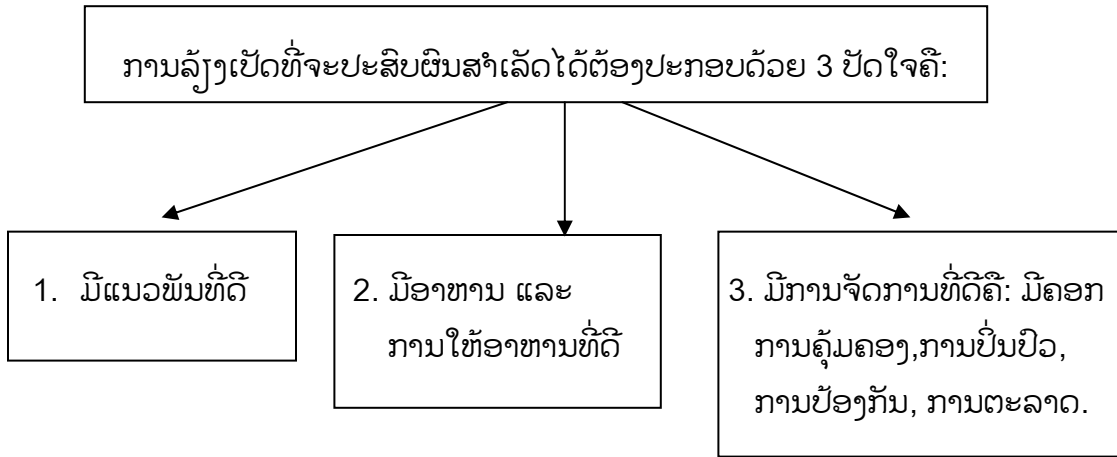
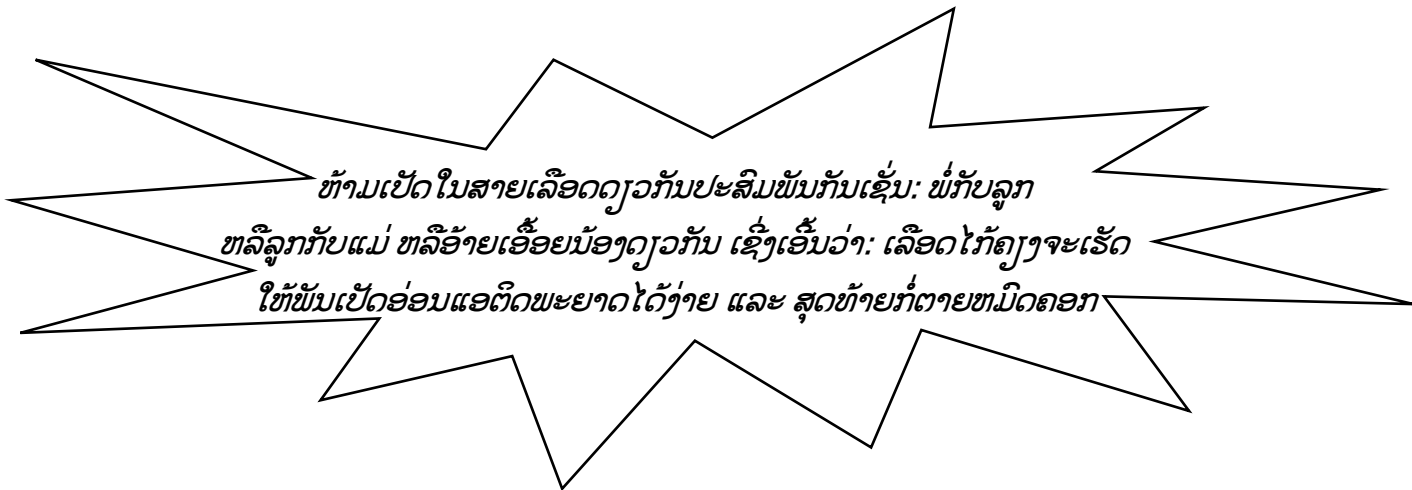


ຄູ່ມືວິຊາການລ້ຽງເປັດຂຶ້ນພື້ນຖານສຳລັບຊາວບ້ານ



1. ແນວພັນເປັດທີ່ດີ.

- ເປັນພັນທີ່ລ້ຽງງ່າຍ, ກິນອາຫານບໍ່ເລືອກ, ໃຫຍ່ໄວ, ລູກດົກ ແລະ ທົນທານຕໍ່ພະຍາດ.
- ເປັດພໍ່ພັນທີ່ຈະນຳມາປະສົມພັນໄດ້ ຄວນມີອາຍຸ 8 ເດືອນຂຶ້ນໄປ ແລະ ມີນ້ຳໜັກຢ່າງໜ້ອຍ 3 ກິໂລ.
- ອັດຕາການປະສົມພັນເປັດ ແມ່ນພໍ່ພັນ 1 ໂຕ ຕໍ່ແມ່ພັນ 5 - 8 ໂຕ.
- ເປັດແມ່ພັນທີ່ດີຕ້ອງມີນ້ຳໜັກຢ່າງໜ້ອຍ 2 ກິໂລຂຶ້ນໄປ, ໄຂ່ຫລາຍ, ພັກໄຂ່ແຕກດີ, ລ້ຽງລູກເກັ່ງ.



II. ອາຫານ ແລະ ການໃຫ້ອາຫານ:

ອາຫານທີ່ດີຕ້ອງປະກອບດ້ວຍ 4 ຢ່າງເຊັ່ນ:

1. ອາຫານບັນຈຸທາດຊີ້ນ.
2. ອາຫານບັນຈຸທາດແປ້ງ.
3. ອາຫານບັນຈຸແຮ່ທາດ.
4. ຫົວແຮ່ທາດເສີມ.

ອາຫານທີ່ປະກອບດ້ວຍທາດທັງ 4 ຢ່າງນີ້ ເອີ້ນວ່າ “ ຫົວອາຫານສຳເລັດຮູບ “

1. ອາຫານທີ່ບັນຈຸທາດຊີ້ນສູງ (ໂປຣຕີນ)
 - ຫອຍ, ກະປູ, ຂີ້ກະເດືອນ, ແມງໄມ້, ຕັກແຕນ, ປາ.
 - ໃບມັນຕົ້ນແຫ້ງ (ລະວັງຫ້າມກິນໃບມັນຕົ້ນດິບ, ຖ້າກິນຫລາຍສັດຈະຕາຍ).
 - ໃບກະຖິນແຫ້ງ (ສາມາດໃຫ້ກິນດິບໄດ້ ແຕ່ບໍ່ໃຫ້ຫລາຍ ປະມານ 1 - 3 ກຳມີ ຕໍ່ເປັດ 3 ໂຕ).
 - ແກ່ນຫມາກຖົ່ວແຫ້ງຕ່າງໆ, ໃບຫມາກຖົ່ວຕ່າງໆ.
2. ອາຫານທີ່ບັນຈຸທາດແປ້ງ.
 - ຮຳ, ເຂົ້າເປືອກ, ຫົວມັນຕົ້ນແຫ້ງ (ຊອຍເປັນຕ່ອນບາງໆຕາກແດດຢ່າງໜ້ອຍ 3-4 ແດດ ແລ້ວສາມາດຮັກສາໄວ້ໄດ້ນານ), ຫົວມັນແຫ້ງຕ່າງໆ ຫລືຕົ້ມ.
3. ແຮ່ທາດ.
 - ເປືອກຫອຍຕຳພໍມັນກິນໄດ້, ອອງກະປູ, ຫີນແຮ່ ແລະສຳຄັນທີ່ສຸດຄືເກືອກິນ, ເປັດມີຄວາມ ຕ້ອງການຫລາຍ ໂດຍສະເພາະໃນຍາມແລ້ງ.
4. ຫົວແຮ່ທາດເສີມ.
 - ຫົວແຮ່ທາດເສີມ (ມີຊື່ວ່າ: ທາດແດ່ຣີມິນ) ໃຫ້ເປັດໄດ້ກິນ 1 ບ່ວງແກງປະລິມັກັບອາຫານ 1 ຄູ ໃນເວລາເປັດໄຂ່, ຟັກໄຂ່ ຫລືເວລາອາກາດມີການປ່ຽນແປງ.
 - ຫົວວິຕາມິນ (ມີຊື່ວ່າ: ອາເດັກ 126) ໃຫ້ເປັດໄດ້ກິນ 1 ຝາຕໍ່ນ້ຳ 1 ຄູ. ໃຫ້ກິນເວລາຈະເຄື່ອນ ຍ້າຍ ຫລືຂົນສົ່ງເປັດ, ເວລາເປັດເຫງົາ, ເວລາອາກາດມີການປ່ຽນແປງ. ຫົວວິຕາມິນດັ່ງກ່າວ ຈະເຮັດໃຫ້ເປັດຂອງພວກເຮົາ ຄາຍຄວາມຄຽດ, ແຂງແຮງ, ກິນອາຫານໄດ້ດີ.
 - ຫົວແຮ່ທາດເສີມ ແດ່ຣີມິນ ແລະ ຫົວວິຕາມິນ ອາເດັກ 126 ສາມາດຊອກຊື້ໄດ້ຕາມຮ້ານສາ ຂາຈຳນ່າຍຫົວອາຫານສັດ ແລະ ຂາຍຢາສັດທົ່ວໄປໃນກຳແພງນະຄອນວຽງຈັນ.

ພິເສດ: ນອກຈາກອາຫານທັງ 4 ຢ່າງທີ່ໄດ້ກ່າວມາຂ້າງເທິງແລ້ວ ຄວນໃຫ້ເສີມຜັກຊະນິດຕ່າງໆໃຫ້ເປັດໄດ້ກິນ ເຊັ່ນ: ຜັກບົ້ງ, ຜັກຫົມ, ໃບກະຖິນສົດ, ຫຍ້າສົດ ແລະ ຜັກອື່ນໆ ໃຫ້ກິນທຸກໆມື້ ຈະສາມາດທົດແທນຫົວວິຕາມິນ ທີ່ໄດ້ກ່າວມາຂ້າງເທິງນັ້ນໄດ້ ໂດຍສະເພາະໃນຍາມແລ້ງ.

III. ການປິ່ນປົວ ແລະ ປ້ອງກັນ.

1. ເປັດເຫງົາ. ທ່ານສາມາດສັງເກດເປັດເຫງົາໄດ້ງ່າຍໆຄື: ເປັດຍືນຊິງຫລັບຕາ (ຕາມປົກ ະຕິແລ້ວເປັດຈະບໍ່ຍືນຫລັບຕາ), ກິນອາຫານຫນ້ອຍລົງ, ຂົນຫຍອງ ສະແດງວ່າເປັດ ຂອງທ່ານເຫງົາ. ຕ້ອງໃຫ້ຢາປະຕິຊີວະນະ ຄືຢາຕ້ານເຊື້ອເຊັ່ນ: ຢາຄຣໍແລມ 1 ເມັດ ຕໍ່ 1 ໂຕໃຫຍ່. ໃຫ້ກິນເຂົ້າແລງພາຍໃນ 3 ມື້. ຖ້າເປັດເປັນແຮງ ໃຫ້ໃຊ້ຢາອີກຊິເຕຕຣາຊິກ ລິນສັກກ້າມເອິກ ໃນອັດຕາສ່ວນ 1 ເຊເຊ ຕໍ່ເປັດໂຕຜູ້ໃຫຍ່ ແລະ 0,5 ເຊເຊ ຕໍ່ເປັດ ໂຕແມ່, ໃຫ້ສັກພາຍໃນ 3 ມື້. ເປັດໂຕບໍ່ທັນສະແດງອາການເຫງົາກໍ່ໃຫ້ສັກຫມົດທຸກໆ ໂຕ. ການປິ່ນປົວວິທີອື່ນ ອາດຈະໃຊ້ຢາຄຣໍແລມຕີເຕຕຣາຊິກລິນຊະນິດຝຸ່ນປະສົມນ້ຳ ຫລືອາ ຫານໃຫ້ກິນໃນອັດຕາ 1 ຊອງຕໍ່ນ້ຳ 10 ລິດ ຫລື 2 ກູມ ຕໍ່ນ້ຳ 1 ລິດ ພາຍໃນ 5 ມື້.

2. ການສັກຢາປ້ອງກັນ:

ກ./ ວັກຊີນອະຫິວາເປັດ (ສັກສະເພາະແຕ່ເປັດ).

- ເມື່ອເປັດອາຍຸໄດ້ 1 ເດືອນຂຶ້ນໄປ ຕ້ອງສັກວັກຊີນອະຫິວາເປັດໂຕລະ 1 ເຊເຊ ສັກ ກ້າມເອິກ ຫລືລືບຫນັງກໍ່ໄດ້.
- 3 - 4 ເດືອນຕໍ່ມາໃຫ້ສັກວັກຊີນຊະນິດເກົ່າອີກ ໂຕລະ 1 ເຊເຊ ສັກກ້າມເອິກ ຈະສາ ມາດຄຸ້ມກັນໄດ້ 6 ເດືອນ.
- ຫລັງຈາກນັ້ນ ຄວນສັກໃຫ້ເປັນລະບົບເລີຍຄື: ໃນທຸກໆ 6 ເດືອນໃດ ໃຫ້ສັກວັກຊີນອະ ຫິວາເປັດ 1 ເຊເຊ ຕໍ່ເປັດ 1 ໂຕ (ສັກກ້າມເອິກ).

ຂ./ ວັກຊີນອະຫິວາສັດປີກ (ສັກທັງເປັດ ແລະ ໄກ່).

- ເມື່ອອາຍຸເປັດໄດ້ 2 ເດືອນຂຶ້ນໄປ ຕ້ອງສັກຢາວັກຊີນອະຫິວາສັດປີກ ໂດຍສັກເຂົ້າ ລືບຫນັງໂຕລະ 1 ເຊເຊ ສາມາດຄຸ້ມກັນໄດ້ 3 ເດືອນ.
- ຫລັງຈາກນັ້ນ ທຸກໆ 3 ເດືອນໃດ ໃຫ້ສັກອະຫິວາສັດປີກ 1 ເຊເຊ ຕໍ່ເປັດ 1 ໂຕໂດຍ ສັກເຂົ້າລືບຫນັງ.

ລະວັງ ! ຢ່ານຳເປັດໄກ່ທີ່ເປັນພະຍາດເຂົ້າມາໃນຄອກເປັດຂອງທ່ານໂດຍເດັດຂາດ.

ການລ້ຽງເປັດນ້ອຍ:

1. ການເຮັດຮອງຮັງເປັດ.
 - ຄວນເຮັດຮັງໄຂ່ເປັດໄວ້ບ່ອນສອກຫລັກ ຫລືມືດແດ່ເລັກນ້ອຍ. ຮອງດ້ວຍຂີ້ຕອກ, ເຟືອງ ຫລື ຫຍ້າແຫ້ງອື່ນໆ.
2. ຄວາມສາມາດການຟັກໄຂ່.
 - ເປັດດຳ ຫລືຂາວ ສາມາດຟັກໄດ້ 15 ຫນ່ວຍ ຕໍ່ແມ່ 1 ໂຕ.
 - ແມ່ເປັດໃນໄລຍະຟັກໄຂ່ ຄວນໃຫ້ຫລິ້ນນ້ຳໂດຍສະເພາະໃນຍາມແລ້ງ. ນີ້ກໍ່ເພື່ອໃຫ້ບໍລິເວນຮັງຝັກໄຂ່ໄດ້ຮັບຄວາມຊຸ່ມຊື່ນຈາກແມ່ເປັດ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ໄຂ່ແຕກເປັນໂຕໄດ້ດີ.
 - ຈຳນວນວັນທີ່ຟັກ: ເປັດເທບໃຊ້ເວລາຟັກໄຂ່ 35 ວັນ, ເປັດກາບ 25 - 30 ວັນ.
3. ເມື່ອເປັດຟັກແຕກແລ້ວ ຄວນເອົາຮັງໄຂ່ເປັດມາຕາກແດດຫລາຍແດດເທົ່າໃດຍິ່ງດີ ແລ້ວຈຶ່ງນຳເອົາໄປວາງໄວ້ບ່ອນເກົ້າ. ສ່ວນວັດຖຸຮອງຮັງເປັດໃຫ້ນຳໄປຈູດ.

ຂໍ້ລະວັງ:

- ໃຫ້ເປັດນ້ອຍໄດ້ຮັບຄວາມອົບອຸ່ນຢ່າງພຽງພໍໃນໄລຍະທຳອິດ 10 - 15 ວັນ.
- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ເປັດນ້ອຍຫລິ້ນນ້ຳຫລາຍ ຈະເຮັດໃຫ້ເປັນປອດບວມ.

4. ປະສົມຢາວິຕາມິນ, ນ້ຳ ແລະ ຢາຄຣໍເຕຕຣາຊິກລິນ ຫລືຢາຈຳພວກຊັນຟາມິດ ໃຫ້ເປັດນ້ອຍໄດ້ກິນໃນໄລຍະ 1 ອາທິດທຳອິດ.
5. ການໃຫ້ອາຫານເປັດນ້ອຍ ແລະ ແມ່ລ້ຽງລູກ:
 - ເປັດນ້ອຍໄລຍະ 3 - 4 ອາທິດ ຄວນໃຫ້ໄດ້ກິນຫົວອາຫານຢ່າງເຕັມທີ່ ເພື່ອໃຫ້ລູກໃຫຍ່ໄວ ແລະ ແຂງແຮງ, ສ່ວນແມ່ກໍ່ໃຫ້ກິນເຊັ່ນກັນຈະເຮັດໃຫ້ແມ່ເປັດແຂງແຮງ ແລະ ຈະກັບໄປໄຂ່ໃນເດືອນຕໍ່ໄປ. ຫົວອາຫານສຳລັບເປັດແມ່ພັນ ໃຫ້ກິນ 1,5 ຂີດ ຕໍ່ວັນ.
 - ຖ້າບໍ່ມີຫົວອາຫານຄວນໃຫ້ເປັດນ້ອຍໄດ້ກິນຂີ້ກະເດືອນ, ປາ ແລະ ຫອຍ (ເອົາແຕ່ທາງໃນ) ສ່ວນບໍ່ຫອຍແມ່ນໃຫ້ທັບໃຫ້ມຸ່ນໆກ່ອນ. ໃຫ້ກິນເຖິງ 3 ເດືອນຈະດີຫລາຍ. ສ່ວນອາຫານເລັ່ງແມ່ເປັດໃຫ້ໄຂ່ໄດ້ແກ່ ເຂົ້າເປືອກ, ຫອຍ ແລະ ເກືອກິນປະສົມໃສ່ພໍປະມານ.

ພິເສດ : ສຳລັບເປັດແມ່ກຽມໄຂ່ ຫລືກຳລັງໄຂ່ ຖ້າເກືອຫົວອາຫານກໍ່ໃຫ້ເກືອຫົວອາຫານ ແລະ ຖ້າເກືອເຂົ້າເປືອກກໍ່ໃຫ້ເກືອແຕ່ເຂົ້າເປືອກ ແລະ ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ປຸງອາຫານຈະເຮັດໃຫ້ເປັດບໍ່ໄຂ່ ຫລື ອັດຕາການໄຂ່ຫລຸດລົງ.

- ຮາງອາຫານ ແລະ ຮາງນ້ຳ ຄວນຢູ່ຫ່າງກັນ 2 - 3 ແມັດ.
- ຮາງນ້ຳ: ຖ້າເປັນຊາມຢາງ ຕ້ອງຊຸດດິນລົງໃຫ້ຂອບຊາມສູງກວ່າຫນ້າດິນຫນ້ອຍນຶ່ງ ແລະ ໃຫ້ຍົກ ຫລືຖອດອອກໄດ້. ນີ້ກໍ່ເພື່ອສະດວກໃນເວລາອານາໄມຮາງນ້ຳ.
- ບໍ່ໃຫ້ມີນ້ຳຂີ້ສົກ ຫລືນ້ຳເປື້ອນໃນບໍລິເວນຄອກ. ບໍລິເວນອ້ອມຂ້າງຄອກຕ້ອງສະອາດຢູ່ສະເໝີ ແລະ ພື້ນຄອກຄວນຮອງດ້ວຍແກບ.

6. ການຜະລິດ ແລະ ນຳໃຊ້ນ້ຳສະກັດຊີວະພາບເຂົ້າໃນການລ້ຽງເປັດ:
ສ່ວນປະກອບ:

- ພືດຜັກຊະນິດຕ່າງໆ	3 ສ່ວນ
- ກາກນ້ຳຕານ ຫລືນ້ຳຕານແດງ	1 ສ່ວນ

- ປະສົມໃຫ້ເຂົ້າກັນດີ, ເອົາໃສ່ຖົງປິດຝາໄວ້ໃຫ້ແຫນ້ນບໍ່ໃຫ້ອາກາດເຂົ້າປະໄວ້ ຢ່າງຫນ້ອຍ 7 ວັນ ຈະໄດ້ນ້ຳຫົວເຊື້ອສະກັດຊີວະພາບ.
- ນຳເອົານ້ຳຫົວເຊື້ອດັ່ງກ່າວ 1 ຈອກປະສົມກາກນ້ຳຕານ ຫລືນ້ຳຕານແດງ 1 ຈອກ ແລະ ນ້ຳ 10 ຈອກ, ເກັບໄວ້ໃນກວດແກ້ວ ໂດຍມີຝາປິດປະໄວ້ຢ່າງຫນ້ອຍ 3 ວັນກໍ່ສາມາດນຳໄປໃຊ້ໄດ້ ເອີ້ນວ່ານ້ຳສະກັດຊີວະພາບທີ່ຂະຫຍາຍແລ້ວ.
- ປະສົມນ້ຳສະກັດທີ່ຂະຫຍາຍແລ້ວ 2 ຢອດກັບນ້ຳທຳມະດາ 1 ລິດ ໃຫ້ເປັດກິນທຸກໆມື້ ຈະເຮັດໃຫ້ເປັດແຂງແຮງ, ກິນອາຫານດີ, ໃຫຍ່ໄວ ແລະ ຍັງສາມາດປ້ອງກັນພະຍາດອີກດ້ວຍ. ນ້ຳດັ່ງກ່າວອາດຈະປະສົມໃສ່ກັບອາຫານໃຫ້ກິນເລີຍກໍ່ໄດ້.
- ຢູ່ພາມລ້ຽງເປັດ ປະສົມນ້ຳຂະຫຍາຍສະກັດຊີວະພາບໃນອັດຕາສ່ວນ 1 ລິດຕໍ່ນ້ຳ 100 ລິດ - 1.000 ລິດ ຫົດ ຫລືຜົນຄອກ ແລະພື້ນຄອກທີ່ປູດ້ວຍແກບຢ່າງຫນ້ອຍອາທິດລະ ຄັ້ງ ຈະເຮັດໃຫ້ຂີ້ສັດບໍ່ເຫມັນ ແລະ ແມງວັນຈະຫລຸດລົງ. ຂີ້ສັດເຫລົ່ານີ້ ສາມາດນຳໄປໃຊ້ເຮັດບູຍຫມັກ ຫລືເຮັດຜຸ່ນໃສ່ຕົ້ນໄມ້ໃຫ້ຫມາກ ແລະ ຫນານຜັກຕ່າງໆ.

ການລ້ຽງເປັດແບບເສດຖະກິດ.

1. ການເຮັດຄອກ:

- ໃນຄອກໃຫຍ່ເຮົາຂຶ້ນເປັນລອກຂະໜາດ 1,5 x 2 ແມັດ. ລອກນຶ່ງບັນຈຸເປັດໄດ້ 10 ໂຕ. ນີ້ກໍ່ເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເປັດໄດ້ເຄື່ອນໜຶງຫລາຍ ແລະ ເປັດກໍ່ຈະໃຫຍ່ໄວ.

ການໃຫ້ອາຫານ:

- ເປັດນ້ອຍແຕກໃຫມ່ 1 -3 ອາທິດ ໃຫ້ເກືອແຕ່ຫົວອາຫານສົດ.
- ເປັດອາຍຸ 4 - 5 ອາທິດ ໃຫ້ເກືອຫົວອາຫານປົນຮຳເຊັ່ນ: ຫົວອາຫານ 2 ສ່ວນ, ຮຳ 1 ສ່ວນ.
- ເປັດອາຍຸ 6 -7 ອາທິດ ໃຫ້ເກືອຫົວອາຫານປົນຮຳ ເຄິ່ງຕໍ່ເຄິ່ງ.
- ໃນອາທິດທີ 8 ໃຫ້ເກືອຫົວອາຫານສົດ ແລະ ໃຫ້ຂາຍອອກເລີຍ (ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ລໍຖ້າ).

2. ຂໍ້ແນະນຳການນຳໃຊ້ຫົວອາຫານ:

- ຖ້າໃຊ້ຫົວອາຫານລາວກໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຫົວອາຫານລາວຕະຫລອດ. ຖ້າໃຊ້ສັບກັນກັບຫົວອາຫານໄທຈະເຮັດໃຫ້ເປັດມີການປັບຕົວໃຫມ່ຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ມີການສວບກັນ.
- ໃຊ້ຫົວອາຫານໄທເບີ້ 441 (ຫົວອາຫານໄກ່) 1 ເປົາຕໍ່ເປັດ 10 ໂຕສາມາດກຸ້ມໄດ້ພາຍໃນ 8 ອາທິດ.
- ເວລາໃຫ້ອາຫານບໍ່ຄວນປົນນ້ຳ (ຖ້າເປັນຫົວອາຫານເມັດ), ຄວນໃຫ້ນ້ຳຕ່າງຫາກ ແລະ ຫມັນປຸງນ້ຳເລື້ອຍໆ ຈະເຮັດໃຫ້ເປັດມີການຈະເລີນເຕີບໂຕໄວ.

ຫມາຍເຫດ: ຖ້ານຳໃຊ້ຫົວອາຫານຫມູ ຈະເຮັດໃຫ້ເປັດຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ໄວກ່ວາ, ລາຄາກໍ່ຖືກກ່ວາຫົວອາຫານເປັດໄກ່ ແຕ່ຕ້ອງແມ່ນຊະນິດເປັນເມັດນ້ອຍໆ ຫລືຕ້ອງຕຳຫົວອາຫານດັ່ງກ່າວໃຫ້ມຸ່ນກ່ອນ.