

Y HỌC CỔ TRUYỀN TRONG CHĂM SÓC SỨC KHOẺ CỦA NGƯỜI THÁI Ở VÙNG LÒNG HỒ THỦY ĐIỆN SƠN LA (Qua nghiên cứu tại hai xã Chiềng Lao và Mường Trai, huyện Mường La, tỉnh Sơn La)

NGUYỄN BẢO ĐỒNG

1. Đôi nét về y học cổ truyền và thực trạng y tế cơ sở

1.1. Y học cổ truyền

Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) định nghĩa *Sức khỏe* (Health) là một tình trạng thoải mái hoàn toàn về thể chất, tinh thần và xã hội, chứ không chỉ là một tình trạng không có bệnh tật hay tàn tật (World Health Organization, 1994).

Theo WHO, *y học cổ truyền* (Traditional Medicine) bao gồm những thực hành, những nghiên cứu, hiểu biết và tín ngưỡng có liên quan mật thiết với thực vật hoặc động vật; những phương thuốc có nguồn gốc từ các chất khoáng; những liệu pháp tinh thần; những kỹ thuật bằng tay và các bài tập được sử dụng riêng rẽ hoặc cùng nhau để chẩn đoán, điều trị và phòng trừ bệnh tật, duy trì trạng thái khoẻ mạnh của cơ thể.

Trong lịch sử phát triển, loài người không chỉ phát minh một nền y học duy nhất. Cách đây 150 năm, nền y học thực nghiệm ra đời và có xu hướng chống lại các nền y học khác. Tuy vậy, ngày nay người ta đã thừa nhận bên cạnh nền y học thực nghiệm còn có nhiều nền y học cùng tồn tại, trong đó có y học phương Đông. Nếu như nền y học thứ nhất được gọi là nền y học

thực nghiệm, khoa học thì nền y học thứ hai là y học nhân dân, dân tộc, dân gian, cổ truyền, tự nhiên. Ở các quốc gia phát triển, y học cổ truyền (YHCT) được gọi dưới tên khác là *Y học Bổ sung* (Complementary Medicine) hoặc *Y học Thay thế* (Alternative Medicine) (Brômliê, 1982, tr. 65-78).

Y dược học phương Đông và YHCT Việt Nam thuộc nền y học thứ hai. Hơn một thập kỷ nay, y học hiện đại (YHHĐ) ngày càng xích lại gần YHCT phương Đông và hai nền y học đó đang giao thoa với nhau. Các nhà y học và sinh học phương Tây đã dần hiểu được học thuyết âm dương ngũ hành của YHCT là tiêu biểu của triết học cổ đại phương Đông; đó cũng là các mặt đối lập của một thể thống nhất trong hoạt động sống của cơ thể và môi trường. Bởi vậy, YHHĐ ngày càng đánh giá cao giá trị lý luận và thực tiễn của YHCT. Ở Việt Nam, cũng giống như các nước Trung Quốc, Ấn Độ, Indonesia và Thái Lan, YHCT luôn giữ vị trí quan trọng trong việc chăm sóc sức khỏe ban đầu gần ngang bằng với YHHĐ.

Trong YHCT ở Việt Nam luôn tồn tại hai nhóm: 1) YHCT với lý thuyết âm dương ngũ hành, khí huyết, có chữ viết (chủ yếu ở người Việt); 2) YHCT của các dân tộc thiểu số ở vùng miền núi, bao gồm các tri

thức dân gian, kinh nghiệm thực tế chữa bệnh được truyền khẩu từ đời này sang đời khác. Cả hai nhóm y học cổ truyền này được gọi là y học dân tộc (YHDT). Cho đến nay, y học dân tộc vẫn luôn được chú ý bởi khả năng vô tận của việc sử dụng những kinh nghiệm lâu đời và cực kỳ đa dạng trong lĩnh vực này của các dân tộc trên toàn quốc. Như đã biết, rất nhiều phương pháp khoa học hiện đại và cách thức pha chế thuốc được xuất phát từ những kinh nghiệm dân gian (Brômleli, 1982, tr. 65-78).

1.2. Thực trạng y tế cơ sở

Xã Chiềng Lao và xã Mường Trai thuộc huyện Mường La, tỉnh Sơn La là hai xã vùng 3 của huyện nên tình hình dân trí còn thấp trong khi địa bàn lại rộng, giao thông khó khăn, kinh tế phát triển chậm. Đặc biệt, công tác chăm sóc sức khỏe còn gặp nhiều bất cập. Cụ thể, trạm y tế là những căn nhà cấp 4 chật hẹp, số phòng làm việc không đủ (phòng đẻ đồng thời là phòng kế hoạch hoá gia đình), không có phòng lưu bệnh nhân tại trạm, các chuyên khoa khác cũng chung. Dụng cụ, trang thiết bị khám chữa bệnh đều thiếu. Còn cán bộ chuyên môn, mỗi xã chỉ có 5 cán bộ biên chế, trong đó có 2 y sỹ, 1 y tá, 1 dược tá và 1 nữ hộ sinh. Ngoài ra, còn có y tế thôn bản nhưng chỉ được tập huấn từ vài tuần đến 3 tháng nên chuyên môn rất yếu mà địa bàn công tác lại rộng, đăi ngộ quá thấp. Bởi vậy, hoạt động của đội ngũ này còn gặp nhiều khó khăn. Cách đây 4 năm, cả hai xã đã thực hiện khám chữa bệnh cấp bảo hiểm theo quyết định 139 của Chính phủ. Tuy nhiên, thuốc cấp bảo hiểm còn hạn chế, kinh phí đầu tư cho quầy dược còn quá ít nên không đủ thuốc đáp ứng nhu cầu của nhân dân.

Về hoạt động chuyên môn, tuy có khó khăn về môi trường tự nhiên cũng như cơ sở vật chất và hạn chế về chuyên môn, song Đảng, chính quyền cơ sở đã lãnh đạo, chỉ đạo và luôn động viên anh chị em cán bộ y tế khắc phục mọi khó khăn để hoàn thành việc khám chữa bệnh, tiêm chủng mở rộng, công tác dân số kế hoạch hoá gia đình, chương trình dinh dưỡng cho trẻ em, phòng chống dịch bệnh và tuyên truyền giữ gìn vệ sinh môi trường. Đặc biệt, đã phối kết hợp với những ông lang, bà lang tại địa phương sử dụng nguồn thuốc y học cổ truyền sẵn có mà lại rẻ tiền, ít độc hại nhưng có hiệu quả để đưa vào chữa bệnh và chăm sóc sức khỏe cho đồng bào. Hiện tại, cả hai xã có khoảng trên 30 người tham gia chữa bệnh bằng y học cổ truyền với nhiều kinh nghiệm và nhiều bài thuốc gia truyền có giá trị trong chăm sóc sức khỏe người dân, có đóng góp trong việc phát triển kinh tế gia đình và xóa đói giảm nghèo ở địa phương.

2. Y học cổ truyền trong chăm sóc sức khỏe

2.1. Quan niệm và cách giải thích về sức khỏe, bệnh tật

2.1.1. Quan niệm về sức khỏe, bệnh tật

Xưa kia, đồng bào cho rằng nguồn gốc của sức khỏe là thượng đế ban cho, do gia đình ăn ở có phúc, biết thờ cúng ma nhà và ma làm hại. Ngày nay, do khoa học phát triển, giao thông thuận tiện và có sự giao lưu giữa các vùng miền, đặc biệt là sự phát triển về y tế, thông qua kênh thông tin, truyền thông nên đa số người dân ở đây đã hiểu rằng sức khỏe có nguồn gốc từ quá trình chăm sóc thai nghén, nuôi dưỡng trẻ... và

đến khám chữa bệnh tại các cơ sở y tế. Họ cũng biết rõ nguyên nhân của bệnh tật là do thiếu hiểu biết về sự chăm sóc từ khi còn thai nghén, ăn ở thiếu vệ sinh, lao động quá sức, môi trường bị ô nhiễm, kinh tế thiếu thốn, kể cả những hủ tục lạc hậu cũng ảnh hưởng đến sức khoẻ và sinh ra bệnh tật.

Qua khảo sát cho thấy, người Thái quan niệm người có sức khoẻ (*mì lành*) là người không hay bị đau ốm, không phải đi viện, không bị ma làm hại, cơ thể cường tráng, quanh năm lao động được, thường xuyên làm giúp mọi người trong thôn bản. Họ quan niệm bệnh tật (*pên chếp*) là cơ thể gầy yếu, không làm được những việc nặng, do tai nạn lao động (*mang táp*), có ma làm hại (*phi dết tra ượng*) phải mời thầy thuốc hoặc thầy cúng đến nhà chữa bệnh, phải đưa đi bệnh viện chữa.

Theo ý kiến của những người Thái tham gia thảo luận nhóm, việc ốm đau thường do những nguyên nhân sau:

- *Do ma làm*: Theo đồng bào, có hai loại ma là ma nhà và ma rừng. Do không cúng lễ ma nhà đến nơi đến chốn nên bị quở trách; do đi vào rừng chặt cây đốn củi không cúng hoặc không may chặt phải những cây ma rừng đang cư trú. Ngoài ra còn nguyên nhân do cha mẹ ăn ở không có đức nên con cái bị bắt phạt.

- *Do kinh tế khó khăn*: Việc ăn uống thiếu dinh dưỡng, về mùa lạnh không đủ quần áo ấm...

- *Do ăn ở và sinh hoạt không vệ sinh*: Chẳng hạn như uống nước lã, ăn rau sống, thức ăn ôi thiu, thức ăn để ruồi nhặng bâu, do phong tục uống rượu nhiều... Ngoài ra, không có nhà vệ sinh nên phóng uế bừa bãi,

gia súc chần thả rông làm mất vệ sinh, ô nhiễm nguồn nước cũng gây ra bệnh tật.

- *Do lao động*: Thiếu công cụ hoặc công cụ lao động không an toàn, thiếu hiểu biết trong lao động, lao động quá sức dẫn đến tai nạn lao động.

Ngoài ra, còn do nguyên nhân khí hậu vùng cao khắc nghiệt, núi rừng ẩm ướt và nhiều vi khuẩn gây bệnh.

Qua tìm hiểu cho thấy, những quan niệm xưa và nay về sức khoẻ, bệnh tật của một số tộc người ở vùng lòng hồ thủy điện tỉnh Sơn La hoàn toàn lô-gíc với thời gian, môi trường sống, với phong tục tập quán tộc người. Đồng thời cũng phù hợp với quá trình phát triển hiện nay về kinh tế, văn hoá - xã hội và khoa học kỹ thuật.

2.1.2. Những bệnh thông thường và cách chữa

Mùa đông - xuân: Trong hai mùa này, người dân ở đây thường mắc những bệnh như sốt rét (tiếng Thái là *pên sáy*), cảm cúm (*sây bắt ay*), ho sốt (*ay*), đau mắt đỏ (*chếp ta*), đau dạ dày (*chếp bun*). Để chữa bệnh sốt rét, người ta dùng cây tầm gửi (*pa cò xô sê*) sao vàng rồi đun với nước để uống. Chữa cảm cúm và ho sốt: giã nhỏ lá chanh (*bliu*) rồi vắt lấy nước uống. Chữa đau mắt đỏ: vò nát cây diếp cá (*hom khi táu*), hơ lửa đắp lên mắt. Chữa đau dạ dày: giã nát rau ngót rừng (*cò pắc ót pá*) và cây máu chó (*cò bơ tiu*), rồi vắt lấy nước uống tươi hoặc đun sôi kỹ các loại thuốc khô để uống hàng ngày. Ngoài ra, người Thái còn hay bị mắc các bệnh như sốt xuất huyết, đau các khớp...

Mùa hè: Các bệnh thường gặp ở vùng người Thái vào mùa này là tiêu chảy (*kli lói*), đau răng (*chếp khiểu*), đau đầu (*chếp hua*),

bệnh gan (*chép táp*), các bệnh đau bụng (*chép bun*), đau mắt (*chép tha*), đau thận (*chép sáy lǎng*). Để chữa bệnh tiêu chảy, người Thái đun vỏ cây ổi, búp ổi tươi (*quai năm dón*) lấy nước uống cho đến khi khỏi bệnh. Để chữa đau răng, họ đun sôi cây vông (*cò ran*), vỏ cây me (*nǎng kham*) lấy nước uống. Chữa đau đầu: giã nhỏ lá trà (*pờ pu*) đắp lên chỗ đau. Chữa bệnh gan: đun sôi vỏ cây gỗ lát trên rừng (*cò rón*), vỏ cây xoan (*may hiên*) lấy nước uống hàng ngày.

Nếu xét theo lứa tuổi, trẻ em hay mắc bệnh: viêm phổi (*chép pót*), viêm phế quản (*chép pót*), đau bụng giun (*chép bun*), tiêu chảy (*kli lòi*), bệnh về tai mũi họng... Người già thường bị bệnh đau các khớp (*chép gôi*), đau lưng (*chép yên*), suy nhược cơ thể (*chép tòm tồ*), hen suyễn, lao lực... Người trong độ tuổi lao động thường mắc bệnh đau lưng (*chép yên*), đau dạ dày (*chép bun*), bệnh về gan (*chép táp*), thận (*chép sáy lǎng*), tai nạn do lao động (*mạng tấp*), đau vai gáy (*chép bá*), đau thần kinh hông... Riêng phụ nữ thường bị chứng đau bụng, bệnh phụ khoa, đau mắt, viêm tuyến vú, đau nhức mọi cơ thể, đau đầu mất ngủ, hoa mắt chóng mặt...

2.2. Cách khám và chữa bệnh bằng y học cổ truyền

2.2.1. Cách khám và chữa bệnh

Từ xưa khi chưa có y học hiện đại, người Thái cũng như các dân tộc miền núi đều có cách chăm sóc sức khoẻ, phòng bệnh, chữa bệnh phù hợp với phong tục tập quán và môi trường tự nhiên để bảo tồn nòi giống. Cách khám bệnh trước kia của họ là mời thầy cúng hoặc thầy bói có uy tín trong bản đến bói tìm nguyên nhân gây bệnh, sau đó mới cúng chữa bệnh. Một số người trong

quá trình lao động kiếm sống ở nơi rừng núi đã phát hiện ra những lá cây, hoa, củ, quả có khả năng trị bệnh nên đã dùng chúng để chữa bệnh cho gia đình và cộng đồng. Phương pháp này được truyền qua nhiều thế hệ và vẫn được duy trì cho đến ngày nay. Thầy lang chữa bệnh dựa trên những hiểu biết học được từ người truyền nghề và kinh nghiệm đã được kiểm nghiệm qua thực tế. Họ chủ yếu bốc thuốc khô cho bệnh nhân mang về sắc uống; cây thuốc còn tươi chỉ dùng đôi với một số bệnh. Đôi khi các thầy lang cũng phải “chữa mò” trong trường hợp chưa đoán được bệnh nhưng cứ cắt thuốc cho người bệnh. Ngày hôm sau, khi bệnh nhân đến, thầy thuốc hỏi bệnh tăng hay giảm hoặc có những vấn đề gì sau khi uống thuốc để dựa vào đó điều chỉnh các vị thuốc cho hợp lý. Cứ như vậy, dần dần các thầy lang tích lũy được kinh nghiệm để chữa trị một số bệnh tùy theo khả năng.

Chẩn đoán bệnh xong, thầy lang kê đơn và bốc thuốc cho bệnh nhân, rồi căn dặn người bệnh về cách dùng thuốc, về thời gian và liệu trình sử dụng thuốc, đồng thời cũng lưu ý những thứ phải kiêng kỵ từ khi uống thuốc. Thuốc được đựng vào túi ni lông để bệnh nhân tự chia thành số phần theo đơn uống, xông, tắm. Thực hiện đúng đơn thuốc nếu bệnh nhân thấy đỡ thì đến lấy thuốc tiếp.

2.2.2. Một số trường hợp khám và chữa bệnh.

Cho đến nay, ở người Thái vùng lòng hồ thủy điện Sơn La vẫn tồn tại những cách chữa bệnh sau: tùy theo việc nhận định nguyên nhân gây bệnh của gia đình có người bị ốm mà đi mời thầy cúng, thầy bói hay thầy lang đến cứu chữa. Cụ thể như sau:

- Chữa bệnh bằng cách cúng

Ông Quảng Văn P. 72 tuổi, dân tộc Thái ở xóm 4 thuộc bản Lếch, xã Chiềng Lao đã làm nghề thầy cúng trên 30 năm nên hầu như các gia đình ở đây có người ốm chữa bằng thuốc lá lâu ngày không khỏi và nghi có ma làm đều mời ông đến cúng đuổi ma. Đồ lễ cúng gồm có 1 con gà, 1 chai rượu, 4 bát cơm nếp, 8 cái chén, 8 đôi dĩa, 8 cái bát và 20.000 đồng. Tùy theo từng bệnh mà cúng ở những vị trí khác nhau. Nếu bệnh nhân sốt, đau đầu, đau bụng thì cúng ngoài trời; ốm đau lâu ngày mê man không biết gì, tức hờn ra khói xác thì phải cúng trong nhà ngay chỗ bệnh nhân nằm để gọi hồn về; trường hợp người bệnh ngu hay mê man gặp ác mộng, ốm đau lâu ngày chữa không khỏi phải cúng cả ngoài trời và trong nhà từ 1 đến 2 tiếng. Sau khi cúng xong, gia chủ tạ ơn thầy cúng 1 đôi gà và 20.000 đồng.

- Chữa bệnh bằng cách bói

Điển hình là chị Lô Thị H. 34 tuổi, dân tộc Thái ở xóm 1 thuộc bản Lếch, xã Chiềng Lao. Năm 23 tuổi, chị H. bị bệnh sốt cao, nói linh tinh, hô hoán bừa bãi, gia đình sắm lễ vật mời thầy cúng đến cúng trừ ma nhưng không khỏi, sau đó chị đi bệnh viện và được các bác sỹ xác định là tâm thần. Sau một thời gian điều trị và trở về nhà, chị làm li ít nói, ít lâu sau tự xưng là được “thánh cho ăn lộc” để làm nghề bói chữa bệnh.

Chị H. lập bàn thờ trên sàn nhà bên phải cửa ra vào, bói vào buổi sáng và buổi tối. Ban đầu không mấy ai tin, chị chỉ bói giúp bà con trong bản không lấy tiền. Gần đây có một số người cho là chị bói đúng

bệnh nên bà con trong bản và một số bản lân cận cũng tìm đến mỗi khi có người nhà bị ốm đau đột ngột. Hiện nay, người đến xem bói phải mang đồ lễ gồm 1 bó hương, 1 bát gạo, 1 quả trứng, tiền tùy tâm và quần áo của người ốm; rồi kể về tình hình của người bệnh và yêu cầu chị bói cho biết bị bệnh gì, có phải ma làm không, nếu ma làm thì ma nhà hay ma rừng. Chị H. dâng đồ lễ lên bàn thờ, rồi thắp hương và khấn. Tùy từng người mà thời gian lễ khác nhau. Sau đó chị bói cho bệnh nhân: nếu bị bệnh, chị gợi ý cho đi bệnh viện chữa, còn do ma làm thì phải cúng ma với các đồ lễ như trên.

- Chữa bệnh bằng thuốc nam

+ Trường hợp thứ nhất là ông Lò Văn Hư 59 tuổi, dân tộc Thái ở xóm 3, bản Lếch, xã Chiềng Lao.

Ông Hư học nghề thuốc từ lúc còn nhỏ tuổi. Ông được bố mẹ đưa đi rừng chỉ cho biết từng cây thuốc và tác dụng chữa từng loại bệnh, bảo cho cách lấy từng bộ phận như hoa, lá, rễ, củ, quả hay thân cây và cách phối hợp một số cây thuốc để chữa từng loại bệnh khác nhau. Sau nhiều năm được sự hướng dẫn và kiên trì học hỏi, ông Hư đã tập hợp và lưu giữ được nhiều bài thuốc có giá trị chữa bệnh giúp đỡ được nhiều người trong bản chăm sóc sức khỏe. Trước đây, ông lấy thuốc chủ yếu là giúp đỡ không lấy tiền, sau đó, tùy từng gia đình khi khỏi bệnh, bệnh nhân thường mang đến biếu chai rượu, con gà để cảm ơn. Ngày nay cây thuốc ngày càng khan hiếm, phải đi lấy thuốc ở xa bản và mất nhiều công sức nên ông đã nuôi trồng trong vườn nhà một số cây thông dụng; mặt khác do kinh tế thị

trường phát triển nên ông đã thu tiền chữa bệnh. Tuy nhiên, cũng tùy hoàn cảnh gia đình của bệnh nhân mà mức tiền thuốc có sự khác nhau, nếu nghèo khó ông vẫn giúp đỡ.

Ông Hura thường chữa được những bệnh như sốt rét, chấn thương đứt chân tay, đau khớp, đau dạ dày, bệnh về gan... Để biết được bệnh, ông nghe bệnh nhân kể bị đau ở đâu, đau như thế nào? Sau đó, ông quan sát bệnh nhân xem tình trạng gầy béo, nặng nhẹ hoặc dựa vào kết quả khám ở bệnh viện rồi chẩn đoán bệnh. Trước đây, sau khi khám và chẩn đoán bệnh, ông vào rừng lấy cây thuốc về băm nhỏ, rồi chia

thuốc đó thành từng gói và đưa cho bệnh nhân đem về đun sôi kỹ, uống theo chỉ dẫn. Trong khi uống thuốc nếu có vấn đề gì thì liên hệ và báo ngay cho ông biết để gia giảm vị thuốc. Ngày nay ông thường lấy thuốc về băm nhỏ, phơi khô dự trữ để khi có bệnh nhân đến chữa là có thuốc ngay. Nhờ đó, thu nhập từ việc bán thuốc của ông Hura hiện nay mỗi tháng khoảng 1.500.000 - 2.000.000 đồng. Số tiền này đã đóng góp đáng kể cho cuộc sống sinh hoạt của gia đình. Dưới đây là những kinh nghiệm liên quan đến một số bài thuốc chữa bệnh của ông Hura (xem các bảng từ 1 đến 5).

Bảng 1. Bài thuốc chữa sốt rét

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng
1	<i>Cò ma lưu</i>	Lá	Mỗi thứ một nắm, dùng tươi, đun sôi kỹ, cởi quần áo, trùm chăn kín, rồi xông
2	<i>Cò hòm chay</i> (cây xà)	Toàn thân	
3	<i>Cò po</i>	Lá	
4	<i>Cò pắt nha lút</i>	Toàn thân	
5	<i>Cò lính lỵ</i>	Toàn thân	

Bảng 2. Bài thuốc chữa đứt chân, tay

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng
1	<i>Cò gia bút</i>	Lá	Lấy lá giã nhỏ hoặc vò nát đắp vào vết thương và đọc thần chú: <i>Ba ư phúc pàn hua ta, ba ư ngoa pàn hua pai, quan cu lai pàn lượ, lượ dù cuồng nha ó, lượ dù lợ, to khẩu ôn cu hấp.</i>
2	<i>Khum láu</i> (cây chó đê)	Lá	
3	<i>Cò pà kheo</i>	Lá	
4	<i>Cò tên huông</i>	Lá	
5	<i>Cò rau tó</i> (trường hợp sưng tím không chảy máu thì dùng <i>cò khôm cộn</i> giã nát cùng với nước tiêu đắp vào)	Lá	

Bảng 3. Bài thuốc chữa bệnh gan

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng
1	<i>Cò nho</i>	Rễ, thân	Mỗi thứ bằng nhau băm nhỏ, phơi khô, sao vàng, đun sôi kỹ uống hàng ngày (kiêng cay, nóng, mỡ, tanh, thịt bò và dê).
2	<i>Cò uring cà</i>	Rễ, thân	
3	<i>Cò tìm pết</i>	Rễ, thân	
4	<i>Cò ngoa</i>	Rễ, thân	
5	<i>Pa cò xô sễ</i> (cây tầm gửi)	Toàn thân lá	
6	<i>Pa cò nhịn</i> (tầm gửi cây gạo)	Toàn thân lá	

Bảng 4. Bài thuốc chữa đau khớp

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng
1	<i>Cò tan chan</i>	Toàn thân	Bấm nhỏ đun sôi, uống hàng ngày; giã nát đắp vào chỗ đau.
2	<i>Cò phong</i>	Toàn thân	
3	<i>Cò khôm cộn</i>	Lá	

Bảng 5. Bài thuốc chữa đau dạ dày

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng
1	<i>Cò hạn</i> (Nghệ đen)	Củ	Sấy khô, nghiền nhỏ, trộn mật ong, uống hàng ngày.
2	<i>Cò pà mện</i>	Củ	
3	<i>Sây mện</i> (Dạ dày nhím)	Dạ dày	

+ Trường hợp thứ hai là bà Cẩm Thị Thêm 78 tuổi ở bản Lả Mường, xã Mường Trai.

Bà Thêm có 10 người con, trong đó có 5 trai và 5 gái. Trước đây, gia đình bà Thêm nghèo đói, cuộc sống chủ yếu dựa vào việc tìm kiếm hoa, củ, quả trong rừng, gieo trồng cây lương thực trên nương. Trong quá trình làm việc, bà hay bị côn trùng đốt, tai nạn lao động, sốt rét, ốm đau... Mỗi khi đau ốm, bà thường được sự giúp đỡ của bà con

trong bản có kinh nghiệm sử dụng những cây thuốc nam cứu chữa. Trải qua thời gian dài bà đã học hỏi được nhiều cây thuốc và những bài thuốc chữa bệnh; ngoài ra, bà cũng phát hiện ra nhiều cây thuốc có giá trị cao để chữa bệnh cho gia đình và cộng đồng. Thời gian trước bà lấy thuốc chủ yếu để giúp đỡ bà con và không lấy tiền; sau này, dần dần bà cũng thu tiền để bù đắp công sức lao động của mình. Trải qua nhiều năm tháng chữa bệnh, bà Thêm đã đúc kết được không

ít bài thuốc và nhiều cây thuốc quý chữa bệnh đem lại hiệu quả. Nhân dân trong bản, những bản lân cận và một số bệnh nhân ở huyện khác biết tin cũng tìm đến chữa.

Hiện nay, mỗi ngày thường có khoảng 1 đến 3 người đến lấy thuốc nên thu nhập từ nguồn chữa bệnh của bà Thêm cũng

tăng đáng kể: trung bình mỗi tháng bà nhận được từ 2 đến 3 triệu đồng. Những bệnh bà Thêm có thể chữa được là: bệnh lậu (*chiêm la*), đau nhức mỗi chân tay (*tông pá, tông nhuông*), liệt dương (*pên toi, kinh ón*), đau khớp, đau lưng và đau thần kinh tọa. Dưới đây là những bài thuốc chữa một số bệnh của bà Thêm (xem các bảng từ 6 đến 11).

Bảng 6. Bài thuốc chữa bệnh lậu

TT	Tên cây thuốc	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò mực năm</i> (Cò mực nước)	Mỗi ngày dùng 1 gói, đun sôi kỹ 3 lần, mỗi lần 1 bát nước.	Kiêng thịt chó, thịt trâu, ớt, rượu, bia...

Bảng 7. Bài thuốc chữa đau mỗi khớp

TT	Tên cây thuốc	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò ngoa</i> (Cây và)	Dùng thân cây, lá, băm nhỏ phơi khô, mỗi ngày 1 gói, mỗi gói đun 3 lần, uống trong ngày.	Kiêng chất tanh và lạnh; kiêng lợi bần; kiêng thịt trâu, thịt bò...
2	<i>Cò ngôm</i> (Cây tầm gửi)		
3	<i>Cò bó chúp</i>		

Bảng 8. Bài thuốc chữa liệt dương

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò lạn</i>	Rễ	Mỗi thứ một nắm (dùng tươi hoặc khô), làm thành 1 ấm; mỗi ấm sắc 3 lần uống trong ngày. Riêng đối với <i>Cò la khiên</i> , mỗi ấm dùng 3 gai.	Kiêng bia, rượu, chất tanh và lạnh.
2	<i>Cò hanh</i>	Toàn thân		
3	<i>Cò cu</i>	Rễ		
4	<i>Cò la khiên</i>	Gai		
5	<i>Cò mọc</i>	Toàn thân		

Bảng 9. Bài thuốc chữa viêm gan

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò cãnh ninh</i>	Rễ	Rửa sạch (dùng tươi hoặc khô); mỗi thứ lấy bằng nhau, sắc mỗi ngày 1 gói; mỗi gói sắc 3 lần uống trong ngày.	Kiêng bia, rượu, chất cay, nóng, mỡ, hành, cá tanh...
2	<i>Cò búa lăm</i>	Rễ		
3	<i>Cò túa pu</i>	Rễ		
4	<i>Cò so se</i>	Rễ		
5	<i>Cò nho</i>	Rễ		
6	<i>Cò say cãm</i>	Rễ, thân		

Bảng 10. Bài thuốc chữa suy nhược cơ thể

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò nguông trạng</i>	Rễ, thân	Dùng loại cây đở, hai thứ bằng nhau, đun uống hàng ngày.	
2	<i>Cò mèn lý</i>	Rễ, thân		

Bảng 11. Bài thuốc bó gãy xương chi

TT	Tên cây thuốc	Bộ phận dùng	Cách dùng	Kiêng kỵ
1	<i>Cò hòm tính</i>	Lá	Giã nát với ít muối, gói vào lá chuối tươi và nướng. Xoa rượu vào vùng gãy trước, sau đó đắp lá vào dùng vải xô bó nhẹ vừa phải, 3 ngày thay một lần, đắp trong 20 ngày là khỏi.	Kiêng ăn thịt trâu, thịt bò, thịt gà, trứng và các chất cay, nóng.
2	<i>Cò lịm kèn</i>	Lá		

2.3. Nghi lễ khi đi lấy cây thuốc và cách truyền nghề

2.3.1. Nghi lễ đi lấy cây thuốc (sò cóc pà)

Đối với trường hợp bà Thêm vừa kể trên, khi đi vào rừng lấy cây thuốc, bà thường mang theo đồ lễ, bao gồm 2 mảnh vải (1,5m/mảnh), gạo ăn (4 miệng chén) và tiền mặt (khoảng 20.000 đồng).

Khi đi lấy cây thuốc, cần đi thật sớm sao cho mặt trời chưa mọc đã vào đến rừng và tìm được cây thuốc cần lấy. Tiếp theo, đặt đồ lễ dưới gốc cây và khấn ma rừng xin phép lấy cây thuốc, rồi khấn thần rừng coi cây thuốc để chặt cây thuốc và giúp đỡ chữa khỏi bệnh cho người ốm.

Những bệnh nhân sau khi được chữa khỏi, ngoài tiền mua thuốc còn phải mang đồ lễ đến tận nhà thầy lang để cúng tạ ơn. Đồ lễ gồm 1 con gà trống to, 1 chai rượu, 2 bát gạo và 100.000 đồng. Thầy lang nhận đồ

lễ, rồi đem đồ lễ đó đặt lên cúng ở ban thờ tổ tiên; sau đó, hạ lễ và làm cơm mời bệnh nhân cùng thụ lộc.

2.3.2. Cách truyền nghề

Người Thái ở vùng lòng hồ nói chung và ông Hư, bà Thêm nói riêng đều có cách truyền nghề tương đối giống nhau. Chẳng hạn như trường hợp bà Thêm: trong quá trình hành nghề, bà luôn theo dõi trong số những đứa con của mình để biết được đứa nào có ý thức quan tâm giúp đỡ bà khi đi lấy cây thuốc cũng như lúc chế biến thuốc. Từ đó, bà tìm cách động viên kịp thời, cụ thể là mỗi lần đi rừng đều hướng dẫn cho người con ấy thật chi tiết từng cây thuốc từ việc nhận dạng mặt lá, tác dụng chữa trị đối với từng loại bệnh... cho đến cách sử dụng và pha trộn với một số cây thuốc khác để thành những bài thuốc dân gian. Bằng cách này, thỉnh thoảng bà sai con đi rừng một mình lấy từ 3 đến 5 loại cây, rồi bà hỏi chi tiết về tên cây, dùng chữa bệnh gì, cách dùng như thế

nào, nếu nói không đúng bà lại chỉnh sửa và nhắc nhở. Cứ như thế, sau nhiều năm bà Thêm đã truyền nghề thành công cho hai cô con gái. Hiện nay mỗi khi có bệnh nhân, bà Thêm đều sai con gái đi lấy cây thuốc về sơ chế, còn bà chỉ việc bốc thuốc điều trị cho bệnh nhân.

Tuy nhiên, có một số ông/bà lang cho biết, họ thường truyền nghề cho con dâu, vì con dâu ở nhà mình và cẩn thận hơn con trai. Họ ít truyền cho con gái vì con gái đi lấy chồng thì thuộc về nhà người ta. Nhìn chung, họ chủ yếu truyền miệng bằng cách chỉ trực tiếp từng cây thuốc, không qua sách vở. Hiện lớp trẻ do có trình độ văn hoá nên có khi cũng ghi lại những bài thuốc.

3. Vai trò và mối quan hệ giữa y học cổ truyền với y học hiện đại

3.1. Vai trò của y học cổ truyền trong chăm sóc sức khỏe

Y học cổ truyền có tiềm năng to lớn đối với cộng đồng tộc người. Nhiều bài thuốc, vị thuốc cho hiệu quả tốt trong việc phòng và chữa bệnh. Theo các thầy thuốc dân gian người Thái ở đây, nhiều bài thuốc nam chữa được những bệnh nan y mà y học hiện đại không giải quyết được, nhất là những bệnh xơ gan, thận hư nhiễm mỡ hoặc bài thuốc bó nắn gãy xương, chữa rắn độc hoặc côn trùng cắn. Hơn nữa, y học cổ truyền còn tham gia rất tốt vào việc chống các bệnh như cúm, sốt xuất huyết, thủy đậu...

Các cây thuốc cổ truyền tiện lợi, sẵn có, dễ sử dụng, rẻ tiền, ít độc hại mà lại phù hợp với môi trường sống cũng như hoàn cảnh kinh tế của đồng bào dân tộc thiểu số. Đặc biệt là y học cổ truyền đã đáp ứng kịp thời để xử lý một số bệnh đơn giản thường

mắc phải trong quá trình lao động, sinh hoạt cũng như môi trường khí hậu phức tạp ở miền núi.

Từ trước đến nay, y học cổ truyền đã đóng góp rất lớn trong việc chăm sóc sức khoẻ cho trẻ em, người già, phụ nữ, đặc biệt là người lao động trong hoàn cảnh địa hình phức tạp, giao thông khó khăn mà y học hiện đại còn ít tiếp cận được. Hơn nữa, nó còn đóng vai trò rất lớn trong việc giao lưu quan hệ xã hội trong và giữa các cộng đồng tộc người.

3.2. Quan hệ giữa y học cổ truyền với y học hiện đại

Các thầy lang người Thái ở hai xã Chiềng Lao và Mường Trai cho biết, trước kia ít người biết thuốc nam, bây giờ nhiều người biết hơn. Hiện nay, nhân dân sử dụng thuốc nam nhiều hơn trước. Nhờ tiến bộ khoa học kỹ thuật nên người dân ra trạm y tế xã khám xem mình bị bệnh gì rồi mới đi cắt thuốc nam. Như vậy, người dân đã biết rõ bệnh của mình nên kể về bệnh chính xác hơn khi thầy lang hỏi, và nhờ vậy, thầy lang cắt thuốc chuẩn hơn.

Theo ý kiến của bà lang Cầm Thị Thêm mà trên đã đề cập, những bệnh phải cấp cứu thì người dân chữa bằng Tây y; các bệnh khác sau khi chữa Tây y không có kết quả mới chuyển sang chữa bằng thuốc Đông y. Đông y chủ yếu chữa những bệnh mãn tính, thậm chí cả những bệnh hiểm nghèo và có hiệu quả khoảng 50 - 60%.

Trưởng trạm y tế xã Mường Trai cho biết, trong xã hiện nay có nhiều người hành nghề thuốc nam chữa bệnh. Xã phát triển nghề thuốc nam rất mạnh. Tại trạm y tế xã cũng phát triển phương pháp chữa bệnh

bằng thuốc nam và có một số bệnh chỉ chữa bằng thuốc nam. Những bệnh cấp tính, người bệnh chủ yếu chữa bằng thuốc tây. Tuy nhiên, việc này cũng không ảnh hưởng nhiều đến các thầy thuốc nam hành nghề tại gia. Có nhiều bệnh nhân đến trạm y tế chữa bệnh, nhưng đồng thời cũng có không ít bệnh nhân đến các nhà thầy lang để chữa bệnh. Vấn đề là lòng tin của người dân.

Thực tế cho thấy, hiện nay, một bộ phận người dân và thầy thuốc ở các nước có nền y học hiện đại phát triển đang dành cho y học cổ truyền của các dân tộc, đặc biệt là nền y học cổ truyền phương Đông, một mối quan tâm ngày càng lớn mặc dù cơ sở khoa học của hai nền y học này vẫn đang là một trở ngại cho việc kết hợp, bởi y học cổ truyền chủ yếu dựa vào định tính.

Trên thế giới đang tồn tại phổ biến quan điểm cho rằng, chỉ những gì có thể định lượng được mới coi là có thật và đáng tin cậy. Một số người đã viện dẫn định tính như là một nhược điểm lớn nhất của y học cổ truyền, để nơi này hay nơi khác không công nhận y học cổ truyền như là một nền y học chính thống và có tác dụng thực sự trong chăm sóc sức khỏe con người. Tuy nhiên, theo định nghĩa về sức khỏe của Tổ chức Y tế thế giới mà trên đã đề cập thì công bằng mà nói, với một ý nghĩa nào đó, y học hiện đại cũng khó có thể đánh giá toàn diện sức khỏe con người chỉ bằng các chỉ số định lượng. Bởi một lý do đơn giản là làm sao có thể định lượng một cách chính xác niềm vui, nỗi buồn, sự phấn khởi, sự sung sướng, khổ đau, sầu não... của con người, mà đó cũng là yếu tố cấu thành tất yếu của sức khỏe.

Mặt khác, trong bối cảnh y học hiện đại phần nào đang hạn chế về tính chất nhân bản của nó, y học cổ truyền với hệ thống lý luận biện chứng và tổng thể, với giá trị nhân văn sâu sắc, có thể và rất xứng đáng là một nền y học bổ sung cho nền y học hiện đại.

Tài liệu tham khảo

1. Bộ Y tế (1999), *Công văn số 97/YT-YH ngày 07/01/1999 về việc phối kết hợp triển khai khám chữa bệnh bằng y học cổ truyền tại trạm y tế xã phường.*
2. Bộ Y tế, *Quyết định số 765/QĐ-BYT của Bộ trưởng Bộ Y tế về Phê duyệt kế hoạch thực hiện Chính sách quốc gia về Y - dược học cổ truyền đến năm 2010.*
3. Brômliê, Lu. V. (1982), “Y học dân tộc là đối tượng của dân tộc học” (dịch từ tiếng Nga), *Tạp chí Dân tộc học*, Số 2, tr. 65-78.
4. Viện Y học cổ truyền Việt Nam (1995), *Sơ thảo lịch sử y học cổ truyền Việt Nam*, Nxb Y học, Hà Nội.
5. World Health Organization (1994), “Definition of Reproductive Health”, *International Conference on Population and Development*, Cairo.
6. World Health Organization (2003), “Traditional medicine”, *Fact sheet No. 134*, Geneva.