

lên mình trâu bò để chữa trừ ve, bọ.

4. Hải châu thường sơn-Clerodendron trichotomum Thunb. Thuộc họ Cỏ roi ngựa Verbenaceae, còn gọi là xú Ngô đồng (xem vị này). Người ta dùng rễ, lá sắc uống chữa sốt rét, cao huyết áp kết quả rõ rệt. Thân và lá sắc dùng tắm trâu bò khỏi bị ve, bọ.

5. Bạch thường sơn-Mussaenda divaricata Hutch. Thuộc họ Cà phê Rubiaceae. Cây này chưa thấy có trong nước ta, nhưng nhân dân một số nơi dùng cây bướm bạc hay bướm bướm-Mussaenda cambodiana Pierre mọc ở nước ta,

TÍA TÔ 紫蘇

Còn gọi là tử tô, tử tô tử, tô ngạnh.

Tên khoa học *Perilla ocymoides* L. [*Perilla nankinensis* (Lour.) Decne, *Perilla frutescens* (L.) Breit].

Thuộc họ Hoa môi Lamiaceae (Labiatae.).

Ngoài công dụng làm gia vị, cây tía tô cho các vị thuốc say đây:

1. Tử tô tử (tô tử, hắc tô tử-Fructus Perillae) là quả chín phơi hay sấy khô (ta gọi nhầm là hạt) của cây tía tô.

2. Tử tô (Herba Perillae) là cành non có mang lá của cây tía tô phơi hay sấy khô.

3. Tử tô diệp-Folium Perillae là lá phơi hay sấy khô.

4. Tô ngạnh (Tử tô ngạnh-Caulis Perillae) là cành non hoặc cành già phơi hay sấy khô.

A. Mô tả cây

Tía tô là một loại cỏ mọc hằng năm, cao chừng 0,5-1,5cm. Thân thẳng đứng có lông. Lá mọc đối, hình trứng, đầu nhọn, mép có răng cưa to; phiến lá dài 4-12cm rộng 2,50-10cm, màu tím hoặc xanh tím, trên có lông màu tím. Người ta phân biệt thứ tía tô có lá màu tím hung là *Perilla ocymoides* var. *purpurascens* và thứ tía tô có lá màu lục, chỉ có gân màu hung (*Perilla ocymoides* var. *bicolor*). Cuống lá ngắn 2-3cm. Hoa nhỏ, màu trắng hoặc tím nhạt, mọc thành từng chùm ở kẽ

cùng họ. Hoa có tác dụng thông tiểu tiện, chữa ho, hen, sốt rét.

6. Sơn thường sơn (Thường sơn núi)-*Berberis vulgaris* L. Thuộc họ Hoàng liên gai Berberidaceae. Cây này chưa thấy ở nước ta. Hoạt chất là becerin. Cũng dùng chữa sốt rét.

7. Hợp tác xã thuốc dân tộc Hà Nội dùng cây *Phlogacanthus turgidus* Nicholson họ Ô rô Acanthaceae với tên thường sơn. Cây này còn có tên khác là *Meninia turgida* Hook. Có tác giả lại xác định là cây dống xanh *Gendarussa ventricosa* (Wall.) Nees. Chưa thấy nghiên cứu.

lá hay đầu cành, chùm dài 6-20cm. Quả là hạch nhỏ, hình cầu, đường kính 1mm, màu nâu nhạt, có mạng (Hình 501, Hm 39,2).

B. Phân bố, thu hái và chế biến

Tía tô được trồng ở khắp nơi ở Việt Nam để lấy lá ăn làm gia vị và làm thuốc. Trồng bằng hạt, chọn ở những cây to khỏe, không có sâu



Hình 501. Tía tô - *Perilla ocymoides*

bệnh. Thời kỳ gieo hạt tốt nhất là sau lập xuân vào tháng 1-2 dương lịch. Mỗi hecta cần chừng 20-30kg hạt giống.

Tuỳ theo mục đích trồng lấy lá hay lấy hạt, cách thu hoạch có thay đổi: Tía tô gieo vào tháng 1-2 thì tháng 3-4 đã có thể hái lá lần thứ nhất. Lúc hái chỉ nên hái lá già, sau đó ít lâu (một tháng sau) lại có thể hái một lần nữa. Sau lần thứ nhất, cần chăm sóc bằng cách tưới nước tiểu pha thêm nước lã, hay dùng khô dầu giã nhỏ, bón vào gốc sau khi xới đất cho nhỏ. Thông thường một cây chỉ hái 2-3 lần lá. Nếu cây tía tô sau khi hái lá cứ để nguyên, thì đến đầu mùa thu, quả sẽ già và hái được, nhưng thường những cây tía tô đã hái lá rất ít hạt hay hạt nhỏ và kém cho nên sau khi hái hết lá, người ta chặt cây, lấy đất trồng cây khác. Cành chặt ra dùng làm thuốc với tên tô ngạnh.

Những cây để lấy hạt làm giống hay làm thuốc thì không hái lá. Cây tía tô để lấy hạt, sau khi hạt đã già, cắt cả cành có hạt mang về phơi hay sấy khô trong mát (tránh phơi nắng to, hay sấy ở nhiệt độ cao hoạt chất sẽ giảm), rũ lấy hạt, bỏ cành và tạp chất.

Tiêu thụ nhiều nhất là lá. Lá hái về, cũng phải phơi khô trong mát hay sấy nhẹ độ để giữ lấy hương vị.

C. Thành phần hoá học

Trong toàn cây tía tô có chứa 0,50% tinh dầu, trong tinh dầu, thành phần chủ yếu là perilla-andehyt $C_{10}H_{14}O$, (55%), limonen (20-30%), α -pinen và dihydrocumin $C_{10}H_{14}O$. Chất perilla andehyt có mùi thơm đặc biệt của tía tô, chất perilla andehyt anti-oxim ngọt gấp 2.000 lần đường, khó tan trong nước, đun nóng sẽ phân giải, có độc, cho nên không dùng làm chất điều vị được, nhưng có người dùng làm ngọt thuốc lá.

Chất màu trong lá tía tô là do este của chất xyanin clorit $C_{27}H_{31}O_{16}Cl$. Ngoài các chất trên, trong tía tô còn chứa adenin $C_5H_5N_5$, và acginin $C_6H_{14}N_4O_2$.

Trong hạt tía tô có 45-50% chất dầu lỏng, màu vàng, mùi và vị của dầu lanh (huile de lin), thuộc loại dầu khô, có chỉ số iôt vào loại cao nhất (206), chỉ số xà phòng 189,6 tỷ trọng 0,930.

Hàng năm Nhật Bản và Triều Tiên trước đây sản xuất tới 60.000 tấn dầu này để quét lên dù làm cho dù không thấm nước hoặc quét lên loại giấy không thấm nước.

D. Công dụng và liều dùng

Theo tài liệu cổ tía tô có vị cay, tính ôn, vào hai kinh phế và tỳ. Có tác dụng phát tán phong hàn, lý khí khoan hung; giải uất, hoá đờm, an thai, giải độc của cưa cá. Cành không có tác dụng phát biểu, chỉ có tác dụng lý khí. Dùng chữa ngoại cảm phong hàn, nôn mửa, động thai, ngộ độc cưa cá.

Thông thường lá tía tô (tô điệp) có tác dụng là cho ra mồ hôi, chữa ho, giúp sự tiêu hoá, giảm đau, giải độc, chữa cảm mạo, còn có tác dụng chữa bị ngộ độc nôn mửa, đau bụng do ăn cưa cá.

Cành tía tô (tử tô tử) có tác dụng chữa ho trừ đờm, hen suyễn, tê thấp.

Liều dùng hàng ngày: Lá và hạt ngày uống 3-10g, cành ngày uống 6-20g dưới dạng thuốc sắc.

Dầu hạt tía tô: Ở Ấn Độ, Trung Quốc và Nhật Bản dùng trong kỹ nghệ vẽ trên đồ sứ, thực phẩm.

Đơn thuốc có tía tô

1. *Sâm tô ẩm*: Chữa bệnh cảm mạo, sốt, nhức đầu, đau các khớp xương:

Lá tía tô, nhân sâm, trần bì, chỉ xác, cát cánh, cam thảo, mộc hương, bán hạ, can khương, tiền hồ mỗi vị 2g, nước 600ml. Sắc còn 200ml, chia 3 lần uống trong ngày.

2. *Tử tô giải độc thang*: Chữa trúng độc đau bụng do ăn phải cưa cá:

Lá tía tô 10g, sinh khương 8g, sinh cam thảo 4g, nước 600ml. Sắc còn 200ml, chia 3 lần uống trong ngày, uống khi thuốc còn đang nóng.

3. *Chữa sưng vú*:

Tía tô 10g sắc lấy nước uống, bã đắp vào vú.

4. *Ăn phải cưa hay cá mà trúng độc*:

Giã lá tía tô tươi vắt lấy nước hoặc sắc lá khô (10g khô) uống nóng.