

ພະຍາດ, ແມງໄມ້ ແລະ ການປ້ອງກັນ

• ພະຍາດເນົ່າເປື້ອນ

ສາເຫດເກີດຈາກແບັກທີເຣຍ, ເປັນພະຍາດເກີດຂຶ້ນຢ່າງກວ້າງຂວາງ ອາການທົ່ວໄປທີ່ເກີດກັບຜັກສະຫຼັດທີ່ຫໍ່ ເລີ່ມຈາກບາດແຜບວບຊ້ຳ ນ້ອຍໆເປັນຈຸດບວບຊ້ຳ, ເມື່ອມີເງື່ອນໄຂທີ່ເໝາະສົມຈະຂະຫຍາຍ ອອກ ເນື້ອເຍື້ອຈະຍຸບຕົວລົງ ແລະ ເນົ່າເປື້ອນຢ່າງໄວ, ມີເມືອກ ແລະ ສິ່ງກົນເໝັນ, ເປັນສະເພາະແຕ່ພະຍາດນີ້ຈາກນັ້ນຜັກກໍ່ຈະຍຸບລົງທັງ ຕົ້ນ.

ການປ້ອງກັນ ແລະ ກຳຈັດ

ເວລາຕັດໃນຕອນເກັບກ່ຽວ ໃຫ້ໃຊ້ມົດມີຄົມຕັດໃຫ້ຂາດພຽງຄັ້ງດຽວ ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ມີຮອຍຊ້ຳ ເພື່ອປ້ອງກັນການມີບາດແຜ ເຊິ່ງຈະເປັນທາງເຂົ້າ ຂອງເຊື້ອ ຈາກນັ້ນເກັບໄວ້ທີ່ໂລງອາກາດຖ່າຍເທດີ, ທາປຸນແດງທີ່ ຮອຍຕັດ ແລະ ການບັນຈຸພາຊະນະບໍ່ຊ້ອນກັນຫຼາຍ.

• ພະຍາດໃບຈຸດຂອງຜັກສະຫຼັດ

ການເກັບກ່ຽວ ແລະ ການຫຸ້ມຫໍ່

ອາຍຸການເກັບກ່ຽວຜັກສະຫຼັດ ຂຶ້ນກັບແຕ່ລະແນວຝັນ, ການເກັບ ຜົນຜະລິດແມ່ນໄດ້ຫຼີກເອົາທັງຮາກ ແລ້ວຕັດແຕ່ງເອົາໃບແກ່ ອອກ,

❖ ຫຼັກການປະຕິບັດກະສິກຳທີ່ດີ

1. ຝຶ້ນທີ່ການຜະລິດຕ້ອງບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງ ການປົນເປື້ອນຂອງໂລຫະ ໜັກ, ເຊື້ອຊີວະວິທະຍາ ແລະ ສານເຄມີ ເຊັ່ນ: ຝຶ້ນທີ່ໂຮງງານອຸດສາຫະ ກຳເກົ່າ, ສາງເຄມີເກົ່າ, ຄອກສັດເກົ່າ, ກອງຂີ້ເຫຼື້ອຍ...
2. ແນວຝັນຕ້ອງເປັນແນວຝັນມີຄຸນນະພາບດີ, ໄດ້ລົງທະບຽນຖືກ ຕ້ອງຕາມລະບຽບ.
3. ແຫຼ່ງນ້ຳທີ່ໃຊ້ຕ້ອງເປັນແຫຼ່ງນ້ຳສະອາດ, ບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງການປົນ ເປື້ອນຂອງເຊື້ອວິທະຍາ ແລະ ສານເຄມີທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ ເປັນຕົ້ນ ແມ່ນແຫຼ່ງນ້ຳທີ່ໄຫຼຜ່ານເຂດໂຮງງານອຸດສາຫະກຳ, ຄອກສັດ, ແມ່ນ້ຳ ທີ່ໄຫຼຜ່ານຕົວເມືອງໃຫຍ່.
4. ກະສິກຳທີ່ດີອະນຸຍາດໃຫ້ນຳໃຊ້ຝຸ່ນເຄມີໄດ້ ແຕ່ຕ້ອງໄດ້ລົງທະບຽນ ຢ່າງຖືກຕ້ອງຕາມລະບຽບກົດໝາຍ, ສຳລັບຝຸ່ນຄອກຕ້ອງຜ່ານການ ໝັກປັ້ມ.
5. ກະສິກຳທີ່ດີອະນຸຍາດນຳໃຊ້ຢາປາບສັດຕູພືດ ແຕ່ຕ້ອງໄດ້ລົງທະ ບຽນຖືກຕ້ອງຕາມລະບຽບ ແລະ ໃຫ້ໃຊ້ຕາມສະຫຼາກກຳກັບການໃຊ້ ຢາ.
6. ເຄື່ອງມືທີ່ໃຊ້ເຂົ້າໃນການຜະລິດ ຕ້ອງສະອາດບໍ່ມີຄວາມສ່ຽງການ ປົນເປື້ອນສານພິດຕໍ່ຜົນຜະລິດເຊັ່ນ: ເຄື່ອງມືຮັບໃຊ້ຢູ່ໃນສວນ, ເຄື່ອງ



ສົນໃຈຕິດຕໍ່

ສູນມາດຕະຖານກະສິກຳສະອາດ

030 5472182

ໜ່ວຍງານພັດທະນາກະສິກຳທີ່ດີ

ບ. ສາມສະອາດ ມ. ໄຊທານີ ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ

ກະຊວງ ກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້

ກົມປູກຝັງ

ການປູກຝັກສະຫຼັດແບບກະສິກຳທີ່ດີ



ຈັດພິມໂດຍ:



ໂຄງການຜະລິດກະສິກຳເປັນສິນຄ້າ ຢູ່ ສປປ ລາວ
Lao Agriculture Competitiveness Project

ນະຄອນຫຼວງວຽງຈັນ, 2021

ການຂົນສົ່ງ



ການເກັບກ່ຽວ



ຜັກສະຫຼັດ (Lettuce)



ຕະກຸນ : Compositae

ຊື່ວິທະຍາສາດ : *Lactuca sativa* L.

ຊື່ພາສາອັງກິດ : Lettuce

ປະຫວັດຄວາມເປັນມາ

ຜັກສະຫຼັດເປັນພືດລຳຕົ້ນຕ່ຳ ແຕ່ສ່ວນທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕຫຼາຍທີ່ສຸດຄືໃບ

ແຕ່ລະສາຍພັນກໍ່ມີຊ່ວງລະດູການທີ່ເໝາະສົມບໍ່ຄືກັນ ຜັກສະຫຼັດມີຖິ່ນ

ກຳເນີດໃນທະວີບເອເຊຍ ແລະ ຢູໂຣບ, ປະເທດຈີນປູກຜັກສະຫຼັດມາ

ຄຸນປະໂຫຍດຂອງຜັກສະຫຼັດ

ຜັກສະຫຼັດມີຄຸນຄ່າທາງດ້ານອາຫານສູງ ເພາະວ່າມັນເປັນພືດທີ່ມີສານ

ສີຂຽວ ແລະ ມີຄຸນຄ່າທາງດ້ານໂພສະນາການຫຼາຍຢ່າງ ສາມາດ

ບໍລິໂພກສິດ, ມີວິຕາມິນສູງ ເຊິ່ງຊ່ວຍໃຫ້ເຫຼືອກແຂງແຮງ ມີທາດ

ອາຫານຄົບ, ທາດອາຫານທີ່ມີຫຼາຍກວ່າໝູ່ແມ່ນຈຳພວກ ຝືດສຸກຮັດ,

ສະພາບດິນຝ້າອາກາດທີ່ເໝາະສົມ

ຜັກສະຫຼັດ ເປັນພືດທີ່ສາມາດຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີ ໃນດິນເກືອບທຸກ

ຊະນິດ ບໍ່ວ່າຈະເປັນດິນໜຽວ, ດິນຮ່ວນ, ດິນຊາຍ ແລະ ດິນຮ່ວນປົນ

ຊາຍ, ແຕ່ປູກໄດ້ດີທີ່ສຸດແມ່ນດິນຮ່ວນທີ່ມີການລະບາຍນ້ຳ ແລະ

ອາກາດໄດ້ດີ, ລະດັບ PH ຂອງດິນຢູ່ໃນລະຫວ່າງ 6.0 - 6.8 ດິນທີ່ມີ

ຄວາມຊຸ່ມສົມຄວນ ແລະ ພື້ນທີ່ປູກຄວນໄດ້ຮັບແສງເຕັມທີ່ຕະຫຼອດ

ວັນ. ຜັກສະຫຼັດເປັນພືດຜັກລະດູດຽວ ຈະເລີນເຕີບໂຕໃນອາກາດເຢັນ

ສາຍພັນຂອງຜັກສະຫຼັດ ແບ່ງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມໃຫຍ່ຄື:

1. ຜັກສະຫຼັດທີ່ຫົວ (head lettuce): ເປັນຜັກສະຫຼັດທີ່ໃບຫົວ

ເຊິ່ງເກີດຈາກໃບທີ່ຮຽງຊ້ອນກັນແໜ້ນພໍປະມານມີສີເຫຼືອງອ່ອນ, ເປັນ

ຊະນິດທີ່ມັກອາກາດເຢັນ.

2. ຜັກສະຫຼັດໃບ (leaf lettuce): ເປັນຜັກສະຫຼັດທີ່ມີໃບບໍ່ເປັນ

ຫົວ, ມີໃບທີ່ກ້ວາງ, ໃບຫຍໍ້ຈະເລີນເຕີບໂຕໄປທາງດ້ານເທິງ ແລະ

ດ້ານຂ້າງລຳຕົ້ນເປັນຊິງຝຸ່ມເຕ້ຍ.

3. ຜັກສະຫຼັດທີ່ມີລຳຕົ້ນ (stem lettuce): ເປັນຜັກສະຫຼັດທີ່

ການກຳເບີຍ

ການກຳເບີຍສຳລັບຜັກສະຫຼັດ ກຳໃນແບ່ງຂະໜາດ 4 - 5 ແມັດ,

ຫຼັງຈາກກຽມໝານກຳແລ້ວກໍ່ຫວ່ານເມັດລົງໃຫ້ກະຈາຍທົ່ວໝານ

ແລ້ວ ເອົາຝຸ່ນຄອກໂຮ່ຍທັບບາງໆ ປົກຄຸມດ້ວຍເຜືອງຫົດນ້ຳໃຫ້ຊຸ່ມ,

ປົວລະ ບັດຮັກສາຈົນຕົ້ນກຳມີໃບແທ້ 3 - 4 ໃບ ຫຼື ຕົ້ນກຳມີອາຍຸໄດ້

ການກຽມດິນ

ເນື່ອງຈາກຜັກສະຫຼັດເປັນຜັກທີ່ມີລະບົບຮາກຕົ້ນເຊັ່ນດຽວກັບຜັກຊະນິ

ການປູກ

ຜັກສະຫຼັດຈະປູກໄດ້ທັງວິທີຫວ່ານຢາຍສະເໝີທົ່ວໝານ ແລະ ວິທີປູກ

ເປັນຕົ້ນທີ່ໄດ້ຈາກການກຳເບີຍ, ສຳລັບຜົນໃບໄລຍະປູກລະຫວ່າງຕົ້ນ

ການປົວລະບັດຮັກສາ

• ການພວນດິນ ແລະ ກຳຈັດວັດສະດີ

ຄວນເຮັດໃນໄລຍະທຳອິດເພື່ອເຮັດໃຫ້ດິນລຸລ່ວງຜຸຜົງ, ລະບາຍນ້ຳ

ແລະ ອາ ກາດໄດ້ດີ ພ້ອມກັບການກຳຈັດຫຍາໄປພ້ອມໆກັນ.

• ການໃສ່ຝຸ່ນ

ຕຽມດິນປູກຄວນໃສ່ຝຸ່ນປົມຮອງພື້ນ ປະມານ 2-3 ໂຕນ/ໄລ່ ໃສ່ບ່ອນ

ຍູເຣຍ ສູດ 46:00:00 ເມື່ອຜັກສະຫຼັດອາຍຸໄດ້ 7 ວັນໂດຍລະລາຍ

• ການໃຫ້ນ້ຳ

ເນື່ອງຈາກຜັກສະຫຼັດມີຮາກຕົ້ນ ຈຶ່ງບໍ່ສາມາດດູດນ້ຳເລິກໄດ້ ຈຶ່ງຄວນ

ໃຫ້ນ້ຳສະໝໍ່າສະເໝີ ແລະ ພຽງພໍໂດຍສະເພາະ 2 ອາທິດທຳອິດທີ່ຍ້າຍ



ແຫຼ່ງນ້ຳ ທີ່ໃຊ້ເຂົ້າໃນການຜະລິດ ຕ້ອງ
ເປັນແຫຼ່ງນ້ຳສະອາດ, ບໍ່ມີຄວາມສຽງ
ການປົນເປື້ອນ ຂອງເຊື້ອວິທະຍາ ແລະ
ສານເຄມີທີ່ເປັນອັນຕະລາຍ ເປັນຕົ້ນ
ແມ່ນແຫຼ່ງນ້ຳ ທີ່ໄຫຼຜ່ານເຂດໂຮງງານ
ອຸດສາຫະກຳ, ຄອກສັດ, ແມ່ນ້ຳທີ່ໄຫຼ