

ຂໍ້ແນະນຳ ເຕັກນິກການປູກຜັກກາດນາ



ເອກະສານ ປະກອບການຝຶກອົບຮົມ 06:



Laos Extension for Agriculture Project
P.O. Box 9159
Vientiane, Lao P.D.R.
Tel/fax: 021 732 162 Mobile: 020 5526277
Email: leap@laoex.org
Email: cetdu@laoex.org

CETDU
Central Extension
Training and
Development Unit





ປຶ້ມຄູ່ມືໃນການສົ່ງເສີມກະສິກຳ ແມ່ນຫົວຂໍ້ຕໍ່ເນື່ອງຊຶ່ງລວມມີ:

- ວິທີການສົ່ງເສີມ (ພາກ 1 ຫາ 19)
- ເຄື່ອງມື ສຳລັບວິທີການສົ່ງເສີມກະສິກຳ ແລະປ່າໄມ້
- ປຶ້ມຄູ່ມື ກ່ຽວກັບເຕັກນິກ ກະສິກຳ ສ້າງສັດ ປູກຜັງຫລັກສູດ (ພະນັກງານສົ່ງເສີມ ຂັ້ນເມືອງ ແລະພະນັກງານສົ່ງເສີມຂັ້ນບ້ານ)

ປຶ້ມຄູ່ມືດັ່ງກ່າວແມ່ນເຈດຕະນາເຮັດໃຫ້ການນຳໃຊ້ງ່າຍຂຶ້ນໃນການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ ແລະ ນຳສະເໜີຈຸດປະສົງຂໍ້ມູນເບື້ອງຕົ້ນຂອງວິທີການສົ່ງເສີມກະສິກຳ. ປຶ້ມຄູ່ມືດັ່ງກ່າວໄດ້ຖືກພັດທະນາໃນບາດກ້າວທຳອິດຂອງໂຄງການ Leap ໂດຍການ ຮ່ວມມືກັບພະນັກງານຄູ່ຝຶກຂອງກອງສົ່ງເສີມກະສິກຳ ແລະປ່າໄມ້ (ໂດຍແມ່ນ ພະນັກງານວິຊາການ CETDU) ຄວາມມຸ່ງຫມາຍແມ່ນເພື່ອພັດທະນາເປັນເຄື່ອງມືໃຫ້ພະນັກງານ ສົ່ງເສີມຂັ້ນເມືອງສາມາດຖ່າຍທອດໄປເຖິງຄວາມຕ້ອງການຂອງຊາວກະສິກອນ.

Laos Extension for Agriculture Project
P.O. Box 9159
Vientiane, Lao P.D.R.
Tel/fax: 021 732 162 Mobile: 020 5526277
Email: leap@laoex.org
Email: cetdu@laoex.org

22. ເຕັກນິກການປຸງແຕ່ງອາຫານຈາກສັດນ້ຳ
23. ຂໍ້ແນະນຳວິທີການລ້ຽງໄກ່ຜິ້ນບ້ານທີ່ໄດ້ຮັບຜົນດີ
24. ເຕັກນິກການປູກເຂົ້າແບບກະເສດສຸມ
25. ເຕັກນິກການນຳໃຊ້ EM
26. ເຕັກນິກການປຸງແຕ່ງອາຫານຈາກກ້ວຍ
27. ເຕັກນິກການຂະຫຍາຍຜົນໄມ້ໃຫ້ໝາກ
28. ເຕັກນິກການເຮັດຝຸ່ນບົ່ມເພື່ອປັບປຸງດິນ
29. ເຕັກນິກການປູກຫວານຫາງແຂ້
30. ເຕັກນິກການປູກໝາກມັງກອນ
31. ເຕັກນິກການປູກສາລີ

ແຜ່ນພັບ

1. ເຕັກນິກການລ້ຽງໝູ
2. ພະຍາດກາຝາກຂອງໝູ
3. ເຕັກນິກການຕັດແຂ້ວໝູ
4. ການອະນຸບານໝູນ້ອຍເກີດໃໝ່
5. ເຕັກນິກການລ້ຽງໄກ່ຜິ້ນບ້ານ
6. ການປ້ອງກັນພະຍາດນິວຄາເຊິນໄກ່
7. ເຕັກນິກການຕົກກ້ານາແຊງ
8. ເຕັກນິກການເຮັດຝຸ່ນບົ່ມ ແລະການນຳໃຊ້ໃນນາເຂົ້າ
9. ເຕັກນິກການຕົກກ້າດາປ່ອກ
10. ເຕັກນິກການເຮັດນາຫວ່ານດິນຕີນ
11. ເຕັກນິກການໃຫ້ນ້ຳແກ່ເຂົ້າ
12. ຄວາມຕ້ອງການນ້ຳຂອງຟິດ (ເຂດພາກໃຕ້, ກາງ ແລະເໜືອ)
13. ການລະບາດຂອງພະຍາດສັດຄ້ຽວເອື້ອງ

ປື້ມຄູ່ມືໃນແຕ່ລະເລື່ອງ

1. ເຕັກນິກການປູກໝາກເຜັດໃຫຍ່
2. ເຕັກນິກການປູກຜັກບູອກໂຄລີ
3. ເຕັກນິກການປູກຜັກກະລໍ່າປີ
4. ເຕັກນິກການປູກຜັກກະລໍ່າດອກ
5. ເຕັກນິກການປູກຜັກກາດຂາວ
6. ເຕັກນິກການປູກຜັກກາດນາ
7. ເຕັກນິກການປູກຜັກກາດຫົວ
8. ເຕັກນິກການປູກໝາກຖົ່ວ
9. ເຕັກນິກການປູກຜັກຫອມປ້ອມ
10. ເຕັກນິກການປູກໝາກແຕງກວາ
11. ເຕັກນິກການປູກຜັກທຽນ
12. ເຕັກນິກການປູກໝາກເຜັດຢວກ
13. ເຕັກນິກການປູກຜັກກາດຂຽວກວາງຕຸ້ງ
14. ເຕັກນິກການປູກໝາກເຜັດຂີ້ໜູ
15. ເຕັກນິກການປູກຜັກສະຫຼັດ
16. ເຕັກນິກການປູກໝາກເຜັດຊີ້ຝາ
17. ເຕັກນິກການປູກຜັກບົວແບ່ງ
18. ເຕັກນິກການປູກໝາກຖົ່ວຍັດ
19. ເຕັກນິກການປູກຜັກບົວຫົວໃຫຍ່
20. ເຕັກນິກການປູກໝາກເລັ່ນ
21. ເຕັກນິກການປູກຖົ່ວຝັກຍາວ

ເອກະສານ 06:

ແນະນຳເຕັກນິກການປູກຜັກກາດນາ

ສາລະບານ

ຜັກກາດນາ (Chinese Kale).....	2
ລັກສະນະທົ່ວໄປ	2
ພັນທີ່ໃຊ້ປູກ	3
ການກຽມດິນ.....	3
ການປົວລະບັດຮັກສາ	4
ການເກັບກ່ຽວ	5



ກອງສົ່ງເສີມ ກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້
ພະແນກ ສົ່ງເສີມ ແລະ ຄຸ້ມຄອງໂຄງການ
ໜ່ວຍງານ ພັດທະນາຮູບແບບ ແລະ ຝຶກອົບຮົມ, ເມສາ 2003

ການໃຫ້ນ້ຳ

ຄວນໃຫ້ຢ່າງພຽງພໍແຕ່ຢ່າໃຫ້ຈົນປຽກເກີນໄປ ໂດຍເບິ່ງຄວາມ
ຊຸ່ມຊື່ນໃນ ໜານປູກ.

ການພວມດິນກຳຈັດຫຍ້າ

ຄວນເຮັດໃນໄລຍະທຳອິດ ເພື່ອເຮັດໃຫ້ດິນລຸ່ມລ້ວງຜູ້ຜິງລະບາຍ
ອາກາດ ແລະ ນ້ຳໄດ້ດີ ພ້ອມກັບການກຳຈັດຫຍ້າໄປພ້ອມໆກັນ. ເມື່ອຕົ້ນ
ພືດມີໃບ ປົກຄຸມດິນແລ້ວ ບໍ່ຈຳເປັນເຮັດເລີຍ.

ການເກັບກ່ຽວ

ຜັກກາດນາ ທີ່ປູກໃນບ້ານເຮົາມີອາຍຸເກັບກ່ຽວປະມານ 45 ຫາ 55
ວັນຫຼັງຈາກປູກ ຊຶ່ງເປັນຜັກກາດນາທີ່ໃຫຍ່ເຕັມທີ. ນອກຈາກນີ້ເຮົາຍັງໄດ້
ຜັກກາດນາອ່ອນ ຫຼືເອີ້ນວ່າ ຍອດຜັກກາດນາ ຊຶ່ງໄດ້ຈາກການຖອນແຍກ
ເວລາທີ່ມີອາຍຸປະມານ 30 ວັນ.

ຂໍ້ແນະນຳເຕັກນິກການປູກຜັກກາດນາ



ຜັກກາດນາ (Chinese Kale)

ຜັກກາດນາ ເປັນພືດຜັກທີ່ບໍລິໂພກພາກສ່ວນໃບ ແລະ ລຳຕົ້ນ.
ເປັນຜັກທີ່ມີບໍລິໂພກທົ່ວໄປ ໂດຍສະເພາະແມ່ນນຳໃຊ້ນຳຮ້ານອາຫານ
ຕ່າງໆ, ຜັກກາດນາມີຖິ່ນກຳເນີດ ໃນທະວີບອາຊີ ແລະ ມີປູກຫຼາຍ ໃນອາ
ຊີຕາເວັນອອກສຽງໃຕ້ ເຊັ່ນ: ຈີນ, ໄຕ້ຫວັນ, ມາເລເຊຍ, ສປປ ລາວ, ໄທ
ແລະ ປະເທດອື່ນໆ.

ລັກສະນະທົ່ວໄປ

ຜັກກາດນາ ເປັນພືດທີ່ຈັດເຂົ້າຢູ່ໃນຕະກູນ Cruciferae ມີຊື່ທາງ
ວິທະຍາສາດວ່າ: *Brassica alboglabra* Bailey. ຜັກກາດນາ ເປັນຜັກອາ
ຍຸ 2 ປີ ແຕ່ປູກເປັນຜັກອາຍຸປີດຽວ (Annual). ອາຍຸຕັ້ງແຕ່ຫວ່ານ ຫຼື
ຢອດເມັດຈົນເຖິງເກັບກ່ຽວປະມານ 45 ຫາ 55 ມື້. ຜັກກາດນາສາມາດປູກ

ໄດ້ຕະຫຼອດປີ. ແຕ່ເວລາທີ່ປູກໄດ້ຜົນດີທີ່ສຸດແມ່ນ ໃນຊ່ວງເດືອນ ຕຸລາ ຫາ ເມສາ. ຜັກກາດນາສາມາດຂຶ້ນໄດ້ ໃນດິນເກືອບທຸກສະນິດມີຄວາມອຸດົມສົມບູນສູງພໍສົມຄວນປະຕິກິຣິຍາຂອງດິນ (pH) 5.5 ຫາ 6.8 ມີຄວາມຊຸ່ມຊື່ນໃນດິນສູງສະໝໍ່າສະເໝີ.

ພັນທີ່ໃຊ້ປູກ

ພັນທີ່ນິຍົມປູກຢູ່ບ້ານເຮົາ ເປັນພວກຜັກກາດນາຂາວ ທັງໝົດແບ່ງອອກເປັນປະເພດພັນຕ່າງໆຄື:

- ພັນໃບມົນ: ລັກສະນະໃບກວ້າງປ້ອງສັນປາຍໃບມົນໜ້າໃບເປັນຫຍໍ້ເລັກນ້ອຍ.
- ພັນໃບແຫຼມ: ລັກສະນະໃບແຄບ ປາຍໃບແຫຼມ ຂໍ້ຫ່າງ ໜ້າໃບລຽບ.
- ພັນກ້ານ: ລັກສະນະໃບແຫຼມ, ແຕ່ຈຳນວນໃບຕໍ່ຕົ້ນມີຈຳນວນນ້ອຍກວ່າປ້ອງຍາວ.

ການຕຽມດິນ

ການກັ່ງເບ້ຍ ແລະ ການຍ້າຍເບ້ຍ

ຫຼັງຈາກຕຽມດິນໝານກັ່ງແລ້ວ ໃຫ້ຫວ່ານເມັດພັນ ໃຫ້ກະຈາຍສະໝໍ່າສະເໝີທົ່ວໝານ ປົກດ້ວຍຝຸ່ນບົ່ມ ຫຼືຝຸ່ນຄອກໜາປະມານ 0.5 ຫາ 1.0 ຊຸດ. ສຳເລັດແລ້ວຫຼືດນ້ຳດ້ວຍບົວຝອຍລະອຽດແລ້ວປົກດ້ວຍເຟືອງບາງໆ.

ການປູກລົງໝານ

ການຕຽມດິນໃຫ້ໂຖ-ຊຸດດິນເລັກປະມານ 10 ຫາ 20 ຊຸດ. ພວນແລະ ຍ່ອງດິນໃຫ້ລະອຽດປະສົມຝຸ່ນຄອກ ຫຼື ຝຸ່ນບົ່ມໃຫ້ລະອຽດ ແລ້ວຢອດເມັດລົງເທິງໝານ ໂດຍໃຊ້ໂລຍະຫ່າງລະຫວ່າງຈຸດ/ຈຸດ 25 ຊຸດ; ແຖວ/ແຖວ 40 ຊຸດ. ຢອດເມັດຈຸດລະ 3 ຫາ 5 ເມັດ ເອົາດິນປົກໜ້າໜາ 0.5 ຊຸດ. ເມື່ອຕົ້ນເບ້ຍອາຍຸໄດ້ 15 ຫາ 20 ມື້ ຖອນແຍກໃຫ້ເຫຼືອຊຸດລະ 1 ຕົ້ນ.

ການບົວລະບັດຮັກສາ

ການໃສ່ຝຸ່ນ

ຜິດດັ່ງກ່າວນີ້ຕ້ອງການຝຸ່ນພໍສົມຄວນ ດັ່ງນັ້ນ, ການກຳນົດຝຸ່ນເພື່ອນຳໃຊ້ແມ່ນມີຄວາມຈຳເປັນໃຫ້ຖືກຕ້ອງ ແນໃສ່ການລຸດຜົນທຶນການຜະລິດ ແລະ ໃຫ້ມີປະສິດທິຜົນສູງດ້ານຜົນຜະລິດ ໂດຍສະເພາະດ້ານການຈະເລີນເຕີບໂຕທາງໃບ ແລະ ທາງກ້ານ ຫຼື ລຳຕົ້ນ. ດັ່ງນັ້ນ, ຈຶ່ງແນະນຳໃຫ້ໃຊ້ຝຸ່ນເຄມີ ສູດ 20_11_11 ຫຼື 16_8_8 ຫຼື ສູດທີ່ໄກ້ຄຽງກັນນີ້ ໃນຈຳນວນ 300 ຫາ 600 ກິໂລ/ເຮັກຕາ ໂດຍແບ່ງໃສ່ 3 ເທື່ອ: ເທື່ອທີ1: ໃສ່ເຄິ່ງນຶ່ງເປັນ ຝຸ່ນຮອງຜິ່ນຕອນປູກແລ້ວພວນດິນປົກ. ເທື່ອທີ2: ໃຫ້ໃສ່ເມື່ອຜົດມີອາຍຸປະມານ 10 ຫາ 20 ວັນ ຈຳນວນເຄິ່ງນຶ່ງຈາກສ່ວນທີ່ເຫຼືອຄັ້ງທຳອິດພ້ອມນີ້ ອາດຈະເພີ່ມຝຸ່ນ ຢູ່ເຮ້ຍ ອີກ 80 ຫາ 150 ກລ/ຮຕ ເພື່ອເລັ່ງການຈະເລີນເຕີບໂຕລຳຕົ້ນ ແລະ ໃບ. ເທື່ອທີ3 ໃສ່ເມື່ອ ອາຍຸໄດ້ 25 ຫາ 30 ວັນ ຈາກສ່ວນທີ່ເຫຼືອ ທີ່ໄດ້ກຳນົດໄວ້ໃນເບື້ອງຕົ້ນນັ້ນ.