

5 cây thuốc quý dễ trồng trong vườn nhà

Ngay trong khu vườn nhà bạn cũng có thể trồng những cây thuốc có tác dụng chữa trị nhiều bệnh khiến bạn ngạc nhiên.

1. Lô hội

Lô hội có tất cả gần 300 loài trên thế giới với những tên gọi khác nhau. Ở nước ta, cây lô hội có thể trồng được ở nhiều nơi, nhưng sinh trưởng và phát triển tốt ở những khu vực có số ngày nắng trong năm cao.



Cách trồng:

Lô hội thích hợp trồng tại nhà trong từng chậu riêng biệt. Loại cây này phát triển trong điều kiện khô, ẩm thoát nước tốt. Khi trồng chú ý để mầm cây con nhô khỏi mặt đất để không bị úng thối cây khi tưới nước, giữ cho cây thẳng đứng rễ phủ đều rồi lấp đất chặt gốc, nếu đất quá khô cần tưới nước cho đủ ẩm rồi mới trồng. Cây lô hội trưởng thành sẽ sinh sôi nảy nở rất nhanh chóng. Các cây non sẽ dần xuất hiện quanh phần gốc và cặp lá đầu tiên cao khoảng 5 - 7cm có thể tách riêng ra để trồng vào các chậu con.

Công dụng:

Lô hội là cây thảo sống nhiều năm. Những chiếc lá màu xanh lục dày, mẫm, mép dày, có răng cưa thô. Nhựa lô hội có tác dụng chữa bệnh và giảm nguy cơ nhiễm trùng.

Mặc dù có vị đắng nhưng lô hội ăn được nên ngoài việc sử dụng chữa các bệnh ngoài da thì nó còn được dùng để điều trị viêm loét đại tràng, táo bón mãn tính, chán ăn, các vấn đề tiêu hóa... bằng cách uống nước ép lô hội.

2. Cây thực quỳ

Thục quỳ mọc hoang sơ bên đồi, triền núi, nơi hàng rào, bên các con đường cong cong, lối đi hướng ra ngoại ô thành phố. Ở Việt Nam, thục quỳ thường ra hoa vào mùa đông do đó cũng hay được trồng làm cảnh vào dịp Tết nguyên đán.



Cách trồng:

Thục quỳ là loại cây ưa sáng, ưa đất màu tơi xốp, chịu được rét, khô, dễ trồng và thích hợp trồng trong chậu. Khi trồng Thục quỳ trong chậu cần tiến hành xử lý để cây mọc thấp. Phải nên chú ý bọc rễ và ngắt ngọn để tránh kích thích cây đẻ nhánh.

Công dụng:

Cây thục quỳ có tác dụng chữa bệnh từ gốc đến ngọn. Để làm thuốc, thu hái hoa vào cuối vụ khi hoa đã nở to, phơi khô trong râm. Hạt thu hái vào mùa hè, phơi khô. Rễ thu hái vào mùa thu - đông, rửa sạch, phơi khô.

Theo y học cổ truyền, hoa giúp điều kinh, giải độc. Hạt có tác dụng lợi niệu, thông đại tiện, hạ nhiệt. Rễ cây được dùng để điều trị viêm và kích thích thích nước tiểu, chống axit dạ dày dư thừa, chống loét dạ dày tá tràng, viêm dạ dày. Ngoài ra, gốc thục quỳ còn có tác dụng trị đau cơ bắp, bong gân, viêm da, côn trùng cắn... Phần lá của cây thục quỳ có thể được thêm vào món salad, luộc, chiên để tăng khả năng chữa bệnh viêm bàng quang và đi tiểu thường xuyên.

3. Cúc vạn thọ

Cúc Vạn Thọ là cây thân thảo mọc đứng, phân nhánh thành bụi. Hoa cúc vạn thọ chỉ cao chừng 20cm nên rất được ưa chuộng và được trồng phổ biến ở Việt Nam dùng để trang trí sân vườn, làm cây cảnh, phục vụ cúng, lễ và trưng bày trong dịp Tết Nguyên đán.



Cách trồng

Cúc Vạn Thọ hợp với thời tiết mùa thu đông ở miền Bắc - khoảng 15°C. Cúc Vạn Thọ phát triển ở hầu hết các điều kiện đất đai miễn đó là vùng đất ẩm ướt. Để trồng cúc vạn thọ, gia đình nên chọn loại đất mùn giàu dinh dưỡng, thoát nước tốt. Cúc ưa ẩm nhưng dễ bị úng rễ nếu bị sũng nước trong dài ngày. Hiện nay, trên thị trường có thể chọn 2 giống chủ yếu là vạn thọ lùn và vạn thọ cao. Vạn thọ lùn có thể trồng quanh năm, thích nghi rộng. Vạn thọ cao rất thích hợp trong Tết Nguyên đán.

Công dụng

Cúc vạn thọ được biết đến với tác dụng khắc phục các vấn đề về da như bong gân, đau mắt, côn trùng đốt,... Ngoài ra vạn thọ còn có tác dụng xua đuổi côn trùng có hại, dùng lá để chữa bệnh nấc cụt hoặc điều trị sốt và nhiễm trùng mãn tính.

4. Cây rau má

Cây rau má có thân nhẵn, mọc bò lan trên mặt đất, có rễ ở các mấu. Trong các gia đình, rau má thường được ưa trồng vì mọc nhanh, khỏe và thích hợp gieo trong thùng xốp.



Cách trồng

Rau má rất dễ trồng, mau thu hoạch. Trồng rau má chỉ cần lên luống như lgieo rau cải sau đó cấy giống một lần. Công việc còn lại là bón phân vô cơ, làm cỏ, và tưới nước mỗi ngày 2 lần vào buổi sáng và buổi chiều cho cây rau đủ độ ẩm để phát triển

Công dụng

Cây rau má có tác dụng chữa lành vết thương, tăng kích thích của các chất béo và protein cần thiết cho làn da khỏe mạnh. Ngoài ra, cây rau má còn dùng để điều trị suy tĩnh mạch, tăng khả năng tập trung,...

5. Khoai lang

Khoai lang là thực phẩm phổ biến, hữu ích cho sức khỏe con người do chứa nhiều chất xơ, carotene, các vitamin và chất chống oxy hóa... Nhờ những công dụng hữu ích tuyệt vời, cùng cách trồng "Thạch Sanh" dễ dàng từ củ, khoai lang là một trong những loại rau củ được chị em yêu thích trồng trong vườn nhà.



Cách trồng:

Trồng khoai lang từ củ khá dễ dàng và có thể thu hoạch được cả lá, cả củ. Thả nửa củ khoai vào trong cốc nước sạch sao cho 1/2 củ chìm trong nước và phần còn lại nổi lên trên, tiếp xúc với ánh sáng. Lúc này, mỗi nửa củ có thể mọc đến 50 mầm và tất cả số mầm đó đều có thể trồng thành cây khoai lang. Sau khi mầm non đã mọc tầm 12 cm là có thể tách rời khỏi bề mặt củ khoai lang và bắt đầu phát triển thành cây con. Sau khoảng 3 tháng trồng mầm xuống đất ở nơi nhiều nắng, khoai lang sẽ cho củ đủ lớn để thu hoạch, trong lúc đó gia đình vẫn có thể ngắt lá để ăn dần.

Công dụng:

Khoai lang có vị ngọt nhưng không làm tăng lượng đường huyết, mệt mỏi hay tăng cân. Đường tự nhiên trong khoai lang sẽ từ từ thẩm thấu vào máu, giúp cân bằng nguồn năng lượng cho cơ thể. Hơn nữa, nó còn có tác dụng chống mệt mỏi, chán ăn, tiêu hóa kém, tiêu chảy mãn tính, suyễn, ho khô, bệnh tiểu đường,... Lá của khoai lang dùng để trị vết rạn da, vết đốt bọ cạp.