

Rễ đinh lăng (củ đinh lăng) là vị thuốc quý, thuộc họ hàng với nhân sâm, thậm chí còn được ca ngợi bổ hơn nhân sâm. Rễ đinh lăng ngâm rượu, nấu nước uống được cho là có công dụng trị thiếu máu, giúp tăng cân, bồi bổ sức khỏe rất hiệu quả. Sự thật rễ đinh lăng có tác dụng gì? Có thật sự tốt như lời đồn thổi hay không?

Rễ đinh lăng Tìm hiểu về rễ (củ) cây đinh lăng – Vị thuốc bổ hơn nhân sâm

Rễ đinh lăng là phần rễ của cây đinh lăng, có dạng củ, tên khoa học là *Polyscias fruticosa* L.

Cây đinh lăng còn được gọi là cây gỏi cá hay nam dương sâm, thuộc họ Ngũ gia bì (*Araliaceae*). Thân cây nhỏ, chiều cao trung bình chỉ 1 – 2m và không có gai.

Rễ này được thu hoạch vào mùa đông. Người ta sẽ chọn rễ của những cây 4, 5 tuổi trở lên để làm thuốc, vì thời điểm này rễ chứa nhiều hoạt chất nhất.

Củ đinh lăng 20 năm

Sau khi đào đem về rửa sạch, cắt bỏ phần sát với gốc thân. Nếu rễ to, chắc khỏe, người ta thường điều khắc thành nhiều hình thù, sau đó ngâm rượu vừa chưng, vừa uống. Nếu rễ nhỏ, đem thái lát, phơi khô dùng dần. Nên chọn rễ đinh lăng lá nhỏ vì loại này tốt hơn lá lớn.

Bên cạnh đó, lá đinh lăng cũng có nhiều tác dụng hữu ích trong đời sống, đặc biệt là đối với phụ nữ sau sinh và trẻ nhỏ, mời bạn tham khảo bài viết về lá đinh lăng để tìm hiểu thêm.

Sự thật không ngờ về “thần dược” rễ đinh lăng

Củ đinh lăng được cổ nhân ví như nhân sâm của người nghèo, bởi nó rẻ, thông dụng và phù hợp với mọi đối tượng. Đặc biệt tốt cho người thiếu máu, thể lực kém, hay mắc bệnh vặt.

Gặp một thầy thuốc người Hoa họ Lý trên đường An Dương Vương (quận 5, TpHCM), ông chỉ cho chúng tôi tường tận về công dụng của thảo dược: “Rễ đinh lăng thường để ngâm rượu là hiệu quả nhất, dùng tươi hay khô đều được, nấu uống cũng tốt nhưng không thể sánh bằng ngâm rượu đầu.

Uống rượu đinh lăng vào là thấy người khác hẳn, ngủ dậy 1 đêm sáng ngày dậy thấy tươi tỉnh, khoan khoái kỳ lạ lắm. Nhiều bệnh nhân đến tôi bốc thuốc, uống xong cũng thấy ngỡ ngàng, không hiểu sao thần kỳ như vậy. Đinh lăng là cây trời ban mà, mình phải biết tận dụng thôi”.

Rễ đinh lăng khô

Theo GS. Ngô Ứng Long (Học viện Quân Y Việt Nam), rễ cây đinh lăng chứa rất nhiều vitamin B1, B2, B6, C, hơn 20 acid amin cần thiết cho cơ thể và chất saponin giống như ở nhân sâm. Nó có tác dụng tăng cường sức dẻo dai cũng như khả năng chịu đựng cho bộ đội hành quân. Kết quả nghiên cứu khoa học cho thấy, dung dịch cao chiết xuất từ rễ đinh lăng có khả năng làm tăng biên độ điện thế não, giảm tỷ lệ xuất hiện sóng delta, tăng tỷ lệ phát sóng alpha và beta.

Còn theo TS. Nguyễn Thị Kim Hương (Trung tâm Sâm và Dược liệu TP. HCM), rễ cây chứa nhiều hoạt chất rất tốt cho não bộ, giúp tăng lưu lượng máu lên não, phòng ngừa tai biến mạch máu não, điều trị suy giảm trí nhớ, điều trị rối loạn tuần hoàn não. Bên cạnh đó, dùng đinh lăng có tác dụng chống mệt mỏi, tăng thể lực rất tốt cho nam giới.

Củ cây đinh lăng có thể dùng ở dạng tươi hoặc khô, cao, thuốc bột, thuốc viên, ngâm rượu,... Trong đó, cách ngâm rượu được cho là có thể tận dụng tối đa tác dụng, có thể kết hợp thêm bạch tật lê hoặc sâm cau để nâng cao hiệu quả.

Rễ cây đinh lăng Thành phần dược chất trong rễ đinh lăng

Thành phần dược chất chứa trong rễ đinh lăng bao gồm: glycosid, alkaloid, saponin, tanin, triterpen, vitamin B1, 13 loại acid amin có vai trò thiết yếu đối với cơ thể (systein, lysin, methionin,...) và một số nguyên tố vi lượng khác.

Công dụng của rễ đinh lăng

Rễ đinh lăng có vị ngọt, hơi đắng, tính bình, không độc, có tác dụng bồi bổ khí huyết, thông huyết mạch và nhiều công dụng tuyệt vời khác. Một số tác dụng của rễ đinh lăng có thể kể đến như sau:

- Lợi tiểu, bồi bổ cơ thể suy nhược gây yếu.
- Giảm trương lực cơ tim, giảm huyết áp.
- Giúp tăng cân.
- Tăng cường sức khỏe hô hấp.
- Chống oxy hóa, kích thích miễn dịch.
- Bảo vệ gan.
- Co bóp tử cung nhẹ.
- Tăng sức dẻo dai của cơ thể tương tự như nhân sâm, đương quy, tam thất, ba kích,...
- Rượu đinh lăng giúp bổ thận tráng dương, cải thiện chức năng sinh lý, tăng chất lượng tinh trùng, nâng cao đời sống tình dục của vợ chồng.

Bài thuốc sử dụng đinh lăng trong điều trị bệnh

Chữa đau lưng, mỏi gối: Sử dụng 20 – 30g đinh lăng sắc lấy nước uống. Dùng bài thuốc này 3 lần/ngày. Có thể kết hợp với cây xấu hổ, cam thảo dây và cây cúc tần để nâng cao hiệu quả chữa đau lưng, mỏi gối ở những người mắc bệnh xương khớp.

Hỗ trợ điều trị liệt dương: Chuẩn bị rễ đinh lăng, ý dĩ, hoài sơn, hà thủ ô, hoàng tinh, long nhãn, kỷ tử, cam nếp (mỗi vị 12g); cao ban long, trâu cổ (mỗi vị 8g); sa nhân 6g. Đem tất cả vị thuốc sắc uống 1 thang/ngày.

Chữa bệnh mỏi mệt, suy nhược: Dùng rễ nấu nước uống hàng ngày để tăng thể lực.

Chữa thiếu máu: Đinh lăng lấy rễ, thực địa, hà thủ ô, hoàng tinh (mỗi vị 100g); tam thất bắc 20g. Sau đó, đem các vị thuốc tán thành bột mịn rồi sắc uống 100g/ngày.

Thông tia sữa, căng vú sữa: Đem 30 – 40g củ đinh lăng, sao vàng hạ thổ, sắc với 1,5 lít nước, đến khi cạn còn ½ thì ngưng. Nên uống nước sắc từ rễ cây đinh lăng lúc còn nóng khoảng 2 – 3 ngày. Bài thuốc này được Danh y Hải Thượng Lãn Ông áp dụng cho nhiều phụ nữ giúp thông sữa.

Chữa ho suyễn lâu năm: Sử dụng rễ đinh lăng, tang bạch bì, đậu sắng, tần dày lá, nghệ vàng (mỗi vị 8g), cây bồ công anh 6g, gừng khô 4g. Đem các vị thuốc sắc cùng 900ml nước, đến khi cạn còn ½ thì ngưng, dùng lúc còn nóng. Chia nước sắc ra làm 2 lần uống trong ngày. Kiên trì thực hiện chứng ho suyễn sẽ thuyên giảm đáng kể.

Chữa sốt lâu ngày, nhức đầu, háo khát, ho, đau, tức ngực, nước tiểu vàng: Dùng 30g đinh lăng (rễ, cành); 30g rau má tươi; 30g cam thảo; 20g sài hồ (rễ, lá, cành); 20g chua me đất; 20g lá tre tươi; 10g vỏ quýt (trần bì); 10g lá hoặc vỏ chanh. Đem các vị thuốc cắt nhỏ, đổ ngập nước và sắc đặc lấy 300ml. Sau đó chia ra làm 3 lần uống trong ngày.

Chữa mẩn ngứa do dị ứng: 20g đinh lăng khô thái lát, nấu với 1 lít nước và uống hàng ngày.

Chữa vết thương sưng đau: Giã nhuyễn 40g đinh lăng tươi rồi đắp lên vết thương hay chỗ sưng đau, một thời gian chỗ bị đau sẽ thuyên giảm.

Đối tượng sử dụng rễ đinh lăng là ai?

Rễ đinh lăng (củ đinh lăng) phù hợp cho mọi đối tượng, đặc biệt:

- Người yếu ớt, suy nhược có nhu cầu bồi bổ cơ thể, tăng cường thể lực.
- Người ngồi nhiều hoặc thường xuyên lao động trí óc.
- Người bị mất ngủ, ngủ không ngon giấc.
- Người gặp vấn đề về xương, khớp.
- Nam giới bị yếu sinh lý, xuất tinh sớm, chất lượng tinh trùng kém gây hiếm muộn, khó có con.
- Người mắc các bệnh về gan.
- Người thiếu máu, gầy gò, muốn tăng cân.
- Người bình thường cũng có thể sử dụng để bồi bổ cơ thể, giúp khỏe mạnh hơn.

Một số lưu ý khi sử dụng rễ đinh lăng

Đinh lăng cho nhựa nhiều ở phần vỏ, điều này cũng tương tự như những cây có nhựa mủ khác. Do đó, không nên dùng trực tiếp rễ đinh lăng tươi, nên thái lát, phơi khô để nhựa tiết ra hết.

Hoạt chất saponin trong rễ đinh lăng có thể gây choáng váng, mệt mỏi, tiêu chảy. Vì vậy bạn chỉ nên sử dụng với liều lượng vừa phải, tránh lạm dụng quá mức cần thiết.

Củ đinh lăng 5 năm **Mua rễ đinh lăng ở đâu, giá bán rễ đinh lăng**

Nếu bạn chưa biết mua rễ đinh lăng ở đâu uy tín thì có thể đến với Omega Việt Nam. Chúng tôi Omega Việt Nam tự tin là địa chỉ bán rễ đinh lăng chất lượng nhất TP HCM, dược liệu được thu hái 100% từ củ đinh lăng tự nhiên, tất cả đều tuyển chọn từ những cây trên 4 năm tuổi, đảm bảo được chất cao nhất.

Sản phẩm được cung cấp bởi Omega Việt Nam có mức giá vô cùng hợp lý so với mặt bằng chung trên thị trường. Rễ đinh lăng được thái lát, phơi khô tự nhiên và đóng gói kỹ lưỡng. Bạn hoàn toàn có thể an tâm đặt mua củ đinh lăng tại Omega Việt Nam để bồi bổ sức khỏe.

Thông tin mua hàng:

Omega Việt Nam – Vì sức khỏe cộng đồng

- Địa chỉ: 62/1/28 Trương Công Định, P14, Quận Tân Bình, TP HCM.
- Đặt hàng 0902 743 250.
- Website: FIFA4.NET.
- Giá bán rễ đinh lăng: 350.000 đồng/kg.

Khách hàng sẽ được miễn phí vận chuyển khi mua từ 2kg trở lên (trong khu vực Tp HCM). Đặc biệt, mua 5kg sẽ được tặng thêm 1kg.

Trên đây là toàn bộ những thông tin chia sẻ về rễ đinh lăng mà bạn có thể tham khảo. Nếu có ai đang tìm dược liệu này, bạn hãy chia sẻ bài viết cho họ để giúp đời, giúp người bạn nhé.

Cảm ơn bạn đã theo dõi.

<https://fifa4.net/>

Bài viết [Rễ đinh lăng có tác dụng gì? Công dụng không ngờ từ củ đinh lăng](#) đã xuất hiện đầu tiên vào ngày [FIFA ONLINE 4](#).

Nguồn: FIFA ONLINE 4

<https://fifa4.net/re-dinh-lang-co-tac-dung-gi-cong-dung-khong-ngo-tu-cu-dinh-lang/>

Xem thêm tại:

https://drive.google.com/drive/folders/1-0bVOVvGLHaDfWs3B_LKIlqWNYggo9pF