

CÔNG TY VĂN HOÁ BẢO THẮNG
BAN BIÊN TẬP - BIÊN DỊCH

TRỒNG VÀ SƠ CHẾ
CÂY LÀM THUỐC

NXB VĂN HOÁ DÂN TỘC

LỜI NÓI ĐẦU

Đã từ lâu, y học cổ truyền là một bộ phận không thể thiếu trong y học Việt Nam. Với những công dụng rõ ràng và lâu bền không có tác dụng phụ, y học cổ truyền ngày càng được nhiều người ưa chuộng.

Để giúp bà con tăng thêm thu nhập và tranh thủ thời gian nông nhàn, chúng tôi biên soạn cuốn "TRỒNG VÀ SƠ CHẾ CÂY LÀM THUỐC". Được tổng hợp từ nhiều nguồn tài liệu phong phú, cuốn sách giới thiệu đến bạn đọc kỹ thuật trồng và sơ chế những cây thuốc Nam thường gặp. Đây là những loại cây quen thuộc và gần gũi với nhân dân ta. Bà con nông dân có thể gieo trồng những loại cây này trên diện tích rộng hay trong những khoảng đất nhỏ nơi vườn nhà, thậm chí cả ở trong chậu cảnh cũng được. Phần cuối sách là phụ lục giới thiệu với bạn đọc một số bài thuốc chữa các bệnh thông thường có dùng những cây thuốc mà chúng tôi đã đề cập tới trong phần hướng dẫn trồng và sơ chế cây thuốc.

Lần đầu biên soạn nên cuốn sách chắc chắn không thể tránh khỏi những thiếu sót ngoài ý muốn, Ban biên tập mong quý vị độc giả vui lòng lượng thứ và góp ý để lần tái bản sau cuốn sách sẽ hoàn thiện hơn. Xin chúc bạn đọc thành công.

Nhóm biên soạn.

PHẦN I

GIỚI THIỆU CHUNG VỀ KỸ THUẬT TRỒNG, THU HÁI, CHẾ BIẾN VÀ BẢO QUẢN CÂY THUỐC ĐÔNG DƯỢC

I. NHỮNG ĐIỀU KIỆN CẦN CHÚ Ý KHI TRỒNG CÂY THUỐC.

1. Khí hậu:

Để cây thuốc phát triển tốt cần có đủ 3 yếu tố:

- *Ánh sáng:*

Đây là một điều kiện rất quan trọng vì ánh sáng giúp cho quá trình quang hợp của cây diễn ra và tạo ra chất hữu cơ để nuôi cây. Cây thuốc cũng cần ánh sáng nhưng không cần nhiều bằng những loại cây khác, vì vậy vào mùa hè có nhiều nắng cần phải che bớt cho cây.

- Nhiệt độ của đất:

Cây thuốc ưa nhiệt mát, ôn đới nên các cây thuốc thường được gieo vào vụ đông xuân. Mùa hè, nhiệt độ không khí cao làm cho nhiệt độ của đất tăng lên không nên gieo trồng cây vào mùa hè.

- Lượng mưa:

Lượng mưa cần thiết cho cây thuốc phát triển là 2000 mm/năm. Nếu lượng mưa quá cao sẽ làm cho sâu phát sinh, cây bị thối rữa còn lượng mưa quá ít sẽ làm quá trình nảy mầm và phát triển của cây bị ảnh hưởng.

2. Thời vụ gieo trồng:

Cần chọn thời vụ vào thời điểm thời tiết mát mẻ, đất ẩm.

3. Cây giống:

Hiện nay có 2 cách nhân giống cây thuốc là nhân giống vô tính và nhân giống hữu tính.

- Nhân giống hữu tính: thường dùng hạt để giao thu cây con. Cách này có thể được áp dụng với những cây như ích mẫu, huyền sâm, ngư tử... Cách này có ưu điểm là chỉ cần trồng 1 năm như cây giống cũng có đủ hạt giống cho cả vụ sau.

Khi thực hiện phương pháp này cần chú ý:

+ Hạt của vụ trước phải gieo ngay vào vụ sau để đảm bảo chất lượng và tỉ lệ nảy mầm của hạt.

+ Không nên phơi hạt giống dưới ánh nắng gắt mà chỉ phơi hạt dưới ánh nắng yếu để hạt khô dần. Nếu phơi hạt ở nơi nắng gắt sẽ làm chết mầm trong hạt do nhiệt độ quá cao.

- Nhân giống vô tính: Phương pháp này được thực hiện bằng cách dùng thân ngầm, cành, củ, rễ của toàn thân cây thuốc để nhân giống. Cách này cho kết quả nhanh và có thời gian thu hoạch sớm nhưng nếu đất đai không phù hợp, chăm sóc không tốt thì giống sẽ bị thoái hoá. Khi nhân giống vô tính tốt nhất là cần có thời kỳ phục tráng giống để giữ được phẩm chất tốt cho cây.

4. Đất đai:

Đất trồng cây tốt nhất là đất tơi, xốp và có nhiều mùn - đặc biệt là đất phù sa.

6. Phân bón:

Ruộng trồng thuốc cần khoảng 15 - 20 tấn phân chuồng/1ha. Ngoài ra tùy từng giống cây có thể bón thêm phân vô cơ cho thích hợp.

5. Chăm sóc cây:

- Xới xáo, làm cỏ cho cây. Cần thường xuyên xới xáo và làm cỏ để cây chóng lớn. Tuy nhiên không nên xới sâu quá vì như vậy sẽ làm ảnh hưởng đến rễ của cây.

Vun gốc: Vun gốc giúp cho cây vững vàng, không bị long gốc hoặc nghiêng ngã khi có gió. Khi vun gốc cho cây cần lưu ý:

+ Với những cây cho củ như huyền sâm, ngư tử... phải vun cẩn thận để tránh làm xây xước đến củ.

+ Những cây lấy lá, hoa, quả... cần xới sâu để rễ cắm chặt xuống đất và vun gốc cho cây mọc vững.

+ Khi tán cây phủ kín mặt luống thì không vun gốc và xáo xới.

- Tỉa cây, giặm cây: Trong một vụ chỉ tỉa hoặc giặm cây 2 - 3 lần, trong đó tỉa cây thường áp dụng cho những cây gieo hạt còn giặm cây dùng với những cây trồng bằng cành, thân, củ...

- Bón thúc cho cây: Thích hợp nhất cho các loại thuốc là phân chuồng vì trong phân có đủ các thành phần chất bổ cho cây. Khi bón cần pha

loãng phân với nước. Với phân vô cơ thì bón thúc cho cây như sau:

- + Cây lấy cành, lá nên bón phân đậm.
- + Cây lấy rễ, củ lá nên bón ka li loãng.
- + Cây dùng làm giống nên bón phân lân.
- Tưới tiêu nước:

Ruộng trồng cây thuốc phải có hệ thống tưới tiêu nước tốt và chủ động. Tốt nhất là nên đánh luống trồng cây cho cao, tơi xốp. Những cây đang trong giai đoạn ươm cần lượng nước cao hơn những cây khác, vì vậy tưới cây ngày một lần vào buổi sáng sớm hoặc chiều mát để giữ ẩm cho cây. Đối với cây cho củ thì phương pháp giữ ẩm là cho nước ngập 2/3 luống sau đó tháo hết nước.

- Bấm hoa tỉa cành: cách này thường áp dụng với những cây cho củ để tập trung nhiều chất dinh dưỡng nuôi củ.

6. Phòng trừ sâu bệnh:

Các biện pháp phòng trừ sâu bệnh gồm: làm đất kỹ, xử lý giống bằng nước nóng có thể loại trừ nấm bệnh, dùng thuốc hoá học. Khi dùng thuốc hoá học phải lưu ý tới tác dụng của thuốc đối với cây.

II. THU HOẠCH CÂY THUỐC

Lưu ý chung khi thu hoạch cây thuốc là phải thu hoạch đúng mùa và đúng tuổi của cây. Thu hoạch quá sớm hoặc quá muộn đều làm ảnh hưởng đến chất lượng của cây. Ví dụ:

+ Cây sâm đại hành khi đang phát triển lá mà lấy củ thì củ sẽ non và kém phẩm chất.

+ Cây ích mẫu nếu nở hết hoa mới thu hoạch thì chất lượng chữa bệnh của cây chỉ còn 50%.

1. Nguyên tắc chung của việc thu hoạch cây thuốc.

+ Những bộ phận trên mặt đất nên thu hoạch vào lúc 8 – 9 giờ sáng hoặc 3 - 4 giờ chiều vì đây là lúc thời tiết khô ráo và sương đã tan hết.

+ Những bộ phận dưới mặt đất nên thu hái vào lúc trời ẩm ướt để dễ đào.

2. Các bộ phận được thu hoạch.

- Lá cây: Nên thu hái lá cây khi cây mới ra hoa vì đây là thời điểm toàn thân cây chứa nhiều

hoạt chất nhất. Nếu là cây mọc 3 năm thì nên thu hoạch vào năm thứ 2. Thường thu hoạch lá bằng tay.

- Hoa: Thu hoạch lúc hoa chúm chím nở. Không xếp hoa đè lên nhau để tránh dập nát.

Phần trên mặt đất: hái vào lúc bắt đầu ra hoa.

- Quả: có 2 loại quả là quả mọng và quả khô:

+ Quả mọng phải hái ngay lúc quả mới chín. Nên hái quả vào buổi sáng sớm hoặc chiều mát. Khi thu hoạch phải nhẹ tay, cẩn thận để quả không bị dập nát.

+ Quả khô nên hái lúc quả chưa khô hẳn vì có những loại quả khi khô hẳn vỏ ngoài sẽ tách ra làm mất hạt ở trong.

- Rễ và thân rễ: Thu hoạch vào lúc cuối thu sang đông hoặc đầu mùa xuân vì lúc này cây tập trung nhiều chất do chưa đâm chồi nảy lộc.

- Hạt: Hạt phải được hái lúc mới khô để đảm bảo chất lượng

- Vỏ cây: Thu hoạch vào vụ xuân hè vì đây là thời điểm hoạt động mạnh của nhựa cây.

III. PHƠI SẤY CÂY THUỐC

1. Những yếu tố làm ảnh hưởng tới việc phơi sấy.

- Tính chất của dược liệu: Những dược liệu thường khác nhau về lượng nước, lượng hoạt chất trong lá, rễ, củ... vì vậy phải có cách phơi sấy cụ thể cho phù hợp với từng loại.

- Độ ẩm của không khí: Tốt nhất là nên phơi sấy cây thuốc trong điều kiện nắng ráo vừa phải, không khí hanh quá nhưng cũng không ẩm ướt quá.

- Nhiệt độ tự nhiên: nhiệt độ phơi sấy tốt nhất là 50 - 60°C. Không nên dùng nhiệt độ quá cao để sấy khi dược liệu còn tươi vì như vậy bên trong dược liệu chưa kịp khô để lâu sẽ gây mốc, thối.

2. Các phương pháp phơi sấy cây thuốc.

- Phương pháp phơi nắng là phương pháp phổ biến nhất hiện nay vì nó vừa rẻ tiền, vừa áp dụng được với một số lượng cây lớn. Cách này

thường dùng cho những cây lấy rễ hoặc lấy thân.

- Phương pháp bốc hơi: Đây là phương pháp áp dụng với những loại cây chỉ cần nhờ nhiệt độ và sự thoát khí để bốc hơi và khô dần như cây bạc hà, hương nhu, ngải cứu...

- Phương pháp lò sấy: phương pháp này dùng trong trường hợp sau khi thu hoạch gặp phải thời tiết ẩm hoặc trời mưa. Sau đây là một mô hình lò sấy bằng gạch.

Nguyên liệu xây lò gồm khoảng 1000 viên gạch, 1 tấm tôn lớn, gỗ ván, tôn (hoặc sắt tây, lưới B40...) xi măng, vôi, cát...

Lò sấy được thiết kế là một khối hình hộp. Tường lò xây 2 lần gạch, mỗi lần cách nhau 5cm. Ở giữa 2 lớp tường đổ cát hoặc than cách nhiệt sao cho độ dày của tường là 30cm. Một thùng hình hộp cao 1 – 1,5 m và rộng 0,8 – 1m. Cửa lò cao 60cm, rộng 40cm và dày 30cm. Đáy lò phải lót một tấm kim loại để ngăn bụi than và cung cấp nhiệt. Sau lò bố trí một lò cung cấp nhiệt. Trong lò bắc 2 – 3 giàn sấy, mỗi giàn cách nhau 39 – 40cm để đựng những khay sấy thuốc.

IV. BẢO QUẢN CÂY THUỐC

Độ ẩm của khí, nhiệt độ, thời tiết, nấm mốc và sâu bọ là những yếu tố gây ảnh hưởng xấu tới việc bảo quản cây thuốc. Để khắc phục những hiện tượng trên, bà con nông dân có thể áp dụng những cách sau:

- Với độ ẩm không khí cao: Cần phơi sấy được liệu khô kỹ để đảm bảo thủy phần từ 12 – 15%. Kho tàng phải thường xuyên được dọn dẹp và thông gió.

- Nếu nhiệt độ quá nóng làm cây dễ bị bay hơi. Để tránh tình trạng này ta không nên vận chuyển được liệu vào những lúc nắng nóng và phải có kế hoạch định kỳ đảo được liệu khô cho được liệu được thoáng mát.

- Với nấm mốc: Phải thường xuyên kiểm tra được liệu, bao bì cũng phải giặt giũ phơi sấy kỹ để diệt bào tử nấm mốc. Có thể phun phèn chua để diệt nấm mốc. Ngoài ra cần phải đề phòng chuột, bọ, sâu phá hoại cây thuốc.

PHẦN II

KỸ THUẬT TRỒNG, THU HOẠCH SƠ CHẾ MỘT SỐ LOẠI CÂY THUỐC PHỔ BIẾN

1. CÂY BẠC HÀ.

Bạc hà thuộc họ Hoa môi (Labiatae) và có tên khoa học là *Mentha Sp.*

*** Giới thiệu chung:**

- Bạc hà là loài cây nhỏ, sống lâu năm. Bạc hà phát triển vào mùa xuân còn mùa đông thì lui dần.

- Bạc hà thường được trồng để làm thuốc chữa cảm sốt đau bụng... và dùng chưng cất tinh dầu bạc hà để xuất khẩu.

- Thân cây mỏng, có màu xanh hoặc xanh tím. Lá cây có hình trứng. Hoa bạc hà thường mọc ở ngọn hoặc ở kẽ lá.

*** Kỹ thuật trồng bạc hà:**

- Thời vụ trồng bạc hà gồm 2 giai đoạn:

+ *Giai đoạn nhân giống:*

Tháng 11 – 12, bạc hà nhân giống bằng thân cành.

Sau khi thu hoạch thân lá lần cuối cùng vào mùa thu thì đào thân ngầm để giâm làm giống. Tiêu chuẩn của thân ngầm dùng làm giống là thân phải tươi, trắng, mập, khỏe và không bị sâu bệnh. Để giữ cho cây sinh trưởng được trong mùa đông thì nên xếp thân cây lẫn với rơm rạ rồi phủ một lớp dày rơm rạ lên trên 1m^2 giống sẽ cho 75m^2 cây rau.

+ Trồng bạc hà vào tháng 1, 2, 3.

Đất trồng cây: Đất trồng bạc hà phải tơi xốp, gần nguồn nước nhưng cũng dễ tiêu nước. Đất thích hợp để trồng bạc hà là ruộng sau khi gặt lúa mùa.

Ruộng trồng cây phải được cày bừa kỹ, diệt hết cỏ dại và mầm sâu bệnh.

Đánh luống đất cho phẳng và cao để thoát nước tốt. Tiêu chuẩn của luống trồng bạc hà: cao 10 - 15cm: rộng 90 - 100cm: rãnh luống từ 20 - 25cm.

Trồng cây: Rạch những hàng ngang sâu 8 – 10cm mỗi hàng cách nhau 25 – 30cm. Bón phân vào những hàng, lấp nhẹ đất lên trên phân. Đặt dây giống rồi lấp ngay đất lên cây để cây không bị héo. Có thể trồng cây với khoảng cách hàng thưa hơn nếu đất nghèo chất dinh dưỡng.

- Chăm sóc cây:

+ Bón thúc phân: Tưới đậm urê pha loãng với nước theo tỉ lệ 10 – 15 sau khi trồng. Lúc này cây đã bắt đầu sinh trưởng. Để tránh cho lá khỏi bị tấp thì sau khi tưới phân phải tưới lại cây bằng nước lã.

Tưới lần thứ 2 khi cây bắt đầu phân cành và khi cây chuẩn bị kết nụ có thể tưới lần thứ 3.

Sau 1 đợt thu hoạch phải bón thêm phân chuồng mục để giữ độ ẩm, tăng độ mùi, và khả năng sinh trưởng của cây.

+ Xáo xối và làm cỏ: Thường xuyên làm cỏ tại ruộng, khi làm cỏ có thể kết hợp với tỉa giảm cho cây

+ Tưới nước: Phương pháp tưới tốt nhất là tháo nước vào các rãnh rồi mức nước từ những rãnh đó lên để tưới cho cây, nước chỉ để ở rãnh tối đa là một đêm sau đó phải tháo hết nước để chống úng.

+ Phòng trừ sâu bệnh:

- Bệnh hại cây bạc hà chủ yếu là bệnh gỉ sắt làm hại lá. Bệnh này do độ ẩm và nhiệt độ cao gây nên. Bệnh có thể làm giảm 50% sản lượng. Bệnh do bào tử truyền trực tiếp vào thân ngầm dùng để làm giống của cây.

Để trị bệnh có thể dùng dung dịch boóc đô 1% hoặc hỗn hợp lưu huỳnh cộng với phun định kỳ 7 đến 10 ngày/lần. Có thể tăng số lần phun thuốc nếu bệnh lan nhanh.

- Bạc hà thường bị sâu ăn lá phá hoại. Diệt trừ sâu này vào thời gian đẻ trứng, tức là độ 5 - 6 tháng sau khi trồng. Ngoài sâu ăn lá, sâu xám cắn ngang mầm cây mới mọc cũng phải diệt hết để cây sinh trưởng và phát triển tốt.

- Các loại sâu hại và bệnh hại khác như sâu đục thân, vệp, bệnh quăn lá, cào cào...đều phải được tiêu diệt. Cách tốt nhất là phòng bệnh cho cây ngay từ trong giai đoạn thân ngầm được ươm để làm giống.

*** Kỹ thuật thu hái và sơ chế cây bạc hà:**

1. Kỹ thuật thu hái:

- Bạc hà được thu hoạch để dùng là thân lá

của cây. Thời điểm thu hoạch nên chọn vào lúc cây ra nhiều hoa và lá nhất.

- Dùng dao liềm, sắc để cắt thân lá và vận chuyển thật nhẹ nhàng để cây không bị dập nát

- Nên cắt cây vào lúc chiều mát hoặc sáng sớm

2. Kỹ thuật sơ chế:

- Sau khi thu hoạch, trước khi cho vào nồi để chưng cất tinh dầu thì phải phơi cho cây hơi khô héo.

- Mô hình nồi chưng cất tinh dầu:

- + Thân nồi cao 1,55m: đường kính 0,96m và dung tích nồi là $1,420\text{m}^3$.

- + Gioăng nước cao 0,15m, rộng 0,64m.

- + Nắp nồi được dính liền với vòi dài 1,5m và nghiêng 150.

- + Bộ phận ngưng lạnh được thiết kế theo kiểu đĩa xếp xoắn. Đĩa gồm 2 chóp nón với chiều cao của mỗi đầu chóp là 0,8m. Đường kính của mỗi đĩa xếp là 0,50m và chiều cao của vòng xoắn là 1m.

- + Thùng làm lạnh có đường kính 1,2m, cao 1,2m và chứa được $1,13\text{m}^3$ nước để làm lạnh.

+ Thùng phân li tinh dầu và nước:

Thùng nấu tinh dầu có thể làm bằng sắt mạ kẽm, sắt thông thường có độ dài 0,003 - 0,005m. Có thể tận dụng những thùng phuy vỗng để làm thùng nấu cũng được.

- Cách chưng cất tinh dầu:

Cho 250kg bạc hà vào nồi và đặt trên vỉ. Vỉ này đặt cách đáy nồi 0,35 - 0,40m nhờ một cái kiềng. Đổ 200 - 250l nước vào nồi rồi nấu cho sôi (sau 1 giờ 45 phút - 2 giờ). Đun nồi sao cho nhiệt độ của tinh dầu và nước chảy ra từ thùng làm lạnh nhỏ hơn 33°C còn nhiệt độ nước lạnh phía trên nồi nhỏ hơn 80°C

- Nấu bạc hà theo cách này đạt năng suất 10 - 12l tinh dầu/1 giờ. Với năng suất này thì một nồi có thể chưng cất sản lượng thân lá của 5 - 7ha diện tích đất trồng bạc hà.

2. BẠCH BIỂN ĐẬU

Bạch biển đậu (tên gọi khác đậu ván trắng) có tên khoa học là *Lablab vilgrisi saw* - thuộc họ cánh bướm (*Papaceae*).

*** Giới thiệu chung:**

- Đậu ván trắng là cây dây leo sống nhiều năm
- Thân cây dài hơn 10cm và có màu xanh.
- Lá kép có 3 lá chót, cuống dài, gân nổi mọc cách nhau.
- Quả đậu màu xanh và ngả màu trắng ngà khi quả chín.
- Hạt đậu nằm trong quả và gồm 2 - 4 hạt hình thận, màu trắng ngà.
- Hạt đậu có công dụng bổ tỳ, chữa đau bụng ỉa chảy, giải độc.

*** Kỹ thuật trồng đậu:**

- Đậu ưa khí hậu tươi mát và đất tơi xốp, nhiều mùn. Đậu được trồng thành bụi 1 - 2 cây. Làm giàn leo cho cây với diện tích 15 - 20m².
- Trước khi trồng phải đào những hố rộng 40 - 50cm và sâu 30 - 40cm rồi đổ phân, mùn, rác mục cho gần đầy hố và rải 1 lớp đất mịn lên trên. Ngâm hạt giống qua nước nóng rồi gieo ở mỗi hố 2 - 3 hạt. Sau khi gieo phủ lên trên hạt 1 lớp đất dày 8 - 10cm và thêm 1 lớp rơm rạ để giữ ẩm cho gốc cây.

- Chăm sóc cây: khi cây bắt đầu trưởng thành phải bón thúc bằng phân đạm pha loãng với nước.

Phải bắc giàn để cây leo, diện tích giàn càng rộng thì quả càng sai .

Cần thường xuyên xáo xới, vun gốc, làm cỏ để cây sinh trưởng tốt.

- Phòng trừ sâu bệnh: bệnh phổ biến nhất ở đậu ván là bệnh gỉ sắt. Bệnh này được mô tả như sau:

Đầu trên lá xuất hiện những đốm trắng những đốm này loang dần rồi chuyển thành màu đen và nổi thành nhiều nốt sần. Về sau những nốt sần này sinh ra những nốt tròn màu đen làm lá rụng, cây khó ra hoa đậu quả.

Đậu thường bị sâu xanh ăn lá và ngọn, nhện đỏ, bọ hung ...phá hại.

Cách phòng trừ tốt nhất là ngắt hết lá bệnh bắt sâu để cách li cây khỏi dịch bệnh. Có thể phun thuốc hoá học để diệt trừ sâu bệnh

*** Kỹ thuật thu hoạch đậu:**

- Thời điểm thu hoạch đậu tốt nhất là khoảng tháng 9 - 10 lúc quả chuyển từ màu xanh

sang màu vàng nhạt.

- Quả dùng làm giống phải chín đầu tiên, cả quả chín đều to, hạt mẩy và không bị sâu bệnh

- Quả hái về phải đem phơi sấy khô cho đến khi vỏ giòn thì đập vỡ vỏ để lấy hạt.

- Phơi tiếp hạt cho đến khi hạt khô giòn thì sao vàng rồi nghiền thành bột mịn để dành.

3. BẠCH CHỈ

Tên khoa học: *Angenliea dahuriaca* họ hoa lan.

* Giới thiệu chung:

Bạch chỉ khác loại thân nhỏ, với thân rộng có đường kính 2 - 3cm. Mặt ngoài của thân cây có màu tím hồng phía dưới màu trắng, thân cây nhẵn và không có lông.

- Lá cây to và gồm nhiều phiến ghép lại, trông gần giống lá rau cần nhưng to gấp 3 - 4 lần. Cuống lá dài và tạo thành bẹ.

- Hoa của bạch chỉ màu tím.

- Hạt bạch chỉ khi chín trở nên nhẹ, có hình

dạng tròn dẹt và có màu vàng.

- Phần được dùng làm được liệu là củ của bạch chỉ, củ có vị cay, thơm dùng chữa nhức đầu, cảm sốt, đau răng...

- Bạch chỉ còn có công dụng chữa ghẻ lở, giảm đau, loét mũi, khi dùng giã nát đắp ngoài da.

*** Kỹ thuật trồng bạch chỉ:**

- Thời vụ gieo trồng: Thời vụ của bạch chỉ là từ tháng 9 - 11.

- Xử lý hạt giống trước khi gieo: ngâm hạt giống trong nước ấm 35 - 40 độ và ủ hạt cho tới khi hạt nảy mầm. Trong khi ủ phải thường xuyên phải dội nước để tránh hạt khỏi bị vón cục. Trước khi gieo mầm hạt đã nhú, thì trộn hạt với tro bếp hoặc cát để gieo cho đều.

- Bạch chỉ ưa đất tối xốp, đất pha cát hoặc đất mùn. Đất trồng bạch chỉ phải được cày bừa kỹ để diệt sâu bọ. Luống gieo hạt cao từ 15 - 20cm bề mặt rộng 60 - 70cm. Rắc phân hữu cơ mục trên luống rồi xáo xới đất cho thật mịn. Sau khi gieo hạt lại phủ lên hạt 1 lớp đất mịn cùng rơm rạ để giữ ẩm.

+ Cách gieo hạt:

Trên mặt luống bố những hốc thẳng theo hàng dọc, mỗi hốc cách nhau 20 - 25cm. Bón phân hoại mục vào từng hốc, mỗi hốc gieo 3 - 5 hạt. Khi lên khỏi mặt đất thì phủ rơm rạ trên mặt luống để giữ ẩm.

Sau 40 - 50 ngày khi cây cao 10 - 15cm thì đem cây ra vườn ươm để trồng. Trước khi đưa cây ra vườn ươm trồng phải ngừng bón phân đạm cho cây trước 10 ngày để cây cứng cáp. Cần chú ý khi đào cây con phải thật cẩn thận để rễ cây không bị đứt, hỏng. Cách gieo hạt này sẽ cho những củ to, mập mập có chất lượng tốt

+ Chăm sóc cây:

Khi cây lên 2 lá mầm thì pha loãng phân đạm để bón thúc cho cây. Sau 20 - 25 ngày lại bón thúc 1 lần, lần sau tăng nồng độ đạm cao hơn so với lần trước.

Cần làm cỏ tỉa bớt cành sao cho đến lúc cây 15 - 20cm thì khoảng cách cây là 25 - 30cm.

Thường xuyên bón thúc phân đạm và phân chuồng mục cho cả vườn cây.

Cần thường xuyên vun gốc để cây phát triển tốt.

Phòng trừ sâu bệnh: khi nhiệt độ ngoài trời xuống thấp hoặc có mưa phùn thì loài sâu xám phá cây bắt đầu xuất hiện. Nên sử dụng thuốc hoá chất để trừ sâu.

Bạch chỉ ít mắc bệnh mà chỉ hay bị chết do ngập úng. Cách phòng chống tốt nhất là tháo nước ngay sau khi trời mưa

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế bạch chỉ:**

***1 Thu hoạch:**

Sau khi gieo trồng 6 - 7 tháng thì bắt đầu thu hoạch bạch chỉ. Vào thời điểm này lá cây cứng, úa vàng, một số cây đã trở ngồng hoa.

Cắt phần thân trên mặt đất vào ngày nắng rồi đào lấy phần rễ cây.

***2 Sơ chế:**

- Sau khi đào xong phải rửa sạch đất cát rồi cắt hết rễ phụ và cuống lá đen.

- Phơi khô củ ngay sau khi đào hoặc để củ ủ với vôi 1 tuần rồi đem phơi. Nếu điều kiện ẩm ướt thì sấy củ trong nhiệt độ 35 - 40°C cho tới khi khô. Khi sấy cần kết hợp với xông diêm sinh để có thể bảo quản được củ trong thời gian dài. Thường phơi 4 phần thì còn 1 phần khô.

4. BỒ CÔNG ANH

(MŨI MÁC, DIẾP DẠI)

Tên khoa học là *Lactuca indica* L thuộc họ cúc

* Giới thiệu chung:

- Bồ công anh là cây mọc hoang với chiều cao 60 - 80cm.

- Thân cây thường không có cành và mọc thẳng đứng.

- Hoa bồ công anh màu vàng hoặc màu tím, hình đầu. Hoa chính là bộ phận dùng để làm thuốc.

- Lá cây là mọc ở gần gốc, dài 25 - 30cm rộng 5 - 6cm. Lá có nhiều răng cưa nhỏ xẻ, phía trên lá thon nhỏ hơn và ít chia răng cưa, gần lá ở mặt dưới lá lồi. Lá gần như không có cuống, khi tươi lá rất giòn. Lá có vị đắng và có nhựa trắng như sữa. Đây là bộ phận hay dùng nhất.

- Công dụng của bồ công anh là dùng chữa mụn nhọt sưng tấy, đinh râu đầy hơi khó tiêu.

- Cách dùng bồ công anh: sắc uống lá tươi 30

- 40g/ ngày hoặc sao vàng rồi sắc uống ngày 15 - 20g. Có thể giã nát lá tươi để đắp lá tươi bên ngoài mụn nhọt.

*** Kỹ thuật trồng:**

- Bồ công anh thường phát tán bằng hạt và nhờ gió nên cây mọc hoang rất nhiều.

- Vào tháng 1 - 2 khi cây còn nhỏ có thể đánh cây và trồng cây ở những luống thấp. Sau 2 - 3 tháng có thể thu hoạch.

- Bồ công anh không chịu được ngập úng nhưng là loại cây dễ tính. Nếu được làm cỏ và bón phân thì năng suất sẽ đạt rất cao.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế bồ công anh:**

- Thu hoạch khi cây phát triển đầy đủ lá tức là lúc cây vừa chớm có hoa.

- Nếu thu hoạch lá làm nhiều lần thì phải hái từ dưới lên trên cho tới khi hết lá.

- Sấy lá ở nhiệt độ 35 - 40⁰C hoặc phơi nắng rồi bảo quản lá ở nơi khô ráo.

5. CÚC HOA VÀNG.

Cúc hoa vàng còn có tên gọi khác là kim cúc, hoàng cúc hoặc cam cúc. Tên khoa học của cây là *Chrysanthen num indicum* L và thuộc họ cúc (arteraceae).

* Giới thiệu chung:

Cây mọc thẳng đứng, cao 40 - 50cm, có khi cây bò dài trên mặt đất

Lá cúc có 3 cạnh tròn.

Hoa cúc có đường kính 1 - 1,5cm và có màu vàng.

Hoa cúc chữa đình nhọt, cao huyết áp... Hoa cúc ngâm rượu hoặc ướp chè dùng hàng ngày rất tốt.

* Kỹ thuật trồng cây:

- Thời vụ của hoa: Thời vụ thu hoạch hoa cúc tập trung trong tháng 3 - 4 hàng năm, còn thời vụ gieo trồng hoa cúc là các tháng trong năm.

- Cúc ưa với nhiệt độ vừa phải với đất phù sa, đất cát pha nước, độ ẩm vừa phải nhiệt độ tối nhất để cây sinh trưởng là 15 - 30°C

Đánh luống rộng 25 - 30cm, cao 30 - 35cm.
Đất ở luống trồng phải được cày bừa kỹ.

- Nhân giống cúc: Cúc là cây thân mầm nên có thể được nhân giống theo 2 cách.

Cây hoa cúc sau khi thu hoạch hoa (tháng 1 - 2) thì cắt hết thân cây tới sát mặt đất, khi cây phát triển cắt thêm 1 lần nữa vào tháng 3 - 4. Khi cây cao khoảng 10 - 15cm(tháng 5 - 6) thì đào cây lên lấy mầm để trồng.

Đặt cành cây xuống đất và phủ đất lên trên để tạo rễ ở những mặt cây. Cắt những phần mắt cây có rễ ra trồng.

Sau khi chuẩn bị luống trồng cây, bố trên mặt luống thành những hàng hốc, mỗi hốc cách nhau 30 - 35cm. Trồng 4 - 6 cây mầm vào một hốc rồi lấp đất vào hốc và tưới nước cho cây.

- Cách tạo nhiều hoa và điều khiển cho hoa nở rộ.

+ Sau khi trồng khoảng 2 tháng thì chọn những cây già để cắt bớt. Cắt hết thân cây dưới sát mặt đất để cây mọc thêm mầm, sau này ra nhiều hoa.

+ Sau khi trồng 40 - 45 ngày bấm ngọn cây lần thứ nhất. Sau 20 - 25 ngày bấm ngọn cây lần thứ 2.

+ Dùng giàn che luống hoa có thể giúp hoa nở rộ.

- Chăm sóc cây:

+ Cần tưới nước bón thúc phân đạm, phân hữu cơ cho cây để thu được nhiều hoa.

+ Bắt sâu và dùng thuốc hoá học để trừ sâu bệnh cho cây.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

- Bắt đầu thu hoạch khi cây ra hoa, 1 năm có thể thu 3 - 4 lứa hoa rải rác hàng tháng.

- Khi thu hoạch về cần sấy hoa với diêm sinh.

Cách sấy hoa.

Quây hoa bằng cát ép rồi sấy hoa với diêm sinh theo tỉ lệ 100kg hoa với 200 - 300 diêm sinh. Cho diêm sinh vào chậu hơi than để sấy hoa. Sau khi xông hơi phải che kín cát để hơi diêm sinh không lọt ra ngoài. Xông hoa trong 2 - 3 giờ, sau đó ép hoa 1 đêm cho chảy hết nước đen. Cuối cùng phơi hoa ép trong nắng nhẹ 4 - 5 ngày để hoa khô, 5kg hoa tươi sẽ cho 1kg hoa khô.

6. CÂY DÂU.

Cây dâu thuộc họ dâu tằm và có tên khoa học là *Morus alba* L.

* Giới thiệu chung:

- Dâu thuộc loại thân gỗ và có thể cao tới hàng chục mét.

- Toàn bộ thân cây gồm lá, cành, quả, rễ đều được làm thuốc. Cây tằm gửi sống nhờ trên cây dâu cũng là 1 vị thuốc quý.

* Kỹ thuật trồng dâu:

- Thời vụ: Dâu được trồng khi thời tiết bắt đầu có mưa giông tức là vào khoảng tháng 10 - 11 hàng năm.

- Nhân giống dâu bằng cách lấy những đoạn cây tươi của thân dâu bánh tẻ (gọi là hom) có nhiều mắt mầm và chặt hom thành từng đoạn 17 - 20cm.

- Dâu ưa đất phù sa, đất cát màu mỡ với độ ẩm cao và thoát nước tốt.

Có 2 cách trồng dâu là trồng dâu đất bãi và trồng dâu làm hàng rào.

+ Trồng dâu đất bãi:

Trước khi trồng dâu phải cày xới đất kỹ. Rạch trên ruộng thành những hàng sâu 30 - 40cm, mỗi hàng cách nhau 100 - 120cm. Bón phân chuồng vào các rạch rồi phủ đất lên trên phân. Cấy những hom dâu vào rạch theo hướng nằm ngang sao cho đầu của dâu hơi cao lên 1 chút. Cuối cùng lấp đất lên hom, tưới nước và phủ rơm rác để giữ ẩm cho cây.

+ Trồng dâu hàng rào:

Chặt hom dài 35 - 40cm, mỗi mét chiều dài cắm 8 - 10 hom với phần gối xuống dưới đất. Sau 15 - 20 ngày khi hom nảy chồi và sinh trưởng thì có thể trồng bù những hom khác vào chỗ những hom bị chết. Khi cây cao 20 - 25cm thì tỉa bớt cây, chỉ để lại 2 - 3 cây mập và khỏe.

- Chăm sóc cây: Bón phân đạm pha loãng, làm cỏ và xáo xới vun gốc cho cây.

- Phòng trừ sâu bệnh: Có thể dùng thuốc hoá học để diệt trừ sâu bệnh nhưng không được phun thuốc lên mặt lá để tránh làm giảm chất lượng của lá. Để trừ bệnh hại cho cây, cần chọn và xử lý giống từ khi làm hom.

* Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:

+ Lá cây thường được thu hoạch vào những ngày có nắng ẩm. Chỉ nên hái lá có bánh tẻ, có màu xanh thẫm. Phơi lá trong bóng dâm hoặc sấy nhẹ để lá giữ nguyên màu xanh.

+ Vỏ rễ dâu (tang bạch bì) tang bạch bì có thể thu hoạch quanh năm. Rễ phải rửa sạch, cạo bỏ to cắt bỏ rễ phụ. Lấy vỏ rễ phơi hoặc sấy cho khô.

+ Quả dâu chín (tang thâm): thu hoạch khi quả chín thẫm và ủ thêm khi quả đen thẫm. Quả dâu có thể sấy khô hoặc để dùng tươi và ngâm làm nước giải khát

+ Tằm gửi sống trên cây dâu (tang ký sinh): Thu hoạch toàn bộ và phơi khô hoặc sấy. Cắt tang bạch bì thành từng đoạn nhỏ để dùng

+ Tổ bọ ngựa trên cây dâu (tang phiêu diêu): thu hoạch cả tổ.

+ Có thể bắt sâu đục thân hoặc cây dâu phơi khô, ngâm rượu uống cũng rất tốt.

7. ĐỊA LIỀN

(SƠN LAI, SA KHƯƠNG, TAM LAI).

Địa liền thuộc họ gừng (Zingiberaceae) và có tên khoa học là *Kacpleria galang*.

* Giới thiệu chung:

- Địa liền là cây nhỏ sống lâu năm.
- Lá cây mọc sát mặt đất cả có hình trứng.
- Cuống lá là một ống ngăn, những lá ở giữa cây không có cuống.
- Rễ trong địa liền là một củ nhỏ.
- Hoa mọc vào tháng 8 - 9.
- Địa liền thường mọc hoang. Công dụng trong địa liền là chữa bệnh không tiêu, tê thấp tê phù, đau răng...

* Kỹ thuật trồng địa liền:

- Thời vụ địa liền là tháng 2 - 3 hàng năm.
- Đất thích hợp với địa liền là đất đồi, cát pha trong đất rừng mới khai phá đất trồng cây phải cày bừa kỹ và làm cỏ. Đánh luống cao 15 - 20cm rộng 90 - 100cm. Đào trên mặt luống những hốc với khoảng cách hốc x hốc là 35 x 25cm.

Nhân giống:

Dùng những củ nhỏ, mập để làm giống. Những củ để rửa, để nguyên chất và được để ở những nơi khô ráo, mát mẻ. Khi sang xuân thì bóc tách củ ra trồng.

Bón phân vào hốc rồi đặt những mầm cây, phủ nhẹ đất và rơm mỏng lên trên mầm, sau 1 tuần có thể thấy những hốc bị chết để trồng thêm mầm mới.

Chăm sóc:

- Sau khi trồng 30 - 40 ngày thì xáo xới và vun cỏ vào gốc để cây phát triển tốt. Bón phân đạm pha loãng hoặc phân chuồng mục để cây làm củ. Mùa hè có thể che bớt luống cho cây khỏi nắng.

*** Thu hoạch và sơ chế địa liên:**

- Thu hoạch địa liên khi lá bắt đầu ngả sang vàng, nếu trồng địa liên 2 năm thì sẽ thu hoạch được những củ có chất lượng tốt.

- Sau khi đào phải rửa củ nhẹ nhàng để tránh xây xước. Thái củ thành những lát mỏng dày 2 - 3mm và rộng 1 - 2cm xông diêm sinh cho củ mềm. Để những lát củ chuyển thành những màu đen cần phải phơi củ ngay sau khi xông diêm sinh.

8. ĐƯƠNG QUI.

Đương qui có tên có khoa học là *Angelica Clchayamana* (oliv) và thuộc họ hoa tấu (Umbelliperae).

* Giới thiệu chung:

Đương qui chỉ cao 30 - 35cm.

Thân cây màu tím và có những rạch dọc thân

Lá cây có mùi thơm đặc biệt trong cây thuốc nhưng nhìn lại hơi giống lá rau cần.

Đương qui là cây thuốc quý hàng đầu trong các cây thuốc bổ huyết với công dụng chữa thiếu máu, suy nhược cơ thể.

* Kỹ thuật trồng đương qui:

- Đất trồng đương qui phải được cày bừa kỹ, tơi xốp và có độ ẩm cao, thoát nước tốt.

- Đương qui thường được nhân giống ở vùng núi cao với khí hậu mát để đảm bảo phẩm chất của cây.

- Thời vụ gieo đương qui từ tháng 9 - 12. Sau khi gieo hạt 45 - 50 ngày thì đánh cây ra trồng. Có thể gieo hạt và trồng luôn không cần đánh cây

đi chỗ khác. Cách này cho năng suất cao nhưng thời gian sinh trưởng kéo dài.

- Điều kiện đất cũng như kỹ thuật làm đất và bón phân cũng như cây bạch chỉ

- Chăm sóc cây:

+ Trồng cây với khoảng cách 25 x 25 hoặc 30 x 25.

+ Khi cây có lá thì bón thúc đạm với tỉ lệ 1kg u rê pha loãng với nước/1ha. 20 - 25 ngày bón thúc phân 1 lần. Ngoài ra cần bón thêm ka li, lân và phân chuồng để cây phát triển tốt cả củ và lá.

+ Thường xuyên vun gốc để cây đứng vững và trừ bệnh ở cổ rễ cho cây.

Phòng trừ sâu bệnh:

+ Dùng thuốc hoá học để trừ sâu bệnh cho cây

+ Khi có nắng gắt hoặc mưa nhiều phải kịp thời xử lý để cây không bị thối củ hoặc bị hạn và chết héo.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế đương qui:**

- Thời vụ thu hoạch đương qui là tháng 6 - 7, khi lá bắt đầu ngả vàng.

- Rửa sạch củ rồi xông diêm sinh ở nhiệt độ 35 - 40°C sau đó tiếp tục sấy hoặc phơi nắng để khô củ và bảo quản để dùng dần.

Theo kinh nghiệm của những người trồng dương qui lâu năm thì có thể sơ chế củ dương qui bằng cách: đào dương qui về không rửa mà chỉ rũ cho sạch đất cát rồi phủ lá dứa bao tải hoặc ny lông ủ 2 ngày đêm. Sau đó lấy ra rửa sạch, phơi nắng sấy nhẹ khoảng 70%(cho gần khô) thì xông diêm sinh và sấy cho khô hẳn.

9. GẮC.

Tên khoa học của gác là *Morinda Ccochinensis* Lourvaf thuộc họ bầu bí (*Cucurbitaceae*).

* Giới thiệu chung:

- Gác là loại cây dây leo.
- Lá cây có màu xanh lục và xẻ làm 3 phần.
- Cây ra hoa vào tháng 4 - 5 với hoa đực và hoa cái riêng biệt.
- Tháng 6 - 8 cây bắt đầu cho quả xanh, quả có gai. Khi chín quả chuyển sang màu đỏ và gai

trở nên mềm.

- Gấc lụi vào mùa đông và phát triển tốt trong mùa hè.

- Gấc cho những dược liệu sau:

+ Hạt gấc có thể đắp ngoài để chữa mụn nhọt, trĩ... Hạt gấc không uống được vì trong hạt có chất độc.

+ Màng đỏ trong quả gấc chứa nhiều Vitamin A, thường dùng ép dầu để chữa cho những trẻ em suy dinh dưỡng do thiếu vitaminA, chữa những vết bỏng vết thương...

+ Rễ gấc dùng chữa tê thấp, sưng thận, đau người.

*** Kỹ thuật trồng gấc:** ..

- Thời vụ trồng gấc vào mùa xuân.

- Chọn quả gấc to, chín đỏ để làm giống.

- Có 3 cách trồng gấc phổ biến sau:

+ Trồng bằng hạt :

Hạt gấc bóc hết vỏ đen bên ngoài và dùng nhân trắng bên trong để trồng.

Đào hố rộng 35 - 40cm, sâu 40 - 50cm rồi cho phân chuồng mục, rác gần đầy hố. Mỗi hố gieo 2 -

4 hạt, khi cây mọc thì tỉa bớt để lại 1 - 2 cây khỏe trong hố.

+ Trồng bằng gieo hạt :

Gieo hạt gác cho đến khi cây cao 20 - 25cm thì đánh ra trồng.

+ Trồng bằng dây gác:

Đây là phương pháp cho quả rất sai. Chọn những đoạn dây bánh tẻ ở những cây giống tốt và thành từng đoạn dài 35 - 40cm. Vùi 2/3 đoạn dây xuống hố có phân bón lót và rơm rạ. Đoạn còn lại cũng được phủ rơm rạ để giữ độ ẩm.

- Chăm sóc:

+ Khi cây mới ra mầm phải thường xuyên giữ ẩm, bón thúc phân đạm hoặc nước phân chuồng để cây phát triển nhanh.

+ Khi cây leo lên giàn thì bón thúc phân chuồng và vun gốc cho cây. Dây leo càng rộng thì quả càng sai.

+ Vào mùa đông khi thu hoạch hết quả thì chặt cây đến gần sát gốc và để lại phần gố 50cm. Cách này sẽ làm cho cây sai quả với quả có chất lượng tốt hơn quả mùa trước.

- Phòng trừ sâu bệnh:

Nếu có sâu hoặc bệnh thì tốt nhất là nên cắt bỏ phần cây bị sâu hoặc bệnh để tránh lây sang chỗ khác

- Chọn quả gấc to chín đỏ để làm giống.

*** Kỹ thuật thu hái và sơ chế:**

- Thu hoạch khi gấc chín đỏ.

- Bỏ đôi quả gấc, lấy hạt ra nhưng vẫn giữ nguyên màng bao bọc hạt, sấy hoặc phơi hạt cho khô.

- Dùng dao tách màng vỏ trong gấc, sấy màng gấc ở nhiệt độ 60 - 70°C cho đến khi màng gấc khô giòn. Giã nhỏ và đồ chín gấc sấy khô rồi ép lấy dầu. Nếu có ít màng gấc thì có thể phơi khô rồi tán nhỏ màng gấc để nấu với dầu lạc hoặc mỡ ở 60 - 70°C. Dầu gấc là nguồn bổ sung Vitamin A rất tốt .

- Hạt gấc bỏ màng rồi phơi thật khô sau đó đem nướng chín. Giã hạt gấc nướng thành bột mịn để đắp lên những mụn nhọt ngoài da.

- Rễ gấc thái lát mỏng và phơi khô, sao vàng rễ gấc rồi thái lát hoặc tán nhỏ để dùng sắc uống với những vị thuốc khác.

10. GỪNG.

Cây gừng thuộc họ gừng (Zingiberaceae) và có tên khoa học *Zingiber officinale* rose.

* Giới thiệu chung:

Gừng thuộc loại thân nhỏ sống lâu năm.

Thân rễ trong gừng phình to thành củ, gừng càng già càng có nhiều xơ và càng đạt chất lượng cao.

Lá cây dài với những cuống lá ôm lấy nhau thành một thân giả.

Hoa gừng màu tím, dài 25 - 30cm và mọc từ gốc. Hoa gừng hiếm thấy nên chỉ thấy ở những cây gừng lâu năm hoặc mọc hoang.

Gừng xanh tốt vào mùa hè và tàn lụi vào mùa đông.

Củ gừng tươi (sinh khương) và củ gừng khô (can khương) đều có vị ấm cay nên được dùng để chữa cảm, mạo, phong hàn, đau bụng, thổ tả...

* Kỹ thuật trồng gừng:

Gừng có thể trồng quanh năm nhưng tốt nhất vào mùa xuân.

Củ làm giống là những củ trong mùa trước to, khỏe mập, và không bị sâu.

Gừng là cây dễ tính, chỉ cần vùng đất có nhiều mùn và tối xốp.

Luống trồng gừng phải đảm bảo phải thoát nước nhanh nên có những chỉ số sau: luống cao 15 - 20cm, rộng 60 - 70cm. Trên luống đào những hốc cách nhau 40 - 50cm, ở vùng đồi hoặc núi thoải thoải thì không cần đánh luống mà chỉ cần đào hốc để trồng gừng.

Sau khi trồng gừng xong cần xáo xới, làm cỏ và vun gốc nhưng khi gừng bắt đầu tạo củ thì không được xáo xới để bảo vệ củ.

Nên đổ rác, trấu vào xung quanh nơi trồng gừng. Có thể bón thêm đạm, ka li, tro để cây phát triển tốt.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

Khi gần đến mùa đông, cây gừng bắt đầu ngả màu vàng thì có thể thu hoạch được

Khi thu hoạch cần cắt hết phần thân cây rồi sau đó mới đào củ.

Củ được bỏ sạch rễ con, rũ hết đất cát và phơi nắng hoặc sấy ở nhiệt độ 30-35°C cho khô. Sau đó xông diêm sinh rồi bảo quản gừng ở nơi râm mát, khô, thoáng.

11. HOÀI SƠN.

Cây có tên khoa học là *Dioscorea Persimilis* Prant et Bor và thuộc họ củ mài (*Dioscoreaceae*).

* Giới thiệu chung :

- Hoài sơn thường mọc hoang ở vùng núi, đây là loại cây dây leo và có thể sống được nhiều năm

Củ hoài sơn có thể dài tới vài mét

Hoài sơn được dùng chữa bệnh ăn uống khó tiêu, đau đường, viêm ruột mãn...

* Kỹ thuật trồng hoài sơn:

Hoài sơn ưa đất cát pha, đất bazan ở vùng đồi núi.

Nhân giống hoài sơn là (thiên hoài) với đường kính 1, 5 - 2cm, dài 5 - 7cm. Có thể dùng phần đầu hoặc củ hoài sơn để làm giống cũng được. Giống để tươi trong bóng mát và phải bỏ những củ bị hỏng thối.

Hoài sơn được gieo trồng vào tháng 2 - 3.

Đánh luống cao 35 - 40cm, rộng 50 - 60cm với những rãnh luống rộng 35 - 40cm để đảm bảo thoát nước thật nhanh. Trên mặt luống đào

những hố theo kiểu hàng đôi rãnh sâu 20 x 20cm hoặc 25 x 20cm, sâu 5cm và đổ phân bón lót trên hố.

Đặt mầm cây vào hố với tỉ lệ 250 - 270 kg giống/ha tưới nước và ủ rơm rạ để giữ ẩm cho cây

- Chăm sóc cây:

+ Tháo nước, tưới nước và giữ ẩm cho cây thường xuyên.

+ Bón thúc phân đạm khi cây được 15 - 20cm và cứ sau 1 tháng bón thúc đạm 1 lần. Khi cây non thì pha đạm với nước cho loãng, độ đậm trong đạm phải tăng dần theo sự sinh trưởng trong cây. Khi dây và lá phủ kín luống thì không bón đạm nữa.

+ Làm cỏ, vun gốc, xáo xới để luống cây thoáng. Nếu có cây bị chết hoặc héo thì trồng bổ sung cây khác để cây mọc đều.

+ Làm giàn cho cây leo bằng que dài 1 - 1,2m, cắm những que này theo hình tam giác

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

- Để củ 2 năm thì củ to và có chất lượng rất tốt nhưng thông thường sau 1 năm có thể thu hoạch được.

- Thời điểm thu hoạch củ là vào mùa đông, khi lá cây bắt đầu úa và lụi dần.

- Khi lấy củ phải đào thật sâu vì củ hoài sơn thường rất dài, nếu đào nông quá có thể làm gãy củ.

- Gọt vỏ củ rồi xông diêm sinh (theo tỉ lệ 2 - 2, 5kg diêm sinh/100kg hoài sơn) trong khoảng 40 - 50h để củ mềm như quả chuối chín. Sau đó đem phơi khô để dự trữ.

- Hoài sơn dùng để xuất khẩu thì cần sấy 3 lần:

+ Lần 1: Xông 2 ngày đêm, ủ 1 đêm rồi phơi nắng nhẹ hoặc sấy khô. Sau đó tiếp tục ngâm nước 2 ngày đêm rồi rửa sạch và phơi khô. Lượng diêm sinh được dùng là 2kg diêm sinh/100kg hoài sơn đã gọt vỏ.

+ Lần 2: Cho hoài sơn vào lò và đốt diêm sinh trong 1 ngày đêm. Nếu sau 1 ngày đêm mà củ chưa mềm thì sấy cho tới khi mềm thì thôi. Sau khi sấy cho hoài sơn vào vại ủ 1 đêm rồi sữa củ theo ý muốn. Phơi nắng hoặc sấy cho hoài sơn khô rồi nhúng nhanh vào nước và vớt hoài sơn ra dùng giấy đánh cho khô bóng mặt ngoài của củ. Tỉ lệ diêm sinh dùng cho lần 2 là 1kg diêm sinh/100 kg hoài sơn.

+ Lần 3: Sấy lần cuối hoài sơn với diêm sinh theo tỉ lệ 200kg diêm sinh/100kg hoài sơn trong vòng 24 giờ. Cuối cùng cho hoài sơn vào bảo quản.

12. CÂY HOÈ.

Hoè thuộc họ cánh bướm (Papilionaceae) và có tên khoa học là *Sophora Japónica*.

* Giới thiệu chung:

- Hoè là cây thân gỗ.
- Lá cây dạng kép lông chim và có 4 - 17 lá chét trên 1 lá.
- Hoa hoè có nhị vàng, cánh trắng ngà và mọc thành chùm.
- Quả của cây hoè khi xanh có màu vàng chanh và chuyển thành màu nâu khi chín.
- Có 2 loại cây hoè là:
 - + Cây hoè cái (hoè nếp): cây có nhiều cành vút ngang, hoa rộ tập trung vào tháng 6 - 7 - 8, quả rất mập, cây hoè cái cho sản lượng hoa rất cao.
 - + Cây hoè đực (hoè tẻ) có nhiều cành mọc thẳng đứng, hoa ra ít với những nụ bé và bông

nhỏ nên năng suất hoa của cây thường thấp.

- Bộ phận được dùng làm thuốc là nụ hoa có công dụng trị cao huyết áp, ho ra máu...

*** Kỹ thuật trồng cây hoè:**

- Thời vụ trồng cây là vào mùa xuân.

- Có thể nhân giống tại vườn ươm bằng cách gieo hạt hoặc chiết, giâm cành.

+ Gieo hạt: Tháng 10 - 11 - 12 khi quả hoè chín thì cắt quả thành những đoạn nhỏ theo hạt ở bên trong. Thông thường có thể gieo hạt luôn còn nếu gặp hạn thì ngâm hạt trong nước ấm vài giờ trước khi gieo. Có thể gieo bằng hạt phơi khô nhưng tỉ lệ nảy mầm thấp hơn so với hạt tươi. Sau khi gieo độ 40 - 50 ngày, lúc cây cao 19 - 20cm thì đánh cây ra trồng.

+ Giâm cành, chiết cành:

Chặt cành vào mùa xuân và giâm cành trong đất ẩm để cành ra mầm mới, khi cây mọc rễ thì đánh ra trồng. Có thể chiết cành theo kỹ thuật chiết cành thông thường. Tỉ lệ sống ở những cây chiết thường cao hơn so với cây giâm cành. Cách nhân giống này có ưu điểm sẽ lai tạo được cây hoè cái nhưng lại có nhược điểm là cây sinh trưởng

chậm và giống chóng bị thoái hoá.

- Đào hố có phân rác mục rồi cho cây giống vào trồng với khoảng cách giữa mỗi cây là 2 - 2,5m. Cần thường xuyên tưới nước và bón phân cho cây, sau khi thu hoạch có thể chặt bớt cành quá cao để cây và những cành thấp tiêu cho việc thu hái. Bấm sâu và phun thuốc hoá học trừ sâu thường xuyên cho cây.

*** Kỹ thuật thu hái và sơ chế:**

- Khi tuổi hoè từ 4 - 5 năm thì bắt đầu thu hoạch nụ hoa.

- Thu hoạch vào những buổi sáng sớm khi trời còn khô ráo.

- Ngắt những chùm hoa chưa nở và dùng tay tốt nụ hoa, phơi nắng hoặc sấy khô để bảo quản.

13. CÂY HUYỀN SÂM.

Huyền sâm có tên khoa học là *Scrophularia buomeriara* Mig cây thuộc hoa mõm chó (*Scrophulariaceae*).

*** Giới thiệu chung:**

Huyền sâm là loại thân thảo, cao 1 - 1,5m. Thân cây vuông và có màu xanh, trên cây có những rãnh dọc.

Lá cây hình trứng đầu nhọn, lá có cuống ngắn và mọc đối chữ thập, phiến lá dài 8cm, rộng 6cm. Mép lá có răng cưa nhỏ và đều.

Hoa huyền sâm có màu trắng phớt vàng mọc ở đầu ngọn và cành.

Hạt của cây nhỏ như hạt cải, có màu đen hoặc nâu đen.

Huyền sâm có công dụng làm thuốc chữa tim mạch, giảm sốt, chống viêm...

*** Kỹ thuật trồng huyền sâm:**

Không nên trồng huyền sâm ở đất chua, mặn hoặc đất có sỏi đá vì cây ưa đất cát pha có nhiều mùn và rễ thoát nước.

Nhân giống cây: Chọn những cây tốt để lại làm giống những cây này sẽ không bị bấm ngọn, bấm cành. Khi quả bắt đầu chuyển từ màu xanh sang màu vàng nâu, hạt chín đen thì có thể thu hoạch để làm giống. Trước khi trũ hạt làm giống cần phơi nắng nhẹ và sàng lọc những hạt chắc để dành.

Thời vụ gieo hạt vào tháng 10 - 11, trước khi gieo hạt cần ngâm hạt trong nước ấm 35 - 40°C trong 4 giờ. Vớt hạt ra và trộn hạt với cát khô để gieo theo tỉ lệ 120 - 150g hạt /1sào. Sau khi gieo cần phủ rơm để giữ ẩm cho hạt. Khi hạt bắt đầu lên mầm (sau 7 - 10 ngày) thì bỏ bớt rơm rạ.

Đánh luống làm đất kỹ, luống phải cao 30cm, rộng 50 - 60cm, trên luống rạch 2 hàng dọc mỗi hàng cách nhau 30cm, có thể ươm rồi đánh cây ra trồng ở luống rồi gieo hạt trực tiếp lên luống để phát triển.

Khi cây cao 5 - 8cm thì bắt đầu làm cỏ, tỉa dặm để cây dặt khoảng cách 7 - 10cm 1cây, bón thúc phân đạm pha loãng theo tỉ lệ 1, 5 - 2kg/sào. Khi cây phủ kín mặt luống thì ngưng bón đạm mà chuyển sang bón thúc ka li để cây phát triển củ, khi cây cao 40 - 60cm thì bấm ngọn và cắt cành cây, chỉ để lại 8 - 12 đôi lá để cây có thể quang hợp được. Việc bấm cành bấm ngọn phải được làm thường xuyên và liên tục.

Phải chú ý tháo nước và tưới nước kịp thời cho cây.

Phòng trừ sâu bệnh: Dùng thuốc hoá học để trừ sâu và phải nhổ, huỷ bỏ những cây mắc bệnh

để tránh bệnh lây sang những cây khác.

* Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:

Ở miền núi, huyền sâm thường được trồng kéo dài hàng năm còn ở đồng bằng thì mùa thu hoạch huyền sâm vào tháng 7, tháng 8 hàng năm.

Thời điểm thu hoạch là khi lá cây úa vàng, cắt hết thân trên rồi đào củ cẩn thận để củ không bị xây xát.

Rửa sạch củ, bỏ bớt rễ phụ rồi phơi nắng.

Cách phơi: phơi ngoài nắng vào ban ngày, ban đêm đắp ủ lại. phơi 2 - 3 nắng thì ủ 2 - 3 ngày rồi lại tiếp tục phơi. Khi ủ cần dồn vào một chỗ rồi đắp kín củ bằng bao bì có tấm nước. Có thể sấy ở lò than với nhiệt độ $45 - 50^{\circ}\text{C}$ để ủ khô. Khi sấy cũng phải vừa sấy vừa ủ giống như khi phơi. Tránh không sấy ở nhiệt độ cao quá để củ khỏi bị nứt

14. CÂY HƯƠNG NHU.

Hương nhu có 2 loại là hương nhu tím (*OccimumsanetumL*) và hương nhu trắng (*ocimumgratissimumL*). Hương nhu thuộc loại

hoa môi (*Labiatae*)

*** Giới thiệu chung:**

Cây được trồng và dùng nhiều để làm thuốc là cây hương nhu tía.

Hương nhu tía toàn thân có màu tím và có lông che phủ.

Lá có cuống dài, phiến bé bề rộng thưa.

Hoa của hương nhu mọc thành chùm và có màu tím.

Cây hương nhu thường được nhân giống bằng hạt rất dễ dàng.

*** Kỹ thuật trồng cây:**

Nhân giống hương nhu bằng hạt. Dùng hạt của cây hương nhu năm thứ 2 hoặc năm thứ 3. Nên lấy hạt giống vào tháng 3, 4, 5. Hạt giống được lấy từ bông hoa. Để chọn những hạt tốt cần sàng sảy để loại bỏ tạp chất.

Hương nhu dễ trồng nên có thể được gieo trồng ở các loại đất.

Có thể đào hố, gieo hạt để cây phát triển. khi cây trưởng thành thì tỉa bớt để khoảng cách giữa mỗi cây là 1, 5 – 2m. Nếu ươm cây trong vườn rồi mới đánh ra trồng thì cần đánh cẩn thận để

tránh làm hỏng rễ cây.

Chỉ cần chăm sóc cây trong thời kỳ ươm bằng cách bón thúc đạm, tưới nước để giữ ẩm cho cây

Cây ít bị sâu hại, chỉ để phòng bệnh hại hoặc gia súc phá hoại.

* Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:

Hương nhu tía thu hoạch khi cây trở hoa (tháng 3 – 4). Thu hoạch phần cành và nụ hoa rồi phơi khô.

Hương nhu trắng thu hoạch cành, lá và hoa để lấy tinh dầu vì tỉ lệ tinh dầu của hương nhu trắng đạt 0,6 – 0,8%.

.15. CÂY ÍCH MẪU.

Ích mẫu thuộc họ hoa môi (Labiatea) và có tên khoa học là *Leonurus heterophyllus* sweet.

* Giới thiệu chung:

ích mẫu là loài thân thảo.

Thân cây vuông và có thể cao hàng mét. Cành cây mọc đối hình chữ thập.

Lá cây khi nhỏ có dạng hơi tròn, mép có răng cưa còn khi già thì lá sẽ có 6 thùy nhỏ.

Hoa ích mẫu mọc từ thân tới ngon. Hoa mọc ở kẽ lá.

Ích mẫu có công dụng bổ huyết, điều kinh, rong huyết, cao huyết áp...

* Kỹ thuật trồng ích mẫu:

Thời vụ trồng ích mẫu là từ tháng 10 - 11 hoặc tháng 1 tùy vào lượng mưa và độ ẩm. Ích mẫu phát triển tốt ở nhiệt độ 15 - 20°C.

Nhân giống ích mẫu bằng hạt. Cách nhân giống: khi quả ích mẫu chín 40 - 50% thì cắt hoa và phơi. Rũ hạt ra rồi sàng lọc lấy những hạt chắc, mẩy phơi thật khô để dành cho vụ sau. Việc lựa chọn hạt giống thường được tiến hành vào tháng 4, tháng 5.

Đất trồng ích mẫu phải được cày bừa kỹ để đảm bảo thoát tiêu nước tốt. Ích mẫu không cần trồng trên luống mà chỉ cần gieo vãi hạt ở ruộng.

Gieo hạt rồi để cây phát triển, không cần đánh ra chỗ khác trồng lại. Khoảng cách giữa các cây là 15 - 20cm.

Cần tưới nước cùng phân đạm và urê để cây phát triển nhanh. Có thể phun thuốc hoá học để phòng trừ sâu bệnh cho cây.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

Thời gian thu hoạch lúa ích mẫu đầu là 3 tháng sau khi gieo.

Khi thu hoạch cắt toàn bộ phần cây để lại rễ. Sau khi thu hoạch lúa đầu cần bón thúc phân chuồng, thu hoạch lúa thứ 2 sau 29 – 30 ngày.

Thời điểm thu hoạch tốt nhất là khi cây mới nụ.

Cây cắt về cần tãi mỏng cắt từng đoạn 8-10cm rồi đem phơi khô.

Cách nấu cao ích mẫu:

Dùng ích mẫu phơi khô nấu với nước cho sôi 4 - 6 giờ. Vớt hết bã cây, dùng nước cô thành cao lỏng theo tỉ lệ 1kg ích mẫu lấy được 1kg cao lỏng.

Năng suất ích mẫu đạt 15 tấn/ha tức là được 150 kg cao/ha.

16. CÂY KIM NGÂN (NHẪN ĐÔNG)

Kim ngân thuộc họ cơm cháy (Caprifoliaceae) và có tên khoa học là *Lonicera* SP.

*** Giới thiệu chung:**

Hiện nay ở Việt Nam có 2 loại cây kim ngân là kim ngân đại và kim ngân khôn.

Kim ngân là loại cây leo.

Lá cây màu xanh đậm, mọc đối nhau. Cây thay lá vào mùa thu và mùa đông lá có màu xanh rất đẹp.

Hoa kim ngân mọc ở nách lá theo từng đôi. Hoa mới nở màu trắng sau chuyển sang màu vàng và có mùi thơm dễ chịu. Mùa hoa thường tập trung vào tháng 5 – 6.

Phần được dùng làm thuốc của kim ngân là hoa và nụ hoa với công dụng giải nhiệt, tiêu độc, lợi tiểu, hạ sốt...

*** Kỹ thuật trồng cây kim ngân:**

Kim ngân dễ tính, có thể trồng ở mọi loại đất từ những vùng đất trũng nước.

Nhân giống kim ngân bằng cành. Thời điểm giâm cành là vào mùa xuân và mùa thu.

+ Cách giâm cành kim ngân:

Chọn những cành bánh tẻ, cắt dài 15 – 20cm. Quấn dây thành khoanh tròn rồi đặt cây xuống hố rồi phủ đất mịn. Kim ngân mọc lá non sau 10 – 16 ngày.

Khi cây phát triển tiếp tục khoanh dây thành vòng tròn có đường kính 15 – 20cm rồi phủ đất

lên trên. Kèm theo cách này sẽ giúp cây phát triển tốt và ra hoa nhiều. Khi cây phát triển lên cao thì làm giàn để cho cây leo.

Bón thúc phân 2 – 3 lần/năm.

Đến mùa thu phải sửa giàn và tỉa cành già để cành non phát triển.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế kim ngân:**

Thu hoạch khi hoa sắp nở hoặc mới chớm nở. Phơi hoa trong bóng mát hoặc sấy nhẹ hoa ở nhiệt độ 39 - 40°C. Khi thu hoạch cần hái cả cụm hoa và hái vào buổi sáng sớm.

17. CÂY LÁ LỐT.

Cây thuộc họ Hồ tiêu (Piperaceae) và có tên khoa học là *Piper lolot* CDC.

*** Giới thiệu chung:**

- Lá lốt là cây sống lâu năm.
- Thân cây nhỏ, có những đốt to. Những đốt này cũng chính là nơi để cây phát triển cành mới.
- Lá cây tròn nhẵn nhìn giống lá trầu không nhưng nhỏ hơn một chút.

- Lá lốt thường mọc hoang. Rễ cây có công dụng chữa đau xương, thấp khớp. Lá cây sắc có thể chữa được bệnh ra mồ hôi chân và mồ hôi tay.

*** Kỹ thuật trồng cây:**

- Lá nốt có thể sinh trưởng tốt, đặc biệt là ở những vùng đất màu mỡ.

- Nhân giống cây bằng thân ngầm. Cắt từng đốt của cây với chiều dài mỗi đoạn 5 - 10cm rồi giặm thân cây trong đất, cây sẽ tự bén rễ và phát triển.

- Giữ ẩm, nhặt cỏ dại để cây phát triển tốt. Có thể bón thêm phân chuồng hoặc urê cho cây. Nếu có sâu bệnh thì phải nên diệt kịp thời.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế cây lá lốt:**

- Sau khi trồng hơn 1 tháng bắt đầu thu hoạch lá. Lá được thu hoạch phải già, ngả sang màu xanh sậm.

- Có thể dùng cả phần thân trên mặt đất hoặc riêng lá để làm thuốc. Cây lá phải được rửa sạch, phơi trong nắng nhẹ hoặc sấy nhẹ cho khô. Nếu thu rễ cây cũng phải làm theo cách này.

18. CÂY MÃ ĐỀ.

Mã đề có tên khoa học là *Plantago Major* L và thuộc họ mã đề (*Plantaginaceae*).

* Giới thiệu chung:

- Cây mã đề là loài cây nhỏ và sống lâu năm
- Cây có thân ngầm

- Lá cây hình thìa hoặc hình trứng. Trên phiến lá có gân chạy dọc rồi chụm lại ở gốc lá. Cuống lá dài và tạo thành cụm ở gốc.

- Hoa mã đề mọc từ thân và kẽ lá. Hoa có dạng bông và cuống dài.

- Quả của cây là phần được dùng làm thuốc. Quả hình hộp. Trong quả có những hạt màu đen bóng. Hạt mã đề có công dụng trị bệnh lậu, tiểu tiện bí... Tuy nhiên do hạt mã đề khó thu hoạch và có ít nên có thể dùng toàn bộ thân rễ cây để làm thuốc.

* Kỹ thuật trồng mã đề:

- Dùng hạt cây để làm giống.

- Đánh luống thấp gieo hạt vào mùa xuân.

Khi gieo nên tưới cho nước ẩm và gieo hạt với mật độ thưa. Có thể đánh cây con ở những nơi

khác vào trồng ở luống cũng được.

- Cần tưới nước và bón phân chuồng hoai mục cho cây. Thường xuyên làm cỏ và xới xáo ruộng trồng cây. Đến khi lá cây che phủ kín mặt luống thì ngừng xới xáo cây.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế**

- Nếu thu hoạch toàn cây thì nên lấy mã đề vào tháng 5 - 6. Sau khi thu hoạch cần rửa sạch rồi phơi sấy khô.

- Nếu thu hoạch hạt thì phải thu hoạch muộn hơn so với toàn cây. Phải chờ đến khi bông màu nâu, hạt cây màu nâu thì lấy bông về để phơi sấy. Rũ hoa để lấy cho hết hạt.

19. CÂY MẠCH MÔN.

Mạch môn thuộc họ hành tỏi (Liliaceae) và có tên khoa học là *Ophiopogon japonicus* Well.

*** Giới thiệu chung:**

- Mạch môn là loài cây nhỏ sống lâu năm.
- Lá cây hẹp dài và mọc từ gốc. Lá cây nhìn gần giống lá lúa nhưng nhẵn bóng và sẫm hơn lá lúa. Cuống lá tạo thành bẹ nhỏ.

- Cuống hoa màu trắng, dài và mọc từ kẽ lá.
- Quả mạch môn màu tím nhạt, mọng.
- Rễ cây phình to thành củ. Đây là phần dược liệu của cây với công dụng chữa bệnh ho, thổ huyết, đại tiện bí, thiếu sữa khi sinh...

*** Kỹ thuật trồng mạch môn:**

- Mạch môn có thể trồng được ở các loại đất nhưng nếu ở đất mùn, tơi xốp thì cây sẽ cho củ to và có chất lượng tốt hơn.

- Thời vụ trồng mạch môn thường vào tháng 12 và tháng 1.

- Nhân giống bằng cây mạch môn sau khi thu hoạch hết củ.

- Đào hố 30 - 40cm và cho phân rác vào hố, lấp đất lên trên. Chia cây thành 5 - 6 khóm nhỏ và trồng vào hố đã đào sẵn. Nện chặt đất vào gốc cây và thường xuyên tưới nước để giữ độ ẩm cho cây. Sau 7 - 10 ngày cây sẽ bén rễ và phát triển thành cây con.

- Cần làm cỏ và xáo xới cho cây để bộ rễ càng phát triển.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

- Sau 1 năm có thể thu hoạch củ những chất

lượng củ cao và giá trị chữa bệnh của củ sẽ tăng thêm nếu để củ sau 2 - 3 năm.

- Khi thu hoạch phải đào hố sâu và rộng để tránh xây xát củ. Cần chọn những củ có màu nâu hoặc nâu sẫm để làm dược liệu vì những củ màu trắng thường là củ còn non. Những củ non này cần trồng để củ phát triển tiếp.

- Củ sau khi rửa sạch phải đồ hoặc luộc cho mềm để bóc bỏ lõi bên trong. Lõi này được phơi hoặc sấy khô để làm thuốc. Cần lưu ý là chỉ nên phơi mạch môn cho mềm vì nếu phơi khô giòn thì lượng đường trong mạch môn sẽ giảm đi.

20. NGẢI CỨU.

..

Ngải cứu thuộc họ cúc (*Arteraceae*) và có tên khoa học là *Artemisia Vulgaris* Lin.

* Giới thiệu chung:

- Ngải cứu là loại cây lâu năm.
- Cây cao khoảng 60cm và có thể phát triển tới hàng trăm cm.
- Công dụng của ngải cứu là dùng trị bệnh động thai, đau đầu. Đây là loại cây có tác dụng

an thai được người dân rất ưa chuộng.

*** Kỹ thuật trồng ngải cứu:**

- Ngải cứu ưa đất nhiều mùn, màu mỡ. Tuy nhiên nếu trồng ở những nơi đất bình thường cây vẫn phát triển tốt.

- Thời vụ trồng ngải cứu là vào vụ đông xuân và thời điểm phát triển mạnh nhất của cây là vào vụ xuân hè. Sau 40 - 45 ngày cây bắt đầu ra lá và phát triển tốt.

- Sau 1 đợt thu hoạch lá cần bón thúc phân đạm và phân chuồng mục để cây có đủ dinh dưỡng để phát triển.

- Nếu gặp hạn hán hoặc ngập úng cần nhanh chóng xử lý.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế ngải cứu:**

- Thời điểm thu hoạch ngải cứu là từ tháng 4 đến tháng 6.

- Sau khi cắt lá thì phơi rải cây trong bóng râm để giữ tinh dầu. Bó cây thành từng bó để bảo quản.

- Cách nấu cao ngải cứu:

Ngải cứu đun sôi trong 4 - 6 giờ rồi lọc bỏ bã và cô thành cao. Trong khi nấu cao cần lọc nước

ngải cứu 2 - 3 lần để sạch tạp chất, 1kg ngải cứu lấy được 1 lít nước ngải cứu.

21. CÂY NGUU TẮT.

Ngưu tất thuộc họ Dền (Amaranthaceae) và có tên khoa học là *Achyran the bidentata* BL.

* Giới thiệu chung:

- Ngưu tất nhìn hơi giống với cây có xước nhưng thân mảnh và hơi vuông. Thân cây thường cao 70 - 80cm.

- Lá cây có phiến hình trứng, đầu nhọn và không xẻ thùy có cuống ngắn và mọc đối nhau.

- Hoa thường mọc thành bông ở đầu cành và kẽ lá.

- Ngưu tất có nhiều công dụng: nếu dùng sống có thể chữa được bệnh lậu còn sắc uống có thể chữa đau mắt, bổ gan thận.

* Kỹ thuật trồng ngưu tất:

Ngưu tất dễ trồng nhưng tốt nhất là trồng cây ở đất cát pha có nhiều mùn. Cần làm luống cao để củ phát triển tốt.

Thời vụ gieo trồng ngưu tất là cuối tháng 10 đến khoảng giữa tháng 11. Nếu trồng sớm hoặc muộn hơn thời điểm này thì cây sẽ cho năng suất thấp.

Nhân giống cây bằng hạt. Xử lý hạt trước khi gieo bằng cách ngâm hạt trong nước 3 – 4 giờ rồi vớt hồi hạt lép. Để hạt ráo nước, trộn với cát để gieo hạt cho đều.

Gieo hạt theo tỉ lệ 8 – 10kg hạt giống/1ha đất. Sau khi gieo phủ rơm rạ lên trên hạt đến khi cây được độ 5 – 7 ngày tuổi thì bỏ rơm rạ ra khỏi luống.

Cần tưới nước cho cây nhưng khi mới gieo không nên tưới nhiều vì như vậy dễ làm thối cổ rễ của cây. Pha phân đạm với nước theo tỉ lệ 1 phân/200 nước để cây phát triển.

Cần tỉa cành bấm ngọn ngắt hoa để dồn chất dinh dưỡng nuôi củ. Thời điểm tỉa cành cắt hoa là vào tháng 2 – 3 hàng năm và sau 5 – 7 ngày lại tỉa cành và ngắt hoa một lần.

Dùng thuốc hoá học để trừ sâu bệnh cho cây

*** Thu hoạch và sơ chế ngưu tất.**

Khi ngưu tất được 140 – 150 ngày tuổi thì bắt

dầu thu hoạch. Trước khi lấy củ phải cắt hết phần thân cây trên mặt đất.

Sau khi đào củ không rửa mà rửa sạch đất cát ở củ rồi chất củ thành đống, phủ trên đống bằng bao bì, cát... trong 5 – 7 ngày. Nếu sau 5 – 7 ngày mà gừng tất chưa chuyển sang màu hồng thì ủ thêm 1 – 2 ngày nữa. Quá trình ủ này sẽ làm lượng bột trong củ chuyển hoá thành đường.

Sau khi ủ dỡ gừng tất ra ngâm trong nước sạch 4 giờ rồi sấy gừng tất với diêm sinh. Sấy xong phơi gừng tất dưới nắng 4 – 6 giờ và trong bóng mát 2 – 3 ngày hoặc sấy ở nhiệt độ 40 – 50°C

22. CÂY RỄ QUẠT.

Rễ quạt có tên khoa học là *Belamcanda sinensis* Lem và thuộc họ Lay ơn (*Iridaceae*).

* Giới thiệu chung:

Rễ quạt có thân mọc bò, nằm dưới đất. Rễ quạt thuộc loại cây nhiều năm.

Lá cây hình mác, dài 50 – 60cm và lá xếp thành bẹ có hình phẳng đều.

Hoa rẻ quạt có 6 cánh màu vàng đỏ, các bông hoa mọc chung trên 1 cuống có độ dài 30 – 40cm

Quả cây màu xanh, trong quả có hạt màu đen

Thân ngầm của rẻ quạt (xạ can) được dùng làm thuốc chữa bí tiểu tiện, tắc sữa...

Cần lưu ý là người có thai không nên dùng rẻ quạt

*** Kỹ thuật trồng rẻ quạt:**

Rẻ quạt có thể trồng làm cảnh hoặc trồng thành từng bụi. Có thể gieo hạt để nhân giống cây hoặc nhân giống bằng cây con.

Rẻ quạt ưa đất cát và chậm phát triển ở đất sét, đất thịt và đất trũng.

7 Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế rẻ quạt:

Rẻ quạt có thể thu hoạch quanh năm nhưng thời điểm thu hoạch tốt nhất là vào mùa đông khi lá cây ngả sang màu vàng vì đây là thời điểm của của cây có chất lượng tốt nhất.

Đào củ rẻ quạt lên rồi ngâm trong nước gạo đặc 1 – 2 ngày sau đó thái mỏng và sấy khô củ để dùng dần.

23. CÂY SẢ.

Sả thuộc họ lúa (Gramineae) và có tên khoa học là *Cymbopogon nardus* Rendl.

* Giới thiệu chung:

Sả thường mọc thành bụi và có thể cao tới trên 1m.

Thân rễ sả trắng hoặc tím.

Lá cây hẹp và dài, trông hơi giống lá lúa nhưng ráp hơn so với lá lúa.

Sả có 2 loại là sả thường và sả chanh. Toàn thân sả có mùi thơm đặc biệt.

Sả thông thường được dùng làm thực phẩm, làm thuốc chữa những bệnh thông thường và được chiết xuất lấy tinh dầu. Tinh dầu sả là mặt hàng xuất khẩu có giá trị.

* Kỹ thuật trồng sả:

Sả không kén đất và thích hợp với những vùng sườn đồi dốc.

Thời vụ trồng sả chính là vào mùa xuân, ngoài ra có thể trồng sả ở bất kì thời điểm nào trong năm. Tách các lớp của củ sả có tuổi trên 1

năm để trồng sà. Trồng sà thành bụi theo hàng với tỉ lệ hàng cách hàng 80cm và bụi cách bụi 50cm. Khoảng cách này có thể thay đổi tuỳ theo điều kiện và tình trạng đất. Sau khi trồng một tháng cần kiểm tra và bổ sung cây mới thay cho những cây cũ bị chết.

Bắt sâu hoặc dùng thuốc hoá học để trừ sâu bệnh ở sà.

* Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế sà:

Sà dùng để cất tinh dầu thì thu hoạch trong vòng tháng 3 – 11 còn sà dùng thông thường thì có thể thu hoạch quanh năm. Để cất tinh dầu, cứ 30 – 40 ngày cắt lá sà 1 lần và phơi lá ở nơi râm mát trong 2 – 3 ngày. Năm 2 tuổi đến năm 6 tuổi sà cho tỉ lệ dầu cao nhất: 8,8% - 7%. Cây sà có thể cho thu hoạch trong 10 năm.

Khi cất tinh dầu, chỉ cần cho sà sôi trong 3 – 4 giờ là đủ lượng tinh dầu cần thiết.

24. CÂY SÀI ĐẤT.

Sài đất có tên khoa học là *Wedelia* *Calendulaceae* Less và thuộc họ cúc (*Asteraceae*).

*** Giới thiệu chung:**

- Trước đây sài đất thường mọc hoang và mới được đưa vào gieo trồng đại trà để làm thuốc

- Cây thuộc loại thân bò và rễ cây mọc theo thân bò lan xuống đất. Thân cây màu xanh và được bao phủ bởi những lông màu trắng.

- Lá cây rộng 1 – 1,5cm, dài 1,5 – 3,5cm với 1 – 2 răng cưa ở mép lá. Phiến lá hình bầu dục, 2 mặt lá có lông nhỏ và cứng bao phủ. Lá mọc đối và không có cuống.

- Hoa sài đất tròn, nhỏ như khuy áo và có màu vàng tươi giống hoa cúc.

- Sài đất tính mát và có công dụng chữa mụn nhọt, chốc lở... Lưu ý là thời gian điều trị bằng sài đất không được quá 7 ngày/dợt điều trị.

*** Kỹ thuật trồng sài đất:**

Thời vụ trồng sài đất là vào mùa xuân. Có thể trồng sài đất quanh năm. Sài đất ưa đất tơi xốp và những nơi ẩm, mát.

Nhân giống sài đất bằng thân tươi có rễ. Thân cây cắt thành từng đoạn 15 – 20cm. Làm đất kỹ rồi rạch thành hàng trên luống, mỗi hàng cách nhau 30 – 35cm. Đặt cây giống vào hàng, lớp

dất và tưới nước cho cây. Sau khi trồng 10 – 15 ngày thì xáo xối cho cây và bón cây bằng đạm, urê hoặc pha loãng phân chuồng mục.

Có thể dùng thuốc hoá học phòng và trừ sâu bệnh cho cây nếu cần. Lưu ý là nếu dùng thuốc sâu thì trước khi thu hoạch 15 – 20 ngày phải ngừng phun thuốc.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế sài đất:**

Thời điểm thu hoạch sài đất là khi cây bắt đầu ra hoa.

Khi thu hoạch chỉ cắt hết phần thân trên mặt đất. Rẽ cây để lại rồi tiếp tục bón phân sẽ cho lứa cây mới.

Sài đất sau khi thu hoạch phải rửa sạch, loại bỏ rác bẩn rồi phơi hoặc sấy khô để dùng dần sài đất tươi nấu thành cao dùng tốt hơn là sài đất khô. Cách nấu cao sài đất: Nấu sài đất sôi trong 4 – 6 giờ, bỏ bã, cô đặc nước sài đất thành cao theo tỉ lệ 1lít cao ứng với 1kg sài đất.

25. CÂY SẮN DÂY (CÁT CĂN).

Tên khoa học của sắn dây là *Pueraria thomsoni* Benth thuộc họ cánh bướm (Papaceae).

*** Giới thiệu chung:**

Sắn dây là loại thân leo, bề mặt của thân cây có lông bao phủ.

Mỗi lá cây gồm 3 lá chét hình trứng, đầu nhọn, 2 mặt lá đều có lông bao phủ.

Hoa của sắn dây mọc thành chùm ở kẽ lá và có màu xanh. Hoa có tác dụng giải độc.

Quả sắn dây màu vàng nhạt.

Phần dùng làm dược liệu của sắn dây là củ sắn. Củ sắn do rễ cây phát triển tạo thành, củ có công dụng chữa cảm sốt, ra mồ hôi, mất máu.

*** Kỹ thuật trồng sắn dây:**

Nhân giống sắn dây bằng thân cây, tháng 2 - 3 sau khi đào củ sắn thì cắt lấy những đoạn dây bánh tẻ to, mập có mắt để làm giống. Dây làm giống dài 100cm, quấn dây thành vòng nhỏ.

Đào hố sâu 60 - 70cm, rộng 35 - 40cm rồi đổ phân chuồng, rác mục vào hố. Đặt khoanh dây giống vào hố rồi lấp đất dày 5 - 7cm lên trên, nén chặt đất và phủ rơm rạ để giữ ẩm. Sau 15 - 20 ngày khi cây mọc, dùng phân đạm hoặc phân chuồng tưới cây.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế sắn dây:**

Sắn dây thu hoạch được sau 1 năm.

Khi thu hoạch cắt thân cây đến sát gốc đào lấy củ.

Rửa sạch củ và cắt thành từng đoạn 10 - 15cm rồi bỏ đoạn đó làm 2 hoặc làm 4. Nếu dùng ngay thì thái sắn mỏng 0, 5 - 1cm rồi xông diêm sinh trong 6 - 10 giờ cho chín mềm phơi sắn ngay cho khô.

Cách làm bột sắn: Chặt củ thành từng đoạn dài hoặc để nguyên cả củ và xát trên bàn xát bằng nhôm hoặc máy xát. Gạn lấy nước, bỏ xơ rồi đem nước phơi nắng.

26. CÂY SÂM BÁO.

(BỐ CHÍNH SÂM, THỔ HÀO SÂM)

Sâm báo thuộc họ bông (Malvaceae) và có tên khoa học là *Hibiscus sago* Hipolitus Kurz.

*** Giới thiệu chung:**

Sâm là loại cây thân thảo yếu.

Hoa của cây có màu phớt vàng.

Cây có hình dạng giống như cây bông nhưng thấp hơn.

*** Kỹ thuật trồng cây sâm báo:**

Sâm báo ưa những vùng đất đồi tối xốp hoặc đất phù sa.

Thời vụ gieo trồng sâm báo là vào tháng 2 - 3 và có thể kéo sang tháng 4. Nếu gieo trồng muộn thì năng suất của cây sẽ bị giảm sút.

Nhân giống cây bằng hạt. trước khi gieo cần ngâm hạt trong nước nóng $35 - 40^{\circ}\text{C}$. Vớt hạt ra để hơi se mặt rồi đem phơi, nếu đất ướt hoặc trời lạnh thì ủ cho hạt nảy mầm rồi mới gieo hạt.

Đánh luống rộng 60 - 70cm, cao 25 - 30cm. Rạch trên mặt luống những hàng ngang, mỗi hàng cách nhau 30 - 35cm. Bón phân chuồng vào rạch rồi phủ đất nhẹ lên trên. Gieo hạt với tỉ lệ 15 - 20 hạt /1rạch. Còn một cách gieo hạt khác là gieo vào hốc mỗi hốc 3 - 5 hạt.

Lưu ý: Các hốc phải cách nhau 20 - 30cm, sau khi gieo phủ đất lên kín hạt để giữ ẩm.

Khi cây phát triển cần tỉa bớt cành, chỉ để lại mỗi hàng 8 - 10 cây. Làm cỏ và bón phân đạm, urê pha loãng. Đến tháng 4 - 5 thì phát ngồng cho hoa.

Cần chăm sóc, phòng trừ sâu bệnh cho cây có thể dùng thuốc hoá học để trừ sâu nếu cần

* Thuật thu hoạch và sơ chế sâm:

Tùy thuộc sự phát triển của cây, có thể thu hoạch vào thời điểm sau 6 - 7 - 8 tháng sau khi trồng. nói chung khi lá ủa vàng là cây có thể thu hoạch được:

Cắt bỏ phần thân trên và đào phần củ. Rửa sạch đất cát ở củ rồi sơ chế theo những cách sau:

Cách 1: Ngâm củ với nước vo gạo một đêm rồi vớt ra đồ củ cho chín, phơi hoặc sấy củ đã đồ để dùng dầu.

Cách 2: Ngâm củ với phèn chua với tỉ lệ 300g phèn chua pha nước /10kg củ. Sau khi ngâm đem sấy hoặc phơi củ.

Cách 3: Ngâm theo 2 cách trên rồi ngâm thêm với nước gừng và gấc để củ có màu sắc và mùi thơm.

Cách 4: Cạo sạch vỏ củ rồi ngâm phơi đêm sấy cho khô củ.

Cuối cùng có thể xông củ đã khô với diêm sinh để bảo quản.

27. SÂM ĐẠI HÀNH.

Sâm đại hành thuộc họ lay ớn (Iriliaceae) và có tên khoa học là *Eleutherine subaphylla* gagnep.

* Giới thiệu chung:

Cây sống được nhiều năm, không có thân nhưng có thể cao 30 - 40cm do những lá cây nhỏ lên.

Lá cây nhọn và có nhiều gân song song với nhau.

Hoa của cây nhỏ và có màu trắng.

Củ sâm đại hành màu đỏ, nhìn giống như củ hành hoặc củ tỏi nhưng nhỏ và dài hơn.

Rễ cây ngắn và có lúc phình ra.

Bộ phận được dùng của cây là củ với công dụng chữa thiếu máu, vàng da, xanh xao, ho gà, mụn nhọt ...

* Kỹ thuật trồng sâm:

- Sâm có thể sinh trưởng tốt các loại đất. Cây sinh trưởng tốt vào mùa xuân và lụi vào mùa đông.

- Thời vụ trồng sâm vào tháng 11 - 12 kéo dài sang tháng 2 - 3.

- Trồng cây bằng hốc với khoảng cách giữa các hốc là 25 x 30 hoặc vùi vào đất sâu 20cm.

- Nhân giống bằng củ của cây mẹ. Tách củ nhỏ, bỏ lá và rễ con rồi đem trồng với tỉ lệ 20 – 25kg giống/1 sào. Sau khi trồng cần tưới nước để giữ ẩm cho cây.

- Khi cây mọc được 2 – 3 lá cần giảm để lấp chỗ trống của những cây bị chết. Vun gốc cho cây đều đặn. Có thể bón phân chuồng mục hoặc đạm, urê pha loãng với nước để cây chóng phát triển.

- Tháo nước kịp thời cho cây nếu lượng nước mưa quá nhiều.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế cây:**

- Sau 10 tháng có thể bắt đầu thu hoạch nhưng để cây được 2 năm thì củ sẽ có chất lượng tốt.

- Thời điểm thu hoạch là vào lúc cuối thu khi lá bắt đầu vàng úa. Cuốc đất để lấy củ sao cho củ không bị xây xát. Lúc thu hoạch này có thể chọn giống cho vụ sau.

- Sau khi đào củ lên rửa củ cho sạch, thái củ theo chiều ngang cho mỏng rồi phơi hoặc sấy khô. 4 kg củ tươi cho 1 kg củ khô.

28. CÂY SEN.

Sen thuộc họ sen và có tên khoa học là *Nelumbium speciosum* Willd.

* Giới thiệu chung:

- Sen thường sống ở dưới nước, những nơi có nhiều bùn.

- Phần thân sen sống trong bùn được gọi là ngó sen.

- Lá sen hình tròn với cuống lá dài vươn lên trên mặt nước.

- Có 2 loại hoa sen là: Hoa sen hồng to, thơm và hoa sen trắng.

- Toàn bộ cây sen đều được dùng để làm thuốc.

* Kỹ thuật trồng:

Có 2 cách để trồng sen:

Cách 1: Nhân giống bằng ngó sen. Cách này phát triển nhanh và cho thu hoạch nhanh.

Cách 2: Trồng bằng hạt. Chọn những hạt sen to, mập, ngâm hạt trong nước ấm rồi ủ cho hạt lên mầm. Sau đó nắm hạt sen vào 1 cục đất sét và vùi đất vào nơi muốn thả sen. Còn 1 cách

trồng sen bằng hạt khác là rút nước ở nơi trồng sen rồi rải đều hạt sen trên mặt bùn, khi hạt sen mọc thì tháo nước vào ruộng. Để hạt nảy mầm nhanh thì bóc tách phần vỏ cứng bọc ngoài hạt sen.

- Đề phòng chuột và sâu bệnh phá hoại sen.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế sen:**

- Lá sen: Chọn những lá bánh tẻ hái về phơi nắng ở nhiệt độ 40 – 50°C. Lá sen có thể chữa bệnh tiêu chảy, đái ra máu.

- Tua sen (liên tu): Tua sen là những tua nhị và bao phần đã khô trong hoa sen. Liên tu có thể chữa bệnh di tinh, mộng tinh, băng huyết ... Thu hoạch liên tu vào mùa hè và phơi hoặc sấy khô ở nhiệt độ 30 – 40°C.

- Tâm sen (liên tâm): Tâm sen phối hợp với những vị thuốc khác chữa bệnh ít ngủ, thổ huyết... Cách thu hoạch tâm sen như sau: bóc bỏ vỏ cứng ở hạt già rồi ngâm hạt sen vào nước. Bóc bỏ lớp màng và thông tâm sen. Sấy hoặc phơi tâm sen ở nhiệt độ 40 – 50°C.

- Hạt sen (liên nhục): Bóc bỏ vỏ cứng của hạt rồi phơi hoặc sấy cho hạt khô. Hạt sen có công dụng chữa chứng tì hư, mất ngủ, di mộng tinh...

- Ngó sen (liên ngẫu): Ngó sen có thể dùng làm thuốc cầm máu trong các bệnh đại tiểu tiện ra máu, nôn ra máu, chảy máu cam.

- Gương sen (liên phòng): Sau khi lấy hạt, phơi khô gương sen để làm thuốc cầm máu rất tốt.

29. CÂY SINH ĐỊA (ĐỊA HOÀNG).

Sinh địa có tên khoa học là *Rehmannia glutinose* và thuộc họ hoa mõm chó (*Scrophulariaceae*).

* Giới thiệu chung:

- Sinh địa là cây thân thảo cao 35 - 40cm. Thân cây có lông màu tro bao phủ.

- Lá cây có đầu hơi tròn, cuống lá hẹp, mép có răng cưa không đều. Lá cây mọc vòng.

- Hoa sinh địa mọc thành từng chùm hình chuông màu đỏ tím ở ngọn cây.

- Rễ cây phình thành củ. Đây chính là phần được dùng làm dược liệu. Rễ cây qua chế biến được gọi là thực địa.

- Sinh địa có công dụng mát máu, chữa suy nhược. Sinh địa là một trong những vị quan trọng để bồi bổ và phục hồi sức khỏe. Thục địa có vị ngọt hơi đắng, tính ôn với công dụng bổ thận, bổ huyết, bổ gan thận ...

*** Kĩ thuật trồng sinh địa:**

- Thời vụ trồng sinh địa: Trồng tháng 5 - 10. Thu hoạch tháng 3 - 4, tháng 9 - 10.

- Sinh địa ưa đất sạch sẽ, tối xốp, dễ tiêu nước.

- Nhân giống bằng củ sinh địa. Chọn củ 5 - 6 tháng tuổi không bị xây xát, sâu thối, đường kính trung bình của củ đạt 1 - 1,5cm. Cắt củ theo từng đoạn sao cho mỗi đoạn có 5 - 7 mắt mầm (1 đoạn củ dài 1,5 - 2cm). Để đoạn giống ở nơi thoáng gió trong 1 ngày rồi chấm tro bếp vào mặt cắt. Cuối cùng đem mẫu giống ra trồng

- Đánh luống cao, trên mặt luống đào 2 hàng song song với nhau hoặc đào hốc với khoảng cách 25 x 25cm. Bón phân lót xuống hố trong hàng đào sẵn, phủ lên đó một lớp đất mỏng rồi đặt mầm vào trồng. Sau khi trồng phủ 1 lớp đất bột dày 2 - 3cm và rơm rạ để giữ ẩm cho cây.

- Tưới nước đều đặn hàng ngày từ khi trồng cho tới khi cây lên mầm (sau 10 - 16 ngày). Sau đó có thể tưới nước ít hơn nhưng phải tưới thêm phân đạm.

- Kiểm tra kỹ để bổ sung kịp thời mầm giống vào chỗ trong những mầm bị chết.

- Khi cây được 3 - 4 tháng tuổi thì không được xáo xối và bỏ ngồng hoa để cây tạo củ. Những việc này phải làm thường xuyên để đảm bảo tập trung đủ dinh dưỡng cho cây.

- Cần chú ý phòng trừ sâu bệnh cho cây.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế:**

- Sau 5 - 6 tháng trồng có thể bắt đầu thu hoạch củ. Đào củ cẩn thận để không làm xây sát củ. Sau khi đào chắt củ thành đồng rồi dùng bao tải ướt tẩm nước phủ kín củ trong 5 - 6 ngày. Khi củ lên mốc và biến thành màu đen thì đem củ ra phơi hoặc sấy cho khô mềm. Nếu sấy thì khi mới sấy chỉ để ở nhiệt độ 50 - 60°C, làm theo cách này thì sinh địa sẽ không bị nứt.

- Cách chế biến sinh địa thành thực địa: rửa sạch rồi cho sinh địa vào thùng, củ to xếp ở dưới,

củ nhỏ xếp ở trên. Đun sinh địa với rượu theo tỉ lệ 10l rượu 40°/90kg sinh địa, đun to lửa cho sinh địa sôi rồi giữ lửa nhỏ trong 6 - 8 giờ để rượu cạn. Trong khi đun, sau 1h lại lấy rượu ở dưới tưới lên trên để sinh địa ngấm đều. Vớt sinh địa ra phơi trong 3 ngày rồi lại tiếp tục nấu sinh địa lần thứ 2 với nước và 2kg gừng giã nhỏ để đun giống như lần 1. Tiếp tục làm theo những cách trên cho tới khi sinh địa biến thành màu đen.

Ngoài 2 cách trên còn 1 cách khác để chế biến sinh địa thành thực địa:

Sinh địa	100kg
Rượu 40°	5 - 6 lít
Gừng	3kg
Sa nhân	2kg

Các vị trên trộn đều rồi để 1 đêm cho ngấm. Chung hơi các vị thuốc trong 72 giờ cho chín. Vớt dược liệu ra sấy cho dược liệu có màu đen và khô mềm.

30. CÂY TÍA TÔ.

Tía tô thuộc họ hoa môi (*Labiaceae*) và có tên khoa học là *Perilla Deymoides L.*

* Giới thiệu chung:

- Tía tô cao 80 - 100cm. Thân cây thẳng đứng và có lông bao phủ.

- Lá cây màu tím hoặc xanh tím, hình trứng, phiến lá có răng cưa và đầu lá nhọn.

- Hoa tía tô nhỏ có màu trắng hoặc tím nhạt.

- Quả cây màu nâu nhạt hình cầu.

- Từ cây tía tô có thể cho 3 loại dược liệu:

+ Lá tía tô (tô diệp) với công dụng chữa ho, làm ra mồ hôi, kích thích tiêu hoá ...

+ Cành tía tô (tô ngạch) có tác dụng như lá tía tô nhưng ít hơn nên thường dùng kết hợp lá và cành tía tô trong điều trị.

+ Hạt tía tô (tử tô tử) trừ ho, đờm, tê thấp..

* Kỹ thuật trồng tía tô:

- Tía tô ưa đất phù sa mát mẻ nên khả năng chịu hạn kém.

- Thời vụ gieo trồng tía tô là vào mùa xuân.

- Thường trồng tía tô bằng hạt giống hoặc đánh cây non ra trồng thành những luống ở cây khác. Luống tía tô phải đạt tiêu chuẩn cao 10 – 15cm, rộng 70 – 90cm, rãnh luống 25 – 30cm. Luống làm theo những chỉ số này sẽ giúp cho việc thoát nước, tưới nước ở ruộng được dễ dàng.

- Bón thúc phân theo mục đích sử dụng:

+ Cây lấy lá bón nhiều phân đạm.

+ Cây lấy hạt bón nhiều phân lân.

*** Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế tía tô:**

- Thu hoạch lá lần thứ 1 vào cuối tháng 3 và đầu tháng 4. Sau mỗi lần thu hoạch phải bón thúc và làm cỏ để cây tiếp tục phát triển. Một vụ gieo trồng có thể thu hoạch 3 - 4 lứa lá. Sau khi thu hoạch hết lá thì thu hoạch cành.

- Cây dành làm giống thì hái lá 1 – 2 lần rồi bón thúc để cây ra thêm hoa và kết quả tốt.

- Các dược liệu phơi phơi và sấy nhẹ. Tốt nhất là phơi cây trong bóng mát.

31. CÂY Ý DĨ.

Ý dĩ thuộc họ lúa (Poaceae) và có tên khoa học là *Coixlachryma joibi linn.*

* Giới thiệu chung:

- Ý dĩ là cây sống lâu năm.
- Thân cây cao thẳng đứng với những đốt rõ rệt. Cây dễ nhiều nhánh.
- Lá cây dài như lá ngô non.
- Hoa ý dĩ thuộc dạng đơn tính và mọc ở nách lá.
- Quả cây hình tròn hoặc bầu dục với vỏ cứng. Quả có màu nâu còn hạt quả hình tròn, màu trắng hoặc ngà.
- Ý dĩ có công dụng chữa viêm phổi, viêm ruột, sỏi thận, lợi gan mật.

* Kỹ thuật trồng ý dĩ:

- Ý dĩ dễ tính và ưa đất đồi núi với khí hậu ôn hoà. Cây vẫn sống tốt khi gặp hạn hán hoặc úng nước nhưng chất lượng hạt kém hơn so với hạt bình thường.
- Thời vụ trồng ý dĩ vào tháng 3 – 4.

- Nhân giống cây bằng hạt. Chọn những hạt chắc mẩy, không có bệnh. Lọc hạt giống bằng cách ngâm hạt vào nước, những hạt chìm và có màu trắng là hạt giống tốt. Sau đó ngâm hạt giống vào nước với nước ấm $35 - 40^{\circ}\text{C}$ trong 3 - 4 giờ rồi vớt ra để ráo nước.

- Đánh luống cao 10 - 15cm. Đào những hốc thành hàng, mỗi hốc cách nhau 15 - 17cm, mỗi hàng hốc cách nhau 40 - 45cm. Bón phân vào hốc.

- Gieo hạt vào hốc theo tỉ lệ 1 - 2 hạt/hốc (1 sào gieo 1kg hạt giống).

- Khi cây lên cao 2 - 3 lá thì xáo xới, bón thúc để cây phát triển.

- Khi cây ra hoa thì phải rung cây để hoa rụng và hoa cái thụ phấn được với nhau vì cây có hoa đực và hoa cái khác nhau.

- Cần chú ý chăm sóc và phòng trừ sâu bệnh cho cây.

- Kỹ thuật thu hoạch và sơ chế ý dĩ.

- Thu hoạch cây vào lúc cuối thu ngã sang đông khi cây héo vàng và quả chuyển thành màu nâu nhạt.

- Cắt bông ý dĩ để phơi khô và lấy hạt. Sấy hạt ở nhiệt độ 50 – 60°C, khi vỏ ngoài trong hạt khô giòn thì xát vỏ để lấy hạt.

32. CÂY DIẾP CÁ.

Diếp cá thuộc họ lá giấp (*Saurura ceac*) và có tên khoa học là *Huottuynia Cordata* Thumb. Diếp cá còn có tên khác là ngư tinh thảo, lá giấp.

* Giới thiệu chung:

- Diếp cá là loài thân thảo với độ cao 20 - 40cm. Thân cây mọc đứng và thường bò lan do có các rễ phụ ở đốt.

- Lá diếp cá hình tim với đầu nhọn. Lá mọc so le và có màu lục, tím đỏ hoặc tía. Lá diếp cá vò ra thường có mùi tanh.

- Rễ cây mọc sâu vào đất và ở những vùng đất xốp tốt thì rễ mọc sang ngang nhiều hơn.

- Hoa diếp cá mọc thành bông với 4 lá bắc màu trắng, hoa nhỏ và không có bao hoa.

- Diếp cá chịu ẩm và chịu hạn tốt.

- Diếp cá có tác dụng giải độc, thanh nhiệt, tiêu thũng và sát trùng...

* Kỹ thuật trồng diếp cá.

- Đất phải xới xáo, làm sạch cỏ và san bằng. Trên 1000m² đất bón 2 - 3 tấn phân chuồng, 10 - 15kg phân lân và 3kg phân NPK.

- Cắm lên líp để dễ chăm sóc và thu hoạch. Tùy thuộc vào địa hình của ruộng làm líp nông 10 - 15cm rộng 1 - 1.2m hoặc hơn.

- Nhân giống diếp cá bằng cách nhổ cả cây hoặc cắt cành sát gốc.

- Giâm cành theo luống với khoảng cách 30 x 50cm và tưới nước ngay để giữ ẩm cho cây. Khi cây ra rễ mới (khoảng sau khi trồng 7 - 10 ngày) thì mới bắt đầu tưới phân hoặc tưới nước tiểu pha loãng. Cần lưu ý là không tưới phân đặc lên lá cây mới trồng hoặc cây còn non.

33. CÂY HÀNH.

Hành thuộc họ hành tỏi (Liliaceae) có tên khoa học là *Allium Fistulosum* L và có một số tên gọi khác như: Hành hoa, đại thông, thông bạch...

*** Giới thiệu chung:**

- Hành là loài cây lâu năm, thân thảo.
- Lá cây dài 30 - 50cm hình trụ rỗng. Mỗi cây có từ 5 - 6 lá với đầu thuôn nhọn và gốc phình to.
- Hành có hoa tựa hình sim có ngấn tạo thành những tán giả như hình cầu. Hoa của hành mọc trên một ống hình trụ rỗng.
- Quả hành dạng nang và có hình tròn.
- Hành có công dụng trừ đờm, chữa chứng ra mồ hôi, làm sáng mắt...

*** Kỹ thuật trồng:**

- Tiêu chuẩn của đất trồng hành là đất phải có nhiều mùn, dễ thoát nước, độ PH từ 6 - 6.5. Lên luống trồng cây rộng 1 - 1.2m cao 20 - 30cm, luống cách luống 30cm, nếu độ PH < 5 thì bón thêm vôi, lân, tro bếp. Trước khi trồng mỗi một ha đất cần bón lót 15 - 20 tấn phân chuồng hoai, 300kg lân, 250 - 300kg kali, 50 - 100 tạ tro bếp.

Có thể bón lót phân theo 2 cách.

Cách 1:

Trước khi bón phân phải cày bừa kỹ đất, rải các loại phân nói trên cho đều sau đó mới lên luống.

Cách 2:

Xẻ rãnh trên luống theo hàng, mỗi hàng cách nhau 25 - 30cm. Trộn đều các loại phân vào rồi rải vào rãnh. Phủ một lớp đất 3 - 5cm lên mặt phân.

- Nhân giống hành bằng cách lựa những củ hành của ruộng khác. Hành làm giống phải trung bình không quá to hoặc không quá bé.

- Đặt phần rễ của củ hành xuống dưới và lấp đất phủ kín mầm hành. Trồng hành theo tiêu chuẩn cây cách cây 7 - 10cm, hàng cách hàng 25 - 30cm. Trồng xong phủ rơm, rạ hoặc trấu và tưới nước để giữ ẩm cho hành mọc nhanh.

Ngoài cách trồng bằng củ, ta có thể trồng hành bằng cách gieo mạ để cấy. Gieo hạt hành theo tỷ lệ 4 - 5g/1m² đất. Trước khi gieo phải ngâm hạt vào nước. Sau 40 - 45 ngày thì bắt đầu cấy ra luống theo kỹ thuật trồng hành và củ.

* Chăm sóc cây:

- Với ruộng trồng bằng củ:

- + Không để lớp rạ đè lên làm gãy mầm hành.

- + Sau 10 - 15 ngày thì bắt đầu tưới phân đạm pha loãng. Nếu tăng thêm nồng độ phân để hành

mọc nhanh. Có thể tưới cây bằng ure hoặc bánh dầu đậu phộng, dầu dừa ngâm kỹ với nước. Tưới cây 5 - 7 hoặc 10 ngày/lần tùy thuộc vào độ ẩm của đất.

+ Ngừng tưới phân trước khi thu hoạch khoảng 15 ngày.

- Với ruộng gieo bắt hạt.

+ Khi cây được 5 - 7cm thì bón phân với tỷ lệ giống như với hành trồng bằng củ.

+ Sau khi cây giữ ẩm cho hành, việc tưới phân và ngừng tưới phân cũng tiến hành giống như với hành trồng bằng củ.

*** Thu hoạch:**

Sau 45 ngày với hành trồng bằng củ và sau 1 tháng với hành gieo hạt thì bắt đầu thu hoạch. Có thể thu hoạch hành theo 2 cách.

- Tỉa củ nhỏ và tỉa dần cho đến hết ruộng.

- Cắt riêng phần lá để dùng và tưới phân lên phần củ để cây mọc tiếp. Cách này làm hạn chế sự phát triển của củ và lại cho thu hoạch lá quanh năm.

*** Kỹ thuật để giống cây cho vụ sau:**

Lựa những ruộng giống tốt, to, khỏe, không bị

sâu bệnh, tĩa bớt những cây nhỏ. Bón thêm phân, lân tro bếp và tưới đều để cây ra hoa khoẻ. Khi trụ mang hoa bắt đầu khô thì hái về làm giống. Lưu ý là do nội nhũ hạt hành có chứa dầu nên phải gieo hạt hành vào ngay vụ sau, tránh để lâu qua năm.

34. CÂY HẸ.

Hẹ thuộc họ hành tỏi (Liliaceae), có tên khoa học là *Allium Odorum* L (*Allium tuberosum* Roxb).

* Giới thiệu chung:

- Cây hẹ nhìn hơi giống cây cỏ với chiều cao 20 - 50cm. Hẹ là loài thân thảo, giò nhỏ hơn so với giò hành và có rất nhiều rễ con.

- Lá hẹ hẹp và dài nhưng rất dày với chiều dài 10 - 30cm, rộng 1,5 - 10mm, đầu nhọn, mỗi cây hẹ thường có 4 lá.

- Hoa hẹ hình xim và co ngắn lại thành một tán giả, cọng hoa nhìn có hình gần như là ba cạnh.

- Hoa hẹ có cuống dài > 100mm và có màu trắng.

- Quả hệ màu đen, nhỏ, đường kính 3 - 4mm dài 4 - 5mm. Hệ ra hoa vào tháng 6 - 8 và đến tháng 8 - 10 bắt đầu ra quả.

- Hệ có công dụng kháng sinh trị ho, trị cảm cúm và trị tiêu chảy.

*** Kỹ thuật trồng:**

- Đất trồng hệ phải đảm bảo những yêu cầu giống như với đất trồng hành hoa.

- Có 2 cách trồng hệ là trồng bằng hạt và trồng bằng củ.

- Cách trồng bằng hạt:

+ Lên luống rộng 1,2 - 1,4m, cao 20 - 30cm. Rạch trên luống thành các rãnh, và rãnh cách rãnh 20 - 25cm. Bón phân vào rãnh theo tỷ lệ 15 - 20 tấn phân chuồng hoai/1 ha hoặc 15 - 20 kg cho 100m², 3 - 5 kg phân lân.

- Trước khi gieo phải ngâm hạt giống vào nước 35 - 37°C trong nửa ngày, trộn với tro bếp vò tơi để gieo hạt.

+ Gieo vãi hạt hoặc gieo vào rãnh, gieo xong phải phủ một lớp đất bột lên trên.

+ Sau khi hạt mọc được 7 - 10 ngày thì tưới nước phân ure cho cây. Pha phân theo tỷ lệ 300 -

500g phân/100 m².

+ Nhổ hẹ ra cấy ở luống khác khi hẹ phát triển tới 10 = 15cm. Tưới nước phân cho hẹ 7 - 10 ngày/lần.

- Cách trồng bằng củ:

+ Làm đất và lên luống bón phân như cách trồng bằng gieo hạt.

+ ấn từng tép hẹ xuống đất cho chặt sao cho khoảng cách của mỗi tép là 7 - 10cm.

+ Sau khi trồng phủ rơm rạ lên trên luống để giữ ẩm cho cây.

- Chăm sóc cây:

+ Thường xuyên làm cỏ trên luống.

+ Bón tro bếp quanh gốc hẹ trước khi bón phân. Bón phân bằng cách hoà phân với nước để tưới ở gần gốc hẹ.

*** Thu hoạch.**

Nếu chỉ cần dùng lá thì chỉ cần cắt hết lá, chừa lại 2 - 3cm trên mặt đất. Sau đó tưới nước và tưới phân là hôm sau lại có thể thu hoạch được lá.

* Cách giữ giống họ cho vụ sau:

- Để giống hạt.

Để lại những luống họ tốt nhất, chăm sóc cho đến khi họ ra quả thì thu hoạch. Hoa họ thu về chà nhẹ cho ra hạt rồi đem phơi khô hạt ở nhiệt độ 35 - 40°C. Chăm bảo quản hạt trong chai lọ kín để gieo trồng vụ sau.

- Để giống bằng củ:

Giữ lại những luống họ khỏe, không bị sâu bệnh, tỉa bớt cây con sao cho những cây còn lại có khoảng cách 12 - 15cm. Bón thêm phân và tro bếp để củ phát triển. Khi củ họ đã chắc thì nhổ cả cây, buộc họ thành từng túm phơi trong bóng mát rồi lại phơi ra nắng độ 5 - 6 giờ rồi đem cất để trồng vụ sau. Lưu ý là không chắt củ giống thành đồng vì như vậy giống dễ bị thối.

35. CÂY NGHỆ.

Cây nghệ thuộc họ gừng (Zingiberaceae) và có tên khoa học là *Curcuma Longa* L (*Curuma domestica* Lour).

* Giới thiệu chung:

- Nghệ thuộc loài thân thảo có rễ màu vàng sẫm (dây chính là phần được gọi là củ nghệ) và sống lâu năm.

- Phần trên mặt đất gồm nhiều bẹ lá ôm lấy nhau.

- Lá nghệ to bản, dáng lá hơi giống lá chuối, cuống lá dài mọc ôm với nhau thành thân giả.

- Hoa nghệ có 2 mo, lá bắc dưới màu xanh, lá bắc trên màu đỏ. Hoa xếp thành 2 - 4 cái ở nách. Mỗi hoa cao 4 - 5cm với cánh màu đỏ, cánh trên có mào, nhị hoa màu vàng, lép. Mỗi hoa cũng có màu vàng nghệ và chẻ làm đôi. Hoa còn có bao phấn trắng, bầu có lông và 2 vòi nhụy lép. Cụm hoa nghệ cao 30 - 40cm.

- Nghệ có công dụng diệt khuẩn cao vì trong nghệ có 0,3 chất Curcumin có tác dụng diệt khuẩn như một kháng sinh. Ngoài ra nghệ còn là vị thuốc dùng chữa bệnh dạ dày, chữa vàng da và ứ huyết sau khi sinh.

* Kỹ thuật trồng.

- Làm đất:

Nghệ ưa đất tơi xốp và dễ thoát nước, sau khi

làm đất và cày bừa kỹ thì đánh luống rộng 1 - 1,2m, cao 20 - 25cm. Bón phân Super lân/1 ha đất trồng. Có thể bón phân bằng cách trộn đều phân với đất hoặc bón phân theo rãnh.

- Nhân giống bằng những củ tốt, không có sâu bệnh. tách củ ra thành từng nhánh, mỗi nhánh trồng ở một hốc.

- Sau khi xẻ rãnh, bón phân vào từng rãnh rồi phủ một lớp đất 2 - 5cm lên trên. Trồng củ nghệ vào rãnh sao cho củ cách củ 20 - 25cm và hàng cách hàng 30 - 35cm. Sau khi trồng, lấp một lớp đất lên trên cùng một lớp rơm rạ để giữ ẩm.

- Sau khi nghệ mọc mầm (khoảng sau 5 - 7 ngày) thì bỏ lớp rạ phủ bên trên đi.

- Khi nghệ phát triển lá vàng nhạt, mượt thì không cần bón thúc đạm và khi nghệ được 5 - 6 lá mới bắt đầu bón thúc kali và vun hốc cho cây.

* Thu hoạch nghệ:

Vụ thu hoạch nghệ thường vào rải rác từ tháng 10 đến tháng 3 năm sau. Dấu hiệu cho

thấy nghệ có thể thu hoạch được là lá con ngừng phát triển và lá già khô mép, ngả sang màu vàng nhạt, lúc này nghệ có da bóng, vàng sẫm.

Nghệ dào xong để ở nơi khô ráo hoặc sấy khô làm bột nghệ.

36. CÂY ỚT.

Ớt thuộc họ cà (Solonaceae) và có tên khoa học *Capicum annum* L.

* Giới thiệu chung:

Ớt là cây hàng năm, thân cao trung bình và phần cành phân nhánh nhiều.

- Lá ớt có hình thoi, thuôn về phía ngọn, lá đơn, có cuống.

- Hoa ớt có 5 cánh màu trắng hoặc tím và mọc ở nách lá.

- Rễ ớt phân thành nhiều rễ phụ và ăn rất nông.

Ở Việt Nam hiện nay có một số loại ớt phổ biến sau:

1. Ớt sừng trâu.

Ớt sừng trâu cao từ 80 - 100cm, trên cây có nhiều cành và cho từ 100 - 120 quả/cây. Quả ớt sừng trâu cong và dài 15cm x 1,5 - 2cm. Thời gian sinh trưởng của ớt sừng trâu là 160 - 180 ngày đạt năng suất 10 - 14 tấn/ha.

2. Ớt chìa vôi.

Ớt chìa vôi cao 50 - 80cm và có từ 150 - 200 quả/cây. Ớt chìa vôi sinh trưởng trong 120 - 160 ngày và cho năng suất 5 - 7 tấn/ha. Quả ớt chìa vôi nhỏ, nhiều hạt và có hình dạng quần quèo.

3. Ớt chỉ thiên.

Cây cao khoảng 70 - 80cm nếu được trồng ở chỗ cao thì cây có thể sống lâu năm. Quả ớt chỉ thiên chỉ to 1,2 x 0,8cm nhưng lại rất cay. Quả có màu đỏ tươi và mọc ngược chĩa thẳng lên trời. Thời gian sinh trưởng của cây trong khoảng 150 - 180 ngày và năng suất trung bình của ớt đạt 7 - 10 tấn/ha.

Cây ớt, quả ớt là nguồn cung cấp Vitamin A rất ít quý giá cho con người.

* Kỹ thuật trồng:

Ốt ưa đất nhiều mùn, dễ thoát nước và đặc biệt là đất đỏ không trồng các cây họ cà, ớt các loại ở vụ trước. Trước khi trồng phải cày và phơi đất trong 10 - 15 ngày. Đánh luống rộng 1,2 - 1,4m, cao 20 - 30cm.

- Ươm cây con.

Ốt thường trồng vào 2 vụ là vụ mà mưa (gieo tháng 4 - 5 và trồng tháng 5 - 6 dương lịch) và vụ mùa mưa (gieo tháng 9 - 10 và trồng tháng 10 - 11 dương lịch).

Trước khi gieo hạt phải làm đất, bón phân theo tỷ lệ 10 - 15kg phân chuồng hoai và 1 - 2kg phân lân cho 20m² đất. Đánh luống cao 10 - 15cm để gieo hạt. Gieo hạt với tỷ lệ 20g/20m² trước khi gieo phải trộn hạt với tro bếp để rải hạt cho đều. Sau khi gieo hạt dùng răng cào nhỏ cào mặt luống để hạt chìm vào mặt đất. Cuối cùng dùng rơm, rạ phủ mặt luống.

Thường xuyên tưới nước và nhổ cỏ dại cho cây, tưới ure vào các buổi chiều. Urê nên pha loãng theo tỷ lệ 50 - 100g/20m² đất. Nếu lá cây xanh đậm quá thì bón 50 - 100g phân lân Kaly hoặc tro bếp.

- Ớt trong vườn ươm khi cao 10 - 15cm và có 5 - 6 lá thì bung ra ruộng trồng. Tốt nhất là nên trồng ớt vào buổi chiều mát. Sau khi trồng 7 - 10 ngày thì kiểm tra lại luống trồng để loại bỏ cây chết, trồng dặm cây cho đủ.

*** Thu hoạch ớt.**

Khi quả ớt có màu đỏ ở phần cuống lá bắt đầu thu hoạch được. Chọn những quả ớt đẹp đem sấy khô và nghiền hoặc để nguyên quả tùy theo mục đích sử dụng.

37. CÂY RIÊNG **(CAO LƯƠNG KHƯƠNG)**

Cây riềng có tên khoa học là *Alpinia officinarum*, Hance và thuộc họ gừng (*Zingiberaceae*).

*** Giới thiệu chung:**

- Cây riềng là loài thân thảo lâu năm, cây cao từ 1 - 1,5m với thân rễ mọc ngang và chia thành nhiều đốt không đều nhau.

- Thân cây phủ nhiều vảy và có màu đỏ nâu.

- Lá cây mọc cách thành 2 dãy, lá hình mũi mác và không có cuống.

- Hoa riêng có cánh môi to, râu đỏ, màu trắng và mọc thành chùm thưa ở đầu ngọn.

- Quả riêng hình cầu, có lông, hạt được bao bọc bởi áo hạt.

- Riêng có vị cay dùng để kích thích tiêu hoá, chữa đầy hơi, đau bụng, đau dạ dày.

*** Kỹ thuật trồng.**

- Nếu trồng riêng ở những diện tích nhỏ hẹp quanh nhà, riêng phát triển tốt ở những nơi đất cao ráo và gần nước. Trồng riêng bằng hố rộng 30 - 40cm có bón phân chuồng hoặc rác theo tỷ lệ 1 - 2kg/hố. Cất củ riêng thành nhóm và đặt xuống hố rồi phủ đất lên trên, cuối cùng, tưới nước để giữ ẩm cho cây.

Khi riêng đâm rễ mới (sau 4 - 5 ngày) thì vun gốc, tưới phân cho riêng mọc tốt.

- Nếu trồng riêng trên diện tích rộng.

Đất cày bừa, làm sạch cỏ và trộn phân với đất theo tỷ lệ 15 - 20 tấn phân chuồng và 200 - 300kg lân/1 ha.

Sau khi làm đất và bón phân thì đánh luống cao 20 - 25cm rộng 1 - 1,5m. Trên mặt luống xẻ rãnh, mỗi rãnh cách nhau 500cm.

Trồng riêng vào rãnh sao cho mỗi cây cách nhau 40cm và lấp đất vào gốc cho chặt.

Khi riêng phát triển tới 30 - 40cm thì bắt đầu làm cỏ và vun gốc.

38. CÂY TỎI.

Tỏi có tên khoa học Allium L và thuộc họ hành tỏi (Liliaceae).

*** Giới thiệu chung:**

- Tỏi thuộc loài thân thảo, sống hàng năm. phần da thường gọi là củ tỏi chính là thân của cây.

- Lá tỏi dẹt và dày.

- Hoa tỏi mọc trên một trục hình trụ từ thân củ kéo dài ra và khi trục còn non thì được các lá tỏi bao phủ. Hoa tỏi hình xim và có các ngăn để hình thành tán giả.

- Tỏi có công dụng phòng trị bệnh thương hàn, chữa đầy hơi, cảm cúm...

*** Kỹ thuật trồng:**

- Tỏi ưa đất mùn, tỏi xốp với độ PH từ 6 - 6,5.

bón phân vào đất tỷ lệ 20 - 25 tấn phân chuồng hoai/ha. Có thể bón phân theo 2 cách trộn đều với đất hoặc rau khi lên luống thì rạch hàng và bón phân vào từng hàng theo tỷ lệ 400 - 500kg lân, 400kg kali/ha rồi phủ đất lên trên. Lên luống trồng tỏi cao 20 - 30cm, rộng 1,2 - 1,5m.

- Nhân giống tỏi bằng cách chọn những củ khỏe, không sâu bệnh của mùa trước để trồng mùa sau. Trên mặt luống xẻ những rãnh ngang, mỗi rãnh cách nhau 25cm và cắm tép tỏi lên rãnh, mỗi tép cách nhau 8 - 10cm. Sau khi trồng dùng đất mịn phủ lên trên tỏi và phủ một lớp rơm rạ lên trên cùng.

- Khi tỏi phát triển được 10 - 15 ngày thì dùng 30 - 40kg đạm pha loãng với nước tưới cho 1 ha. Sau 10 - 15 ngày lại bón thúc đạm 1 lần nữa.

PHU LUC

MỘT SỐ BÀI THUỐC CÓ SỬ DỤNG NHỮNG CÂY THUỐC ĐÃ GIỚI THIỆU TRONG PHẦN KỸ THUẬT TRỒNG VÀ SƠ CHẾ

Bài 1:

Bài thuốc chữa bệnh nôn mửa bằng gừng và ngó sen.

Gừng tươi 30g

Ngó sen tươi 30g

2 vị này vắt giã lấy nước, ngày uống 2 lần.

Bài 2:

Chữa bệnh cao huyết áp đau đầu.

Hoa hòe 15 – 20 g (sao thơm)

Hạt muồng 20g (sao đen)

Cúc hoa 5g

Hãm các vị với nước sôi để uống thay chè. Có thể pha cùng với đường uống cho dễ.

Bài 3:

Chữa phụ nữ có kinh ra nhiều máu đỏ nhạt.

Hương nhu 10g

Ngải cứu 10g

Cao ích mẫu 4g

Sắc uống .

Bài 4:

Chữa đại tiểu tiện không thông

Chua me đất 1 nắm

Mã đề 1 nắm

Giã nát 2 vị vắt lấy nước hoà với nước đường uống.

Bài 5:

Chữa bệnh táo bón.

Củ cây rẽ quạt tươi 10g

Bột sắn dây 25g

Đường kính cộng nước vừa đủ

Giã nát củ rẽ quạt lọc lấy nước. Hoà nước rẽ quạt với bột sắn rồi cho đường vào uống.

Bài 6:

Trị đại buốt, bí đại.

Hạt mã đề 10g

Râu ngô 20g

Nước 500ml

Sắc 2 vị thuốc với nước trong 3 phút. Khi uống chia 3 lần .

Bài 7:

Trị mụn đinh râu bằng dầu bạc hà.

Lấy dầu bạc hà bôi vào đinh râu, đinh râu sẽ xẹp và khỏi sưng.

Bài 8:

Chữa sưng vú có mủ bằng lá cây bồ công anh

Dùng 100g bồ công anh sắc 50g với nước uống trong 2 -- 3 ngày. Còn lại 50g bồ công anh tươi đem giã với một chút muối rồi bọc trong một miếng vải sạch đắp chỗ sưng đau ở vú.

Bài 9:

Chữa mụn nhọt, mẩn ngứa, dị ứng.

Kim ngân hoa	30g
Ké đầu ngựa	16g
Nước	300ml

Sắc uống ngày 1 lần, khi uống pha thêm đường cho dễ uống.

Bài 10:

Bài thuốc bổ dành cho phụ nữ mãn sau khi mãn kinh.

Lá sung	12g (sao vàng)
Củ mài	16g (sao vàng)
Cam thảo dây	8g

Hạt sen 16g (sao vàng)

Củ sả 8g

Gừng khô 10g (sao vàng)

Sắc uống nhiều lần trong ngày.

Bài 11:

Chữa ra máu nhiều sau khi sinh.

Dùng hoè kinh giới sao đen rồi sắc nước uống

Bài 12:

Chữa bệnh sỏi ở trẻ em

Bài 1: Sài đất tươi 100g

 Dây kim ngân 20g

Sắc uống ngày 1 thang uống trong 3 ngày liền

Bài 2: Kim ngân 12g

 Sắn dây 12g

 Bạc hà 12g

Sắc uống.

Bài 13:

Chữa chứng sốt nóng mê sảng ở trẻ em.

 Rễ cây mã đề 15g

 Sắn dây 15g

 Rau má 15g

Lá tía tô 5g

Kinh giới 5g

Sắc đặc uống ngày 2 lần.

Bài 14:

Chữa hồi hộp khó ngủ.

Dùng 16g tua sen khô (liền tua) hãm với 300ml nước sôi để uống thay nước chè.

Bài 15:

Chữa đi tiểu nhiều lần sau khi sinh

Liên tua 5g

Khiếm thực 15 – 20 g

Gạo tẻ 50g

Nấu liên tu với khiếm thực lấy nước rồi cho gạo vào nấu thành cháo, ngày ăn 2 lần.

Bài 16.

Bài thuốc phòng và trị bệnh cảm cúm.

Hàng ngày ăn tỏi trong bữa ăn, khi đang có dịch cúm thì dùng nước tỏi 10% nhỏ vào mũi, ngày 1 lần, mỗi lần 2 - 3 giọt, nhỏ thuốc liên trong 2 - 3 ngày.

Dùng 3 củ hành sắc uống chia 3 - 5 lần 1 ngày. Uống liên trong 3 ngày.

Bài 17:

Trị bệnh cảm cúm.

1. Hành củ 500 g
 Tỏi 250 g
 Nước 2 lít

Hành tỏi rửa sạch, sắc với nước, mỗi lần dùng 100 - 150 ml, ngày dùng 3 lần.

2. Hành củ 5 củ
 Ớt cay 1 quả

2 vị trên sắc uống ngày 2 - 3 lần.

Bài 18:

Bài thuốc trị viêm gan vàng da.

1. Cây mã đề tươi đủ dùng.
 Rượu đủ dùng.

Mã đề rửa sạch, giã nát vắt lấy nước, pha nước mã đề với rượu nóng uống, Dùng thuốc trong 5 - 7 ngày liền.

2. Ích mẫu 30 g

Sắc đặc uống hàng ngày thay nước chè, dùng liên tục trong 3 - 5 ngày.

3. Bột sắn dây (Cát căn) 30g
 Sắc nước uống ngày 2 - 3 lần.

4. Bồ công anh tươi 50g
 Mã đề tươi 60g

Sắc uống ngày 2 - 3 lần.

5. Cây rẻ quạt tươi (xạ can) 12g
Sắc uống ngày 3 lần, dùng thuốc liền trong 5 - 7 ngày.

Bài 19:

Bài thuốc trị ho.

- | | | |
|----|------------|-------|
| 1. | Tỏi | 10 củ |
| | Dấm | 120 g |
| | Đường vàng | 60 g |

Tỏi bóc vỏ, giã nát ngâm với dấm trong 1 tuần. Sau đó lọc bỏ bã, cho thêm đường và dấm, ngày dùng 3 lần, mỗi lần uống 1 nửa thìa canh pha với nước sôi.

- | | | |
|----|------------|------|
| 2. | Lá dâu non | 60 g |
|----|------------|------|
- Sắc uống ngày 2 - 4 lần

Bài 20:

Bài thuốc chữa viêm phổi.

- | | | |
|--|------------|-----|
| | Lá diếp cá | 30g |
|--|------------|-----|
- Sắc uống ngày 2 lần.

Bài 21:

Trị tiêu chảy.

- | | | |
|--|---------|----------|
| | Hành củ | 5 - 7 củ |
| | Muối ăn | 50 g |

Rang hành và muối cho nóng đổ vào túi, đặt túi hành, muối đang nóng lên bụng.

Bài 22:

Bài thuốc chữa cao huyết áp.

1. Mã đề tươi 90 g

Giã nát hoà với nước sôi, uống khi còn ấm.

2. Tỏi 2 - 3 nhánh.

Giã tỏi lấy nước uống hàng ngày hoặc ăn với cơm.

3. Dấm 300 ml

Tỏi 250 g

Đường đỏ 90 g

Tỏi giã nát ngâm với đường và dấm trong một tuần, ngày dùng 3 lần, mỗi lần 2 - 3 viên.

Bài 23:

Bài thuốc trị bệnh di tinh

1. Lá hẹ tươi 100 g

Trứng gà 2 quả

Mỡ, muối vừa đủ.

Hẹ sắt nhỏ vừa ăn, trứng gà đập với hẹ, trộn đều, xào hẹ với mỡ, nêm muối và ăn với cơm.

2. Ngó sen 40 g

Lá sen 30 g

Liên tu 20 g

Sắc nước uống ngày 2 - 3 lần.

Bài 24.

Bài thuốc chữa thiếu máu do thiếu sắt.

Ngó sen 30 g

Đương quy 25 g

Đường đỏ 30 g

Sắc uống ngày 1 - 2 lần.

Bài 25.

Bài thuốc chữa bệnh chóng mặt và mé mắt từng chớp.

Vỏ hạt đậu xanh 6 g

Lá dâu 30 g

Lá sen 30 g

Sắc uống hàng ngày thay nước chè.

Bài 26.

Bài thuốc chữa bệnh đau nửa đầu.

Rễ cây ổi cay 10 cái

Đường vừa đủ.

Sắc rễ ổi lấy nước uống ngày 1 - 2 lần, khi uống pha thêm đường.

Bài 27.

Bài này dùng hàng ngày để phòng trúng gió.

Hoa hòe 6 g

Ngâm hoa hòe vào nước sôi uống tuần 2 - 3 lần.

Bài 28.

Trị bệnh mất ngủ.

Dùng 30 chiếc tâm sen sắc uống ngày một lần vào trước lúc đi ngủ.

Bài 29.

Đây là bài thuốc chữa bệnh suy nhược thần kinh.

Sơn tra 13g

Lá ngô 30g

Lá hòe 12g

Sắc uống ngày 1 - 2 lần.

Bài 30:

Các bài thuốc chữa ngộ độc thực phẩm

1. Dùng khi bị ngộ độc nấm.

Dùng 30 - 60 g cả rễ và lá của cây diếp cá nhai và nuốt sống.

2. Dùng khi bị ngộ độc cua, cá.

Rửa sạch 100 gam giềng tươi rồi giã nát, vắt lấy nước uống.

Hoặc:

Dùng 50 g lá tía tô sắc lấy nước đặc, thêm gừng uống hàng ngày thay chè.

3. Dùng khi bị ngộ độc khoai sọ dại.

Nhai và nuốt nước của 15 g gừng tươi.

Bài 31:

Chữa mụn sưng.

Rễ diếp cá 30 g

Gừng tươi 6 g

Hành củ 12 g

Bột mỳ 30 g

Dấm vừa đủ.

Nghiền 3 vị đầu thành bột rồi tán lẫn với bột mỳ. Dem sao tất cả cho đen, pha thêm dấm để đắp vào chỗ đau.

Bài 32:

Bài chữa bệnh quai bị.

1. Dùng 30 - 60 g diếp cá giã nát, đắp vào chỗ đau.
2. Dùng tỏi tươi bóc vỏ, giã nát trộn với dấm để lâu cho thành dạng hồ. Bôi thuốc vào chỗ đau ngày 1 - 3 lần. Lưu ý là trộn thuốc lần nào dùng ngay lần ấy, không được để lâu.

Bài 33:

Dùng chữa bệnh viêm tuyến vú.

1. Sắc 60 - 120 g bồ công anh lấy nước uống. Dùng bã thuốc còn nóng đắp vào chỗ đau. Ngày uống thuốc 3 lần và đắp thuốc 3 lần.
2. Giã nát 100 - 150 g hành củ còn rễ đắp lên chỗ đau, có thể trộn hành giã nát với trứng gà rồi sấy nóng và đắp lên chỗ đau cũng được.

Bài 34.

Trị bệnh trĩ.

Hoa hòe 60 g

Thịt lợn nạc 120 g

Nước vừa đủ.

Nấu canh ăn ngày 1 lần.

2. Bài thuốc này trị bệnh trĩ hỗn hợp.

Cuống sen 20g

Hạt hòe 20g

Nước 2 l

Sắc đến khi còn 1 lít nước thì mang nước ra tắm và xông rửa chỗ đau. Dùng thuốc ngày 1 lần, dùng liên tục trong 10 ngày.

3. Chữa bệnh trĩ chảy máu.

Hoa hòe 10 g

Gạo nếp đủ dùng

Sắc hoa hòe lấy nước dùng nước này nấu thành cháo gạo nếp, ăn cháo ngày 2 lần, khi ăn có thể cho thêm đường.

Bài 35:

Chữa bệnh lòi rom.

Sắc 50 - 100 g hành củ lấy nước, rửa phần rom lòi ra bằng nước này ngày 2 - 3 lần.

Bài 36:

Chữa đau lưng.

1. Sao 60 g lá ngải cứu với dấm, bỏ ngải cứu vào túi và chườm đắp vào chỗ đau ngày 1 lần.

2. Rễ hẹ 50 - 80 g

Dấm 30 - 50 g

Giã nát rễ hẹ trộn với dấm và đắp vào chỗ đau thay thuốc ngày 1 lần.

3. Lá ổi cay 50 g

Rượu 20 g

Giã nát lá ổi và sao lên cho nóng, tưới rượu lên lá ngay khi còn nóng để đắp vào chỗ đau. Dùng băng buộc thuốc cho chặt, thay thuốc ngày 1 lần.

4. Dây mướp 30 g

Hạt hành ta 15 g

Gừng tươi 10 g

Sắc uống ngày 1 - 2 lần.

Bài 37:

Bài thuốc dùng khi rét cần.

Giã nát 1 củ tỏi sống để đắp vào chỗ cần

Hoặc

Giã nát 30 - 50 g lá diếp cá và đắp vào chỗ cần.

Bài 38:

Trị bong, trẹo và sái chân.

Dùng 120 g lá hẹ giã nát để đắp vào chỗ đau ngày 1 - 2 lần.

Bài 40:

Giúp có sữa sau khi đẻ.

Sắc 15 g bồ công anh uống ngày 2 lần, dùng thuốc liền trong 3 ngày.

Bài 41:

Chữa ngứa âm hộ.

1. Dùng 30g lá ngải cứu sắc nước để rửa chỗ ngứa, ngày 2 - 3 lần.
2. Sắc 120g lá diếp cá để rửa chỗ ngứa, ngày rửa 3 - 5 lần.

Bài 42:

Trị bệnh sa tử cung.

1. Sắc 60 g tía tô lấy nước để rửa âm hộ, rửa 2 - 3 lần/ngày.
2. Dùng 50 - 100 g lá diếp cá sắc lấy nước rửa âm hộ 2 - 3 lần/ngày.
3. Sắc 60 g tỏi lấy nước để rửa âm hộ 2 - 3 lần 1 ngày.
4. Sắc 5 - 6 gương sen khô lấy nước rửa chỗ đau ngày 2 - 3 lần.

Bài 43.

Một số bài thuốc trị bệnh trẻ em.

1. Trị bệnh co giật.

Giã nát một nắm mã đề tươi còn rễ, pha nước mã đề với nước và mật ong để uống.

Hoặc.

Hoa sen 12g

Vỏ trứng gà 1g

Sắc với nước uống ngày 1 - 2 lần.

2. Chữa quai bị.

Giã nát 60 - 120 g bồ công anh và trộn thêm 1 lòng trắng trứng gà hoặc một chút dầu. Đắp hỗn hợp trên vào chỗ đau.

Hoặc:

Hẹ 600 g

Muối ăn 36 g

Giã nát hẹ để vắt lấy nước, khuấy tan muối trong nước hẹ và bôi vào chỗ đau ngày 3 - 9 lần.

Bài 44:

Chữa nấm da.

1. Diếp cá 30g

Hành 30g

Giã nát 2 vị và dùng tay chà xát ngày 2 - 3 lần, mỗi lần 10 - 15 phút.

2. Sao cháy 120 g rễ hẹ rồi nghiền thành bột, trộn với nước mỡ lợn để bôi vào chỗ đau, ngày bôi 1 - 2 lần.

Bài 45:

Chữa bệnh rụng tóc.

1. Ớt chỉ thiên 10 g
 Rượu 60° 50 ml

Ớt cắt nhỏ ngâm với rượu trong 10 ngày, lọc bỏ bã và dùng rượu bôi vào chỗ đầu rụng 5 - 9 lần/ngày.

2. Tỏi 3 củ
 Mật ong 40 ml

Giã nát tỏi trộn với mật ong và bôi vào chỗ rụng tóc ngày 2 - 3 lần.

Bài 46:

Trị chứng hôi nách.

Giã nát 1 củ gừng tươi, vắt nước gừng bôi vào nách 5 - 7 lần/ngày.

Bài 47:

Chữa mắt lén chớp.

1. Lấy 50 g bạc hà tươi giã nát đắp lên chỗ chớp ngày 2 - 3 lần.

2. Bồ công anh 40g
 Giá đậu xanh 30g

Giã nát đắp vào chỗ chớp ngày 2 - 3 lần.

MỤC LỤC

LỜI NÓI ĐẦU	5
Phần I: Giới thiệu chung về kỹ thuật trồng thu hái, chế biến và bảo quản cây thuốc đông dược	7
I. Những điều kiện cần chú ý khi trồng cây thuốc	7
II. Thu hoạch cây thuốc	12
III. Phơi sấy cây thuốc	14
IV. Bảo quản cây thuốc	16
Phần II: Kỹ thuật trồng, thu hoạch sơ chế mọt số loại cây thuốc phổ biến	17
1. Cây bạc hà	Mint 17
2. Bạch biến đậu	Bach tien dau 22
3. Bạch chỉ	Bach chi 25
4. Bồ công anh	Ban dian 29
5. Cúc hoa vàng	Marigold 31
6. Cây dâu	Mulberry 34
7. Địa liên	Di lien 37
8. Dương qui	Duong qui 39
9. Gấc	Monor dacia 41
10. Gừng	Ginger 45
11. Hoài sơn	Hoi son 47
12. Cây hoè	Sophora japonica 50
13. Cây huyền sâm	fig-wort 52
14. Cây hương nhu	Huong nhu 55
15. Cây ích mẫu	Ich mau 57

16. Cây kim ngân.....	<i>honeysuckle</i>	59
17. Cây lá lốt.....	<i>la lốt</i>	61
18. Cây mã đề.....	<i>plantain</i>	63
19. Cây mạch môn.....	<i>Mach mon</i>	64
20. Ngải cứu.....	<i>Absinth</i>	66
21. Cây ngưu tất.....	<i>Ngưu tất</i>	68
22. Cây rẽ quạt.....	<i>Re quạt</i>	70
23. Cây sả.....	<i>Citronella</i>	72
24. Cây sài đất.....	<i>Sai đất</i>	73
25. Cây sắn dây.....	<i>Rhynchosia convolvulifolia</i>	77
26. Cây sâm báo.....	<i>Bao giêng sang</i>	77
27. Sâm đại hành.....	<i>Dai hành giêng sang</i>	80
28. Cây sen.....	<i>Lotus</i>	82
29. Cây sinh địa.....	<i>Sinh địa</i>	84
30. Cây tía tô.....	<i>Balm - mint</i>	88
31. Cây ý dĩ.....	<i>Y dĩ</i>	90
32. Cây diếp cá.....	<i>Diếp cá</i>	92
33. Cây hành.....	<i>Onion</i>	93
34. Cây hẹ.....	<i>Leek</i>	97
35. Cây nghệ.....	<i>Saffron</i>	100
36. Cây ớt.....	<i>Piment</i>	103
37. Cây riềng.....	<i>Galangale</i>	106
38. Cây tỏi.....	<i>Garlic</i>	108

Phụ lục: Một số bài thuốc có sử dụng những thiệu trong cây thuốc đã giới phân kĩ thuật trồng và sơ chế.....	110
---	-----