

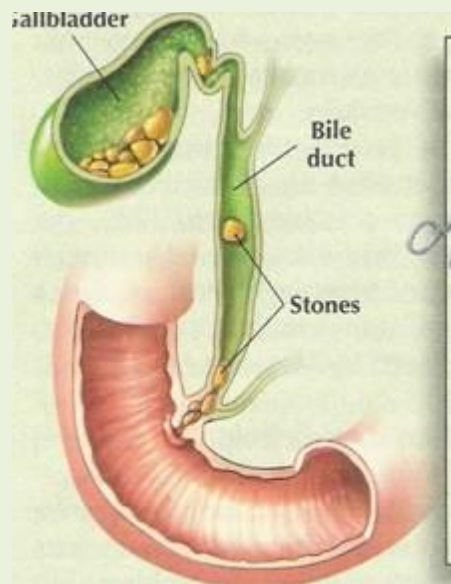
## **Stones in the gallbladder (Sạn Mật)**

Nếu bạn thỉnh thoảng lại đau bụng phía ngang với dạ dày, dưới gan 1 chút, rất khó chịu nhiều khi lại buồn nôn nữa thì rất có thể là bạn bị sạn mật. Sạn mật rất thông thường cứ 12 người Mỹ thì lại một người bị sạn mật và mỗi năm có thêm 1 triệu người bị bệnh này và bạn phải đi khám bác sĩ ngay vì để lâu ngày sạn lớn ra càng nguy hiểm hơn.

**Mật là gì ?** Mật là một chất có màu xanh lá cây do gan tiết ra để đánh tan chất mỡ và giúp tiêu hoá thức ăn. Túi mật hình trái lê, nằm ngay dưới lá gan để chứa mật từ gan tiết ra. Khi cơ thể cần mật để tiêu hoá thì túi mật co thắt, bóp vào và tiết ra vào ruột non qua những ống dẫn mật li ti. Khi mật trong túi có vấn đề hoá học thiếu cân bằng thì sẽ vón lại thành chất cứng, lâu ngày thành sạn có thể nhỏ bé tí như hạt cát đến lớn nhất bằng quả banh golf. Túi mật có thể chứa một viên sạn hay cả trăm viên tùy theo trường hợp. Có 2 loại sạn mật:

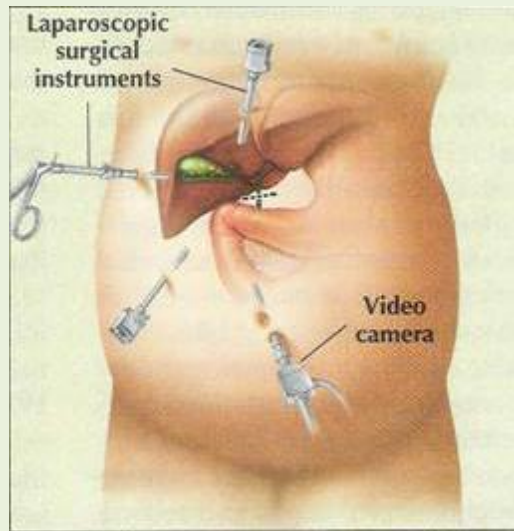
**1.- Loại sạn mật do cholesterol:** Loại này thành hình là do những cholesterol mà mật không tiêu hoá được, cô đọng lại. Khoảng 80% sạn mật tìm thấy trong người sinh sống ở Mỹ và Âu Châu là loại này.

**2.- Loại sạn mật có màu sắc:** do bệnh nhân có bệnh về máu và gan.



Người ta nhận thấy là khi túi mật bóp và tiết ra mật thì sạn mật cũng ra theo, nếu sạn mật quá lớn thì nó chặn lại tại những ống dẫn mật nên gây nên đau đớn khó chịu phải giải phẫu ngay. Khoảng 30,40 năm trước thì người ta chỉ mổ túi mật ra để lấy viên sạn mật ra rồi khâu lại, nhưng có nhiều trường hợp chỉ vài năm sau túi mật lại có thêm sạn mật nữa, phải mổ đi mổ lại. Về sau thì y khoa kết luận là nên cắt túi mật đi luôn để trừ hậu hoạn. 15, 20 năm trước thì người ta phải giải phẫu lớn nghĩa là rạch 1 đường dài 10, 20 cm trên bụng mới lấy túi mật ra được, bệnh nhân phải nằm nhà

thương cả tuần lễ và phải nghỉ dưỡng bệnh ở nhà chừng 1,2 tháng để trị vết thương. Bây giờ họ cũng dùng kiểu giải phẫu "cũ" này nếu túi mật đã bị sưng to. Ngày nay [cứ theo hình dưới đây] thì họ đục 4 cái lỗ, một lỗ để đút giầy video camera chiếu hình lên màn ảnh, một lỗ để đút giầy đèn vào soi, một lỗ nhìn, một lỗ sờ kéo vào để cắt. Kỹ thuật giải phẫu tân tiến này chỉ cần hơn 1 tiếng đồng hồ và bệnh nhân có thể ra về trong ngày và đi làm trở lại trong vòng 2-3 ngày.



**Tại sao có sạn mật** Có nhiều yếu tố gây nên sạn mật. Một là có nhiều cholesterol (mỡ) trong mật vì mỡ rất khó tan và nếu trong mật lại có nhiều mỡ quá thì làm sao mật có giờ thanh toán mỡ được cho kịp vì vậy nó đóng thành sạn. Thêm vào nữa là nếu túi mật lúc nào cũng đầy mật mà không chảy vào ruột non thì nó sẽ đông lại và đóng thành sạn. Ngoài ra còn có nhiều yếu tố như:

- a.- **Phái tính:** Đàn bà có cơ nguy bị sạn thân gấp đôi đàn ông vì kích thích tố nữ (estrogen) có nhiều mỡ trong mật, thêm vào nữa là những thuốc ngừa thai làm tăng số lượng mỡ trong mật.
- b.- **Lên cân quá mức:** Mập quá cũng làm tăng số lượng mỡ trong mật và làm cản trở việc co bóp túi đầy mật ra ngoài.
- c.- **Ăn uống:** Nếu ăn uống nhiều mỡ quá và ít chất xơ cũng làm tăng mỡ trong mật.
- d.- **Dùng thuốc chống cholesterol:** Nếu dùng các loại thuốc giảm cholesterol như TRICOR hay LOPID cũng làm tăng xác xuất có sạn mật vì thuốc ảnh hưởng đến mật.
- e.- **Tuổi tác:** Càng già càng có nhiều cơ hội có nhiều cholesterol trong mật.
- f.- **Di truyền:** Gia đình có người có sạn mật cũng sẽ ảnh hưởng di truyền đến người khác.
- g.- **Sắc tộc:** Người Mỹ da đỏ đứng đầu sau đó đến người gốc Mễ Tây Cơ là 2 sắc dân có nhiều sạn mật nhất tại Hoa Kỳ.

**Khi nào cần chữa trị ngay** Khi túi mật co thắt để bài tiết mật vào ruột non, thì một viên sạn hay nhiều viên sạn theo nhau chạy ra không có gì trở ngại cả, trừ phi viên sạn quá lớn làm

nghe ống chuyển mật, làm bệnh nhân đau nhói không chịu được ở phần bụng trên, lan ra cả sau lưng và cả vai kéo dài từ 15 phút đến 1 vài giờ. Sau đó đến màn nôn mửa, nóng, lạnh, mắt trắng da vàng, nước tiểu màu đậm, phân màu lợt lạt. Nếu bạn có những triệu chứng như vậy thì vào nhà thương ngay. Có thể ít giờ sau, cơn đau sẽ qua đi nhưng túi mật có thể bị nhiễm trùng và bị bể ra nếu viên sạn vẫn chặn lối. Và nếu bị chặn thì lá lách cũng có thể bị sưng, có thể gây ra chết chóc. Muốn chẩn bệnh sạn mật, thường phải thử máu để xem có bị nhiễm trùng không sau đó làm "ultrasound" là phương pháp hữu hiệu nhất để tìm sạn mật. Một cách khác là dùng một sợi giấy có gắn máy chụp hình, chuyên từ cổ họng xuống để xem có viên sạn nào chặn lối ống dẫn mật vào ruột non không, nếu có thì họ có thể lấy ra ngay. Còn một cách là MRI (magnetic resonance imaging).

**Những cách chữa trị sạn mật** Nếu sạn mật không gây ra đau đớn hay biến chứng gì thì không cần chữa trị. Còn những viên sạn khuấy rối gây ra đau đớn thì cách tốt nhất là cắt túi mật đi, vì túi mật không phải là một cơ phận thiết yếu của con người, nếu không cắt đi mà chỉ lấy sạn ra thì ít lâu sau sạn sẽ trở lại. Giải phẫu lấy túi mật rất thông thường tại Hoa Kỳ.

**Con người sống không có túi mật ra sao** Sau khi cắt túi mật, thì gan vẫn bài tiết mật như thường nhưng thay vì mật được dự trữ trong túi mật thì chảy thẳng vào các ống dẫn vào ruột non. Trong trạng thái "mất túi mật" này thì sẽ đi đại tiện nhiều hơn và phân sẽ lỏng hơn khi trước rồi sẽ trở lại bình thường. Nếu không trở lại bình thường và vẫn tiếp tục bị "tiêu chảy" thì phải nên khám bác sĩ để xin thuốc trợ mật và lá lách. Love in Christ

\*\*\*\*\*

## **Điều Mà Ít Ai Biết**

### **Trái Sung Chữa Tan Sỏi Mật**



**Trái Sung ở Việt Nam**

(Lương y Phan Văn Sang)

**Sung là loài cây sống trải rộng khắp nơi trên trái đất. Sung gần gũi với dân quê hiền hòa chất phác, từ đó có những câu hát, câu ca dao truyền từ đời này qua đời khác...**

...Đói lòng ăn nửa trái sung

Chồng một thì lấy chồng chung thì đừng...

Theo Y học cổ truyền, quả sung có vị ngọt, tính bình, có công dụng kiện tỳ, ích vị, nhuận phế lợi hầu, nhuận tràng thông tiện...

Quả sung dân dã, quê mùa, nhưng ít ai biết sung có công dụng trị nhiều thứ bệnh.

*Khi quý vị vào trang google nhập từ TRÁI SUNG sẽ được nhiều thông tin phong phú nói về trái sung*

*Trái sung tên khoa học là Ficus carica, họ dâu tằm Moraceae*



Trái sung ở Mỹ (*Ficus carica*)

Trái sung giàu Phenol, axit béo, omega3 và omega6, tốt cho tim mạch.

Chất xơ trái sung có thể giảm nguy cơ mắc một số bệnh ung thư, đặc biệt ung thư gan mật, ruột kết và ung thư vú.

Vi chất ổn định đường huyết, ổn định huyết áp...

Đó là những thông tin trong sách báo, trên mạng Internet, nhưng ở vùng miền Trung vùng sâu, vùng xa hẻo lánh của quê hương tôi người ta dùng để chữa hiệu quả một chứng bệnh, đó là bệnh

## SỎI MẬT

Nghe qua khó tin nhưng là việc thật. Bởi thế người Trung Hoa thường bảo “ người Việt Nam chết trên cây thuốc” là vậy.

Vào thời điểm những năm sau 1975, đời sống kinh tế và thuốc men rất là khó khăn khổ cực. đối với mọi người dân, nhất là vùng sâu vùng xa, cho nên mọi người rất sợ đau ốm.

Câu chuyện xảy ra vào khoảng năm 1976 tại huyện Phù Cát thuộc Tỉnh Bình Định quê hương tôi. Hôm đó vào khoảng xế chiều trên bến xe lam, chưa đủ khách nên xe chưa chạy, trên chiếc xe lam chỉ có 3 người : một bà già ngồi nhai trầu bồm bồm miệng đỏ hoe, nhìn cô gái ( khoảng 20 tuổi ) ốm yếu, da mặt vàng sạm, với hơi thở yếu ớt nằm ngoặc nghẻo trong vòng tay người mẹ.

Bà già trầu cất tiếng hỏi:

- Chị ơi, con bé bị bệnh gì mà trông tội nghiệp quá vậy ?



- Dạ, cháu nó bị sỏi mật, nằm bệnh viện Đa khoa Quy Nhơn cả tháng nay, bác sĩ định mổ nhưng xét nghiệm rồi nói cháu nó máu loãng không đông nên không thể mổ, nếu mổ sẽ không cầm được máu sẽ chết, thôi thì đưa cháu về cho ăn được gì ăn rồi cháu sẽ chết !  
Nói xong 2 hàng nước mắt lăn dài trên đôi má gầy còm của người mẹ.

Nghe xong, bà già tay cầm miếng trầu đang nhai trong miệng vút xuống đất nghe cái “bộp”, nói một giọng chắc mẫm :

- Wééé...ét.....Chết chóc cái gì mà chết, bệnh này mà mổ xẻ cái gì chứ ! Chị nghe lời tôi, về nhà hái một rổ trái sung xanh, xắt mỏng phơi khô sao vàng cho vào nồi, đổ ngập nước nấu cạn còn nửa nồi cho cháu uống dần sẽ hết bệnh.

Nghe bà già trầu nói thế người mẹ mừng quá quên cả cảm ơn , về đến nhà trời cũng đã tối, bà con lối xóm nghe con bé về ai nấy đến thăm, nhìn thân hình tiều tụy, mê man mà lắc đầu thương xót.

Khi đưa cô con gái vào nằm trên giường, mặc ai thăm thì cứ đến thăm, riêng bà đốt đèn ra bờ sông soi tìm hái đầy một rổ trái sung.

Về đến nhà mọi người đến thăm ai nấy đã về hết, chỉ còn con gái bà còn nằm bất động trên giường. Mặc kệ mày !

Bà cặm cụi xắt mỏng từng trái sung, đêm không nắng không phơi được, hơn nửa thời giờ cấp bách bà chất lửa đốt, bắt chảo lên rang vàng đến khô giòn từng lát sung, sau đó cho vào nồi nấu đến khi còn lại 1 bát lớn thì trời cũng đã khuya lắm rồi.

- Dậy uống thuốc nè con

- Ôi ! Con mệt quá...

- Ráng uống để sống với người ta đi con ơi, không thì con sẽ chết!

Nửa tỉnh nửa mê nghe nói chết, cô con gái cũng sợ ráng ngồi dậy uống hết bát thuốc.

Thấy con uống xong, là lúc bà cũng mệt mỏi lắm, nằm ngủ thiếp lúc nào không hay.

.....

-Má ơi con đói bụng quá !

Đang nằm ngủ ngon giấc, bà mẹ giật mình ngồi dậy;

- Hã? Con nói gì ?

- Con đói bụng quá, có gì ăn không ?

Trời đất, con nhỏ nó hỏi dương rồi sao ? Nằm bệnh viện cả tháng trời nó có chịu ăn uống gì đâu, nó chỉ sống bằng thuốc , bằng dịch chuyền thôi mà, sao nay về nhà nó lại đói bụng đòi ăn ? Vậy là nó hỏi dương và sắp chết thật rồi. Bà thầm nghĩ vậy.

- Có ăn cũng để má nấu cơm nóng đã chứ. Còn cơm nguội ăn gì được .

- Kệ má ơi, cho con ăn đi, con đói lắm rồi.

Trời ! Bà còn sợ dữ nữa, nhất định con nhỏ hỏi dương rồi, chắc rồi nó cũng chết, thôi cứ cho nó ăn đại cơm nguội, nếu nó có chết cũng là chết no. Nghĩ vậy bà bèn lấy cơm nguội với mắm cho nó ăn.

Nhìn nó ăn ngon lành mà bà thấy buồn thương cho đứa con gái tội nghiệp, rồi đây nó sẽ không còn trên cõi đời này, không còn trong căn nhà này nữa...

Sau hơn tháng trời xa nhà nằm bệnh viện, sáng nay nó đi khắp xóm khắp làng gặp nhà ai nó cũng ghé vào nói cười vui vẻ làm ai cũng lo cũng sợ. Cứ nghĩ cô gái này chết rồi mà hỏi dương lại đi thăm mọi người rồi về cũng sẽ chết luôn...( dân quê hay quan miệm vậy mà ! )

Đến chiều nhìn đứa con gái xem ra vẫn khỏe hơn, bà nghĩ bụng : vậy là trái sung đã cứu sống con mình rồi. Bà vui mừng đi tìm hái thêm mấy quả nữa về làm cho nó uống...

Thưa quý vị, trải qua 34, 35 năm nay cô con gái đó, nay đã trở thành bà nội bà ngoại rồi. Đây là câu chuyện thật 100% ở cùng làng quê tôi.

Thằng em út tôi ( sinh năm 1977) vào năm 1995 làm ăn ở Sài gòn cũng bị chứng sỏi mật nằm bệnh viện Bình dân (đã lên lịch mổ), tối hôm đó tôi có lên thăm thấy mắt, mặt và toàn thân là một màu vàng sạm ( nói xin lỗi, còn xấu hơn da người mới chết ) nhưng sáng hôm sau đã thấy nó vát mặt về nhà.

-Trời ơi, sao mày không nằm để bác sĩ người ta mổ ?

Thì thằng em tôi nó nói: “Thôi, em về uống trái sung, sợ mổ lắm”.

Và thưa quý vị quả thật cho đến hôm nay ( tháng 2-2011) trải qua 16 năm nó vẫn lao động bình thường, sỏi cũng tiêu đâu mất.

Trải qua 12 năm tôi có tham gia chữa bệnh từ thiện ở các phòng khám của các chùa. Vào năm 2003 tôi đang châm cứu cho một bà bệnh nhân, bà ấy bảo:

-Thầy ơi châm giùm tôi chỗ cạnh sườn này. Vừa nói bà vừa lấy ngón tay chỉ vào. Tôi hỏi

- Sao lại phải châm chỗ này ?

- Tôi bị sỏi mật, còn 1 tháng nữa là tôi phải đi mổ đó. Giờ châm cho đỡ đau thôi.

Bà còn nói –“bác sĩ cho biết giá mổ xong hoàn tất là 30 triệu đó”.

Tôi hỏi :

-Vậy ai lo cho bà ?

- Tôi có thằng con làm giám đốc sẽ lo cho tôi về tiền bạc.

Nghe vậy tôi nói nữa đùa nữa thật:

- Vậy nếu tôi chữa cho bà, đến khi tan hết sỏi, khỏi mổ bà cho tôi bao nhiêu ?

Thật tình những lương y chúng tôi phần đông ai cũng nghèo, nhưng vì yêu thích nghề nên ăn cơm nhà đi làm từ thiện miễn phí, giúp cho những bệnh, thỉnh thoảng cũng gặp được những người gia đình khá giả họ cũng có bồi dưỡng cho chúng tôi ít nhiều có tiền uống café với anh em , nay gặp bà bệnh nhân này nói có con làm giám đốc vậy cũng mừng.

Bà ấy nói : Nếu thầy chữa tôi hết bệnh khỏi mổ tôi tạ thầy 10 triệu, nhưng mà...thầy chữa hết không ?

- Tôi là người lớn, là một lương y không thể nói đùa.

Nghe vậy bà ấy vui mừng 2 bên thỏa thuận bằng miệng với nhau và hứa ngày mai đến gặp tôi lấy thuốc.

Tôi mượn người đi tìm hái trái sung về sao tẩm chế biến, thỉnh thoảng hết thuốc bà thường đến gặp tôi để lấy về uống, liên tục như thế thời gian khoảng 1 tháng, rồi sau đó bà bắt tắm luôn không thấy đến nữa, mà tôi thì quên hỏi số điện thoại nhà bà. Đến chừng 6 tháng sau bà đến chùa, gặp lại bà tôi rất vui và hỏi :

- Lâu quá không gặp bà, bà khỏe không ?

- Khỏe !

- Vậy sỏi mật bà hết chưa ? Có đi bác sĩ mổ không ?

Bà đáp :

- À hết rồi, hết rồi thôi đâu có đi bác sĩ chi nữa.

Tôi hỏi :

- Vậy chứ còn bà hứa sau khi hết bệnh cho tôi 10 triệu bà tính sao ?  
Bà cười giả lả : Các thầy có cái tâm đến đây làm từ thiện mà nhắc đến tiền bạc sao ?  
- Trời đất ! Bà nói vậy thôi tôi chịu thua bà luôn.  
Từ đó về sau, gặp bà tôi cũng không nhắc đến chuyện đó nữa.

“Làm người thầy thuốc rất vinh hạnh, nhưng cũng lắm phũ phàng” là vậy. Đây là chuyện có thật trong đời làm thuốc của tôi, bạn bè đồng nghiệp làm chung với tôi, biết chuyện ai cũng phì cười.

Là một người Phật tử tin sâu vào Phật Pháp, một lương y tuy có đủ bằng cấp chứng chỉ hành nghề, nhưng xưa nay phần nhiều làm ở các chùa, tiếp xúc đủ loại bệnh, tuy ít ai biết đến tôi, nhưng tôi cũng có vài bí quyết kinh nghiệm nhỏ, người ta bảo “ Thầy dở cũng đỡ xóm làng” ấy mà. Nay tuổi cũng đã xế chiều, trường chay đạm bạc, niệm Phật phát nguyện vãng sanh, không vì danh lợi, muốn được phổ biến, chia sẻ cùng Chư Đạo hữu một vài kinh nghiệm nhỏ.  
Nói thế chứ cũng tùy theo cơ địa của từng mỗi người, nhưng những phương tôi chia sẻ từ “cây nhà lá vườn”, bằng trái, hoa, củ quả... uống vào nếu vô thưởng thì cũng vô phạt. .

Khi quý vị gặp bệnh này hãy làm bằng cái tâm ( miễn phí ) sau khi thấy hiệu quả cũng xin được chia sẻ lại niềm vui đó đến với tôi, tôi sẽ tiếp tục phổ biến những phương khác nữa bằng những câu chuyện như trên.

Thuốc không phân là thuốc mắc hay thuốc rẻ, Thuốc nào trị lành bệnh là thuốc hay !  
Pháp Phật không phân biệt Pháp cao hay Pháp thấp, Pháp nào hợp căn cơ, cứu cánh là Pháp đó hay !

