

Nội dung bài viết

1. [Cách ngâm hoa đu đủ đực tươi với mật ong](#)
 1. [Sơ chế hoa đu đủ đực](#)
 2. [Các bước thực hiện ngâm mật ong với hoa đu đủ đực](#)
2. [Những lưu ý khi ngâm mật ong với hoa đu đủ đực](#)
3. [Tác dụng hoa đu đủ đực ngâm mật ong chữa bệnh gì?](#)

Đã từ lâu thần dược mật ong ngâm hoa đu đủ đực là bài thuốc được người dân ưa dùng do hiệu quả đi ều trị nhiều bệnh. Vậy cách thực hiện bài thuốc này như nào đúng cách giúp đi ều trị bệnh đạt hiệu quả? Mời các bạn theo dõi bài viết dưới đây của chúng tôi.



Cách ngâm hoa đu đủ đực tươi với mật ong

Sơ chế hoa đu đủ đực

Khi thu hoạch hoa đu đủ đực nên hái vào buổi sáng, thời điểm trời còn sương sớm. và chọn những bông hoa mới bung nở để có hàm lượng dược tính cao nhất. Có thể sử dụng hoa đu đủ đực khô hoặc hoa tươi để ngâm với mật ong. Thường thời gian ngâm hoa khô sẽ lâu hơn so với việc sử dụng hoa tươi để ngâm.

Nếu **hoa đu đủ đực ngâm mật ong** là hoa tươi thì cần rửa nhiều lần với nước sạch để loại bỏ hết bụi bẩn. Nếu hoa mua bên ngoài thì có thể ngâm qua với nước muối loãng vài phút. Nếu ngâm hoa khô thì hoa tươi cần phơi trong bóng râm khoảng 3 đến 4 ngày đến khi cánh và cuống hoa khô lại.

Các bước thực hiện ngâm mật ong với hoa đu đủ đực

Chuẩn bị:

- Hoa đu đủ đực
- Mật ong rừng nguyên chất
- Bình thủy tinh

Thực hiện:

Bước 1: Hoa đu đủ đực sau khi mua hoặc hái về đem đi rửa với nước sạch để loại bỏ hết bụi bẩn, để ráo nước

Rửa và lau khô bình thủy tinh

Bước 2: Cho 1 ít hoa đu đủ xuống đáy bình rồi đổ mật ong phủ lên rồi cứ tiếp tục một lớp hoa một lớp mật ong cho đến hết rồi đậy nắp thật kín

Bảo quản: Để bình ngâm nơi khô ráo, tránh ánh nắng trực tiếp. Để trong khoảng 1 tháng thì có thể bắt đầu sử dụng. Riêng đối với hoa đu đủ khô phải kéo dài lên 2 đến 3 tháng thì mật ong mới thấm vào hoa và tiết ra các dược liệu quý.

Cách dùng: Mỗi ngày sử dụng 2 – 3 lần. Mỗi lần lấy 2 thìa pha với nước ấm để uống hoặc nuốt trực tiếp



Những lưu ý khi ngâm mật ong với hoa đu đủ đực

- Phụ nữ mang thai không được sử dụng bởi trong hoa đu đủ đực có chất papain gây ảnh hưởng xấu đến thai nhi. Thậm chí nếu dùng với liều cao sẽ gây sảy thai
- Không sử dụng cho trẻ em dưới 2 tuổi
- Khi thấy bình hoa đu đủ đực ngâm mật ong có dấu hiệu hư hỏng, biến chất hoặc có mùi khó chịu thì cần ngưng sử dụng. Nếu không có thể sẽ gây đau bụng
- Không nên quá lạm dụng hoặc sử dụng quá nhiều để tránh ảnh hưởng không tốt đến sức khỏe. Nếu sau khoảng 1 tuần sử dụng mà bệnh tình không thuyên giảm thì nên đi khám bác sĩ

Tác dụng hoa đu đủ đực ngâm mật ong chữa bệnh gì?

Điều trị viêm loét dạ dày

Trong hoa đu đủ có các chất có khả năng chống oxy hóa, chống kháng viêm. Do đó, người mắc bệnh dạ dày khi sử dụng **hoa đu đủ ngâm mật ong** sẽ giảm viêm loét dạ dày, cải thiện tình trạng trào ngược axit dạ dày, giảm cholesterol tích tụ trong lòng động mạch.

Tốt cho đường hô hấp, chữa ho viêm họng

Trong Đông y, **tác dụng của hoa đu đủ ngâm mật ong** trong việc chữa ho và viêm họng cực kỳ hiệu quả. Bởi thành phần hoạt chất trong hoa đu đủ và mật ong ngấm vào họng sẽ giúp sát khuẩn, loại bỏ các tác nhân gây hại.

Làm hạ đường huyết

Theo các công trình nghiên cứu, sử dụng hoa đu đủ ngâm mật ong sẽ giúp giảm đường huyết trong cơ thể, rất tốt cho những người mắc bệnh tiểu đường. Bởi bởi uống hoa đu đủ giúp tăng insulin, giảm hàm lượng glucose, ổn định đường huyết trong cơ thể.

Cải thiện chức năng hệ tiêu hóa

Hoa đu đủ cung cấp thêm vitamin, men papain và các khoáng chất giúp thúc đẩy tiêu hóa tốt hơn, chống lại các gốc tự do để bảo vệ các tế bào khỏe mạnh. Đồng thời hỗ trợ các quá trình trao đổi chất diễn ra trong cơ thể, nâng cao miễn dịch.

Phòng tránh bệnh ung thư

Theo một số nghiên cứu cho biết, trong hoa đu đủ có chứa isothiocyanates. Hoạt chất này giúp tiêu diệt các tế bào bất thường gây hại đến cơ thể mà hoàn toàn không hề gây ảnh hưởng xấu đến các tế bào khỏe mạnh và các cơ quan khác trong cơ thể. Bài thuốc này đặc biệt hiệu quả hơn trong hỗ trợ điều trị các bệnh ung thư phổi, ung thư vú, ung thư tuyến tiền liệt.