**Mật Ong và Quế**

[**http://www.chanphuocliem.com/Trang\_YKhoa/ptq\_MatOngVaQue.asp**](http://www.chanphuocliem.com/Trang_YKhoa/ptq_MatOngVaQue.asp)

Theo bài đăng trên tạp chí “Tin tức thế giới hàng tuần” (Weekly World News) ngày 17/01/1995 xuất bản tại Canada, đã liệt kê một số các chứng bệnh được chữa khỏi (cured) do hỗn hợp mật ong và bột quế, được các nhà khoa học Phương Tây nghiên cứu kỹ lưỡng và phổ biến ra công chúng. Theo họ thì mật ong đã được khắp thế giới biết và được xử dụng như là 1 loại dược chất sinh học (Vital medicine) từ nhiều thế kỷ trước. Ngày nay, qua khảo sát và nghiên cứu kiểm chứng, các khoa học gia đã nhận thấy và chấp nhận mật ong là 1 loại dược chất chữa được nhiều chứng bệnh.

**Chữa bệnh bằng quế và mật ong**

Điểm đặc biệt là mật ong không có phản ứng phụ đối với bất cứ căn bệnh nào. Trong đó người ta cho biết, dù mật ong tuy vị ngọt, nhưng nếu dùng với liều lượng vừa phải như là 1 loại dược chất, nó cũng sẽ không gây ảnh hưởng nguy hại cho người tiểu đường.

Liều lượng và cách xử dụng được hưởng dẫn như sau:

**1. Đau khớp xương**

a) 1 phần mật ong, 2 phần nước ấm, 1 muỗng café bột quế. Trộn lại thành 1 hỗn hợp sền sệt rồi đắp lên chỗ đau nhức và thoa chầm chậm, nhè nhẹ. Cơn đau sẽ giảm nhẹ sau vài phút.

b) Người ta cũng có thể pha 2 muỗng café mật ong 1 muỗng café bột quế trong 1 ly nước nóng, uống đều đặn hàng ngày vào buổi sáng và buổi tối có thể giúp cho những người bị đau khớp xương kinh niên thoát khỏi các cơn đau.

Trong một công cuộc nghiên cứu tại Đại Học Copenhagen người ta đã ghi nhận rằng: các BS khi điều trị các bệnh nhân bị đau nhức với 1 hỗn hợp gồm: 1 muỗng mật ong và 1/2 muỗng café bột quế vào bữa điểm tâm, sau 1 tuần lễ, kết quả 200 người được điều trị 73 người đã hoàn toàn hết đau, và sau 1 tháng được chữa trị hầu hết các bệnh

**2. Cao mỡ trong máu (High cholesterol)**

2 muỗng soup mật ong, 3 muỗng café bột quế, 16 ounce nước trà. Quậy đều để cho người bị cao mỡ trong máu uống, sau 2 giờ, đo lượng Cholesterol trong máu người ta thấy giảm xuống 10%.

- Cũng theo tài liệu của tạp chí Weekly World News thì nếu người bị cao Cholesterol dùng mật ong nguyên chất với thực phẩm hàng ngày có thể giảm lượng cholesterol đáng kể.

- Đối với người bị đau khớp xương kinh niên, nếu uống theo công thức trên, 3 lần trong 1 ngày thì ngoài giảm bớt đau nhức khớp xương ra còn giảm được Cholesterol trong máu nữa.

**3. Bệnh về tim mạch (Heart diseases)**

Trộn mật ong và bột quế sền sệt rồi quết lên bánh mì thay cho mứt trái cây (Jelly Jam) dùng cho bữa điểm tâm mỗi sáng. Nếu ăn đều đặn như thế có thể làm giảm lượng Cholesterol trong các mạch máu, điều nầy giúp cho các bệnh nhân bị bệnh tim mạch tránh được chứng đột qụy (heart attack).

Nếu những ai đã từng bị đột qụy rồi thì có thể tránh xa được cơn đột qụy kết tiếp, khi tiếp tục ăn điểm tâm như kể trên.

**4. Tăng cường hệ thống miễn nhiễm (Immune system)**

Nếu dùng mật ong và bột quế hàng ngày sẽ giúp cho hệ thống miễn nhiễm được tăng mạnh thêm và giúp bảo vệ cho cơ thể khó bị vi trùng và siêu vi khuẩn tấn công.

Xử dụng mật ong đều đặn sẽ giúp cho bạch huyết cầu tăng thêm khả năng chống lại sự xâm nhập của vi trùng và siêu vi khuẩn trong các mầm bệnh.

**5. Nhiễm trùng đường tiểu (Blađer infection) Bàng quang**

Lấy 2 muỗng canh bột quế, 1 muỗng café mật ong, 1 ly nước ấm.
Quậy đều rồi uống cạn sẽ tiêu điệt được các vi trùng (Germ)
mầm bệnh trong bàng quan.

**6. Nhức răng (Toothache)**

Dùng 5 muỗng café mật ong, 1 muỗng café bột quế trộn lại với nhau thành hợp chất sền sệt rồi đắp lên chỗ răng đau. Làm như vậy 3 lần trong 1 ngày cho đến khi răng không còn đau nữa.

**7. Cúm (Influenza).**

Một khoa học gia tại Tây Ban Nha (Spain) đã chứng minh rằng, trong mật ong có chứa 1 chất thiên nhiên có khả năng tiêu diệt được các mầm siêu vi của bệnh cảm cúm giúp cho người ta khỏi bị cúm (Flu).

**8. Cảm lạnh (Colds)**

Đối với những người bị cảm lạnh thường hay cảm nặng có thể dùng:

1 muỗng canh mật ong hâm ấm lên (Warm) và 1/4 muỗng café bột quế. Dùng liên tục trong vòng 3 ngày thì có thể chữa lành được các chứng ho kinh niên, và cảm lạnh cũng như chảy nước mũi cũng ngưng lại.

**9. Các chứng về tiêu hóa )  Bao tử.**

a) Bao tử khó chịu (Upset stomach): Mật ong và bột quế có thể chữa lành bệnh đau bao tử cũng như trị tận gốc bệnh bao tử.

b) Bao tử đầy hơi (Gas): Theo những nghiên cứu đã thực hiện tại Nhật Bản và Ấn Độ cho thấy, mật ong và bột quế đã làm hết bị đầy hơi trong bao tử.

c) Bột quế được trộn chung với 2 muỗng canh mật ong dùng trước khi tham dự 1 bữa ăn thịnh soạn nhiều thịt thà sẽ giúp cho người ta tiêu hóa được các bữa ăn đó dễ dàng.

**10. Mệt mỏi (Fatigue**).

Các nghiên cứu thấy rằng, chất ngọt trong mật ong giúp cơ thể con người tốt hơn là làm hại. Cho nên những người cao niên dùng mật ong và bột quế với tỉ lệ bằng nhau giúp cho họ dẻo dai và tinh tường hơn. Theo BS Milton sau khi đã nghiên cứu nói rằng: Khi người ta cảm thấy sự sinh động của mình bắt đầu suy giảm, hãy dùng hằng ngày, sau khi đánh răng vào buổi sáng và khoảng lúc 3 giờ chiều, 1 ly nước ấm trong đó pha 1/2 muỗng canh mật ong ngoáy đều với 1 muỗng café bột quế. Kết quả sẽ thấy sự sinh động của mình lên trở lại trong vòng 1 tuần lễ.

**11. Kéo dài tuổi thọ (Longivety)**

Khi uống nước trà pha với mật ong và bột quế đều đặn mỗi ngày, người ta có thể làm chậm sự lão hóa, kéo dài thêm tuổi thọ, theo công thức như sau: 4 muỗng mật ong, 1 muỗng bột quế bỏ vào 1 bình trong đó có 3 ly nước rồi đem đun sôi lên như người ta pha nước trà.

*Cách dùng:* Mỗi lần uống 1/4 ly, mỗi ngày 3 hay 4 lần. Kết quả tốt sẽ thấy là da dẻ hồng hào tươi trẻ, mịn màng. Thực thế tôi quen biết 1 vị cao niên tên là Cụ Mai Phương 86t, đã áp dụng phương pháp nầy hơn 20 năm nay. Cách uống là thêm vài giọt chanh vào ly nước trước khi uống, sức khỏe rất tốt.

**12. Giảm cân, chống béo mập (Weight loss)**

Hàng ngày 1/2 giờ trước khi ăn điểm tâm lúc bụng đói và 1/2 giờ trước khi đi ngủ hãy uống 1 lý nước đun sôi có pha 1 muỗng mật ong và 1 muỗng café bột quế. Nếu uống như vậy đều đặn hàng ngày thì ngay cả người bị béo phì cũng giảm chậm sự tích tụ chất béo trong cơ thê, và có hiệu quả ngay đối với người ăn các loại thực phẩm có nhiều Calories trong bữa ăn hàng ngày.

**13. Da bị nhiễm trùng (Skin infection)**

Khi da bị lát đồng tiền (Ring worm) và các loại nhiễm trùng da có thể chữa trị bằng cách đắp lên vùng da bị nhiễm trùng 1 hỗn hợp trộn mật ong và bột quế với phân lượng bằng nhau.

**14. Trị mụn (Pimples)**

Với công thức 3 muỗng canh mật ong và 1 muỗng café bột quế trộn lại sền sệt bôi lên các mụn trước khi đi ngủ, sáng hôm sau rửa mặt bằng nước ấm. Làm như thế trong vòng 2 tuần lễ thì các mụn sẽ được trị tận gốc.

**15. Trị hôi miệng (Bad breath)**

Để trị hôi miệng, hơi thở được thơm tho, những người dân tại vùng Nam Mỹ (South America) đã làm việc đầu tiên vào buổi sáng là súc miệng với 1 ly nước nóng có pha với 1 muỗng café mật ong và bột quế quậy đều. Hơi thở của họ không hôi và thơm mùi quế suốt cả ngày.

**16. Giúp phục hồi thính giác bị suy giảm, điếc (Hearing loss)**

Hàng ngày uống đều đặn vào mỗi buổi sáng và buổi tối trước khi ngủ 1 ly nước ấm có pha mật ong và bột quế với phân lượng bằng nhau, sẽ phục hồi lại tình trạng thính giác (tai) bị điếc, nghễnh ngãng.

**17. Rụng tóc và hói đầu (Hair loss & Baldness)**

Những người bị rụng tóc hay hói đầu có thể dùng phương cách sau đây:

Lấy 1 muỗng canh mật ong và 1 muỗng café bột quế trộn với dầu Olive thành 1 hỗn hợp rồi bôi lên đầu khoảng 15 phút, sau đó đi tắm và gội đầu. Kết quả ghi nhận là rất có hiệu quả, ngay cả khi đi tắm và gội đầu 5 phút sau khi bôi.

Ngoài ra bài báo còn nói đến hiệu quả tốt đẹp của việc xử dụng hỗn hợp mật ong và bột quế trong các trường hợp bị vô sinh (Infertility) và bệnh ung thư (Cancer).

**18. Vô sinh (Infertility)**

- Yunami & Ayurredic đã dùng mật ong từ lâu trong Y Học để giúp cho tinh dịch của người Nam (Male) được tăng thêm sức mạnh của nó.

- Người ta cũng ghi nhận người đàn ông bị bất lực, nếu uống 2 muỗng canh mật ong mỗi ngày trước khi đi ngủ thì tình trạng bất lực có thể được giải quyết tốt đẹp.

- Tại Trung Hoa , Nhật Bản và một số các nước vùng Viễn Đông,
đối với các phụ nữ không thể đậu thai từ nhiều thế kỷ đã được khuyên dùng bột quế để giúp cho buồng trứng và tử cung cải thiện dễ thụ tinh, mang bầu.

- Các phụ nữ không thể có bầu thì có thể dùng 1 Pinch bột quế hòa với 1/2 muỗng café mật ong, rồi ngậm trong miệng thường xuyên suốt ngàỵ 2 thứ nầy được trộn lẫn với nước bọt trong miệng rồi từ từ ngấm vào cơ thể để mang lại thuận lợi cho người phụ nữ đậu thai.

Người ta đã ghi nhận 1 cặp vợ chồng tại tiểu bang Maryland, Hoa Kỳ; cưới nhau 14 năm không có con và họ gần như  tuyệt vọng...
Nhưng khi được mách bảo phương các dùng mật ong và bột quế, 2 vợ chồng đã cùng áp dụng phương pháp trên; chỉ vài tháng sau người vợ đã mang thai và sinh đôi với 2 đứa con khỏe mạnh bình thường.

**19. Đối với bệnh ung thư (Cancer)**

Những nghiên cứu mới đây tại Nhật Bản và Úc Châu đã ghi nhận tình trạng ung thư bao tử và ung thư xương đang phát tác, đã được điều trị 1 cách hiệu quả bằng mật ong và quế. Sau khi những bệnh nhân đang mắc phải ung thư bao tử và xương dùng như sau:

Uống 1 muỗng canh mật ong và 1 muỗng café bột quế trộn đều, mỗi ngày 3 lần liên tiếp trong 1 tháng.

**Phần cuối của tài liệu ghi chú:**

Những ai đã có được các kết quả tốt từ tài liệu nầy, hãy truyền tay lại cho những người khác để cùng nhau hưởng lợi ích của **Quế** và **Mật ong**.

*(Dịch từ tài liệu của Weekly World News, Canada, 17/01/1995)*