

การปลูกและการดูแลรักษาผักพื้นบ้าน

การปลูกผักพื้นบ้าน โดยทั่วไป ต้องคำนึงถึงสภาพแวดล้อมที่พืชแต่ละชนิดต้องการ โดยทั่วไปแล้วผักพื้นบ้านเป็นพืชที่มีอยู่ตามธรรมชาติ มีการพึ่งพาซึ่งกันและกันในพืชแต่ละชนิด ทำให้ไม่ค่อยมีแมลงศัตรูพืชมารบกวนมากนัก จึงจัดได้ว่าผักพื้นบ้านเป็นพืชที่ปลอดภัยจากสารเคมี ดังนั้นในการปลูกผักพื้นบ้านจึงต้องคำนึงถึงสภาพธรรมชาติของพืชนั้นๆ เป็นหลัก มุ่งเน้นการปลูกแบบยั่งยืน โดยปลูกแบบผสมผสาน และเน้นการใช้ปุ๋ยอินทรีย์และน้ำสกัดชีวภาพ เพื่อช่วยในการปรับโครงสร้าง และความอุดมสมบูรณ์ของดิน ผักพื้นบ้านส่วนใหญ่นิยมบริโภคส่วนยอด ดังนั้นจึงควรมีการบำรุงและพดัดต้น เพื่อให้พืชได้มีโอกาสสะสมอาหารเพื่อใช้ในการเจริญเติบโต

แนวทางการผลิตผักพื้นบ้านให้ปลอดภัยและมีคุณภาพ ดังนี้

1. การคัดเลือกพื้นที่ปลูกให้เหมาะสม

1.1 แหล่งปลูก : ควรเป็นพื้นที่ที่ใกล้แหล่งน้ำที่สะอาดและสะดวกต่อการนำมาใช้ มีการคมนาคมสะดวก

1.2 ลักษณะดิน : ดินควรมีความอุดมสมบูรณ์สูง มีการระบายน้ำและมีการถ่ายเทอากาศดี ค่าความเป็นกรดเป็นด่างเหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของพืช

1.3 แหล่งน้ำ : ควรเป็นแหล่งน้ำที่สะอาด ปลอดภัยจากสารพิษ อยู่ห่างไกลจากโรงงานอุตสาหกรรม และมีปริมาณน้ำเพียงพอต่อการปลูกพืช

2. พันธุ์พืช

เลือกใช้พันธุ์พืชตามที่ตลาดต้องการ

3. การจัดการดินและปุ๋ย

มีการเตรียมดินอย่างถูกวิธี ควรมีการไถตะไคร้ตากดิน เพื่อฆ่าเชื้อโรคและศัตรูพืชอื่นๆ ที่อยู่ในดิน แล้วไถพรวนและตากดินซ้ำอีกครั้ง เพื่อช่วยให้ดินมีโครงสร้างที่เหมาะสมต่อการเพาะปลูกพืช ใส่ปุ๋ยอินทรีย์เพื่อเพิ่มความอุดมสมบูรณ์ของดินและช่วยในการปรับโครงสร้างดิน

4. การป้องกันและกำจัดศัตรูพืชแบบผสมผสาน

คือ การใช้วิธีป้องกันและกำจัดศัตรูพืชแบบหลายๆ วิธีผสมผสานกัน ทั้งวิธีกล วิธีการใช้สารชีวอินทรีย์ สารธรรมชาติ และสารเคมีร่วมกันในการป้องกันกำจัดควบคู่กับการจัดการที่ดี

5. การควบคุมวัชพืช

วัชพืชนอกจากจะเป็นพืชที่แย่งน้ำแย่งอาหารจากต้นพืชแล้ว ยังเป็นพืชอาศัยของโรคและแมลงพาหะของโรคพืชด้วย ซึ่งการควบคุมวัชพืชนั้นมีอยู่หลายวิธีขึ้นอยู่กับชนิดพืชที่ปลูก แต่การป้องกันกำจัดวัชพืชนั้นควรเริ่มตั้งแต่การเตรียมดิน ควรมีการไถตากดิน เพื่อช่วยให้เมล็ดวัชพืชที่งอกขึ้นแห้งตายไป

6. การเก็บผลผลิต

ควรเก็บผลผลิตในระยะเวลาที่มีอายุเหมาะสม เพื่อให้ได้ผลผลิตมีคุณภาพดี ทั้งในเรื่องของคุณค่าทางอาหาร รสชาติ และรูปร่างลักษณะ และการเก็บผลผลิตตลอดจนการขนย้าย ควรทำด้วยความระมัดระวัง เพื่อให้เกิดบาดแผล และรอยชำต่างๆ ให้น้อยที่สุด เพื่อป้องกันการเข้าทำลายของเชื้อโรค

การรักษาคุณภาพผลผลิตในเบื้องต้น สามารถทำได้โดยหลังเก็บผลผลิต ควรรีบนำเข้าที่ร่มและวางแผ่ ออกเพื่อให้ผลผลิตได้มีการระบายความร้อน ไม่ให้เกิดความเสียหาย

7. การบันทึกข้อมูล

เกษตรกรควรมีการจดบันทึกข้อมูลการปฏิบัติและปัญหาอุปสรรคต่างๆ เพื่อสามารถตรวจสอบได้ หากเกิดการผิดพลาด มีปัญหาในการผลิตหรือคุณภาพผลผลิตจะสามารถแก้ไขหรือปรับปรุงการปฏิบัติได้ทันที่

- การป้องกันกำจัดศัตรูพืช โดยวิธีผสมผสาน

การป้องกันกำจัดศัตรูพืชเพื่อให้ได้ผลผลิตปลอดภัยจากสารพิษ ควรใช้หลายๆ วิธีผสมผสานกัน ได้แก่

1. การป้องกันกำจัดโดยวิธีกล

1.1 การใช้ดักกาวเหนียวสีเหลือง

คือ การใช้กับดักที่มีสีเหลือง เช่น กระจังน้ำมันเครื่อง แผ่นพลาสติก ถุงพลาสติก ซึ่งมีสีเหลืองจะ ช่วยดึงดูดแมลงตัวเต็มวัยต่างๆ เข้ามา และเมื่อทา กาวเหนียวไว้รอบๆ กับดักสีเหลืองก็จะทำให้แมลงตัวเต็มวัยที่ ออกมาให้เห็นในเวลากลางวัน เช่น เพลี้ยไฟ แมลงวันเจาะผล แมลงวันหนอนชอนใบ ผีเสื้อชนิดต่างๆ เช่น ผีเสื้อ หนอนใยผัก หนอนกระทู้หอม หนอนก๊ีบ และหนอนกินใบ บินเข้ามาติดกับดักและก็ตายไป

1.2 การใช้กับดักแสงไฟ

กับดักแสงไฟสามารถดักจับผีเสื้อกลางคืน เช่น ผีเสื้อหนอนกระทู้หอม หนอนกระทู้ผัก หนอนก๊ีบ กะหล่ำ แสงไฟที่เหมาะสมสามารถล่อแมลงควรใช้แสงไฟสีม่วงหรือแสงสีน้ำทะเล แต่เกษตรกรสามารถใช้แสงไฟจาก หลอดนีออนได้ ในการวางกับดักแสงไฟควรวางห่างจากพื้นดินประมาณ 150 ซม. มีภาชนะใส่น้ำรองรับอยู่ข้างใต้ ห่างจากหลอดไฟประมาณ 30 ซม.

2. การป้องกันโดยอาศัยศัตรูธรรมชาติ

การใช้สารชีวอินทรีย์ เป็นการควบคุมศัตรูพืชโดยใช้สิ่งมีชีวิต ได้แก่ เชื้อไวรัส เช่น Nuclear Polyhedrosis Virus (NPV) เชื้อแบคทีเรีย *Bacillus thuringiensis* (BT) ไร้เดือนฝอย เช่น *Steinernema carpocapsae* Weiser เชื้อรา เช่น *Trichoderma* spp. หรือศัตรูธรรมชาติอื่นๆ เช่นแมลงตัวห้ำ ตัวเบียน เป็นต้น

3. การป้องกันกำจัดโดยใช้สารชีวอินทรีย์

การใช้สารสกัดจากพืช เช่น สะเดา เป็นพืชที่มีประโยชน์ใช้เป็นสารป้องกันกำจัดศัตรูพืชได้หลายชนิด เช่น หนอนใยผัก หนอนหนั่งเหนียวหนอนกระทู้ชนิดต่างๆ หนอนเจาะยอด หนอนชอนใบ เป็นต้น

4. การป้องกันกำจัดโดยใช้สารเคมี

การใช้สารเคมีในกรณีเมื่อการใช้สารชีวอินทรีย์หรือสารสกัดจากพืชธรรมชาติแล้วไม่สามารถยับยั้ง การระบาดของศัตรูพืชได้ จึงใช้สารเคมี ควรใช้ให้ถูกต้องตามชนิดของศัตรูพืช อัตราการใช้และทิ้งช่วงของระยะ การเก็บเกี่ยวผลผลิตเพื่อให้สารเคมีสลายตัว ไม่มีสารเคมีตกค้างในผลผลิต

** สามารถหาข้อมูลการปลูก และดูแลรักษาผักพื้นบ้านแต่ละชนิดเพิ่มเติมได้ที่ www.doae.go.th