

Nh₁ng danh t₁ dùng cho t₁a đ₁ c₁a bài vi₁t n₁y đ₁u có cùng chung m₁t đ₁nh nghĩa và ₁ng đ₁ng tùy theo không gian và th₁i gian. Thu₁c B₁c ₁ Vi₁t Nam dùng đ₁ ch₁ các lo₁i thu₁c dùng cây, lá, r₁, c₁, h₁t, v.v., đã đ₁c bi₁n ch₁ do m₁t Đông y sĩ ng₁ i Trung Qu₁c khám b₁nh và cho toa. Còn thu₁c Nam, t₁ng t₁ nh₁ thu₁c B₁c, nh₁ng do m₁t Đông y sĩ ng₁ i Vi₁t Nam đ₁m nh₁n. Các lo₁i cây lá đ₁c bi₁n ch₁ trong thu₁c Nam t₁ng đ₁i đ₁n gi₁n nh₁ ph₁i khô ho₁c s₁y khô, và cân l₁ng cũng không có yêu c₁u chính xác nh₁ m₁t n₁m lá khô, m₁t mu₁ng b₁t r₁ cây,... thay vì m₁t ch₁, ba ly,... nh₁ ₁ thu₁c B₁c.

Ng₁ i đ₁c ch₁n b₁nh sau khi nh₁n thu₁c xong, mang v₁ n₁u trong m₁t cái n₁i đ₁t v₁i (thông th₁ng) ba chén n₁c và đun sôi. Khi n₁c "x₁c" l₁i còn tám phân, b₁nh nhân "ch₁t" n₁c ra, đ₁ ngu₁i và u₁ng. M₁t thang thu₁c có th₁ u₁ng đ₁c nhi₁u l₁n, th₁ng là hai l₁n.

Thu₁c dân t₁c ch₁ đ₁c dân mi₁n Nam nghe đ₁n k₁ t₁ sau 30 tháng t₁ năm 1975 do mi₁n B₁c xâm nh₁p vào. Thu₁c dân t₁c không c₁n có Đông y sĩ ch₁n m₁ch nh₁ thu₁c B₁c và thu₁c Nam. Thu₁c đã đ₁c bào ch₁ s₁n cũng nh₁ đ₁c "nhà n₁c" công b₁ công đ₁ng c₁a t₁ng lo₁i cây, lá, hay c₁,... dùng đ₁ ch₁a tr₁ m₁t b₁nh nào đó. Và dân chúng c₁ th₁ mà dùng, cho dù có hi₁u nghi₁m hay không. N₁u chúng ta đã t₁ng s₁ng trong xã h₁i Vi₁t Nam kho₁ng năm năm đ₁u sau khi n₁c nhà đ₁c "th₁ng nh₁t", ch₁c ai cũng còn nh₁ cây xuyên tâm liên. Th₁c s₁, ng₁ i vi₁t ch₁a t₁ng th₁y cây n₁y cũng nh₁ cung cách ch₁a tr₁ nh₁ th₁ nào, và tr₁ b₁nh gì? Nh₁ng, trong giai đ₁n trên, m₁i l₁n đi khám b₁nh ₁ phòng y t₁ ph₁ng hay xã, đ₁u đ₁c cán b₁ ch₁a tr₁ b₁ng xuyên tâm liên. Ng₁ i vi₁t cũng đã t₁ng nghe nhi₁u câu chuy₁n k₁ thú v₁ xuyên tâm liên do m₁t anh b₁ đ₁i v₁t Tr₁ng s₁n k₁ nh₁ sau: "N₁u v₁ ch₁ng không có con trong m₁t th₁i gian dài, đôi v₁ ch₁ng n₁y s₁ đ₁c cán b₁ h₁ng đ₁n là m₁i khi "ăn n₁m" v₁i nhau, ch₁ c₁n c₁t m₁t dây xuyên tâm liên qua b₁ng ng₁ i v₁. Th₁ là s₁ có con sau đó ngay!".

Còn câu chuy₁n dài đ₁c th₁o ₁ Hoa K₁ th₁ hi₁n "tính khoa h₁c" còn cao h₁n n₁a, nh₁t là trong c₁ng đ₁ng Vi₁t Nam. Các Đông y sĩ ₁ đây, nói chung đ₁u mang (đ₁c mang, hay t₁ mang) nh₁ng danh hi₁u r₁t oai là Bác sĩ Đông y (Oriental Doctor - OD) hay Ti₁n sĩ Đông Y (Ph.D of Oriental Medicine), cũng nh₁ nhi₁u danh x₁ng n₁ khác n₁a. Th₁t ra, ₁ đây cũng căn c₁ vào r₁, thân, c₁, lá, h₁t nh₁ thu₁c B₁c và thu₁c Nam; t₁t c₁ đ₁c ch₁ bi₁n có tính cách hoàn ch₁nh h₁n đ₁c thu₁c B₁c và thu₁c Nam, g₁n gi₁ng nh₁ các lo₁i thu₁c c₁a y khoa hi₁n đ₁i nh₁ đ₁ng b₁t, viên, hay viên b₁c nh₁a, n₁c, hay đ₁ng thu₁c t₁, v.v..

Trong ph₁n trình bày sau đây, chúng tôi s₁ bàn v₁ đ₁nh nghĩa, ngu₁n g₁c, cách dùng và nh₁ng v₁n n₁n có th₁ x₁y ra sau khi dùng thu₁c đ₁c th₁o. Danh t₁ "thu₁c" dùng ₁ đây đ₁ ch₁ t₁t c₁ các lo₁i cây, c₁, r₁, thân, lá, c₁, h₁t,... ch₁ không nói đ₁n nh₁ng hóa ch₁t khác đ₁c gian

th_o ng cho thêm vào đ_o làm tăng m_t vài đ_c tính tr_o li_u mà không c_n l_o tâm đ_n nh_o ng di h_i v_o sau, nh_o arsenic, đ_o ng, chì, th_o y ngân, selenium, th_m chí vàng (gold) n_a.

Ngu_n G_c Và Đ_{nh} Nghĩa Đ_c Th_o

Theo quan đ_o m_a các nhà khoa h_o Hoa K_o, khoa đ_c th_o ch_o có th_o đ_c xem nh_o là m_t ph_o ng cách tr_o li_u b_o túc (complementary therapy), chuyên dùng các lo_i cây hay hóa ch_t ly trích t_o cây. Do đó, đây là m_t ngành y khoa riêng bi_t đ_t tr_o tâm ch_a tr_o b_o ng cây c_o có trong thiên nhiên. Và danh t_o herbalism dùng đ_o ch_o h_o phái dùng cây c_o đ_o tr_o li_u h_o u h_t các b_o nh g_o ng gi_o ng nh_o t_o c_o nh_o ng b_o nh li_t kê trong ngành y khoa hi_n đ_i.

Ngu_n g_c c_a ngành y khoa đ_c th_o đ_c xem nh_o xu_t hi_n t_o khi có s_o hi_n đ_n c_a con ng_o i trên qu_o đ_o a c_o u. Và n_o u đi xa h_o n_o a, ngu_n g_c n_o y đã có tr_o c_o khi loài ng_o i xu_t hi_n (qua s_o ti_n hóa t_o kh_o). Gi_o ng kh_o Chimpanzees đã bi_t ăn m_t lo_i lá cây đ_c bi_t đ_o đ_o t_o các _o u trùng trong bao t_o. Loài nai đã bi_t truy tìm các lá dùng đ_o kích thích tâm th_o n (psycho-active). M_t s_o thú v_t khác cũng đã bi_t tìm đ_n n_o m nh_o penicillin và các lo_i n_o m ch_o ng n_o m (antifungals) đ_o tr_o li_u hay tiêu di_t các lo_i bò chét ngoài da. Sau đó, con ng_o i m_i bi_t áp đ_o ng trong tr_o li_u nh_o nh_o ng li_u thu_c kháng sinh.

Ngành đ_c th_o đúng nghĩa đã góp ph_o n không nh_o vào vi_c tr_o li_u b_o túc và song hành v_o i ngành y khoa hi_n đ_i. Thu_c phi_n (morphine) đ_c trích ly t_o cây thu_c phi_n (poppies), aspirin t_o cây li_u, và digoxin dùng đ_o ch_o a tr_o nh_o p tim đ_o p không đ_o u đ_n t_o cây đuôi ch_o n (foxglove).

Ngành đ_c th_o không ng_o ng _o m_t tr_o li_u t_o ng b_o ph_o n hay t_o ng b_o nh mà còn có "tham v_o ng" ch_o a tr_o toàn c_o th_o con ng_o i, và "khuy_o n kích" c_o th_o t_o "hoàn ch_o nh" hay đ_o u ch_o nh qua thu_c cây c_o. Các nhà chuyên môn c_a ngành n_o y nghĩ r_o ng, nh_o ng hóa ch_t trong m_t t_o p h_o p cây c_o s_o làm cân b_o ng c_o th_o và t_o nên nh_o ng ph_o n _o ng h_o t_o ng đ_o ch_o a tr_o toàn th_o con ng_o i.

Có th_o nói ngành y khoa cây c_o ngày nay phát tri_n r_o t nhanh trên toàn th_o gi_o i. M_o c tiêu th_o _o c tính kho_o ng 23 t_o M_o kim trong năm 2004 căn c_o vào báo cáo c_a cu_o c tri_n lâm qu_o c t_o l_o n th_o hai v_o đ_c th_o. Hi_n t_o i, có kho_o ng 34% ng_o i Hoa K_o l_o n tu_o i đã h_o n m_t l_o n vi_o ng các Bác sĩ Đông y đ_c vào năm 1990.

V_n Đ_o An Toàn C_a D_c Th_o

Có m_t khái ni_m h_t s_c thông th_ong và t_u nguy_n c_a ng_oi đ_i là, d_c th_o nghĩa là cây c_o (herbal), là t_u nhiên (natural), và là an toàn (safe); vì v_y, d_c th_o ao toàn h_n các lo_i thu_c b_ong hóa ch_t hay t_ung h_p hóa ch_t do ngành y d_c khoa hi_n đ_i bào ch_o.

Do có suy nghĩ trên, cho nên m_t s_c ng_oi Hoa K_o và dĩ nhiên, m_t s_c không nh_o ng_oi Vi_t h_i ngo_i v_n th_ong dùng các lo_i thu_c cây c_o trong công vi_c phòng b_onh và tr_o b_onh. Đ_i v_i d_c th_o, các nhà s_n xu_t không c_n ph_i khai báo v_i C_o quan Th_c ph_m và D_c ph_m (FDA) v_c c_o u_c a thu_c, cũng nh_o tính hi_u nghi_m, cùng ph_n ng ph_o, và m_c an toàn c_a thu_c đ_c ch_o. FDA cũng không đòi h_i thông tin c_n đ_c li_t kê trên nhãn hi_u c_a các lo_i thu_c. Do đó, k_t qu_o dù tích c_c hay tiêu c_c, hay nh_ong dài h_n lên c_o th_o hoàn toàn không đ_c bi_t đ_n và cũng không có m_t cu_c nghi_m c_o dài h_n nào đ_o th_m đ_onh m_c an toàn c_a thu_c.

Thí d_o nh_o n_oc trích t_u cây nhàu (gingko biloba) đã đ_c qu_ong cáo r_om r_o trong c_ong đ_ong Vi_t Nam tr_oc đ_oy, và hi_n nay v_n còn lai rai, là có kh_o năng tr_o bá b_onh. Có m_y ai bi_t đ_c, qua nghi_m c_o khoa h_c, ph_n ng c_a thu_c n_y có th_o gây ra hi_n t_ong ch_y máu bên trong c_o th_o, và có th_o gây ra ph_n ng v_i các y_ou t_u làm ch_ong đông máu có s_n trong máu c_a con ng_oi.

M_c dù Lu_t Dietary Supplement Health & Education Act năm 1994 cho phép các lo_i thu_c th_c v_t trên đ_c ghi trong nhãn hi_u h_ong đ_n cách dùng và tính hi_u nghi_m c_a thu_c, nh_ong trên th_c t_u ngoài th_o tr_ong, các nhãn hi_u trên hoàn toàn không ghi rõ v_c cách đ_onh b_onh, ch_a tr_o hay phòng b_onh gì c_o!

Thêm m_t đ_iu n_oa là d_c th_o không b_o đòi h_i ph_i cung c_p t_u lo_i các thành ph_n hóa h_c c_o u_c ra thu_c, cũng nh_o tính tinh khi_t (purity) nh_o các lo_i thu_c dành cho ngành y khoa hi_n đ_i. Do đó hi_u qu_o c_a cùng m_t lo_i thu_c, cùng m_t nhãn hi_u có th_o không gi_ong nhau vì do nh_ong t_p ch_t có trong thu_c thay đ_i trong lúc s_n xu_t nh_o ph_n hoa, ch_t gây đ_ong cho c_o th_o, bào t_u c_a hoa, v.v.. Và t_u lo_i khác bi_t n_y có th_o thay đ_i tính hi_u nghi_m c_a thu_c, đôi khi gây ra nh_ong ph_n ng b_ot lo_i cho b_onh nhân.

Do đó, mặc dù m t s  dược th o c  th  tr  giúp gi i quyết m t s  b nh của con người, nh ng điều đó không có nghĩa là dược th o đ t được m c an toàn. Theo khuy n cáo của ngành y dược khoa t n ti n, ph n đang mang thai không nên dùng dược th o vì c  th  c  ph n  ng b t ng  và c  th  b  tr y thai.

Đ i với các lo i thu c trong ngành dược khoa, dựa vào h a ch t t ng h p hay m t s  trích ly t  cây c , hay n m trong thiên nhiên, nh ng các thu c n y đ  được nghiên cứu k  l  ng, v i c n l  ng chính xác, và được thí nghi m lên th  v t hay con người trong m t thời gian dài trước khi tung ra th  tr  ng. Và dĩ nhiên, những thu c trên cũng c  th  c  những ph n  ng ph  hay ph n  ng khi dùng nhiều lo i thu c khác nhau trong c ng m t th i điểm. Điều này cũng đ  được liệt kê trên nhãn thu c hay được bác sĩ khám bệnh khuy n cáo và lưu ý b nh nh n khi kê toa.

Tuy nhiên, điều trên đ y không xảy ra đ i v i dược th o v  các điều kiện bào ch  thu c. Hi n t i, h u h t các s n phẩm dược th o đ u n m ngo i t m kiểm soát của những luật l  quy định cho ngành y khoa. Điều đó c  nghĩa là không c  g  b o đ m cho s  hi u nghi m c a thu c, cũng nh  thành ph n c n l  ng c a những chất hoá học c u tạo ra thu c. Ngay cả nhà bào ch  thu c cũng không đ t được t nh chính th ng của ngành, m i nhà bào ch  (s n xuất) theo t ng tr  ng ph i dược th o khác nhau. Th  đ  thu c nh u c a nhà bào ch  A s  khác thu c c a c a nhà bào ch  B. M t th  đ  khác đi n hình là n u b n b  b nh v  tim, b  đau ngực do h p t c các đ ng mạch vành tim (angina), cao áp huyết, hay b nh cao  p suất m t (glaucoma), m t s  dược th o dùng đ  tr  liệu các ch ng b nh k  trên s  đ a đ n những ph n  ng c  th  làm ch t người đ i v i b nh nh n b  ti u đ  ng loại I hay b  ch ng phong gi t (epilepsy). Th m n a, các dược th o quảng cáo cho những b  m n kinh nguyệt và hay b  ch ng nóng m t (hot flashes) là các lo i c  và r  c a cây Black Cohosh, Black Snake, Bugwort, Rattle weed. Th c s  n u dùng các lo i dược th o k  trên, các b  c  th  gi m ch ng nóng m t lúc ban đầu những h u qu  s  ph i tr  là m t giá r t đ t, đó là bệnh ung th . Nên nh , n u không dùng thu c chi c , ch ng nóng m t s  bi n m t sau m t thời gian.

T  những nh n đ nh trên, c u h i được đặt ra là, ch ng ta c  nên dùng dược th o không?

Hi u Năng Của Dược Th o

Đ i v i ngành y dược khoa, m t thu c m i s p ra s  ph i được ki m chứng qua nhiều giai đ an nh  v a k  trên, điều đó không những b o đ m được t nh hi u nghi m và an toàn c a thu c, mà c n đi xa h n nữa là liệu thu c m i v a được tung ra th  tr  ng c  an toàn h n (safer), và hi u nghi m h n không khi so sánh với các lo i thu c đ  s n xuất trước kia và c  c ng m t mục

đích trư li u.

Nhng đư i vư i đư c th o, hoàn toàn không có m t nghiê c u nào c mà ch đư a vào c m tính (intuition) nhi u h n. Do đó, nhi u khi b nh nhân ph i tr m t chi phí cao cho đư c th o mà không nh n đư c k t qu trư li u nào c, không k đ n nh ng ph n ng ph có th x y ra.

Đ trư i câu h i trên, quan đ m c a m t s nh à y đư c h c là:

- M t s đư c th o đư c xem nh là m t lo i th c ăn b túc (food additive) nh các lo i sinh t thiên nhiên và vô h i cùng nh ng lo i mu i khoáng, cũng nh không nh h ng và ph n ng ph cho ng i tiêu dùng.

- y ban An toàn Y khoa (Committee on Safety of Medicine) khuy n cáo b nh nhân c n ph i tham kh o v i bác sĩ v các lo i đư c th o đang dùng trư c khi đư c gi i ph u, vì có r t nhi u lo i đư c th o đ ng v i hóa ch t gây mê, ch ng đông máu, và nh ng thu c x đ ng trong và sau khi gi i ph u.

- Còn Vi n Qu c gia Nh ng Nhà S u t m Đư c th o (National Institute of Medical Herbalists) khuy n cáo nh à đư c th o c n ph i theo dõi t ba đ n năm năm nh h ng lên con ng i c a đư c th o đã đư c bào ch trư c khi tung ra th trư ng.

Vì nh ng lý do trên cùng nh ng h n ch thông tin v đư c th o, i khuyên hay nh t cho ng i x đ ng đư c th o là c n ph i tham kh o bác sĩ gia đình và nh ng bác sĩ chuyên môn v đư c th o (herbal practitioner) trư c khi dùng.

Cũng c n nên tham v n nh à đư c th o trư li u đ h có th hi u rõ h n đư u ki n s c kho t ng quát c a b nh nhân, cùng các lo i thu c đã hay đang x đ ng, cu c s ng th ng nh t c a b nh nhân và i ch s v s c kho gia đình. Và sau m t th i gian trư li u b ng đư c th o, b nh nhân c n ph i đ n tham kh o thêm đ có th ch n đ ng đư c nh ng ph n ng ph k p lúc n u có.

Sau cùng, Viện Sức khỏe Quốc gia (National Institute of Health) có một mạng lưới trung tâm nghiên cứu liên quan đến dinh dưỡng cũng cần được tham khảo thêm qua Trung tâm Quốc gia về Y khoa Bổ túc và Thay thế (National Center for Complementary & Alternative Medicine).

Thay Lối Ăn

Ngày hôm nay, ngoài những bữa ăn chính, nhiều người còn phải có thực phẩm bổ sung (dietary supplements) tùy theo điều kiện sức khỏe cá nhân và tình trạng tâm sinh lý. Do đó, việc dùng thực phẩm bổ sung cũng phải giúp một phần nào trong việc trở lại với điều kiện là bình thường cũng như giúp chẩn đoán bệnh và cho thuốc cá nhân rõ căn bệnh và nhu cầu cá nhân phải có thực phẩm bổ sung thêm cho việc trở lại.

Những trên thực tế, nhất là trong công việc ngày nay, việc bổ sung các loại thực phẩm đã trở thành một kỹ năng cần thiết cho rất nhiều người. Ngành thực phẩm này đây hoàn toàn được lập, và hoàn toàn tùy thuộc vào người bào chế (?) và hiểu như những nhà bào chế Việt Nam là những cá nhân hoạt động riêng rẽ, không nơi nào giám sát nơi nào.

Qua truy cập thông tin phát thanh, báo chí, truyền hình, ..., chúng ta hàng ngày nghe ra rất nhiều quảng cáo rất nhiều loại thuốc thực phẩm dùng để trở lại với bình thường khác nhau, cũng như "bá bệnh". Nhiều khi cùng một người dùng thực phẩm, những nhà bào chế đã trình bày những phương pháp khác nhau và lợi ích khác nhau. Chúng ta đừng ngại tìm kiếm thông tin qua các quảng cáo về thuốc như Noni, thuốc cây lô hội, v.v..

Có những nhà bào chế không biết lấy từ nguồn nguyên liệu nào gọi là sản phẩm chứa rồi chia ra thành loại thuốc mang những con số vô tình khác nhau như: 7, 9, 14, 26, v.v., để trở lại bệnh hay bá bệnh. Giả sử như sản phẩm chứa có tính chất trở lại bệnh đúng như quảng cáo, thì người trong chúng ta thì đặt một câu hỏi như cho nhà bào chế này là, làm thế nào để có được những sản phẩm chứa để sản xuất hàng trăm ngàn chai loại thuốc như trên? Nên nhớ, thì ông chủ có một con ong chúa và khả năng của sản phẩm (?) của một con ong chúa không được dưới 0.05 cc, thì những người mua thì biết không. Người Việt không rõ người bào chế như nghĩa của "sản phẩm" như thế nào, những qua tài liệu tham khảo được được, Honey Bee Venom, thì là một loài ong mà có thể trở lại các chứng đau cơ bắp, thì là Fibromyalgia mà thôi!

Cng đng ng i Vi t chúng ta h i ngo i quá d d i đ cho gian th ng l i đng mà không có m t ph n ng nào c . Cng thêm m t s đng bào vì đ tin và nh đ cho nên vô hình chung đã ti p tay cho vi c làm b t chính trên. Thi t nghĩ, ngày hôm nay, đã đ n lúc chúng ta c n góp bàn tay đ làm s ch cng đng, ý th c b n ph n dân s (civic duty) c a chính mình đ ngă đng cho nh ng cung cách làm ă không đng đ n đ c t n t i trong cng đng n a. Nên nh , nh h ng và các ph n ng ph khi dùng hoá ch t không đúng cách có trong d c th o s di n ra sau vài th p niên x đng ch không ph i là m t nh h ng t c kh c.

Mong Quý bà con l u ý đ n nh ng đ i u trình bày trên đây.