**Sự thật 7 tác dụng của cây ngũ gia bì**

**Giúp cơ thể nhanh chóng khỏe mạnh, có tác dụng an thần, chống viêm, giãn mạch giúp thúc đẩu quá trình lưu thông máu, cải thiện hệ thống miễn dịch, chống ung thư, hỗ trợ điều trị chứng ho có đờm chính là 7 tác dụng của cây ngũ gia bì mang lại, khi sử dụng với vai trò là một loai thuốc.**



**Mô ta cây ngũ gia bì**

* Tên khác: Ngũ gia bì chân chim, Cây đáng, Cây lằng
* Tên khoa học: Schefflera Octophylla (Lour.) Harms Cây Men – Mosla Dianthera
* Chi Chân Chim (Schefflera), Loài S. Heptaphylla, Bộ: Hoa Tán (Apiales)
* Họ Ngũ Gia Bì (Araliaceae)
* Cây ngũ gia bì là cây thuốc nam quý, cây cao 2-8 m.
* Lá kép hình chân vịt, mọc so le, có 6-8 lá chét hình trứng.
* Cụm hoa mọc thành chùm tán, hoa nhỏ màu trắng.
* Quả mọng hình cầu, đường kính 3-4 mm, khi chín có màu tím đen, trong có 6-8 hạt.
* Cây mọc nhiều ở các tỉnh phía Bắc, miền Trung và có nhiều ở dãy Nam Trường Sơn. Ngay cả vùng đồng bằng cũng trồng tốt. xem thêm: [đầm dự tiệc cho người mập](http://quanaobigsize.net/top-10-mau-dam-du-tiec-danh-cho-nguoi-map-dep-nhat-nam-2016.html) và [Đầm Big Size tphcm](http://quanaobigsize.net/dam-big-size.html)
* Gần đây, ngũ gia bì chân chim được xem là cây cảnh đẹp thuộc loại cao cấp, đắt tiền.
* Cách chế biến và thu hái: Cách chế biến đơn giản nhất là rửa sạch đất cát, bóc lấy vỏ hoặc thái mỏng nếu lá rễ nhỏ, rồi phơi hoặc sao khô.

**Bộ phận dùng của cây ngũ gia bì**

* Điểm đặc biệt của Ngũ gia bì, chân chim là không sử dụng toàn bộ thân làm thuốc, mà chỉ dùng vỏ của thân, vỏ của rễ và rễ nhỏ để dùng làm thuốc
* Ngoài ra lá cũng được dùng làm thuốc điều trị sưng đau.
* Cách dùng: Bóc vỏ, rửa sạch, phơi khô trong râm. Dùng sống hoặc rửa rượu rồi sao (Đông Dược Học Thiết Yếu).
* Thành phần hoá học: Vỏ thân chứa 0,9-1% tinh dầu; vỏ cành và vỏ rễ chứa saponin triterpen khi thuỷ phân cho acid oleanic.

**7 tác dụng của cây ngũ gia bì**

Có tác dụng chống mệt mỏi tốt hơn Nhân sâm:

* Có tác dụng tăng sức chịu đựng đối với thiếu oxy, nhiệt độ cao, điều tiết nội tiết rối loạn, điều tiết hồng bạch cầu và huyết áp, chống phóng xạ, giải độc.
* Thuốc có tác dụng chống lão suy, tăng thể lực và trí lực, tăng chức năng tuyến sinh dục và quá trình đồng hóa, gia tăng quá trình chuyển hóa và xúc tiến tổ chức tái sinh.

Có tác dụng an thần:

* Điều tiết sự cân bằng giữa 2 quá trình ức chế và hưng phấn của trung khu thần kinh.
* Tác dụng hưng phấn của thuốc không làm ảnh hưởng giấc ngủ bình thường.

Có tác dụng tăng cường miễn dịch của cơ thể:

* Tăng khả năng thực bào của hệ tế bào nội bì võng, tăng nhanh sự hình thành kháng thể, làm tăng trọng lượng của lách.
* Bên cạnh đó, những hoạt chất có trong cây ngũ gia bì còn có tác dụng kháng virus, kháng tế bào ung thư, điều chỉnh miễn dịch.

Những tác dụng khác của cây ngũ gia bì:

* Cây ngũ gi bì có tác dụng kháng viêm, cả đối với viêm cấp và mạn tính.
* Cây ngũ gia bì  có tác dụng giãn mạch làm tăng lưu lượng máu động mạch vành và hạ huyết áp.
* Cây ngũ gia bì có long đờm, cầm ho và làm giảm cơn ho suyễn.
* Cây ngũ gia bì có tác dụng chống ung thư.

**Những bài thuốc ứng dụng từ cây ngũ gia bì**

Dưới đây là những những bài thuốc chữa bệnh được ứng dụng từ cây ngũ gia bì. Mời bạn cùng tham khảo để có thể sử dụng trong những trường hợp cần thiết sau này:

Chữa phong thấp đau nhức xương, giúp ăn ngủ ngon, tăng lực:

* Bột ngũ gia bì 100g ngâm trong 1.000ml rượu, hàng ngày uống 2 lần, mỗi lần 20ml.

Cách làm rượu ngũ gia bì:

* Vỏ rễ ngũ gia bì cạo sạch lớp bẩn dính bên ngoài
* Rửa sạch, thái nhỏ, phơi khô, sao vàng, xay tán thành bột.
* Cứ 100g bột ngũ gia bì cho 1 lít rượu gạo 45 độ, ngâm trong 10 ngày, lắc đều trước khi uống, uống mỗi lần 20ml trước mỗi bữa cơm trưa và chiều.
* Hoặc ngũ gia bì, mộc qua, tùng tiết, mỗi vị 120g, tán bột mịn, mỗi ngày uống 3 – 4g, ngày 2 lần.

Trị bệnh cước khí chân tay sưng đau:

* Các vị thuốc cần chuẩn bị: Vỏ rễ cây ngũ gia bì, lõi thông, hạt cau, củ gấu, tía tô, chỉ xác, ké đầu ngựa mỗi vị 8-16g
* Cách thực hiện và sử dụng: Sắc uống 3 lần trong ngày, uống đến khi khỏi bệnh.

Chữa lở ngứa eczema

* Các vị thuốc cần chuẩn bị: Lá ngũ gia bì, bạch chỉ, hy thiêm thảo (cây cỏ dĩ), rễ gấc, tỳ giải, thổ phục linh các vị bằng nhau: 20g.
* Hướng dẫn thực hiện và sử dụng: Sắc uống ngày một thang. Uống ngày 2 lần vào sáng và tối. Uống trong 7 ngày.

Chữa huyết áp thấp

* Dùng viên ngũ gia bì, mỗi lần uống 5 viên, ngày 3 lần, 20 ngày là một liệu trình.

Người mệt mỏi, cảm sốt ra nhiều mồ hôi:

* Các vị thuốc cần chuẩn bị: Ngũ gia bì, mẫu đơn bì, xích thược, đương quy mỗi vị 40g.
* Hướng dẫn thực hiện và sử dụng: Sao vàng tán nhỏ, ngày uống 2 lần, mỗi lần 4g.

Chữa sổ mũi, đau họng:

* Các vị thuốc cần chuẩn bị: Rễ ngũ gia bì 15g, cúc hoa vàng (toàn cây) 35.
* Hướng dẫn cách thực hiện và sử dụng: Tiến hành sắc uống và uống trong 3-5 ngày.

Với **7 [tác dụng của cây ngũ gia bì](http://tacdungcuacay.com/p/7-tac-dung-cua-cay-ngu-gia-bi.html)** trên đây, thì đây quả thực là vị thuốc nam vô cùng quý giá, trong việc sử dụng thành những bài thuốc để điều trị những chứng bệnh mà chúng ta thường hay gặp phải.