

## Các toa rượu thuốc cho đàn ông

### Lương y Vũ Quốc Trung

#### Có hay không rượu thuốc trường thọ mỹ dung?

Đông y cho rằng bản thân rượu là thuốc rồi có thể trị bệnh, thông kinh hoạt mạch dưỡng vị sinh tinh. Rượu thuốc trong cuốn sách Trung dược phương tế học còn gọi là tửu tế (thang thuốc ngâm rượu) hay còn gọi dược tửu. Ngày xuân xin giới thiệu cùng bạn đọc những thang rượu thuốc độc đáo bổ thận tráng dương, ích thọ sinh tinh.

#### Mạch môn: Rượu thuốc giữ gìn dung nhan tươi nhuận:

##### Vật Liệu:

- \* Bạch phục linh 25g,
- \* cam cúc hoa 2g,
- \* thạch xương bồ 25g,
- \* thiên môn đông 25g,
- \* bạch truật 25g,
- \* hoàng tinh 25g,
- \* sinh địa hoàng 25g,
- \* nhân sâm 25g,
- \* nhục quế 15g,
- \* ngũ tử 15g,
- \* rượu trắng 50° 500ml.

##### Cách pha :

Giã vụn 10 vị thuốc trên, cho vào túi vải, buộc túm đầu túi, đựng trong bình thủy tinh rồi đổ rượu vào ngâm, bịt kín miệng bình trong 7 ngày, sau đó bỏ túi bã thuốc ra là có rượu thuốc. Rượu này có tác dụng bổ hư tổn, khoẻ thể lực, sáng nước da, giữ cho dung nhan luôn tươi nhuận, nam giới và phụ nữ đều uống được. Uống nóng khi đói, ngày uống 2 lần, mỗi lần 15ml.

#### Rượu thuốc giữ râu tóc đen, trường thọ

##### Vật Liệu:

- \* Hà thủ hô đỏ 250g,
- \* hà thủ ô trắng 250g,
- \* sinh địa 60g,
- \* hồ đào nhục 45g,
- \* đường quy 30g,
- \* liên nhục 45g,
- \* câu kỷ tử 30g,
- \* táo tàu 50g,
- \* mạch môn đông 15g,
- \* mật ong 50ml. Rượu trắng 40° 3 lít.

##### Cách pha :

Tán vụn tất cả các vị thuốc, cho vào túi vải, buộc kín, cho vào bình thủy tinh (hoặc sứ), rót rượu vào, nút kín bình, mỗi ngày lắc bình vài lần. Ngâm 14 ngày rồi loại bỏ bã, cho mật ong vào là được. Rượu thuốc này có tác dụng bổ tinh ích khí, đen râu tóc, kéo dài tuổi thọ, tăng cường độ dẻo dai. Ngày uống 2 lần, mỗi lần 20ml.

#### Rượu hoàn đồng: (Làm trẻ lại cơ thể).

##### Vật Liệu:

- \*Thục địa 16g,
- \* mạch môn đông 12g,
- \* thương truật 12g,
- \* xuyên khung 12g,
- \* tục đoạn 12g,
- \* đan bì 12g,

- \* khương hoạt 10g,
- \* tiểu hồi hương 10g,
- \* nhục quế 6g,
- \* tần giao 12g,
- \* sinh địa 16g,
- \* ngưu tất 10g,

- \* trần bì 10g,
- \* câu kỷ tử 12g,
- \* mộc qua 12g,
- \* độc hoạt 10g,
- \* ô dước 10g,
- \* rượu trắng 40° 1,5 lít.

### Cách pha :

Tán vụn tất cả các vị thuốc trên cho vào túi vải buộc kín đầu, cho vào bình đổ rượu vào ngâm, sau 14 ngày bỏ bã là dùng được.

Rượu thuốc này có tác dụng bổ sung tinh, bổ tủy, khỏe mạnh gân cốt, trừ phong, hoạt lạc, đại bổ nguyên khí, cải lão hoàn đồng (làm trẻ trung lại cơ thể). Ngày uống 2 lần mỗi lần 15ml trước bữa ăn 30 phút.

## Rượu nhất dạ lục giao sinh ngũ tử

### Vật Liệu:

- \* Bạch thược 12g,
- \* đại hồi 4g,
- \* sa sâm 12g,
- \* bạch truật 12g,
- \* đương quy 20g,
- \* tần giao 10g,
- \* cam thảo 4g,
- \* khương hoạt 12g,
- \* thực địa 20g,
- \* đại táo 10 quả,
- \* kỷ tử 8g,
- \* thương truật 12g,

- \* đào nhân 8g,
- \* mộc qua 12g,
- \* trần bì 8g,
- \* đỗ trọng 16g,
- \* nhục quế 4g,
- \* tục đoạn 16g,
- \* độc hoạt 12g,
- \* phòng phong 12g,
- \* xuyên khung 8g,
- \* phục linh 12g.
- \* Rượu trắng 40° 2 lít.

### Cách pha :

Tán nhỏ tất cả các vị thuốc cho vào túi vải thưa, buộc kín lại cho vào bình rồi đổ rượu vào ngâm trong 10 ngày, chắt lấy rượu cho thêm 300ml mật ong lắc đều. Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 20ml.

Rượu thuốc này có tác dụng đại bổ khí huyết, tăng tuổi thọ, tăng thể lực, mạnh sinh lý, ngăn ngừa bệnh tật, nhất là cho người yếu sinh lý, bất lực, vì thế rượu này có tên "Nhất dạ lục giao sinh ngũ tử" (một đêm sinh hoạt 6 lần, sinh được 5 con).

## Kỷ tử. :Nhất dạ tứ tử thang

### Vật Liệu:

- \*Cam cúc hoa 12g,
- \* hồng sâm 20g,
- \* táo nhân 12g,
- \* câu kỷ tử 20g,
- \* ngưu tất 16g,
- \* tân ngâm ngọc 12g,
- \* cốt toái bổ 8g,
- \* nhân sâm 20g,
- \* thạch斛 16g,
- \* đại táo 10 quả,

- \* nhục thung dung 12g,
- \* thực địa 20g,
- \* đan sâm 12g,
- \* quảng bì 8g,
- \* tục đoạn 10g,
- \* đỗ trọng 16g,
- \* đương quy 20g,
- \* xuyên khung 8g,
- \* hoàng kỳ 20g,
- \* sinh địa 20g,

\* rượu trắng 40° 2 lít.

**Cách pha :** Tán nhỏ tất cả các vị thuốc trên bọc vào túi vải, buộc kín đầu, cho vào bình rồi đổ rượu vào ngâm trong 14 ngày. Mỗi ngày uống 2 lần, mỗi lần 20ml. Rượu thuốc này có tác dụng sinh tinh, ích tủy, mạnh gân cốt, bổ thận tráng dương, \* mạnh sinh lý. Có tác dụng với người cơ thể yếu mệt, mỏi gối, đau lưng, \* di tinh, hoạt tinh, dương suy...

## Minh Mạng tửu

### Vật Liệu:

\*Thục địa 20g,  
\* đỗ trọng 20g,  
\* nhân sâm 15g,  
\* kỷ tử 20g,  
\* sa sàng tử 5g,  
\* xa tiền tử 15g,  
\* đại táo 20g,  
\* phá cố chi 10g,  
\* ngũ vị tử 15g,  
\* viễn chí 10g,

\* hoài sơn 20g,  
\* dâm dương hoắc 20g,  
\* nhục thung dung 20g,  
\* đương quy 20g,  
\* cúc hoa 10g,  
\* long nhãn 10g,  
\* táo nhân 10g,  
\* liên nhục 20g,  
\* rượu trắng 40° 3 lít.

### Cách pha :

Tất cả 21 vị thuốc tán nhỏ cho vào túi vải thưa buộc kín đầu, cho vào bình, đổ rượu vào ngâm trong 21 ngày, chắt ra uống ngày 2 lần, mỗi lần 20ml.

Minh Mạng tửu có tác dụng đại bổ khí huyết, đại bổ thần kinh và các tạng phủ, nhất là bổ can thận, tráng dương, dùng cho người cơ thể suy nhược, nhất là người già yếu, yếu sinh lý, dùng chữa các bệnh dương suy, đau lưng, mỏi gối...

Những điều cần chú ý khi uống rượu thuốc

Người xưa dạy rằng: "Nước tãi thuyền, nước lại dìm thuyền". Uống rượu quá mức sẽ hại cho gan, tim, tổn thương hệ thống thần kinh, gây ra nhiều loại bệnh tật, hơn nữa có thể rút ngắn thọ mệnh (đoản thọ) của con người chứ không phải trường thọ nữa.

*Lương y Vũ Quốc Trung*