ການປູກເຫັດນາງລົມ

ເຫັດນາງລົມ ເປັນເຫັດທີ່ມີຄຸນຄ່າທາງອາຫານສູງ ໂດຍສະເພາະທາດໂປຼຕີນ, ທາດແປ້ງ ແລະ ວິຕາມິນບໍ່ນ້ອຍໜ້າກວ່າເຫັດຊະນິດອື່ນໆ. ເຫັດນາງລົມ ຍັງໃຫ້ປະລິມານແຮ່ທາດຫລາຍຊະນິດ ເຊັ່ນ: ແຄລຊຽມ, ຟອສຟໍຣັສ, ໂປແຕັສຊຽມ, ມີວິຕາມິນ ບີ 1 ແລະ ວິຕາມິນບີ 2 ຂ້ອນຂ້າງສູງກວ່າເຫັດຊະນິດອື່ນ ແລະ ໃຫ້ພະລັງງານຂ້ອນຂ້າງສູງ. ນອກນີ້, ເຫັດນາງລົມຍັງມີກົດໂຟລິກສູງກວ່າພືດຜັກ ແລະ ຊີ້ນສັດ ຊຶ່ງກົດພວກນີ້ ຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນພະຍາດເລືອດຈາງ, ເໝາະສຳລັບຜູ້ປ່ວຍເປັນພະຍາດເບົາຫວານ, ຄວາມດັນເລືອດສູງ ແລະ ເປັນອາຫານທີ່ດີສຳລັບຜູ້ເປັນພະຍາດຫົວໃຈ ແລະ ກະເພາະອັກເສບ.

ວັດຖຸອຸປະກອນທີ່ໃຊ້ປູກ

ວັດຖຸປະກອນທີ່ໃຊ້ປູກເຫັດນາງລົມປະກອບມີ:

- ⇒ ຢີບຊ່ຳ, ດີເກືອ ແລະ ພູໄມທ໌
- ⇒ ຮຳອ່ອນ ແລະ ເຂົ້າປຽນ
- ⇒ ຖົງຢາງຂະໜາດ 7 x 12 ນີ້ວ
- ⇒ ຢາງບ້ວງ
- ⇒ ຝ້າຍອັດປາກຖົງ
- ⇒ ເຈ້ຍອັດປາກຖົງ
- ⇒ ເຫລົ້າ 70% ແລະ 90%
- ⇒ ຊວ້ານ
- ⇒ ຄຸຕັກນ້ຳ
- ⇒ ບົວຫົດນ້ຳ
- ⇒ ຜ້າ
- ⇒ ຂີ້ເລື່ອຍໄມ້ເນື້ອອ່ອນ
- ⇒ ໝໍ້ໜຶ້ງຖົງກ້ອນເຊື້ອ
- ⇒ ຟືນ

ສູດອາຫານທີ່ໃຊ້ປູກ

ສູດທີ 1 :

⇒	ຂີ້ເລື່ອຍໄມ້ເນື້ອອ່ອນ	100 ກິໂລ
⇒	ຮຳອ່ອນ	5 ກິໂລ
⇒	ແປ້ງເຂົ້າຈ້າວ ຫຼື ນ້ຳຕານຊາຍ	3-5 ກິໂລ
⇒	ປູກຂາວ	0ດ5-1 ກິໂລ
⇒	ດີເກືອ	0,5 ກິໂລ
⇒	ນ້ຳ	65-70 ລິດ

ສູດທີ 2

⇒	ຂີ້ເລື່ອຍໄມ້ເນື້ອອ່ອນ	100 ກິໂລກຼາມ
⇒	ຮຳອ່ອນ	5-7 ກິໂລກຼາມ
⇒	ດີເກືອ	0,2 ກິໂລກຼາມ
⇒	ປູນຂາວ	1 ກິໂລກຼາມ

ການປະສົມຂີ້ເລື່ອຍເພື່ອປູກ

⇒	ນ້ຳ	70-75%

1. ນຳເອົາຂີ້ເລື່ອຍ ກອງເທິງພື້ນຊີມັງພ້ອມທັງອາຫານເສີມຕາມສູດ ໂດຍໃສ່ແບບກະຈາຍໃຫ້ທົ່ວ. ໃຊ້ຊວ້ານຄົນສ່ວນປະສົມໃຫ້ເຂົ້າກັນດີ.

2. ຕື່ມນ້ຳລົງໄປ ພ້ອມທັງຄົນໃຫ້ສະໝ່ຳສະເໝີ. ຈາກນັ້ນ, ຈຶ່ງທົດສອບເບິ່ງຄວາມຊຸ່ມຂອງຂີ້ເລື່ອຍໂດຍໃຊ້ມືກຳບີບເບິ່ງຖ້າເຫັນມີໄຫຼອອກຕາມງ່າມມື ສະແດງວ່າປຽກໂພດ (ຄວນເອົາຂີ້ເລື່ອຍ ແລະ ອາຫານເສີມໃສ່ຕື່ມເລັກນ້ອຍ) ແຕ່ຖ້າກຳເບິ່ງແລ້ວ ບໍ່ມີນ້ຳໄຫຼອອກມາ ແລະ ເມື່ອແບມືອອກເຫັນຂີ້ເລື່ອຍຊະອອກສະແດງວ່າແຫ້ງໂພດ (ຄວນຕື່ມນ້ຳ) ຂີ້ເລື່ອຍທີ່ເໝາະສົມຄື ເມື່ອເວລາກຳເບິ່ງຈະບໍ່ມີນ້ຳໄຫຼອອກມາ ແລະ ເມື່ອ

3.ນຳມາຮ່າຍໃສ່ຖົງຢາງ, ຍັດໃຫ້ແໜ້ນໃສ່ຄໍທີ່ປາກຖົງ, ອັດດ້ວຍເຈ້ຍໃຫ້ດີ ແລ້ວນຳໄປໜຶ້ງຂ້າເຊື້ອທີ່ໝໍ້ໜຶ້ງ ສຳລັບໜຶ້ງກ້ອນເຊື້ອ ປະມານ 3-4 ຊົ່ວໂມງ (ສຳລັບ ໃຊ້ກະຝຸຍຂະໜາດ 200 ລິດ ໜຶ້ງ).

4. ເມື່ອໄດ້ທີ່ແລ້ວ ກໍນຳອອກມາປະໄວ້ໃຫ້ເຢັນ ຈຶ່ງນຳເອົາຫົວເຊື້ອ ທີ່ຕຽມໄວ້ມາໃສ່ ແລ້ວນຳໄປບົ່ມໄວ້ບ່ອນທີ່ມີອຸນຫະພູມສູງ ແລະ ມືດ ດົນປະມາ 3-4 ອາທິດ ເສັ້ນໄຍຈະເດີນເຕັມຖົງ. ຈາກນັ້ນ, ຄວນປະໄວ້ຕື່ມປະມານ 5-7 ມື້ ເພື່ອໃຫ້ເສັ້ນໄຍສະສົມອາຫານ ພ້ອມທີ່ຈະເປັນດອກຕໍ່ໄປ.

ການເປີດປາກຖົງເພື່ອໃຫ້ເກີດດອກ

ການເປີດດອກເຫັດນາງລົມທີ່ນິຍົມ ຄື ການເປີດດ້ວຍວິທີການດຶງຄໍປາກຖົງ ແລະ ຝ້າຍອອກ ເໝືອນກັນການເປີດດອກເຫັດ

ຄຸນຄ່າທາງອາຫານຂອງເຫັດນາງລົມປະກອບມີ:

⇒ **ປະກອບມີ:**

– ຄວາມຊຸ່ມ	56,1%
– ໂປຣຕີນ	5,94%
– ໄຂມັນ	0,17%
– ເຖົ່າ	1,19໑
– ເຍື້ອໄຍ	1,56%
– ຄາໂບໄຮເດຼດ	50,9%

ເຫັດນາງລົມ 100 ກຼາມ ຈະໃຫ້ພະລັງງານ ແລະ ແຮ່ທາດ ດັ່ງນີ້:

– ພະລັງງານຄວາມຮ້ອນ	45,65 ແຄລໍຣີ
– ແຄລຊຽມ	8,9 ມິນລີກຼາມ
– ເຫຼັກ	1,9 ມິນລີກຼາມ
– ຟອສຟໍຣັສ	170,0 ມິນລີກຼາມ

ພະຍາດ ແລະ ແມງໄມ້ທີ່ມັກທຳລາຍເຫັດນາງລົມ ແລະ ວິທີການປ້ອງກັນກຳຈັດ

– ວິຕາມິນ ບີ 1	10,15 ມິນລີກຼາມ
– ວິຕາມິນ ບີ 2	20,75 ມິນລີກຼາມ
– ວິຕາມິນຊີ	12,40 ມິນລີກຼາ

ພະຍາດ

1. ຣາຂຽວ, ຣາດຳ ແລະ ຣາສີສົ້ມ

ນັບວ່າມີການທຳລາຍທຸກໄລຍະ ຕັ້ງແຕ່ໄລຍະເຮັດຫົວເຊື້ອຈົນເຖິງເປີດດອກ ເມື່ອພົບເຫັນມີການທຳລາຍຂອງເຊື້ອຣາ ຄວນຄັດອອກທຳລາຍ ດ້ວຍການເຜົາຖິ້ມ.

2. ຣາເມືອກ

ມີລັກສະນະສີເຫຼືອງໆຂຶ້ນຕາມຖົງກ້ອນເຊື້ອທີ່ມີອາຍຸຫຼາຍ ຫູຊຸ່ມເກີນໄປ ເມື່ອພົບເຫັນຄວນແຍກອອກໄປຝັງ ຫຼື ຈູດເຜົາຖິ້ມ.

ແມງໄມ້

1. ດ້ວງປີກແຂງ (Beetle)

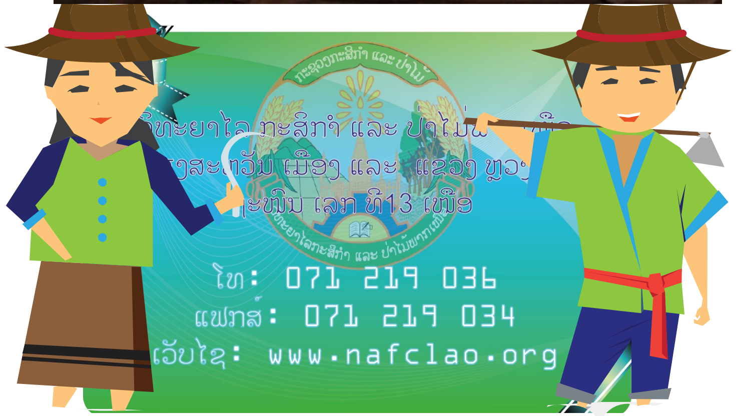
ຈະທຳລາຍທັ້ງທີ່ເປັນໂຕອ່ອນ ແລະ ໂຕເຕັມໄວ ໂດຍເຈາະສ່ວນທີ່ເປັນກ້ານດອກ ແລະ ໝວກດອກ ເຮັດໃຫ້ມີລັກສະນະຄ້າຍຄືຟອງນໍ້າແລ້ວຍຸບຕົວ.

2. ແມງສາບ

ຈະທຳລາຍດ້ວຍການກັດດອກ ເຮັດໃຫ້ເປັນແຜແຫວ່ງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ຣາຕ່າງໆແຜ່ລະບາດຮຸນແຮງຂຶ້ນ

3. ໝູ

ມັກທຳລາຍເຫັດໃນໄລຍະຖົງກ້ອນເຊື້ອ ແລະ ເປີດດອກ ໂດຍກັດດອນຝ້າຍ, ຖົງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ດອກເສຍຫາຍ.

ວິທະຍາໄລກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້ ພາກເໜືອ

ການປູກເຫັດນາງລົມ