

Dược liệu và Sức khỏe

Dược liệu có nguồn gốc từ nhiều thành phần khác nhau trong tự nhiên như từ động vật, vi sinh vật hay phổ biến nhất là các loại thảo dược tốt cho sức khỏe của con người. Trải qua quá trình hàng nghìn năm, con người đã biết đến và phát hiện thêm nhiều loại dược liệu mới có nhiều công dụng hơn cũng như đa dạng trong cách sử dụng hiệu quả cho từng trường hợp cụ thể.

Dược liệu có nguồn gốc từ các nguyên liệu có trong tự nhiên chứa các tinh chất quý giá mà con người không thể tự tổng hợp, những loại dược liệu đã được nghiên cứu bởi các thầy thuốc y học cổ truyền và các công trình nghiên cứu khoa học cụ thể cho từng loại dược liệu khác nhau cho thấy có công dụng trong việc chữa trị hoặc hỗ trợ điều trị các căn bệnh, làm giảm các triệu chứng hay có công dụng như là một nguồn dinh dưỡng tự nhiên bổ sung và cải thiện sức khỏe

Nguồn nguyên liệu chính có thể từ: **Các loại thực vật bản địa, động vật, vi sinh vật,...**

Các loại thực vật bản địa: Đây là nguồn nguyên liệu chính, chiếm số lượng lớn trong các bài thuốc y học cổ truyền cũng như chiết xuất vào các loại dược phẩm để áp dụng làm tăng công hiệu hay chữa trị các loại bệnh hay gặp. Đặc biệt chúng được chiết xuất và sử dụng vào trong thành phần của thuốc theo phương pháp điều trị Tây y. Những loại dược liệu đầu tiên được sử dụng trong Tây y như Câu liễu trắng trong thành phần bán hợp thành của công thức thuốc aspirin đầu tiên hay như Atermisinin có trong Thanh hao hao vàng dùng để chống sốt rét thể phân liệt....

- **Một số loài động vật:** Một ví dụ thường thấy nhất đó là mật ong, đây vừa là thực phẩm vừa là dược liệu có công dụng rất tốt trong việc diệt khuẩn, chống lão hoá da. Ví dụ Đông trùng hạ thảo thực tế là một loại dạng ký sinh giữa trứng của loài bướm thuộc chi *Thitarodes* và loại nấm *Ophiocordyceps sinensis* bám vào và sống ký sinh trên vật chủ. Đông trùng hạ thảo có chứa nhiều chất dinh dưỡng có lợi cho cơ thể bao gồm 17 loại axit amin, các nguyên tố vi lượng (Nhôm, Silic, Kali, Natri...), các loại vitamin (vitamin B12, vitamin A, vitamin C, vitamin B2, vitamin E, vitamin K)

- **Các loài vi sinh vật:** Đây là những loài sinh vật có khả năng tự tổng hợp, chuyển đổi một số chất thành những dạng có dược tính và công dụng hữu hiệu trong việc chữa trị bệnh, trường hợp thường thấy nhất đó là lên men, cụ thể trong y học đã áp dụng men rượu (*Saccharomyces cerevisiae*) để chữa trị bệnh

sốt rét hay sản xuất insulin từ việc lên men của vi khuẩn E.coli

Theo thời gian, con người đã sáng tạo ra nhiều cách sử dụng dược liệu khác nhau nhằm mục đích hấp thụ tối đa các thành phần có lợi cho sức khỏe có trong dược liệu, cách phổ biến và thường thấy nhất hiện nay là theo dạng trà túi lọc hoặc trà dược liệu thô, các túi chiết xuất dược liệu, dạng cồn thuốc, tinh dầu, bột cốm...

Hiện nay không chỉ Việt Nam mà trên thế giới, với xu hướng "Trở về thiên nhiên" thì việc sử dụng các thuốc từ dược liệu của người dân ngày càng gia tăng bởi nó ít có những tác động có hại và phù hợp với qui luật sinh lý của cơ thể. Theo Tổ chức Y tế Thế giới (WHO), khoảng 80% dân số hiện nay trên thế giới vẫn dựa vào thuốc có nguồn gốc tự nhiên trong chăm sóc sức khỏe cộng đồng.