, hạnh kiểm tốt. Tôi khám phục đội ngũ bác sĩ trẻ trung rất giỏi chuyên môn, dù chỉ ở bệnh viện tuyến Quận. Chính họ đã khám và điều trị thành công chứng viêm tiền liệt tuyến của tôi cùng với những căn bệnh viêm nhiễm khác. Có lần tôi tâm sự, chú mới bước vào tuổi 70 mà nhiều bệnh quá. Ra vào viện, biết (mặt) muốn hết các bác sĩ và nhân viên phục vụ nơi đây. Thật sự, mỗi lần đi khám, cũng ngại...! Câu trả lời của các bác sĩ trẻ là, chú có bệnh thì chúng con có trách nhiệm khám và điều trị. Tại sao chú phải ngại!? Mười lần như một, cấp phát thuốc theo BHYT xong, đều đặn chế độ ăn uống đầy đủ, hợp lý dinh dưỡng, nghỉ ngơi, hẹn tái

khám,... rất tỷ mỉ, rõ ràng, chu đáo. Quả thật, khổ vì gặp thầy gặp thuốc và không thể bỏ qua yếu tố khuyến khích tinh thần.

## 5

Tôi khá ngạc nhiên và ái ngại khi nhìn thấy nhiều người bệnh mà tôi gặp chỉ vì tiểu đường mà kiêng cơm, thịt, cá, trứng, rau đậu quá mức, để cơ thể suy kiệt, tinh thần u ám, héo hon. Tôi thầm nghĩ, có khi người ta không chết vì tiểu đường mà chết vì suy dinh dưỡng. Trong những trường hợp như thế, tôi thường khuyên họ gặp bác sĩ ngay. Nếu tôi không nhầm thì ở các nước phát triển, các bệnh viện lớn,... đều có bác sĩ chuyên khoa về dinh dưỡng. Thức ăn, đồ uống đủ thứ quanh ta hàng ngày từ thịt cá, đậu bắp, rau củ, củ quả suy cho cùng cũng là Nam dược (thuốc Nam). Sao không kết hợp cổ kim, tận dụng thuốc Nam chữa trị cho người Nam theo chỉ dẫn của bác sĩ, nhất là bác sĩ dinh dưỡng?!

### **Ngoài lề:**

Chung quy lại, nếu ta đưa lương thực, thực phẩm và cả không khí, âm thanh, ánh sáng độc hại [rau hai lòng, heo gà hai chuồng, cá tôm hai lồng, karaoke (gây ồn) tia sáng phản chiếu từ nhà kính v...v... và v...v... vào cơ thể thì khác nào mở cửa cho độc dược tích tụ, huỷ hoại ngũ phủ lục tạng (?!). Thế thì đừng hỏi tại sao chi phí y tế tăng vọt mà vẫn chết vì ung thư, bệnh lạ ngày càng tăng kỷ lục!

...

\*\*\*

### **Ghi chú :**

(1) - Thuật ngữ “Lục phủ ngũ tạng” chỉ các cơ quan bên trong cơ thể. Các cơ quan này hoạt động thống nhất với nhau tạo thành một thể hoàn chỉnh giúp nuôi dưỡng cơ thể lớn lên và giúp cơ thể khỏe mạnh, phòng tránh bệnh tật.

(2)- Tuệ Tĩnh Thiền sư (1330 - 1400) là một lương y sống ở giai đoạn cuối thời Trần. Ông được hậu thế suy tôn là tiên thánh của ngành thuốc Nam. Người có ảnh hưởng lớn đến Hải Thượng Lãn Ông (1720 - 1791) - Lê Hữu Trác - một lang y, được coi là ông tổ của ngành y học cổ truyền Việt.