



ສາທາລະນະລັດ ປະຊາທິປະໄຕ ປະຊາຊົນລາວ  
 ສັນຕິພາບ ເອກະລາດ ປະຊາທິປະໄຕ ເອກະພາບ ວັດທະນາຖາວອນ

----=00000=----

ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້

ເອກະສານປະກອບການຮຽນ ການສອນ

ວິຊາ

ພືດເປັນຢາ

**Medicinal Plants**

ຫຼັກສູດສຳລັບໂຮງຮຽນ ກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້ ຊັ້ນກາງ

ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້



ສະໜັບສະໜູນໂດຍອົງການຮ່ວມມືສາກົນເພື່ອການພັດທະນາ ແລະ ສາມັກຄີ  
 ທີ່ປຶກສາດ້ານວິຊາການໂດຍ: ສະຖາບັນເທັກໂນໂລຢີລາຊະມິງຄົນ ກາລະສິນ

## ສາລະບານ

	ໜ້າ
ສາລະບານ	A
ບົດທົດສະດີທີ 1 ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ	1
1.1 ລະບົບການຈັດໝວດໝູ່ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ	1
1.2 ລັກສະນະທາງພຶກສາສາດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ	4
ບົດທົດສະດີທີ 2 ການປູກ ແລະ ການຂະຫຍາຍພັນພຶດເປັນຢາ	10
2.1 ຄວາມສຳຄັນ ແລະ ປະໂຫຍດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ	10
2.2 ບັດໃຈທີ່ມີຜົນຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ການພັດທະນາຂອງພຶດ	11
2.3 ການຂະຫຍາຍພັນ, ການປູກ, ການບົວລະບັດຮັກສາ ແລະ ການເກັບກຽວພຶດເປັນຢາ	16
2.4 ການປະຕິບັດຫຼັງການເກັບກຽວພຶດເປັນຢາ	22
ບົດທົດສະດີທີ 3 ຊະນິດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາທີ່ຮູ້ຈັກກັນຢ່າງແຜ່ຫຼາຍ	24
3.1 ຊະນິດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ	24
ບົດທົດສະດີທີ 4 ການນຳໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການລ້ຽງສັດ	42
4.1 ປະໂຫຍດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີຕໍ່ການລ້ຽງສັດ	42
4.2 ຢາບຳລຸງຊ່ວຍໃຫ້ຄວາຍກິນຫຍ້າດີ ແລະ ຕຸ້ຍພີ	42
4.3 ຢາບົວພະຍາດງົວ ແລະ ຄວາຍ	43
4.4 ຢາປິ່ນປົວພະຍາດໄກ່	53
ບົດທົດສະດີທີ 5 ການນຳໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການປູກພຶດ	59
5.1 ປະໂຫຍດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາໃນການປູກພຶດ	59
5.2 ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຕາມຊະນິດຂອງພຶດທີ່ປູກ	59
ເອກະສານອ້າງອີງ	64

ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້

ເອກະສານປະກອບການຮຽນ ການສອນ

ວິຊາ

ພືດເປັນຢາ

**Medicinal Plants**

ຫຼັກສູດສຳລັບໂຮງຮຽນ ກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້ ຊັ້ນກາງ

ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້



ສະໜັບສະໜູນໂດຍອົງການຮ່ວມມືສາກົນເພື່ອການພັດທະນາ ແລະ ສາມັກຄີ  
ທີ່ປຶກສາດ້ານວິຊາການໂດຍ: ສະຖາບັນເທັກໂນໂລຢີລາຊະມົງຄົນ ກາລະສິນ

## ບົດທົດສະດີທີ 1

### ລັກສະນະທາງພຶກສາດຂອງພຶດເປັນຢາ

#### ຈຸດປະສົງການສອນ

1. ບອກລະບົບການຈັດໝວດໝູ່ຂອງພຶດເປັນຢາ
2. ອະທິບາຍລັກສະນະທາງພຶກສາດຂອງພຶດເປັນຢາ

#### ເນື້ອໃນ

##### 1.1 ລະບົບການຈັດໝວດໝູ່ພຶດເປັນຢາ

ລິນເນອຸສ (Linnaeus: AD.1707-1778) ເປັນນັກທຳມະຊາດວິທະຍາຊາວສະວີເດັນ ໄດ້ທຳການຈຳແນກພຶດ ແລະ ເອີ້ນຊື່ຂອງພຶດແບບວິທະຍາສາດໂດຍໃຊ້ຊື່ສະກຸນ (Genus) ແລະ ຊື່ພັນ (Species) ຂອງພຶດເປັນລະບົບທີ່ເອີ້ນວ່າລະບົບວິນາມ (Binomial System). ປະຈຸບັນ ໄດ້ນຳມາໃຊ້ຢ່າງກວ້າງຂວາງໂດຍສະເພາະການຈັດໝວດໝູ່ຂຶ້ນສູງໄດ້ຈັດຈຳແນກໂດຍອີງໃສ່ຈຳນວນເກສອນຜູ້ເປັນຫລັກ.

ປະຈຸບັນວິຊາພຶກສາຊາດໄດ້ຮັບຄວາມສົນໃຈກັນທົ່ວໂລກ ແລະ ປະກອບກັບການມີອຸປະກອນການສຶກສາທີ່ສົມບູນຂຶ້ນ ຈຶ່ງມີການສຶກສາກັນຢ່າງກວ້າງຂວາງ ສາມາດແຍກສາຂາ ອອກໄດ້ຫລາຍສາຂາໄດ້ແກ່:

1. ສັນຖານວິທະຍາຂອງພຶດ (Plant Morphology) : ເປັນການສຶກສາເຖິງຮູບຮ່າງ ແລະ ວົງຈອນຊີວິດຂອງພຶດ
2. ອະນຸກົມວິຖານວິທະຍາຂອງພຶດ (Plant Taxonomy) : ເປັນການສຶກສາ ກ່ຽວກັບການ ຈັດຈຳແນກພຶດ
3. ກາຍະວິພາກສາດຂອງພຶດ (Plant anatomy): ເປັນການສຶກສາລັກສະນະ ໂຄງສ້າງ ພາຍໃນຂອງພຶດ
4. ຈຸລັງວິທະຍາຂອງພຶດ (Plant Cytology): ເປັນການສຶກສາລາຍລະອຽດ ຂອງຈຸລັງພຶດ
5. ສະລິລະວິທະຍາຂອງພຶດ (Plant Physiology) : ເປັນການສຶກສາ ເຖິງການ ດຳລົງຊີບກິດຈະກຳການປ່ຽນແປງທາງຊີວະເຄມີຂອງພຶດ.
6. ນິເວດວິທະຍາຂອງພຶດ (Plant Ecology) : ເປັນການສຶກສາເຖິງຄວາມສຳພັນ ລະຫວ່າງພຶດ ແລະ ສິ່ງແວດລ້ອມ.

7. **ກຳມະພັນພືດ (Plant Genetics)** : ເປັນການສຶກສາເຖິງການຖ່າຍທອດລັກສະນະຂອງພືດ.

8. **ພະຍາດຂອງພືດ (Plant Pathology)** : ເປັນການສຶກສາເຖິງພະຍາດຕ່າງໆ ທີ່ເກີດກັບພືດ ແລະ ການປ້ອງກັນຮັກສາ.

ການສຶກສາທາງພຶກສາຊາດໃນປະຈຸບັນເປັນສິ່ງຈຳເປັນຢ່າງຍິ່ງເພາະວ່າພວກເຮົາ ມີສ່ວນກ່ຽວຂ້ອງຢູ່ກັບພືດຕະລອດເວລາທັງທາງກົງ ແລະ ທາງອ້ອມຖ້າຫາກພວກເຮົາມີຄວາມຮູ້ ທາງພຶກສາຊາດກໍຈະຊ່ວຍໃຫ້ເຂົ້າໃຈຄວາມໝາຍໃນສິ່ງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງໄດ້ຫລາຍຂຶ້ນ ຄົນເຮົາຈະກ່ຽວຂ້ອງກັບພືດໃນຊີວິດປະຈຳວັນນານາປະການໂດຍສະເພາະປັດໃຈສີ່ໄດ້ແກ່ອາຫານທີ່ຢູ່ອາໄສ ເຄື່ອງນຸ່ງຫົ່ມ ແລະ ຢາປິ່ນປົວພະຍາດ.

**1.1.1 ການຈັດໝວດໝູ່ພືດເປັນຢາ (Plant Classification)**

ມີດ້ວຍກັນຫລາຍລະບົບຄື:

1. **ລະບົບລຽງຕາມລຳດັບອັກສອນ (Alphabetical System)** : ເປັນລະບົບທີ່ງ່າຍໃນການຈັດສາລະບານ ແຕ່ບໍ່ເໝາະສົມສຳລັບການຈັດໝວດໝູ່ພືດເປັນຢາ ເນື່ອງຈາກພືດເປັນຢາ ສ່ວນຫລາຍມີຊື່ເອີ້ນກັນຫລາຍຊື່.

2. **ລະບົບສັນຖານວິທະຍາ (Morphology System)** : ເປັນລະບົບການຈຳແນກ ຕາມສ່ວນ ຂອງ ພືດທີ່ໃຊ້ເປັນຢາ ເຊັ່ນ: ຮາກ ລຳຕົ້ນ ໃບ ດອກ ໝາກ ແກ່ນ ຫຼື ໃຊ້ທຸກສ່ວນ ຊຶ່ງກໍບໍ່ເໝາະສົມກັບພືດເປັນຢາເຊັ່ນກັນເນື່ອງຈາກສ່ວນຕ່າງໆ ຂອງ ພືດເປັນຢາມັກມີສັບພະຄຸນຕ່າງກັນ.

3. **ລະບົບເທຣາເພີຕິກ(Therapeutic System)** ເປັນລະບົບຈຳແນກຕາມລິດຂອງ ຢາທີ່ມີຕໍ່ລະບົບຕ່າງໆ ຂອງ ຮ່າງກາຍ ເຊັ່ນ: ພືດທີ່ມີລິດຕໍ່ລະບົບສະໝອງ ປະສາດ ລະບົບຫາຍໃຈ ລະບົບທາງເດີນອາຫານ ເປັນຕົ້ນ ການຈຳແນກລະບົບນີ້ ມີປະໂຫຍດຫລາຍໃນທາງການແພດ.

4. **ລະບົບເຄມີ (Chemical System)**: ເປັນລະບົບຈຳແນກຕາມອົງປະ ກອບທີ່ເປັນທາດສຳຄັນໃນພືດເປັນຢາ ເຊັ່ນ: ທາດແອນທຣາສວິໂນນ (Anthrasvinol), ທານິນ (Tannin) ອັລຄາລອຍ (Alkaloid) ເປັນຕົ້ນ.

5. **ລະບົບອະນຸກົມວິຖານ (Taxonomy System)**: ເປັນລະບົບຈຳແນກຕາມສະກຸນ (Family System) ຄືພືດຕະກຸນດຽວກັນຈັດເຂົ້ານຳກັນ ເປັນລະບົບທີ່ໃຊ້ກັນແຜ່ຫຼາຍຢູ່ໃນປະຈຸບັນ.

**1.1.2 ການຈຳແນກຊະນິດພືດເປັນຢາ**

ການຈຳແນກຊະນິດພືດ ໂດຍທົ່ວໄປອາດຈຳແນກໄດ້ຫລາຍແບບ ເຊັ່ນ: ຈຳແນກຕາມລັກສະນະທາງພຶກສາຊາດ ຈຳແນກຕາມສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີອິດທິພົນຕໍ່ການຈະເລີນ

ເຕີບໂຕ ຫລື ຈຳແນກຕາມລັກສະນະການນຳພຶດນັ້ນມາໃຊ້ປະໂຫຍດເປັນຕົ້ນ.

**1.1.3 ການຈຳແນກໂດຍອາໄສອາຍຸການຈະເລີນເຕີບໂຕ**

ການຈຳແນກພຶດເປັນຢາຕາມອາຍຸໄດ້ແບ່ງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມ ຄື:

1. **ກຸ່ມພຶດລົ້ມລຸກ (Annual Plants):** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ມີອາຍຸການຈະເລີນເຕີບໂຕຫລາຍກ່ວາ 1 ລະດູການ ຫລື 1 ປີ ເຊັ່ນ: ຜັກ ລາຊາບີ (ຟ້າທະລາຍໂຈນ)
2. **ກຸ່ມພຶດຂ້າມປີ (Biennial Plants) :** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ມີອາຍຸການຈະເລີນເຕີບໂຕຫລາຍກ່ວາ 1 ປີ ຫລື ຫລາຍກ່ວາ 2 ລະດູ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນຫວ້ານສີ່ຫິດ ຜັກຫອມ ຜັກທຽມ ເປັນຕົ້ນ
3. **ກຸ່ມພຶດຍືນຕົ້ນ (Perennial Plants) :** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ມີອາຍຸການຈະເລີນເຕີບໂຕຕັ້ງແຕ່ 2 ປີຂຶ້ນໄປ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນພ້າວ ທຸລຽນ ແລະ ມັງຄຸດ ເປັນຕົ້ນ.

**1.1.4 ການຈຳແນກພຶດເປັນຢາຕາມຖິ່ນອາໄສ**

ເປັນການຈຳແນກພຶດເປັນຢາຕາມນິໄສການປັບຕົວໃນສະພາບແວດລ້ອມ ແລະ ພື້ນທີ່ ຊຶ່ງແບ່ງອອກໄດ້ດັ່ງນີ້:

1. **ພຶດນ້ຳ (Aquatic Plants) :** ຄື ພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີໃນນ້ຳ ເຊັ່ນ: ສາລ່າຍ ຈອກ ແໜ ແລະ ຫວ້ານນ້ຳ ເປັນຕົ້ນ.
2. **ພຶດທີ່ຕ່ຳ (Boggy Plants) :** ຄື ພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີໃນພື້ນທີ່ນ້ຳຂັງ ແລະ ແຄມນ້ຳ (ປ່າພຽງ ຫລື ທີ່ຮາບ) ເຊັ່ນ: ຕົ້ນບອນ ເຕີຍ ຂີ້ເຫລັກ ຜັກກູດ ແລະ ຜັກໜອກ ເປັນຕົ້ນ
3. **ພຶດບໍ່ປ່ຽນໃບ (Evergreen Plants) :** ຄືພຶດທີ່ມີໃບຂຽວຕະລອດປີ ຈະມີການປ່ຽນໃບແຕ່ ໂດຍມີການລົ້ນ ຂອງ ໃບເປັນຊຸດໆ ບໍ່ລົ້ນພ້ອມກັນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນອົບເຊີຍ ກະເບົາ ຜັກສັງວ ແລະ ບຸນນາກ ເປັນຕົ້ນ
4. **ພຶດປ່ຽນໃບ (Deciduous Plants) :** ຄືພຶດທີ່ມີການປ່ຽນໃບ ໃນຮອບປີ ປີລະ 1 ຄັ້ງ ສ່ວນຫລາຍຈະປ່ຽນໃບກົງກັບ ຊ່ວງລະດູໜາວ ແລະ ຮ້ອນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນ ເພກາ ສະໝໍໄທ ແລະ ສະໝໍພິເພກ ເປັນຕົ້ນ.
5. **ພຶດທົ່ງຫຍ້າ (Pasture Plants) :** ຄືພຶດທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີໃນບໍລິເວນທົ່ງຫຍ້າທີ່ຮາບສູງ ທີ່ມີຄວາມຊຸ່ມຕ່ຳ ພຶດພວກນີ້ມີເຊັ່ນ: ຫຍ້າແຝກ ຈິກ ຫຍ້າຝຣັ່ງ (ຫຍ້າຂີ້ຫຼີ້) ຫຍ້າງວງຂ້າງ ສາບແຮງສາບກາ ແລະ ຫຍ້າຄາ ເປັນຕົ້ນ.
6. **ພຶດທະເລຊາຍ (Desert Plants) :** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີໃນພື້ນທີ່ແຫ້ງແລ້ງ ໄດ້ຮັບນ້ຳຝົນນ້ອຍ ໃນລາວບໍ່ພົບພຶດປະເພດນີ້ເທົ່າໃດ ທີ່ພົບກໍມີ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນຕະບອງເພັດ ໝາກນັດເທດ ເປັນຕົ້ນ
7. **ພຶດທີ່ສູງ (High-land Plants) :** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີ

ແລະ ເກີດດອກອອກໝາກຢ່າງສົມບູນໃນພື້ນທີ່ສູງກ່ວາລະດັບນ້ຳທະເລ ຕັ້ງແຕ່ 200-300 ແມດ ຂຶ້ນໄປ ເຊັ່ນ: ກະວານ ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີຢູ່ເທິງພູສູງຕັ້ງແຕ່ 240 ແມດ ຂຶ້ນໄປ ແຕ່ການປະສົມ ເກສອນຈະບໍ່ສົມບູນ ເປັນຕົ້ນ

**8. ພຶດມັກດິນເສັ້ມ(Saline Plants) :** ຄືພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີ ໃນບໍລິເວນທີ່ນ້ຳທະເລຖ້ວມເຖິງ ຫລື ບໍລິເວນທີ່ໄດ້ຮັບອິດທິພົນຈາກນ້ຳທະເລ ໄດ້ແກ່ພຶດທີ່ເກີດ ຢູ່ຕາມປ່າຊາຍເລນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນປົງທະເລ ໄມ້ຝາດ ແລະ ລຳພູນ ເປັນຕົ້ນ.

**1.1.5 ການຈຳແນກພຶດເປັນຢາຕາມຄວາມຕ້ອງການແສງ**

ເປັນການຈຳແນກຕາມຄວາມຕ້ອງການຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນຂອງແສງແດດ ໃນແຕ່ ລະວັນ ຊຶ່ງແບ່ງອອກເປັນ 3 ກຸ່ມ ຄື:

1. **ພຶດກາງແຈ້ງ :** ຄືພຶດເປັນຢາປະເພດທີ່ຕ້ອງປູກໄວ້ກາງແຈ້ງ ຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ເກີດດອກອອກໝາກໄດ້ເຕັມທີ່ ພຶດພວກນີ້ມີທັງທີ່ເປັນພຶດໄມ້ລົ້ມລູກ ແລະ ໄມ້ຍືນຕົ້ນ ເຊັ່ນ: ຫຍ້າຕ່າງໆ ເຫືອກປາໝໍ ອ້ອຍແດງ ຜັກໂຂມ ແລະ ຂົມກະເດົາ ເປັນຕົ້ນ

2. **ພຶດຕ້ອງການແສງປານກາງ:** ຄື ພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ເກີດ ດອກອອກຜົນໄດ້ດີ ເມື່ອຂຶ້ນໃນປ່າໂລ່ງ ຫລື ຮົ່ມໄມ້ບັງທາງຕາເວັນຕົກ ແຕ່ຈະຈະເລີນ ເຕີບໂຕໄດ້ດີພໍສົມຄວນ ເມື່ອປູກໃນປ່າທີ່ຮົ່ມເລັກນ້ອຍ ຫລືກາງແຈ້ງ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນບອນ, ບຸກ, ລາຊາ ບີ (ຟ້າທະລາຍໂຈນ), ຫວ້ານໄພ, ຕົ້ນທອງ ແລະ ເຈດມູນເພິງ ເປັນຕົ້ນ

3. **ພຶດໃນຮົ່ມ** ຄື ພຶດເປັນຢາທີ່ຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ເກີດດອກອອກຜົນ ຢ່າງສົມບູນໃນບໍລິເວນທີ່ມີຮົ່ມເລັກນ້ອຍຊຶ່ງໄດ້ແກ່ພື້ນທີ່ລຸ່ມ ຂອງ ປ່າດົງດິບ ບໍລິເວນກ້ອງຕົ້ນໄມ້ ໃຫຍ່ ທີ່ມີໃບໜາຕິບ ບໍລິເວນຕົວອາຄານ ທີ່ໄດ້ຮັບແສງແດດບໍ່ເຕັມທີ່ ຫລື ບໍ່ຖືກແດດໂດຍກົງ ພຶດພວກນີ້ທາກຂຶ້ນໃນບໍລິເວນທີ່ມີແສງແດດປານກາງ ຈະຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີ ແຕ່ໃບຈະເຫລືອງ ແລະ ແຫ້ງຖ້າຢູ່ກາງແຈ້ງໃບຈະໄໝ້ ແລະຕາຍໃນລະດູແລ້ງ ເຊັ່ນ: ກະວານ ສາວນ້ອຍປະແປ້ງ ແລະ ຜັກອີເລີດ ເປັນຕົ້ນ.

**1.2 ລັກສະນະທາງພຶກຊາດຂອງພຶດເປັນຢາ**

ສ່ວນປະກອບຂອງຕົ້ນໄມ້ໂດຍທົ່ວໄປ ແບ່ງອອກເປັນ 5 ສ່ວນ ຄື ຮາກ ລຳຕົ້ນ ໃບ ດອກ ແລະໝາກສ່ວນຕ່າງໆເຫລົ່ານີ້ມີຮູບຮ່າງລັກສະນະໂຄງສ້າງແລະບົດບາດຕໍ່ຕົ້ນພຶດທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ໄປ ສ່ວນຮາກ ລຳຕົ້ນ ແລະ ໃບ ເປັນສ່ວນທີ່ທຳໜ້າທີ່ໃນການດູດຊຶມອາຫານ ແລະ ສະສົມອາຫານໃນຕົ້ນພຶດ ເຮັດໃຫ້ພຶດໄດ້ຮັບອາຫານເພື່ອຈະເລີນເຕີບໂຕຕໍ່ໄປ ສ່ວນດອກ ແລະ ໝາກ ຮວມທັງແກ່ນເປັນສ່ວນທີ່ມີບົດບາດໃນການສືບພັນ ເຮັດໃຫ້ພຶດສາມາດແຜ່ຂະຫຍາຍພັນ ອອກໄປໄດ້ຈຳນວນຫລາຍ ລັກສະນະທາງພຶກສາຊາດຂອງພຶດເປັນຢາ ປະກອບດ້ວຍສ່ວນຕ່າງໆ ດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້ຄື:

### 1.2.1 ຮາກ (Roots)

ຮາກ ໝາຍເຖິງສ່ວນຂອງພືດ ສ່ວນຫລາຍຈະເລີນລົງສູ່ພື້ນດິນຕາມແນວດິ່ງ ຫລື ແນວນອນ ບໍ່ແບ່ງຂໍ້ ແລະ ປ້ອງ ບໍ່ມີໃບ ຕາ ແລະ ດອກ ຮາກມີກຳເນີດມາຈາກແພຈຸລັງ ແລະ ໂຄງສ້າງຕ່າງໆກັນ ຂຶ້ນຢູ່ກັບຊະນິດຂອງຮາກ ຮາກທີ່ໜ້າທີ່ດູດຊີມນ້ຳ ແລະ ອາຫານ ຄືງລຳຕົ້ນໄວ້ ແລະ ອາດເຮັດໜ້າທີ່ພິເສດອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ບຸງອາຫານ ສະລິມອາຫານ ຂະຫຍາຍພັນປັນຕົ້ນ ພຶດເປັນຢາຫລາຍຊະນິດໃຊ້ສ່ວນຮາກເປັນຢາ ເຊັ່ນ: ປາໂຫລເຜືອກ ຣະຍ່ອມ ທ້າວຍາຍມ່ອມ ແລະ ເຈດມູນເພິງ ເປັນຕົ້ນ

1. ຊະນິດຂອງລະບົບຮາກ (Roots System) ລະບົບຮາກຂອງພືດເປັນຢາໂດຍທົ່ວໄປແບ່ງອອກເປັນ 2 ລະບົບຄື :

- ລະບົບຮາກແກ້ວ(Tap Roots System) ເປັນລະບົບຮາກທີ່ປະກອບດ້ວຍຮາກທີ່ຈະເລີນໂດຍກົງ ງອກອອກຈາກສ່ວນປາຍຂອງລຳຕົ້ນ ມີຂະໜາດໃຫຍ່ກ່ວາຮາກອື່ນໆ ລັກສະນະໂຄນຮາກໃຫຍ່ ແລະ ຄຸ່ງໆນ້ອຍລົງມາຍັງປາຍຮາກ ຮາກແກ້ວຈະເລີນຍັ່ງເລິກລົງໄປໃນດິນຕາມແນວດິ່ງ ເໝາະສຳລັບການຍຶດລຳຕົ້ນ ແລະ ດູດນ້ຳໃນດິນໄດ້ເລິກ ພຶດເປັນຢາມີລະບົບຮາກແກ້ວໄດ້ແກ່: ໝາກຫາດ ໝາກເກືອ ຂີ້ເຫລັກ ແລະ ລາຊາບີ (ຟ້າທະລາຍໂຈນ) ເປັນຕົ້ນ

- ລະບົບຮາກຝອຍ (Fibrous Root System) ເປັນລະບົບຮາກທີ່ປະກອບດ້ວຍຮາກຂະໜາດນ້ອຍ ຂະໜາດດຽວກັນເປັນຈຳນວນຫລາຍ ຈະເລີນມາຈາກສ່ວນຂອງລຳຕົ້ນທີ່ຢູ່ໃກ້ຜິວດິນລະດັບຕົ້ນໆ ແລະ ແຜ່ກະຈາຍໄປທົ່ວລະບົບຮາກຝອຍ ບາງຄັ້ງພົບວ່າຈະເລີນຈາກສ່ວນ ຂອງ ລຳຕົ້ນໄຕ້ດິນ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີລະບົບຮາກຝອຍໄດ້ແກ່ ສີໄຄ ຫຍ້າຄາ ເປັນຕົ້ນ

2. ໜ້າທີ່ຂອງຮາກ : ນອກຈາກນີ້ຍັງມີຮາກຂອງພືດບາງຊະນິດທຳໜ້າທີ່ພິເສດອື່ນໆອີກ ໄດ້ແກ່:

- ຮາກຄັ້ງຈູນ (Prop Roots) : ເປັນຮາກທີ່ຈະເລີນມາຈາກຂໍ້ຂອງລຳຕົ້ນທີ່ຢູ່ເໜືອດິນເພື່ອທຳໜ້າທີ່ຄືງລຳຕົ້ນບໍ່ໃຫ້ລົ້ມ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີຮາກແບບນີ້ ໄດ້ແກ່: ເຂົ້າສາລີ ເຕີຍ ຯລຯ

- ຮາກຍຶດເກາະ (Climbing Roots) : ເປັນຮາກທີ່ຈະເລີນມາຈາກຂໍ້ຂອງ ລຳຕົ້ນທີ່ຢູ່ເໜືອດິນ ເພື່ອທຳໜ້າທີ່ເກາະກັບຫລັກ ຫລື ເສົາ ເຊັ່ນ: ຮາກຂອງພິກໄທ ພູ ດີປລີ ຯລຯ

- ຮາກສັງເຄາະແສງ (Photosynthetic Roots) : ເປັນຮາກທີ່ຈະເລີນມາຈາກຂໍ້ຂອງລຳຕົ້ນຫ້ອຍຍ້ອຍລົງດິນມີສີຂຽວ ສາມາດສັງເຄາະແສງໄດ້ ໄດ້ແກ່ ຮາກຂອງຕົ້ນໄຊ ຯລຯ

- ຮາກກາຝາກ (Parasite Roots) : ເປັນຮາກຂອງພືດທີ່ຈະເລີນຢູ່ເທິງພືດອື່ນ ທຳໜ້າທີ່ດູດອາຫານຈາກພືດທີ່ຍຶດເກາະ ໄດ້ແກ່ ກາຝາກ ຝອຍທອງ ຯລຯ

- **ຮາກຫາຍໃຈ ຫລືຮາກທຸ່ນລອຍ(Respiratory Roots or Airing Roots) :** ເປັນຮາກທີ່ຈະເລີນຈາກຮາກທຳມະດາ ແຕ່ຈະເລີນຟູເໜືອໜ້າດິນ ຫລືໜ້ານ້ຳ ເຮັດໜ້າທີ່ຊ່ວຍໃນການຫາຍໃຈ ເຊັ່ນ: ຮາກພູ ຜັກກະເສດ ຯລຯ

- **ຮາກສະສົມອາຫານ (Storage Roots) :** ເປັນຮາກທີ່ປ່ຽນໄປເຮັດໜ້າທີ່ສະສົມອາຫານ ເຊັ່ນ: ຮາກຫວ້ານໄພ ມັນດ້າງ ມັນເພົາ ຯລຯ

**1.2.2 ລຳຕົ້ນ (Stem)**

ລຳຕົ້ນ ໝາຍເຖິງສ່ວນຂອງພຶດທີ່ຈະເລີນຢູ່ເໜືອພື້ນດິນ ໃນທິດທາງກົງກັນຂ້າມກັບແຮງດຶງດູດຂອງໂລກ ແຕ່ອາດມີລຳຕົ້ນ ຂອງ ພຶດບາງຊະນິດຢູ່ໂຕ້ດິນ ເຊັ່ນ: ກ້ວຍ ລຳຕົ້ນປະກອບດ້ວຍຂໍ້ ປ້ອງ ຕາ ໃບ ແລະ ດອກ ມີໜ້າທີ່ລຳລຽງອາຫານ ສະສົມອາຫານແລະຄຳຈຸນຕົ້ນພຶດ ລຳຕົ້ນພຶດແຕ່ລະຊະນິດຈະມີລັກສະນະພາຍໃນ ແລະໂຄງສ້າງທີ່ຕ່າງກັນ ແບ່ງຕາມລັກສະນະໂຄງສ້າງ ແລະ ຄຸນສົມບັດ ຂອງ ເນື້ອໄມ້ອອກເປັນ 4 ປະເພດຄື:

1. **ໄມ້ຍືນຕົ້ນ (Trees) :**ສ່ວນຫລາຍເປັນລຳຕົ້ນ ຂອງ ພຶດໃບລ້ຽງຄູ່ ມີລຳຕົ້ນຂະໜາດໃຫຍ່ ມີສ່ວນຂອງລຳຕົ້ນຢູ່ເໜືອພື້ນດິນເທັ່ນໄດ້ຊັດເຈນ ມີກິ່ງກ້ານສາຂາແຕກແໜງ ຈຳນວນຫລາຍ ແລະ ລຳຕົ້ນທີ່ຕັ້ງຊຸ່ມ ມັກເປັນລຳຕົ້ນດຽວໆ ພຶດເປັນຢາທີ່ເປັນໄມ້ຍືນຕົ້ນ ໄດ້ແກ່ໝາກຂາມ ສະແລງໃຈ ເກດສະໜາ ບູນນາກ ສົ້ມສ້ຽວ ຂີ້ເຫລັກ ຯລຯ

2. **ໄມ້ພຸ່ມ (Shrubs) :** ລຳຕົ້ນທີ່ມີລັກສະນະເປັນໄມ້ເນື້ອແຂງ ເຊັ່ນດຽວກັບໄມ້ຍືນຕົ້ນ ແຕ່ມີຂະໜາດນ້ອຍ ແລະ ຄວາມສູງນ້ອຍກ່ວາປົກກະຕິ ມີລຳຕົ້ນຂະໜາດເທົ່າໆກັນ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີລັກສະນະລຳຕົ້ນເປັນໄມ້ພຸ່ມ ຕົ້ນໝາກພິລາ ຫຍ້າໜວດແມວ ຯລຯ

3. **ໄມ້ເຄືອ (Vines) :** ເປັນລຳຕົ້ນທີ່ມີເນື້ອໄມ້ແຂງຄ້າຍໄມ້ພຸ່ມ ແຕ່ລຳຕົ້ນບໍ່ຕັ້ງຊື່ເໜືອພື້ນດິນ ມັກຈະທອດຂະໜານໄປຕາມພື້ນດິນ ຫລື ເລືອຂຶ້ນຢູ່ເທິງໄມ້ຍືນຕົ້ນ ຫລືວັດຖຸອື່ນໆ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີລຳຕົ້ນແບບໄມ້ເຄືອໄດ້ແກ່: ກະດັງງາສິງຂາ ກາລະເວກ ເຖົາວັນປຽງ ພິກໄທ ຕີບລີ ຯລຯ

4. **ໄມ້ລົ້ມລຸກ (Herbs) :** ເປັນລຳຕົ້ນທີ່ບໍ່ມີເນື້ອໄມ້ ມີອາຍຸສັ້ນ ຈະຕາຍພາຍຫລັງຈາກໃຫ້ໝາກ ຫລື ຈະເລີນເຕີບໂຕຈົນຄົບວົງຈອນຊີວິດແລ້ວ ພຶດເປັນຢາທີ່ມີລຳຕົ້ນແບບໄມ້ລົ້ມລຸກ ໄດ້ແກ່: ລາຊາບີ (ຟ້າທະລາຍໂຈນ) ຂີ້ເຫລັກ ໝາກແຕງ ໝາກອີ ໝາກຜັກໄສ່ ຯລຯ

**1.2.3 ໃບ (Leaves)**

ໃບເປັນສ່ວນ ຂອງ ພຶດທີ່ຍື່ນອອກທາງດ້ານຂ້າງຂອງກິ່ງ ແລະ ລຳຕົ້ນ ເປັນສ່ວນທີ່ມີຄວາມສຳຄັນໃນການສັງເຄາະແສງ ຫາຍໃຈ ແລະ ຄາຍນ້ຳ ໂດຍທົ່ວໄປຈະມີລັກສະນະແຕ່ເປັນແຜ່ນບາງ ເພື່ອໃຫ້ຄລໍໂຣຟິລໄດ້ສຳຜັດແສງໃຫ້ໄດ້ຫລາຍທີ່ສຸດ ນອກຈາກນີ້ໃບຍັງມີລະບົບການລຳລຽງນ້ຳ ແຮ່ທາດ ແລະ ອາຫານທີ່ໄດ້ຈາກການສັງເຄາະແສງ ໂດຍມີເສັ້ນໃບຊຶ່ງເປັນກຸ່ມທີ່ລຳລຽງ ເສັ້ນໃບເຫລົ່ານີ້ຈະຕິດຕໍ່ກັບເສັ້ນກາງໃບ ແລະ ຕິດຕໍ່ກັບກ້ານໃບທີ່ຕິດຢູ່ກັບລຳຕົ້ນ.

1. **ໃບດຸ່ງວ (Simple Leaves) :** ຄືໃບທີ່ມີແຜ່ນໃບ 1 ແຜ່ນເກາະຕິດກັບ ກ້ານໃບພຶດເປັນຢາ ທີ່ມີໃບລັກສະນະນິພົບໄດ້ທົ່ວໄປເຊັ່ນ: ທອງ ພິກຸນ ການພລູ ໃບລາຊາປີ ຯລຯ

2. **ໃບປະກອບ (Compound Leaves) :** ຄືໃບປະເພດທີ່ກ້ານໃບ 1 ກ້ານ ຈະມີແຜ່ນໃບຈຳນວນຫລາຍກ່ວາ 1 ແຜ່ນ ແຕ່ລະໃບເອີ້ນວ່າ ໃບຍ່ອຍ (Leaflet) ໃບຍ່ອຍແຕ່ລະ ໃບອາດມີກ້ານໃບເອີ້ນວ່າ ກ້ານໃບຍ່ອຍ (Petiolate Leaf) ໃບປະກອບແບ່ງອອກຕາມລັກສະ ນະການລຽງຕົວຂອງໃບຍ່ອຍໄດ້ສອງແບບຄື:

- **ໃບປະກອບແບບຂົນນົກ (Pinnately Compound Leaf) :** ເປັນໃບປະ ກອບທີ່ມີລັກສະນະຄ້າຍຂົນນົກ ໃບຍ່ອຍແຍກເປັນຄູ່ໆ ຈາກແກນ ກາງຈະມີການຈັດລຽງຕົວເປັນ ແບບຕ່າງໆກັນ ໃບຍ່ອຍອາດຈະລຽງຕົວແບບກົງກັນຂ້າມກັນເປັນຄູ່ໆ ຫລື ລຽງສະຫລັບກໍໄດ້ ປາຍສຸດຂອງແກນກາງອາດຈະມີໃບຍ່ອຍ 1-2 ໃບ ຖ້າປາຍສຸດຂອງແກນມີ 1 ໃບ ເອີ້ນວ່າ: ແບບ ຂົນນົກຄືກ (Odd-Pinnate) ຖ້າມີ 2 ໃບ ເອີ້ນວ່າ: ແບບຂົນນົກຄູ່ (Even-Pinnate)

- **ຍູນີພິນເນທ ຫລື 1-ພິນເນທ (Unipinnate or 1-pinnate):** ໃບລັກສະ ນະນີ້ ແກນກາງບໍ່ແຕກແໜງ ເຊັ່ນ: ໃບໝາກຂາມ ຖົ່ວດິນ ຂີ້ເຫລັກ ເປັນຕົ້ນ.

- **ໃບພິນເນທ ຫລື 2-ພິນເນທ (Bipinnate or 2- pinnate) :** ໃບລັກ ສະນະນີ້ ແກນກາງແຕກແໜງນຶ່ງຄັ້ງ ເປັນແກນທີ່ສອງ ໃບຍ່ອຍຕິດຢູ່ເທິງແກນທີ່ສອງ ເຊັ່ນ: ຈາມຈຸ ລີ ໃບກະຖິນ ຜັກກະເສດ ຫາງນົກຍຸງ ເປັນຕົ້ນ.

- **ໂຕຣພິນເນທ ຫລື 3-ພິນເນທ (Tripinnate or 3- pinnate) :** ໃບລັກ ສະນະນີ້ ແກນກາງທີ່ສອງຈະແຕກແໜງອີກຄັ້ງ ເປັນແກນທີ່ສາມ ໃບຍ່ອຍຈະຢູ່ເທິງແກນທີ່ສາມ ເຊັ່ນ: ໃບອີຮຸ່ມ ປີບ ເພກາ ເປັນຕົ້ນ.

3. **ໃບປະກອບແບບນິ້ວມື (Pinnately Compound Leaf) :** ເປັນໃບປະ ກອບທີ່ແຍກຈາກກ້ານໃບທີ່ຈຸດດຽວກັນ ເປັນໃບປະກອບຊະນິດທີ່ບໍ່ມີແກນໄດ້ແກ່: ໃບຢາງພາລາ ຈິ້ວ ຖົ່ວດຳ ເປັນຕົ້ນ.

### 1.2.4 ດອກ (Flowers)

ດອກເປັນສ່ວນ ຂອງ ພຶດທີ່ປ່ຽນສະພາບມາຈາກກິ່ງ ແລະ ໃບ ເພື່ອເຮັດໜ້າທີ່ໃນ ການສືບພັນ ໂດຍກິ່ງທີ່ປ່ຽນສະພາບມານີ້ຍັງຄົງລັກສະນະເດີມໄວ້ໃຫ້ເຫັນ ກ່າວຄື ມີປ້ອງສິ້ນໆ ແລະ ເປັນແຫລ່ງໃຫ້ຈຸລັງສືບພັນປະສົມກັນ ຊະນິດຂອງດອກຈຳແນກໄດ້ 2 ປະເພດ ໂດຍຍຶດຈຳ ນວນດອກທີ່ຢູ່ເທິງກ້ານດອກຄື:

1. **ດອກດຸ່ງວ(Simple Flowers) :** ເປັນດອກທີ່ຢູ່ເທິງກ້ານດອກກ້ານນຶ່ງ ມີດອກພຽງດອກດຽວ ເຊັ່ນ: ດອກໄມ້ແກງ ຈຳປີ ພູລະຫິງ ຜັກຄາດຫົວແຫວນ ຯລຯ

2. **ດອກຊໍ່ (Inflorescence Flowers) :** ເປັນກຸ່ມຂອງດອກທີ່ຈະເລີນຢູ່ໃນ

ແກນດອກອັນດຽວກັນ ກ້ານດອກທີ່ມີແກນດອກເອີ້ນວ່າ Peduncle ແຕ່ລະດອກເທິງແກນເອີ້ນວ່າ ດອກຢ່ອຍ (Floret) ດອກຢ່ອຍອາດມີກ້ານດອກເອີ້ນວ່າ Pedicel ອາດມີຮອຍປະດັບຍອຍ (Bracteole) ແກນດອກທີ່ຕໍ່ຈາກກ້ານດອກ ແລະ ມີດອກຢ່ອຍຍຶດຕິດຢູ່ເອີ້ນວ່າ Rachis ຖ້າດອກຂໍ້ມີກ້ານດອກໂປໂລຂຶ້ນມາຈາກໜ້າດິນ ອາດບໍ່ມີໃບຈະເລີນຕິດຢູ່ກ້ານດອກແບບນີ້ເອີ້ນວ່າ Scape ເຊັ່ນ: ກ້ານດອກຂອງຕົ້ນ ພັບພິງ ຫວ້ານສີ່ທິດ ພຶດທີ່ມີດອກລັກສະນະເປັນດອກຊໍ່ໄດ້ແກ່ດອກພິກໄທ ຂີ້ເຫລັກ ສະເດົາ ແລະ ໝາກເກືອ ເປັນຕົ້ນ.

**1.2.5 ໝາກ (Fruits)**

ໝາກ ຄື ຮັງໄຂ່ ຫລືກຸ່ມຂອງຮັງໄຂ່ທີ່ຈະເລີນປ່ຽນແປງພາຍຫລັງການປະຕິສົນທິໝາກອາດຈະເລີນຈາກຮັງໄຂ່ໂດຍກົງ ຫລືອາດມີສ່ວນອື່ນໆ ຂອງ ດອກຈະເລີນຕິດໝາກມາດ້ວຍໝາກ ຈຳແນກອອກໄດ້ 3 ປະເພດ ໂດຍຍຶດຫລັກຊະນິດຂອງດອກ ແລະຈຳນວນນຸ້ມຮັງໄຂ່ທີ່ຈະເລີນການເປັນໝາກ ດັ່ງນີ້ຄື:

1. **ໝາກດຽວ (Simple Fruits) :** ເປັນໝາກທີ່ຈະເລີນມາຈາກດອກທີ່ມີຮັງໄຂ່ພຽງ 1 ຮັງ ນັ້ນຄື ຈະເລີນມາຈາກດອກດຽວ ທີ່ມີເກສອນຕົວແມ່ແບບດຽວ (Simple Pistil) ຫລືມີເກສອນຕົວແມ່ແບບປະກອບ (Compound Pistil) ແລະ ດອກດຽວນັ້ນອາດຈະເປັນດອກດຽວ ຫລືຊໍ່ດອກ (ແຕ່ບໍ່ລວມເປັນເນື້ອດຽວກັນ) ກໍໄດ້ ໝາກໄມ້ສ່ວນຫລາຍມັກຈະເປັນໝາກດຽວ (Simple Fruits) ຊຶ່ງຈຳແນກອອກເປັນ 2 ຊະນິດ ຕາມລັກສະນະຂອງ Pericarp ທີ່ເປັນເນື້ອນຸ້ມ ຫລືແຫ້ງ ຄື Fleshy Fruit ຫລື Dry Fruits ໄດ້ແກ່ : ສະໝໍໄທ, ໝາກການພູ ໝາກກອກ, ໝາກກະທັນ ຯລຯ.

2. **ໝາກພື້ວ (Aggregate Fruits) :** ເປັນໝາກທີ່ຈະເລີນມາຈາກດອກດຽວທີ່ມີຫລາຍຮັງໄຂ່ ແລະ ຮັງໄຂ່ອາດຈະເລີນຮ່ວມກັນເປັນໝາກນຶ່ງໝາກ ຫລື ແຕ່ລະຮັງໄຂ່ຈະເລີນກາຍເປັນໝາກ 1 ໝາກ ບໍ່ເສື່ອມຕໍ່ກັນເຮັດໃຫ້ມີໝາກເກີດຂຶ້ນເປັນພື້ວ ເທິງຖານຮອງດອກ ຫລືກ້ານໝາກອັນດຽວກັນ

- ໝາກພື້ວຊະນິດທີ່ໝາກຢ່ອຍບໍ່ເສື່ອມຕິດກັນ ຫລືແຍກກັນ ໄດ້ແກ່: ກະດັງງາ ແລະ ນົມແມວ ຯລຯ
- ໝາກພື້ວທີ່ເກີດຈາກໝາກຢ່ອຍທີ່ບຽດກັນແນ້ນແຕ່ບໍ່ເສື່ອມຕິດກັນເປັນໝາກດຽວ ໄດ້ແກ່: ໝາກຕາວ ຫວາຍ ກະດັງງາ ຯລຯ.
- ໝາກພື້ວທີ່ເກີດຈາກໝາກຢ່ອຍລວມ ແລະ ເສື່ອມຕິດກັນເປັນໝາກດຽວ ໄດ້ແກ່: ໝາກຂຽບ ທຸລຽນ ສະຕໍເບີຣີ ຯລຯ.

3. **ໝາກລວມ (Multiple Fruits) :** ເປັນໝາກທີ່ເກີດຈາກດອກຊໍ່ ໂດຍແຕ່ລະດອກຢ່ອຍຈະເລີນເປັນໝາກ ແລ້ວເສື່ອມຕິດກັນເປັນໝາກໃຫຍ່ໝາກດຽວ ສ່ວນຫລາຍໝາກລວມ ເປັນໝາກທີ່ມີເນື້ອອ່ອນນຸ້ມກິນໄດ້ ແລະ ມີສ່ວນອື່ນຂອງດອກຈະເລີນມາເປັນໝາກໄດ້ແກ່

ໝາກຍໍ່ ໝາກເດື່ອ ໝາກມີ້ ໝາກນັດ ຯລຯ.

### 1.2.6 ແກ່ນ (Seeds)

ເມັດ ຄື ໄຂ່ (Ovule) ທີ່ຈະເລີນປ່ຽນແປງພາຍຫຼັງການປະຕິສິນທິ ເມັດເປັນອະໄວຍະວະທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ການສືບພັນແບບອາໄສເພດຂອງພຶດຄົບສົມບູນ. ເມັດ ຈຳແນກໄດ້ອອກ 2 ແບບ ດັ່ງນີ້:

1. **ເມັດ ທີ່ມີແອນໂດສະເປີມ (Alduminous Seeds)** ແອນໂດສະເປີມ ຈະມີການຈະເລີນເຕີບໂຕໄປກັບຕົ້ນອ່ອນ ໂດຍຕົ້ນອ່ອນອາໄສອາຫານຈາກເຍື່ອຫຸ້ມຈຸລັງ ເມື່ອແກ່ນແກ່ຈຶ່ງຈະມີແອນໂດສະເປີມ ຂະໜາດໃຫຍ່ ສຳລັບໃຫ້ອາຫານເພື່ອການຈະເລີນເຕີບໂຕ ຂອງ ຕົ້ນອ່ອນຕໍ່ໄປ ໄດ້ແກ່: ເມັດລະຫຼ່ຽງ ກາເຟ ຯລຯ.

2. **ເມັດ ທີ່ບໍ່ມີແອນໂດສະເປີມ (Albuminous Seeds)** ແອນໂດສະເປີມ ຈະຈະເລີນໄວຫລາຍ ແລະ ຈະເລີນເຕັມທີ່ກ່ອນເມັດຈະແກ່ ດັ່ງນັ້ນ ຂະນະທີ່ຕົ້ນອ່ອນກຳລັງຈະເລີນເຕີບໂຕ ແອນໂດສະເປີມເຫຼົ່ານີ້ຈະຖືກໃຊ້ໄປໄປກັບຕົ້ນອ່ອນ ເມື່ອຕົ້ນອ່ອນຈະເລີນເຕີບໂຕເຕັມທີ່ (ເມັດແກ່) ຈຶ່ງບໍ່ມີ ແອນໂດສະເປີມ ແຕ່ໃນຊ່ວງນີ້ແກ່ນຈະໄດ້ອາຫານຈາກໃບລ້ຽງ ພວກນີ້ຈຶ່ງມີໃບລ້ຽງໜາ ໄດ້ແກ່: ພຶດຕະກູນຖົ່ວຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ໝາກຂາມແຂກ ໝາກຂາມ ບົວ ຯລຯ.

ການສຶກສາເລື່ອງການຈຳແນກ ແລະ ລັກສະນະທາງພຶກສາຊາດຂອງພຶດເປັນຢາ ເພື່ອໃຫ້ເຂົ້າໃຈຄວາມໝາຍໃນສິ່ງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດສະໝຸນໄພໃນຊີວິດປະຈຳວັນໄດ້ຫລາຍຂຶ້ນ.

## ບົດທົດສະດີທີ 2

### ການປູກ ແລະ ການຂະຫຍາຍພັນພຶດເປັນຢາ

#### ຈຸດປະສົງການສອນ

1. ບອກຄວາມສຳຄັນ ແລະ ປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາ
2. ບອກປັດໃຈທີ່ມີຜົນຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ການພັດທະນາຂອງພຶດ
3. ອະທິບາຍວິທີການຂະຫຍາຍພັນ, ການປູກ, ການບົວລະບັດຮັກສາ ແລະ ການເກັບກຽວພຶດເປັນຢາ.
4. ອະທິບາຍວິທີການປະຕິບັດຫຼັງການເກັບກຽວພຶດເປັນຢາ

#### ເນື້ອໃນ

##### 2.1 ຄວາມສຳຄັນ ແລະ ປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາ

ການທີ່ພຶດເປັນຢາ ເຂົ້າມີບົດບາດສຳຄັນຫລາຍຂຶ້ນນັ້ນ ເປັນຜົນມາຈາກການພັດທະນາທາງການແພດ ແລະ ທາງອຸດສາຫະກຳຕ່າງໆທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບພຶດ ແລະ ເຄື່ອງເທດເຖິງແມ່ນວ່າ ວິທະຍາການຕ່າງໆໄດ້ຈະເລີນກ້າວໜ້າຫລາຍຂຶ້ນ , ມີການສັງເກດທາດເຄມີຂຶ້ນເປັນຢາຈຳນວນຫລວງຫລາຍ ແຕ່ຕົວຢ່າທີ່ສຳຄັນຈຳນວນຫລາຍຍັງຕ້ອງໄດ້ມາຈາກການສະກັດຈາກພຶດເປັນຢາ ເຊັ່ນ Morpline ຈາກຢາຂອງຝືນເປັນຕົ້ນ ຫລື ການນຳເອົາພຶດສະໝຸນຳມາເປັນວັດຖຸດິບໃນການສະກັດ ເພື່ອໃຫ້ໄດ້ທາດຕັ້ງຕົ້ນໃນການຜະລິດຢາແຜນປະຈຸບັນ ທີ່ເອີ້ນກັນວ່າ ເຄິ່ງສັງເກດ ໄດ້ແກ່ : Diosgenin ຈາກເອື້ອງດິບ ຫລືເພື່ອມາສັງເກດພວກ Hormones ຫລື Citrol ຈາກນຳມັນສີໃຄ ເຊິ່ງນຳມາສັງເກດ ວິຕາມິນເອ ເປັນຕົ້ນ.

ນອກຈາກພຶດເປັນຢາ ຈະຖືກນຳມາໃຊ້ໃນທາງການແພດແລ້ວ ພຶດເປັນຢາຍັງມີປະໂຫຍດໃນອຸດສາຫະກຳຕ່າງໆ ເຊັ່ນ ການໃຊ້ຢາຂ້າແມງໄມ້ທີ່ໄດ້ຈາກພຶດເປັນຢາ ໂດຍການນຳເອົາໃບຂົມກະເດົາກັບຂ່າມາເຂົ້າກັນ ແລ້ວຄັ້ນເອົານຳໄປສີດພິ່ນເພື່ອຂ້າແມງໄມ້ໃນນາ ແລະ ໃນສວນໄມ້ໃຫ້ໝາກ. ຜົນດີຂອງຢາຂ້າແມງໄມ້ຈາກພຶດເປັນຢາ ຄື ມີລິດຂ້າແມງໄມ້ໄດ້ເທົ່າທຽມກັບຢາຂ້າແມງໄມ້ທີ່ສັງເກດ ແຕ່ລາຄາຖືກກວ່າ ແລະ ລະລາຍຕົວງ່າຍຈຶ່ງບໍ່ມີພິດຕົກຄ້າງ ທັງຍັງປອດໄພຕໍ່ຊາວກະສິກອນຜູ້ໃຊ້ອີກດ້ວຍ. ໃນປະຈຸບັນ, ມີການພັດທະນາເຖິງຂັ້ນອຸດສາຫະກຳແລ້ວ. ນອກຈາກນີ້, ຍັງມີການສະກັດທາດ Vanillin ຈາກຝັກຂອງຕົ້ນວານິລາ ເພື່ອນຳມາເປັນທາດແຕ່ງກິນ, ຢາ, ໄອສຄຣິມ, ຂະໜົມເຄັກ ເປັນຕົ້ນ. ໃນຊີວິດປະຈຳວັນ ພຶດເປັນຢາຫລາຍຊະນິດກໍຍັງໃຊ້ເປັນອາຫານແຕ່ງກິນ, ຣິດຊາດ ແລະ ຍັງເປັນເຄື່ອງເທດ ເຊັ່ນ : ຜັກທຽມ, ພິກໂທ, ສົ້ມພໍດີ, ຊິງແລະ ຂີ້ໝັນ ເປັນຕົ້ນ.

## 2.2 ປັດໃຈທີ່ມີຜົນຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະ ການພັດທະນາຂອງພືດ

ພືດສ່ວນຫລາຍຈະເລີນເຕີບໂຕຕາມທຳມະຊາດ ສ່ວນພືດທີ່ຄົນປູກເພື່ອໃຊ້ເປັນອາຫານ ເຄື່ອງນຸ່ງຮົ່ມ ທີ່ຢູ່ອາໄສ ແລະ ຢາຮັກສາພະຍາດ ມີປະລິມານ 1000-2000 ຊະນິດເທົ່ານັ້ນ ສ່ວນພືດເປັນຢາທີ່ໃຊ້ເປັນຢາທົ່ວໂລກທີ່ໄດ້ຈົດທະບຽນແລ້ວມີຫລາຍກ່ວາ 200.000 ຊະນິດ ຈຶ່ງ ອາດເວົ້າໄດ້ວ່າພືດທຸກວົງເປັນພືດເປັນຢາ.

### 2.2.1 ດິນ (Soil)

ດິນເປັນແຫລ່ງທີ່ຢູ່ອາໄສຍົດໜຽວ ຄຳຈູນຕົ້ນພືດ ເປັນແຫລ່ງອາຫານ ນ້ຳ ແລະ ອາກາດ ເພື່ອນຳໄປໃຊ້ສ້າງເສີມການຈະເລີນເຕີບໂຕ ດິນທີ່ເໝາະສົມກັບການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດຈະມີລັກສະນະໂປ່ງຜຸຜຸ່ຍ ມີທາດອາຫານ ນ້ຳ ອາກາດ ແລະ ຄວາມເປັນກົດ ແລະ ດ່າງທີ່ເໝາະສົມ.

#### 1. ລັກສະນະຂອງດິນທີ່ດີໃນທັດສະນະຂອງນັກປະຖະພົວທະຍາມີສ່ວນປະກອບດັ່ງນີ້ຄື:

- ອິນຊີວັດຖຸ : ໄດ້ແກ່ເສດຊາກຂອງສິ່ງທີ່ມີຊີວິດທີ່ເນົ່າເປ້ອຍຜຸພັງ ແລະ ໃບໄມ້ ວັດຖຸອື່ນທີ່ເໝົ່າເປ້ອຍຜຸພັງປະມານ 5%.
- ອະນົງຄະທາດວັດຖຸ : ປະກອບດ້ວຍຫີນແຮ່ຊະນິດຕ່າງໆ ທີ່ປຸງສະພາບແລ້ວ ຊຶ່ງເປັນວັດຖຸໃຫ້ກຳເນີດດິນປະມານ 45%.
- ນ້ຳ : ປະລິມານນ້ຳໃນດິນທີ່ພືດໃຊ້ປະໂຫຍດໄດ້ປະມານ 25%.
- ອາກາດ : ມີສ່ອງຫວ່າງສຳລັບອາກາດໃນດິນປະມານ 25%.

#### 2. ລັກສະນະດິນທີ່ເໝາະສົມຕໍ່ການປູກຝັງ :

- ມີສີເຂັ້ມຕາມວັດຖຸທີ່ໃຫ້ກຳເນີດດິນ ເຊັ່ນ: ສີດຳສີແດງ ຫລື ສີອື່ນໆ ຊຶ່ງສະແດງ ເຖິງການມີທາດອາຫານພືດ ແລະ ອິນຊີວັດຖຸຢູ່ຫລາຍ.
- ເນື້ອດິນ ໂປ່ງຜຸຜຸ່ຍ ອຸ້ມນ້ຳດີລະບາຍນ້ຳ ແລະ ອາກາດໄດ້ດີ
- ມີທາດອາຫານ ຄົບຖ້ວນ ແລະ ພຽງພໍຕໍ່ຄວາມຕ້ອງການຂອງພືດ
- ມີຄວາມເປັນກົດ ແລະ ດ່າງທີ່ເໝາະສົມ
- ມີອຸນຫະພູມທີ່ເໝາະສົມ
- ມີຈຸລິນຊີທີ່ເປັນປະໂຫຍດຕໍ່ພືດຢູ່ຫລາຍ

### 2.2.2 ຄວາມເປັນກົດ ແລະ ດ່າງ (pH) ຂອງດິນ

ຄວາມເປັນກົດ ແລະ ດ່າງ (pH) ຄືຫົວໜ່ວຍຄວາມເປັນກົດ ແລະ ດ່າງ ຂອງດິນ. ຄ່າpH ຢູ່ໃນຊ່ວງລະຫວ່າງ 0-14,0 ຄ່າpH ເທົ່າກັບ 7,0 ດິນຈະມີ ສະພາບເປັນກາງ ຄ່າ pH ທີ່ນ້ອຍກ່ວາ 7,0 ຈະມີສະພາບເປັນກົດ ຄ່າ pH ຍິ່ງນ້ອຍ ຄວາມ ເປັນກົດຍິ່ງຫລາຍກ່ວາ ສ່ວນ pH ທີ່ຫລາຍກ່ວາ7,0 ຈະມີສະພາບເປັນດ່າງຄ່າ pH ຍິ່ງຫລາຍ ຄວາມເປັນດ່າງຍິ່ງຫລາຍຕາມໄປ

ດ້ວຍ ໂດຍທົ່ວໄປດິນຈະມີຄ່າພີເອຊຢູ່ລະຫວ່າງ 3,5 -9,5 ແລະ ຄ່າພີເອຊທີ່ເໝາະສົມຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດຄື ຄ່າພີເອຊ ທີ່ 6,5.

**2.2.3 ທາດອາຫານພືດ (Plant Nutrient)**

ພຶດ ແລະ ສັດຕ້ອງປະກອບດ້ວຍໂປຣໂຕພລາສຊິມ (Protoplasm) ເຊິ່ງເປັນສ່ວນ ປະກອບສຳຄັນທີ່ເຮັດໃຫ້ຊີວິດດຳລົງຢູ່ໄດ້ ເຖິງຢ່າງໃດກໍຕາມສັດຕ້ອງອາໄສພຶດໃນການດຳລົງຊີວິດໃນຂະນະທີ່ພຶດດຳລົງຊີວິດຢູ່ໄດ້ເອງໂດຍບໍ່ຕ້ອງອາໄສສັດເລຍກໍໄດ້ ເມື່ອພຶດໄດ້ຮັບແສງແດດ,ນ້ຳ, ອາຍຄາຣບອນໄດອອກໄຊ, ອອກຊີເຈນ ແລະທາດອາຫານທີ່ຈຳເປັນຢ່າງຄົບຖ້ວນ ວັດຖຸດິບດັ່ງກ່າວທີ່ພຶດໄດ້ຮັບນີ້ ຈະຖືກປ່ຽນເປັນພະລັງງານໃນຈຸລັງຂອງພຶດ ເຊິ່ງເຮັດໃຫ້ພຶດສາມາດດຳລົງຊີວິດ ແລະແຜ່ພັນອອກໄປໄດ້ຢ່າງກ້ວາງຂວາງ

ຄາຣບອນ,ໄຮໂດຣເຈນ, ອອກຊີເຈນ, ໄນໂຕຣເຈນ, ຟອສຟໍຣັສ ແລະ ໂພແທສ ຊຽມເປັນສ່ວນປະກອບທີ່ສຳຄັນຂອງທາດຊີ້ນ ແລະ ທາດທີ່ໃຫ້ພະລັງງານ ສ່ວນທາດອື່ນໆ ທີ່ຈຳເປັນອີກ 10 ທາດ ຄື : ມາດ, ແຄລຊຽມ, ແມກນີຊຽມ, ເທລຸຣ, ແມງກາມິນ, ສັງກະສີ, ທອງແດງ ໂບຣອນ, ໂມລິບດີນັມ ແລະ ຄລໍລິນ ມີຄວາມສຳຄັນຕໍ່ຂະບວນການທາງສະລິລະວິທະຍາຕ່າງໆ ໃນພຶດເຊິ່ງຈະເຮັດໃຫ້ພຶດງານໃນຈຸລັງພຶດຊຶ່ງຈະເຮັດໃຫ້ພຶດຈະເລີນເຕີບໂຕ ແລະໃຫ້ຜົນຜະລິດສູງ ພຶດຈະໄດ້ຮັບທາດຄາຣບອນ,ໄຮໂດຣເຈນ ແລະ ອອກຊີເຈນຈາກອາກາດ ແລະ ນ້ຳ ສ່ວນທາດອື່ນໆ ນັ້ນໄດ້ມາຈາກດິນ ຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ ຂອງ ອາຫານ ທາດຕ່າງໆໃນພຶດ ຂຶ້ນຢູ່ກັບປັດໃຈຕ່າງໆ ຫລາຍປັດໃຈ. ດັ່ງນັ້ນ ຄວາມເຂັ້ມຂຸ້ນ ຂອງ ທາດອາຫານໃນພຶດ ຈຶ່ງແຕກຕ່າງກັນ ແລ້ວແຕ່ຂະນິດຂອງ ພຶດ ແລະ ປັດໃຈແວດລ້ອມຕ່າງໆ

1. **ໜ້າທີ່ຂອງທາດອາຫານພືດ :** ທາດອາຫານເປັນສິ່ງຈຳເປັນຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພຶດດັ່ງນີ້:

- ທາດອາຫານຈຳເປັນຕໍ່ການດຳລົງຊີວິດຂອງພຶດ
  - ທາດອາຫານທີ່ມີບົດບາດຢ່າງສຳຄັນຕໍ່ຂະບວນການສັງເຄາະແສງ
  - ທາດອາຫານເຮັດໃຫ້ ເອັນໄຊມ (Enzyme) ທຳການໄດ້ຕາມປົກກະຕິ
- ຫລື ການຄວບຄຸມປະຕິກິລິຍາທີ່ໃຊ້ ເອັນໄຊມ
- ທາດອາຫານທີ່ເປັນສ່ວນຂອງທາດປະກອບທີ່ສຳຄັນໃນຂະບວນການ ເມຕາໂບລິຊິມຂອງພຶດ.

2. **ໜ້າທີ່ສຳຄັນຂອງທາດອາຫານຫລັກ**

- ທາດໄນໂຕຣເຈນ ເປັນສ່ວນປະກອບທີ່ສຳຄັນຂອງ ອາຊິດອະມິໂນ, ທາດຊີ້ນ, ນິວຄລີໂອໄທດ໌ ແລະ ຄລໍໂຣຟິລ ເຊິ່ງທາດປະກອບເຫລົ່ານີ້ມີຄວາມສຳຄັນຫລາຍຕໍ່ຂະບວນການ ເມຕາໂບລິຊິມຂອງພຶດ

- ທາດຟອສຟໍຣັສ(P)ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການຖ່າຍເທພະລັງງານຊຶ່ງເປັນຂະ

ບວນການທາງສະລິລະວິທະຍາທີ່ສຳຄັນຢ່າງຍິ່ງ ນອກຈາກນັ້ນຍັງເປັນສ່ວນປະກອບທີ່ສຳຄັນອະດີໂນຊິນ ໄຕຼຟອສເຟຕ (ATP) ນິວຄລີໂອໄທຄ໌ ແລະ ຟອສໂຟໂລປີຄ໌ ອີກດ້ວຍ

- ທາດໂພແທສຊຽມ (K) ຈຳເປັນຕໍ່ການເຄື່ອນທີ່ຂອງທາດອາຫານ ແລະ ທາດບາງຊະນິດໃນພຶດ ຄວບຄຸມການປົດເປີດຂອງປາກໃບ ແລະ ເປັນທາດທີ່ກະຕຸ້ນໃຫ້ ເອັນໄຊມ (Enzyme) ທຳການອີກດ້ວຍ.

**3. ໜ້າທີ່ສຳຄັນຂອງທາດອາຫານຮອງ :**

- ທາດມາດ(S) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການສ້າງໂປຣຕີນ ແລະເປັນສ່ວນປະກອບ ຂອງ ອາຊິດອະມິໂນບາງຊະນິດ ຮວມທັງໂປຣຕີນ ແລະໂຄເອັນໄຊມ (Co-enzyme) ອີກດ້ວຍ.

- ທາດແຄລຊຽມ (Ca) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບຄວາມແຂງແຮງ ຂອງ ແພຈຸລັງ ຂອງ ຈຸລັງພຶດເປັນສ່ວນປະກອບຂອງແຄລຊຽມເພັດເຕຕ (CalciumPectate) ແລະ ເປັນທາດທີ່ກະຕຸ້ນໃຫ້ ເອັນໄຊມບາງຊະນິດທຳການ.

- ທາດແມກນີຊຽມ (Mg) ມີໜ້າທີ່ໃນຂະບວນການໃຊ້ທາດຄາຣບອນໄດອອກໄຊໃຫ້ເປັນປະໂຫຍດ ແລະ ເປັນສ່ວນປະກອບຂອງຄລໍໂຣຟິລ ນອກຈາກນັ້ນຍັງເປັນຕົວກະຕຸ້ນໃຫ້ ເອັນໄຊມ ທຳການເຊັ່ນດຽວກັບ ແຄລຊຽມ.

**4. ໜ້າທີ່ສຳຄັນຂອງທາດອາຫານເສີມ :**

- ທາດເຫລັກ ເປັນສ່ວນປະກອບຂອງເຫລັກພໍໄຟຣິນ (Iron Porphyrine) ແລະ ເພີຣິດອກຊິນ ເຊິ່ງເປັນທາດທີ່ສຳຄັນໃນຂະບວນການຖ່າຍເທອີເລັກຕຣອນຂອງພຶດ

- ທາດແມງກາມິສ (Mn) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບປະຕິກິລິຍາອອກຊີເດຊັນ (Oxidation) ແລະ ຣີດັກຊັນ (Reduction) ໃນຂະບວນການເຄື່ອນຍ້າຍອີເລັກຕຣອນ ເປັນຕົວກະຕຸ້ນໃຫ້ ເອັນໄຊມ ທຳການ.

- ທາດສັງກະສີ (Zn)ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບຂະບວນການເມຕາໂບລິຊິມຂອງ ອັອກຊິນ(Auxin) ເຊິ່ງເປັນທາດທີ່ຄວບຄຸມການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພຶດ ທາດສັງກະສີ ຍັງມີໜ້າທີ່ໃນການສ້າງນິວຄລີໂອໄທຄ໌ແລະເປັນສ່ວນປະກອບ ຂອງ ເອັນໄຊມດີໂຮໂດຣຈີເນສອີກດ້ວຍ

- ທາດທອງແດງ (Cu) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການສ້າງລິກນິນ(Lignin) ແລະ ເປັນສ່ວນປະກອບ ຂອງ ເອັນໄຊມ Ascobic Acid Exidase

- ທາດໂບຣອນ (B) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການສ້າງການໃຊ້ແລະ ການເຄື່ອນຍ້າຍນິວຄລີໂອໄທຄ໌ ເຊິ່ງເປັນທາດທີ່ສຳຄັນຫລາຍໃນຂະບວນການຕ່າງໆ ທາງສະລິລະວິທະຍາ ຂອງ ພຶດ ເຊັ່ນ: ຂະບວນການທີ່ກໍ່ໃຫ້ເກີດພະລັງງານ.

- ທາດໂມລິບດີນັມ (Mo) ມີໜ້າທີ່ກ່ຽວກັບການສ້າງໂປຣຕີນໃນພຶດ

ຊະນິດຕ່າງໆ ແລະ ການຈັບໄນໂຕຣເຈນຈາກອາກາດ ຂອງ ພຶດຕະກູນຖິ້ວ ໂດຍເປັນສ່ວນປະກອບ ຂອງ ເອັນໄຊມໂນໂຕຣທຣີດັດເຕສ ແລະ ໄນໂຕຣຈີເນສ.

- ທາດຄລໍລິນ (Cl) ມີໜ້າທີ່ຊ່ວຍໃຫ້ປະຈຸໄຟຟ້າໃນຈຸລັງພຶດເປັນກາງ ແລະ ຈຸລັງມີຄວາມແຕ່ງນ້ຳ.

**2.2.4 ແຫລ່ງທາດອາຫານຂອງພຶດ ຫລື ຝຸ່ນ**

ຝຸ່ນ (Fertilizer) ຄື ວັດຖຸທີ່ປະກອບດ້ວຍທາດອາຫານພຶດ ແລະ ສາມາດປົດ ປ່ອຍທາດເຫຼົ່ານັ້ນໃຫ້ປະໂຫຍດຕໍ່ພຶດໄດ້ທັງຮາກ ລຳຕົ້ນ ແລະ ໃບ

ຝຸ່ນ ແບ່ງຕາມແຫລ່ງທີ່ມາໄດ້ 2 ປະເພດຄື

1. ຝຸ່ນອິນຊີ ໄດ້ຈາກເສດຊາກຂອງສິ່ງທີ່ມີຊີວິດ ເຊັ່ນ: ໃບໄມ້ ກິ່ງໄມ້ ມູນສັດ ຊາກສັດທີ່ເໝົ່າເປື້ອຍພູພັງ ບຸ່ຍອິນຊີສ່ວນຫລາຍມີທາດອາຫານພຶດຢູ່ນ້ອຍ ແລະ ໃນປະລິມານທີ່ ບໍ່ແນ່ນອນປົດປ່ອຍໃຫ້ພຶດໃຊ້ແຕ່ລະນ້ອຍຢ່າງຊ້າໆ ແຕ່ຝຸ່ນອິນຊີຈະຊ່ວຍໃຫ້ຄຸນສົມບັດທາງເຄມີ ແລະ ພິຊິກຂອງດິນດີຂຶ້ນແລະພຶດສາມາດໃຊ້ທາດອາຫານບາງຢ່າງໄດ້ຢ່າງມີປະສິດທິພາບ ຝຸ່ນອິນ ຊີມີຫລາຍຊະນິດ ໄດ້ແກ່ ຝຸ່ນຄອກ, ຝຸ່ນບົ່ມ, ຝຸ່ນພຶດສິດ, ແລະ ຝຸ່ນທີ່ໄດ້ຈາກກາກເຫລືອຂອງໂຮງ ງານອຸສະຫະກຳບາງປະເພດ ເຊັ່ນ: ສ່າເຫລົ້າ, ກາກນ້ຳຕານ ແລະ ກາກຖິ້ວເຫລືອງ ເປັນຕົ້ນ.

2. ຝຸ່ນອະນິງຄະທາດຫລືເຄມີຫລືຝຸ່ນວິທະຍາສາດໄດ້ຈາກການສັງເຄາະຫລື ຜະລິດຈາກໂຮງງານອຸສະຫະກຳມີປະລິມານທາດອາຫານທີ່ແນ່ນອນ ສ່ວນຫລາຍເປັນທາດອາ ຫານຫລັກ ສຳລັບທາດອາຫານຮອງ ແລະ ອາຫານເສີມມັກຜະລິດໃນຮູບປຸ່ຍທາງໃບ ແລະ ທາງ ຮາກ ເຊັ່ນ:

- ຝຸ່ນດ່ຽວ ຄືຝຸ່ນທີ່ໃຫ້ທາດອາຫານຫລັກພຽງທາດດຽວ ເຊັ່ນ: ຝຸ່ນແອມໂມ ເນັຍ ຊັລເຟຕ ໃຫ້ທາດໄນໂຕຣເຈນ ຝຸ່ນຫີນຟອສເຟຕໃຫ້ທາດຟອສຟັຣັສ ຝຸ່ນໂພແທສຊຽມຄລໍ ໂຣດ໌ໃຫ້ທາດໂພແທສຊຽມເປັນຕົ້ນ

- ຝຸ່ນປະສົມ ຄືຝຸ່ນທີ່ໃຫ້ທາດອາຫານຫລັກຕັ້ງແຕ່ສອງທາດຂຶ້ນໄປໂດຍ ການສົມທັນລະຫວ່າງຄື ຝຸ່ນທີ່ມີທາດອາຫານຫລາຍຊະນິດເພື່ອໃຫ້ມີທາດອາຫານຄົບຖ້ວນຕາມ ຄວາມຕ້ອງການ ຂອງ ພຶດແຕ່ລະຊະນິດ ເຊັ່ນ: ຝຸ່ນສູດ 15-15-15 ; 20-20-00 ເປັນຕົ້ນ.

**2.2.5 ນ້ຳ (Water)**

ນ້ຳເປັນສ່ວນປະກອບທີ່ສຳຄັນຕໍ່ຂະບວນການທາງເຄມີ ຊີວະເຄມີ ແລະ ສະລິ ລະວິທະຍາຂອງພຶດ ໄດ້ແກ່ : ການສັງເຄາະແສງ, ການຫາຍໃຈ ເປັນຕົ້ນ ຫາກພຶດຂາດນ້ຳຈະສະ ແດງອາການແຫ້ງແຫ້ງ ແລະ ຕາຍໃນທີ່ສຸດ ຖ້າຫາກພຶດໄດ້ຮັບເກີນກວ່າຄວາມຕ້ອງການ ພຶດຈະ ຍຶດຕົວຂອງຈຸລັງ ເຮັດໃຫ້ຈະເລີນເຕີບໂຕໄວ ປ້ອງຍຶດຍາວຫລາຍ ຈຸລັງແຕກແລະຕາຍໄດ້ເຊັ່ນກັນ.

**2.2.6 ແສງ (Light)**

ດວງອາທິດເປັນແຫລ່ງພະລັງງານແສງທີ່ໃຫ້ແກ່ຂະບວນການສັງເຄາະແສງ ຂອງ

ພຶດພະລັງງານສ່ວນນ້ອຍທີ່ພຶດໃຊ້ນັ້ນລອດຈາກການດູດຊັບຂອງບັນຍາກາດທີ່ຫຸ້ມເໝືອຜິວໂລກ ບັນຍາກາດນີ້ປະກອບດ້ວຍທາດອາຍຫລາຍຊະນິດ ໄອນ້ຳ ແລະຜຸ່ນເປັນຕົວຊ່ວຍທຳໜ້າທີ່ຕອງ ພະລັງງານແສງຈຳນວນນຶ່ງໄວ້ ໂອໂຊນຊ່ວຍຕອງຄື້ນແສງຍາວຈຳນວນຫລາຍໄວ້ ເຮັດໃຫ້ອຸນຫະ ພູມເທິງຜິວໂລກບໍ່ຮ້ອນເກີນໄປ ຢ່າງໃດກໍຕາມພະລັງງານແສງສ່ວນທີ່ເບິ່ງເຫັນດ້ວຍຕາ ແລະ ເບິ່ງ ບໍ່ເຫັນ ຊຶ່ງລອດລົງມາເຖິງຜິວໂລກກໍໃຫ້ເກີດອຸນຫະພູມທີ່ພໍເໝາະກັບຊີວິດທັງພຶດ ແລະ ສັດ.

ຊ່ວງຄື້ນແສງທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບຂະບວນການສັງເຄາະແສງຢູ່ລະຫວ່າງ 300 ນາໂນ ແມັດ ເຖິງ 800 ນາໂນແມດ ຊ່ວງຄື້ນແສງທີ່ຊ່ວຍການສັງເຄາະແສງ ຂອງ ພຶດສີຂຽວທີ່ມີປະສິດທິ ພາບຫລາຍ ຄືຊ່ວງຄື້ນສີສີ່ມ-ແດງ (650ນາໂນແມດ ) ແລະ ຊ່ວງຄື້ນສີຟ້າ (440 ນາໂນແມດ ) Guard Cells ຈຶ່ງມີ ຄລໍໂຣຟິລສາມາດເປີດ ແລະ ປິດປາກໃບຂະນະມີແສງໃນເວລາທ່ຽງວັນກໍໄດ້ ຖ້າສະພາບແວດລ້ອມອື່ນເປັນຂໍ້ຈຳກັດ ເຊັ່ນ: ເມື່ອພຶດຄາຍນ້ຳຫລາຍເກີນໄປຈະເກີດການຂາດນ້ຳ ໃນຕົ້ນພຶດເພາະຮາກດູດຂຶ້ນໄປທົດແທນ ບໍ່ພົ້ນປາກໃບພຶດກໍໄດ້.

ຂະບວນການອື່ນທີ່ແສງມີອິດທິພົນ ຄື Phototropism ແລະ Photo Periodism  
Phototropism ໝາຍເຖິງ ການໂຄ້ງຂອງຕົ້ນ ໃບ ແລະດອກເຂົ້າຫາແສງ ການໂຄ້ງນີ້ເກີດຈາກການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງຈຸລັງ ທາງດ້ານທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບແສງຫລາຍກ່ວາດ້ານທີ່ ໄດ້ຮັບແສງ ສາເຫດເພາະສານຮໍໂມນອອກຊິນສະສົມຫລາຍທາງດ້ານທີ່ບໍ່ໄດ້ຮັບແສງ ແລະມີ ການເຄື່ອນຍ້າຍນີ້ສົ່ງເສີມໃຫ້ຈຸລັງເກີດການຂະຫຍາຍໃຫຍ່ກ່ວາປົກກະຕິ ແລະພົບວ່າແສງສີຟ້າມີ ຜົນຕໍ່ການໂຄ້ງຫລາຍທີ່ສຸດ ແຕ່ pigment ທີ່ກ່ຽວຂ້ອງກັບແສງສີຟ້ານີ້ຍັງບໍ່ຮູ້ແນ່ນອນ.

Photo Periodism ໝາຍເຖິງ ການຕອບສະໜອງທາງສະລິລະວິທະຍາ ຂອງ ພຶດຕໍ່ການປ່ຽນແປງຂອງຊ່ວງແສງ ແລະ ຊ່ວງມືດ ການຕອບສະໜອງມີຫລາຍແບບ ໂດຍສະ ເພາະມັກຈະເກີດຢ່າງເດັ່ນຊັດກັບພຶດເມືອງໜາວ ເຊັ່ນ: ການເກີດການພັກຕົວ (Dormancy) ຂອງ ພຶດໃນລະດູໃບໄມ້ຫລິ້ນ ເພື່ອພຶດເອງຈະໄດ້ທົນຕໍ່ຄວາມເຢັນໃນລະດູໜາວໄດ້ ການເກີດ ການປ່ຽນແປງສີໃບຂອງພຶດ ເນື່ອງມາຈາກໄດ້ຮັບແສງສັ້ນລົງໃນລະດູໃບໄມ້ຫລິ້ນ ພຶດພວກຫົວ ເຊັ່ນ: ມັນຝລັ່ງ ບີໂກເນຍ ເລີ້ມລົງຫົວເມື່ອວັນສັ້ນຢ່າງເຂົ້າມາ ພຶດຫອມຫົວໃຫຍ່ຈະເລີ້ມລົງຫົວ ເມື່ອລະດູການ ຂອງ ວັນຍາວເລີ້ມຂຶ້ນ ທີ່ສຳຄັນອີກຢ່າງນຶ່ງຄື ຊ່ວງແສງ ແລະ ຄວາມມືດມີອິດທິ ພົນຕໍ່ການອອກດອກ ຂອງ ພຶດທີ່ໄວຕໍ່ຊ່ວງແສງດ້ວຍ.

2.2.7 ອຸນຫະພູມ (Temperature)

ອຸນຫະພູມ ການປ່ຽນແປງຂອງລະດູການ ກ່ຽວເນື່ອງກັບຄວາມເຂັ້ມຂອງແສງເທິງ ຜິວໂລກ ຄວາມເຂັ້ມ ຂອງ ແສງທີ່ຕົກເທິງຜິວໂລກໃນແຕ່ລະດູການມີຄວາມກ່ຽວພັນກັບການປ່ຽນ ແປງຂອງອຸນຫະພູມ ອຸນຫະພູມເປັນສິ່ງທີ່ສຳຄັນສຳລັບກະເສດຕະກອນໃນເຂດອົບອຸ່ນ ແລະ ເຂດໜາວ ທີ່ຈະຕ້ອງຄຳນຶງເຖິງການແຂງຕົວຂອງນ້ຳໃນລະດູໜາວ ຊຶ່ງເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ພຶດທີ່ ເພາະປູກ ຊາວກະສິກອນຕ້ອງເລືອກພຶດຊ່ວງອາຍຸສັ້ນກ່ວາ ເມື່ອພື້ນທີ່ເພາະປູກຢູ່ຫ່າງຈາກເສັ້ນ

ສູນສູດຫລາຍຂຶ້ນ ເນື່ອງຈາກກສາເຫດດັ່ງກ່າວ ຢ່າງໃດກໍຕາມແມ້ໃນລະດູໃບໄມ້ປົ່ງ ແລະ ລະດູ ຮ້ອນຈະຢູ່ໃນຊ່ວງທີ່ສູນ ແຕ່ເນື່ອງຈາກກາງເວັນຍາວ ແລະ ອຸນຫະພູມສູງຂຶ້ນ ພຶດກໍຈະສາມາດ ພັດທະນາຈະເລີນເຕີບໂຕຢ່າງປົກກະຕິ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ຂອງ ພຶດແຕ່ລະຊະນິດຈະຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີໃນອຸນຫະ ພູມທີ່ຕ່າງກັນ ອຸນຫະພູມທີ່ເໝາະສົມນີ້ເອີ້ນວ່າ: " Optimal Temperature " ອຸນຫະພູມສູງມີ ສ່ວນທຳລາຍພຶດໃນຮູບຂອງການທຳລາຍໂປຣໂຕປລາສຊິມຂອງຈຸລັງ ອຸນຫະພູມຕໍ່າມີສ່ວນກ່ຽວ ຂ້ອງກັບການທຳລາຍ ໂປຣໂຕປລາສຊິມ ເນື່ອງຈາກການແຂງຕົວຂອງນ້ຳພາຍໃນຈຸລັງ ກິດຈະ ກຳຕ່າງໆ ຂອງ ພຶດຫລຸດລົງຫລາຍ ຫລື ເກືອບຈະຢຸດໄປເລີຍໃນພາວະທີ່ອຸນຫະພູມຕໍ່າ

**2.2.8 ທາດອາຍ (Gas)**

ທາດອາຍທີ່ຈຳເປັນຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ຂອງ ພຶດສີຂຽວທັງຫລາຍ ຄື ທາດຄາ ບອນໄດອອກໄຊດ໌ ແລະ ທາດອອກຊີເຈນ ພຶດຊ່ວຍຮັກສາສົມດູນຂອງປະລິມານທາດທັງສອງນີ້ ໃນບັນຍາກາດ ພຶດໃຊ້ທັງອາຍຄາບອນໄດອອກໄຊດ໌ໃນການສັງເຄາະແສງ ແລະ ປ່ອຍອາຍອອກ ຊີເຈນໃຫ້ກັບບັນຍາກາດ ທັງພຶດ ແລະ ສັດໃຊ້ອາຍອອກຊີເຈນສຳລັບຫາຍໃຈ ແລ້ວປ່ອຍອາຍຄາ ບອນໄດອອກໄຊດ໌ສູ່ບັນຍາກາດ ພຶດສີຂຽວ. ພວກສາຫລ່າຍ (Algae) ທັງທີ່ຢູ່ໃນມະຫາສະມຸດ ແລະ ນ້ຳຈືດມີກິດຈະກຳສັງເຄາະແສງລວມກັນແລ້ວສູງເຖິງປະມານ 90% ຂອງ ກິດຈະກຳສັງ ເຄາະແສງທີ່ດີເນີນຢູ່ທຸກວັນນີ້ ພຶດສາຫລ່າຍນັ່ງເຫລົ່ານີ້ຊ່ວຍຮັກສາສົມດູນ ຂອງ ປະລິມານ ອາຍອອກຊີເຈນ ແລະ ອາຍຄາບອນໄດອອກໄຊດ໌ ໃນບັນຍາກາດຫລາຍກ່ວາພຶດຊະນິດອື່ນ ແຕ່ ສຳລັບພຶດປົກ ພຶດໃນປ່າທຳໜ້າທີ່ນີ້ຫລາຍທີ່ສຸດ.

**2.3 ການຂະຫຍາຍພັນ, ການປູກ, ການບົວລະບັດຮັກສາ ແລະ ການເກັບກ່ຽວພຶດເປັນຢາ**

**2.3.1 ການກຽມໜານປູກພຶດເປັນຢາ**

ການກຽມດິນປູກພຶດເປັນຢາ ຈະຕ້ອງຮູ້ຈັກທຳມະຊາດຂອງ ພຶດເປັນຢາວ່າຊະນິດ ໃດມັກແດດກ້າ ຊະນິດໃດມັກແສງນ້ອຍ ເຊັ່ນ: ລາຊາປີ ແລະ ສະເລດພັງພອນຕົວແມ່. ມັກແສງ ນ້ອຍ ສ່ວນຂີ້ໝັນແລະພວກຂີ້ເຫລັກບ້ານ(Cassia alata ,linin) ມັກແດດຕະລອດມີ ເຊັ່ນດຽວ ກັນຫັບດອກໄມ້ປະດັບ ການກຽມດິນສຳຄັນເທົ່າກັບສະຖານທີ່ ສະຖານທີ່ ໆ ຈະປູກ ພຶດ ເປັນຢານັ້ນ ຄວນເປັນທີ່ໄດ້ຮັບແສງແດດຕະລອດວັນ ຖ້າມີແສງແດດບໍ່ພຽງພໍ ຈະໄດ້ດອກທີ່ບໍ່ ສົມບູນ ຫລືໄດ້ດອກຈຳນວນນ້ອຍ ເຊັ່ນ: ດອກມະລິທີ່ປູກໃນທີ່ຮົ່ມຈະໄດ້ດອກຈຳນວນນ້ອຍ ຫວ່ານຫາງຊ້າງ ຖ້າປູກໃນທີ່ມີແສງແດດບໍ່ພຽງພໍຈະເຮັດໃຫ້ດອກນ້ອຍບໍ່ງາມ ແລະ ອ່ອນແອ ແລະ ຕາຍກ່ອນກຳໜົດ ດັ່ງນັ້ນການເລືອກທີ່ປູກຈຶ່ງມີຄວາມສຳຄັນຫລາຍ ພຶດເປັນຢາທີ່ໃຊ້ໃບຕ້ອງ ການທີ່ຮົ່ມໆ ຫລືປ່ອນທີ່ມີແສງນ້ອຍ ການກຽມປ່ອນປູກຈະຕ້ອງກຽມໃຫ້ດີຜຸ່ນຄອກ, ຜຸ່ນເທດສະ ບານ ຫລືຜຸ່ນປົ່ມ, ຄວນໃສ່ 1-2 ບຸງຕໍ່ພື້ນທີ່ 1 ຕາແມັດ ຖ້າດິນໜຽວຄວນໃສ່ປູນຂາວດ້ວຍ ເມື່ອ

ປະສົມບູນ ຜຸ່ນກັບດິນຄວນໃຫ້ເຂົ້າກັນດີ ແລ້ວຫົດນໍ້າໃຫ້ປຽກຊຸ່ມ ແລະບູກໄດ້ເລີຍ ຖ້າດິນ  
ໜານນັ້ນເຄີຍປູກພຶດຊະນິດນັ້ນມາກ່ອນ ຄວນຂຸດດິນຕາກແດດໄວ້ 2-3 ອາທິດ ແລ້ວຈຶ່ງໃສ່ຜຸ່ນ  
ຄອກ ຫລືຜຸ່ນບົ່ມປະສົມໃຫ້ເຂົ້າກັນດີຈຶ່ງປູກພຶດເປັນຢາຕໍ່ໄປ.

**2.3.2 ການປູກ ແລະ ບຳລຸງຮັກສາພຶດເປັນຢາ**

ການປູກ ແລະ ບຳລຸງຮັກສາພຶດທົ່ວໄປ ແລະ ພຶດເປັນຢາບໍ່ແຕກຕ່າງກັນ ແຕ່  
ຄວາມອຸດົມສົມບູນຂອງພຶດເປັນຢາຈະເປັນເຄື່ອງຊີ້ບອກຄຸນນະພາບ ຂອງ ພຶດເປັນຢາໄດ້ . ພຶດ  
ເປັນຢາຕ້ອງການປູກ ແລະ ບຳລຸງຮັກສາໄກ້ຄຽງກັບລັກສະນະທຳມະຊາດ ຂອງ ພຶດເປັນຢານັ້ນ  
ຫລາຍທີ່ສຸດ ເຊັ່ນ: ຫວ້ານຫງາແຂ້ ຕ້ອງການດິນປົນຊາຍ ແລະອຸດົມສົມບູນ ແດດພໍເໝາະ ຫລື  
ຕົ້ນເຫງືອກປາໝັກຂຶ້ນໃນທີ່ດິນເປັນຕົມ ແລະ ທີ່ດິນເຄັມ(ກລ່ອຍ)ຊຸ່ມຂຶ້ນເປັນຕົ້ນ ຫາກຜູ້ປູກ  
ພຶດເປັນຢາເຂົ້າໃຈສິ່ງເຫລົ່ານີ້ ຈະເຮັດໃຫ້ສາມາດເລືອກວິທີປູກ ແລະຈັດສະພາບແວດລ້ອມຂອງ  
ຕົ້ນໄມ້ໄດ້ເໝາະສົມ ພຶດເປັນຢາກໍຈະຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ດີ ເປັນຜົນເຮັດໃຫ້ຄຸນນະພາບພຶດເປັນ  
ຢາທີ່ນຳມາຮັກສາພະຍາດມີປະສິດທິພາບດີຂຶ້ນດ້ວຍ

ການປູກ ເປັນການນຳເອົາສ່ວນຂອງພຶດ ເຊັ່ນ: ແກ່ນ ໜໍ່ ກິ່ງ ຫົວ ທີ່ຜ່ານການ  
ເພາະການກ້າ ຫລືວິຊາການອັນອື່ນໆ ໄສ່ລົງໃນດິນຫລືວັດຖຸອື່ນໆເພື່ອໃຫ້ອອກ ຫລືຈະເລີນເຕີບ  
ໂຕໄປ ການປູກເຮັດໄດ້ຫລາຍວິທີຄື:

1. ການປູກດ້ວຍເມັດໂດຍກົງ ວິທີນີ້ບໍ່ຕ້ອງເພາະເປັນຕົ້ນກ້າກ່ອນ ນຳແກ່ນ  
ມາຫວ່ານລົງໜານໄດ້ເລີຍ ຫລັງຈາກນັ້ນໃຊ້ດິນຜຸ່ຍ (ດິນລ່ວນ) ຫລືຊາຍແກ້ໂຮຍທັບບາງໆ ຫົດ  
ນໍ້າໃຫ້ປຽກຕະລອດທຸກວັນ ເມື່ອແກ່ນແຕກອອກເປັນຕົ້ນອ່ອນ ຄວນຖອນຕົ້ນອ່ອນແອອອກ ເພື່ອ  
ໃຫ້ມີລະຍະທ່າງຕາມສົມຄວນ ປົກກະຕິມັກໃຊ້ໃນການປູກຜັກ ຫລືພຶດລົ້ມລຸກ ແລະ ພຶດອາຍຸສັ້ນ  
ເຊັ່ນ: ຕົ້ນກະເພົາ ໂຫລະພາ ສ່ວນການຫຍອດລົງຊຸມໂດຍກົງ ມັກໃຊ້ກັບພຶດທີ່ມີເມັດໃຫຍ່ ເຊັ່ນ:  
ໝາກອີ ລະຫຸ່ງ ໂດຍຫຍອດເມັດລົງໃນຊຸມແຕ່ລະຊຸມໃຫ້ຫລາຍກ່ວາຈຳນວນຕົ້ນທີ່ຕ້ອງການ  
ແລ້ວຖອນອອກພາຍຫລັງ.

2. ການປູກຕົ້ນກ້າ ຫລືກິ່ງຊຳ ປູກໂດຍການນຳແກ່ນ ຫລືກິ່ງຊຳປູກໃຫ້ແຂງ  
ແຮງດີໃນຖົງຢາງ ຫລືໃນກະຖົງ ແລ້ວຍ້າຍໄປປູກໃນພື້ນທີ່ຕ້ອງການ ການຍ້າຍຕົ້ນອ່ອນຈາກພາ  
ຊະນະເດີມໄປຍັງພື້ນທີ່ຕ້ອງການ ຕ້ອງບໍ່ທຳລາຍຮາກ ຖ້າເປັນຖົງຢາງຄວນໃຊ້ມີດປາດຖົງຢາງ  
ອອກ ຖ້າເປັນກະຖົງ ຖອດກະຖົງອອກ ຖ້າດິນແໜ້ນຫລາຍໃຫ້ໃຊ້ສຽມເຊາະດິນແລ້ວໃຊ້ນໍ້າຫລໍ່  
ກ່ອນ ຈະເຮັດໃຫ້ຖອນງ່າຍຂຶ້ນ ຊຸມທີ່ກຽມປູກຄວນກ້ວາງກ່ວາກະຖົງ ຫລືຖົງຢາງເລັກນ້ອຍ ຈຶ່ງ  
ຈະເຮັດໃຫ້ຕົ້ນອ່ອນຈະເລີນເຕີບໂຕໄດ້ສະດວກ ວາງຕົ້ນໄມ້ໃຫ້ລະດັບຮອຍຕໍ່ລະຫວ່າງລຳຕົ້ນກັບ  
ຮາກຢູ່ສະເໝີລະດັບຂອບຊຸມພໍດີ ແລ້ວຖົມດ້ວຍດິນຜຸ່ຍ(ຮ່ວນຊຸ່ຍ) ຫລືດິນຜຸ່ຍ(ຮ່ວນ)ປົນຊາຍໃຫ້  
ແໜ້ນພໍປະມານ ນຳເສດໄມ້ໃບຫຍ້າມາຄຸມໄວ້ອ້ອມໂຄນຕົ້ນ ເພື່ອຮັກສາຄວາມຊຸ່ມຊື່ນ ແລະ

ປ້ອງກັນແຮງກະແທກເວລາຫົວໜ້າ ຫາໄມ້ຫລັກທີ່ສູງກວ່າຕົ້ນໄມ້ມາປັກໄວ້ຂ້າງໆ ມັດເຊືອກຕິດກັບໄມ້ເພື່ອປະຄອງບໍ່ໃຫ້ຕົ້ນໄມ້ລົ້ມ ຫລືຄອນໄດ້ ປົກກະຕິໃຊ້ກັບຕົ້ນໄມ້ຍືນຕົ້ນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນຄູນ ແຄບ້ານ ຂີ້ເຫລັກ ສະແກ ເປັນຕົ້ນ.

3. **ການປູກດ້ວຍຫົວ** ປົກກະຕິຈະມີຫົວທີ່ເກີດຈາກຮາກ ແລະລຳຕົ້ນ ເອີ້ນຊື່ແຕກຕ່າງກັນ ໃນທີ່ນີ້ຈະລວມເອີ້ນເປັນຫົວໝວດ ໂດຍບໍ່ແຍກລາຍລະອຽດໄວ້ສຳລັບການປູກຕົ້ນໄມ້ປະເພດຫົວ ຄວນປູກໃນທີ່ລະບາຍນ້ຳໄດ້ດີ ບໍ່ສະນັ້ນຈະເຮັດໃຫ້ຫົວ ຂອງ ພືດເນົ່າໄດ້ ການປູກຄວນຝັງຫົວໃຫ້ເລິກພໍປະມານ(ປົກກະຕິເລິກບໍ່ເກີນ 3 ເທົ່າຂອງຄວາມກວ້າງ ຂອງ ຫົວ) ເນັ້ນດິນໃຫ້ແໜ້ນພໍສົມຄວນ ຄຸມໜານປູກດ້ວຍເພືອງແຫ້ງ ຫລືຫຍ້າແຫ້ງ ເຊັ່ນ: ການປູກຜັກປົວ ກະທຽມ ເປັນຕົ້ນ

4. **ການປູກດ້ວຍໜໍ່ ຫລືເຫງົ້າ** ການປູກໂດຍອາໄສໜໍ່ ຫລືເຫງົ້າ ເຊັ່ນ: ກະຊາຍ ກ້ວຍ ສີໄຄ ຂົງ ຄ່າ ເຕຍ ຫວ້າງຫາງແຂ້ ຂະຫຍາຍພັນໂດຍການແຍກໜໍ່ ຫລືກໍ່ ເຮັດໄດ້ໂດຍກ່ອນແຍກໜໍ່ຈະຕ້ອງເລືອກໜໍ່ທີ່ແຂງແຮງມີໃບ 2-3 ໃບ ໃຊ້ນ້ຳທົດໃຫ້ທົ່ວເພື່ອໃຫ້ດິນນຸ້ມ ຊຸດແຍກອອກຢ່າງລະມັດລະວັງບໍ່ໃຫ້ໜໍ່ຊຳ ເມື່ອຕັດອອກມາແລ້ວເອົາດິນປົກເຫງົ້າ(ໂຄນ) ຕົ້ນແມ່ໃຫ້ຮຽບຮ້ອຍ ນຳໜໍ່ທີ່ແຍກ ຕັດຮາກທີ່ຊຳ ຫລືໃບທີ່ຫລາຍເກີນໄປອອກແດ່ ແລ້ວນຳໄປປູກລົງໃນກະຖັງ ຫລືດິນທີ່ກຽມໄວ້ ເນັ້ນດິນໃຫ້ແໜ້ນແລ້ວຫົດນ້ຳໃຫ້ຊຸ່ມ ເກັບໄວ້ໃນທີ່ຮົ່ມ ຖ້າປູກລົງໜານກໍຄວນບັງຮົ່ມເງົາໃຫ້ຈົນກວ່າຕົ້ນໄມ້ຈະແຂງແຮງ ຢ່າໃຫ້ນ້ຳຂັງ.

5. **ການປູກດ້ວຍໄຫລ** ປົກກະຕິນິຍົມເອົາສ່ວນຂອງໄຫລມາຊຳໄວ້ກ່ອນຈະຍ້າຍໄປປູກໃນພື້ນທີ່ກຽມໄວ້ອີກຄັ້ງໜຶ່ງ ເຊັ່ນ: ປົວປົກ ແຫ້ວໝູ ເປັນຕົ້ນ

6. **ການປູກດ້ວຍຈຸ ຫລືຕະກຽງ** ໂດຍການນຳຈຸກຫລືຕະກຽງມາຊຳໃນດິນທີ່ກຽມໄວ້ໂດຍໃຊ້ຕະກຽງຕັ້ງຂຶ້ນຕາມປົກຫະຕິເອົາດິນປົກສະເພາະດ້ານລຸ່ມ ເຊັ່ນ: ໝາກນັດ

7. **ການປູກດ້ວຍໃບ** ເໝາະສຳລັບພືດທີ່ມີໃບໜາ ໃຫຍ່ ແລະແຂງແຮງ ຄືກັນຫັບການປູກດ້ວຍສ່ວນຂອງກິ່ງ ແລະ ລຳຕົ້ນ ຄືການຕັດໃບໄປປັກ ຫລື ວາງເທິງດິນທີ່ຊຸ່ມໃຫ້ເກີດຕົ້ນໃໝ່ ເຊັ່ນ: ຫວ້ານລິ້ນມັງກອນ.

**2.3.3 ການບຳລຸງຮັກສາພຶດເປັນຢາ**

ການບຳລຸງຮັກສາ ເປັນການເຮັດໃຫ້ພັນໄມ້ທີ່ປູກໄວ້ຈະເລີນງອກງາມຕໍ່ໄປ ຊຶ່ງຈະກ່ຽວຂ້ອງກັບເລື່ອງຕໍ່ໄປນີ້:

1. **ການບັງແສງ** ພັນໄມ້ທີ່ຕ້ອງການແສງນ້ອຍ ຫລືພັນໄມ້ທີ່ຍັງອ່ອນແອຢູ່ຄວນຈະໄດ້ມີການບັງແສງ ຫາກຕ້ອງການປູກພືດດັ່ງກ່າວໃນທີ່ໂລ່ງເກີນໄປ ການບັງແສງປົກກະຕິຈະເຮັດໃນຊ່ວງລະຍະເວລານຶ່ງຈົນກວ່າພືດນັ້ນຕັ້ງຕົວໄດ້ ແຕ່ຖ້າເປັນພືດທີ່ຕ້ອງການແສງນ້ອຍກໍຕ້ອງມີການບັງແສງໄດ້ຕະລອດເວລາ ຫລື ປູກໄຕ້ຕົ້ນໄມ້ທີ່ໃຫ້ຮົ່ມເງົາຈະເໝາະສົມກ່ວາ.

2. **ການໃຫ້ນ້ຳ** ປົກກະຕິການປູກຄວນປູກຊ່ວງຕົ້ນລະດູຝົນ ເພາະຈະເຮັດ

ໃຫ້ປະຫຍັດຄ່າໃຊ້ຈ່າຍໃນການໃຫ້ນໍ້າ ສໍາລັບການໃຫ້ນໍ້າຈະຕ້ອງພິຈາລະນາລັກສະນະຂອງພຶດ ແຕ່ລະຊະນິດປະກອບດ້ວຍ ວ່າຕ້ອງການນໍ້າຫລາຍ ຫລືນ້ອຍ ຈຶ່ງຈໍາເປັນຕ້ອງສຶກສາ ລັກສະນະ ຂອງ ພັນໄມ້ທີ່ປູກ ໂດຍຫລັກການແລ້ວເມື່ອປູກຕົ້ນໄມ້ໃຫຍ່ໆ ກໍຄວນຈະໃຫ້ນໍ້າໃຫ້ມີຄວາມຊຸ່ມ ຊື່ນຢູ່ສະເໝີ ປົກກະຕິຄວນໃຫ້ນໍ້າຢ່າງນ້ອຍວັນລະຄັ້ງ ແຕ່ຖ້າພິຈາລະນາເຫັນວ່າປູກເກີນໄປກໍ ເວັ້ນວັນ ຫລືຫາກແຫ້ງເກີນໄປກໍຕ້ອງໃຫ້ນໍ້າເພີ່ມຕື່ມ ຄື ຕ້ອງຄອຍສັງເກດດ້ວຍ ທັງນີ້ເພາະວ່າແຕ່ ລະຫ່ອງຖິ່ນຈະມີສະພາບດິນ ແລະ ອາກາດແຕກຕ່າງກັນ ສ່ວນການໃຫ້ນໍ້າກໍຕ້ອງໃຫ້ຈົນກ່ວາພຶດ ຈະຕັ້ງຕົວໄດ້

3. **ການລະບາຍນໍ້າ** ຈະຕ້ອງຫາວິທີການທີ່ຈະລະບາຍນໍ້າອອກຈາກພື້ນທີ່ ໃຫ້ໄດ້ຖ້າຝົນຕົກນໍ້າຖ້ວມເຫງົ້າ(ໂຄນ)ພຶດທີ່ປູກໄວ້ ເພາະຈະເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ລະບົບ ຂອງ ຮາກ ພຶດໄດ້ ທັງນີ້ອາດເຮັດໂດຍການຍົກລະດັບດິນປູກ ຫລືພູນດິນໃຫ້ສູງຂຶ້ນກ່ອນປູກ ກໍຈະຊ່ວຍແກ້ ບັນຫານໍ້າຂັງໄດ້

4. **ການພວນດິນ** ຈະຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ດິນ ຜຸ່ຍ(ຮ່ວນຊຸຍ) ເກັບຄວາມຊຸ່ມດີ ການ ລະບາຍນໍ້າ ແລະການຖ່າຍເທອາກາດເປັນໄປໄດ້ດີ ອີກທັງເປັນການກຳຈັດຫຍ້າ(ວັດຊະພຶດ)ໄປ ດ້ວຍ ຈຶ່ງຄວນມີການພວນດິນໃຫ້ພຶດທີ່ປູກເປັນຄັ້ງຄາວ ແຕ່ພະຍາຍາມຢ່າໃຫ້ກະທົບກະເທືອນ ຮາກຫລາຍເກີນໄປ ແລະ ຄວນພວນດິນໃນຂະນະທີ່ດິນແຫ້ງພໍລົມຄວນ

5. **ການໃຫ້ຝຸ່ນ** ປົກກະຕິຈະໃກ້ຝຸ່ນກ່ອນປູກ ໂດຍໃສ່ຝຸ່ນອິນຊີ ຫລືຝຸ່ນວິທະ ຍາສາດສູດ15-15-15 ຮອງກັນຊຸມ ຫລືໃຊ້ຫີນຟອສເຟຕສູດ 0-3-0 ຮອງກັນຊຸມກໍໄດ້ຫລັງຈາກ ປູກພຶດໄປແລ້ວ 1 ເດືອນຈຶ່ງໃສ່ຝຸ່ນວິທະຍາສາດ ໂດຍໃຊ້ຫລັກ ໃສ່ນ້ອຍແຕ່ໃສ່ເລື້ອຍໆ ອາດໃສ່ ເປັນແຖວລະຫວ່າງພຶດ ຫລືຫວ່ານທົ່ວໜານ ຫລືໃສ່ອ້ອມເຫງົ້າ ບໍລິເວນຂອງຊົງພຸ່ມ.

ການບຳລຸງຮັກສາພຶດເປັນຢາ ຄວນຫລີກລ່ຽງທາດເຄມີ ບໍ່ວ່າດ້ວຍການໃຫ້ຝຸ່ນ ຫລືທາດ ເຄມີກຳຈັດຫຍ້າ ສັດຕູພຶດ ເນື່ອງຈາກທາດເຄມີອາດມີຜົນເຮັດໃຫ້ປະລິມານທາດສຳຄັນໃນ ພຶດປ່ຽນແປງ ຫລື ອາດມີພຶດຕິກຳທີ່ເປັນອັນຕະລາຍຕໍ່ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາ ຄວນຈະເລືອກວິທີ ບົວລະບັດຮັກສາໃຫ້ເປັນໄປຕາມທຳມະຊາດໃຫ້ຫລາຍທີ່ສຸດ.

**2.3.4 ການຂະຫຍາຍພັນພຶດເປັນຢາ**

ການຂະຫຍາຍພັນ ຄືການສືບພັນຂອງຕົ້ນໄມ້ໂດຍທຳມະຊາດເຊິ່ງເກີດຈາກການ ກ້າແກ່ນ ການແຕກໜໍ່ ແລະແຕກຕາ ໃຊ້ໄຫລ ຫລືເຫງົ້າຂອງພຶດ ການຂະຫຍາຍ ພັນພຶດເຮັດໃຫ້ເພີ່ມຈຳນວນຂອງພຶດຫລາຍຂຶ້ນ ການຂະຫຍາຍພັນພຶດເປັນຢາ ແບ່ງອອກເປັນ 2 ລັກສະນະຄື:

1. **ການຂະຫຍາຍພັນໂດຍອາໄສເພດ** ຄື ການນຳແກ່ນທີ່ເກີດຈາກການ ປະສົມລະຫວ່າງເກສອນຜູ້ ແລະ ເກສອນແມ່ໄປກ້າໃຫ້ຈະເລີນເຕີບໂຕເປັນຕົ້ນໃໝ່ຕໍ່ໄປ ຊຶ່ງລັກ ສະນະຕົ້ນໃໝ່ທີ່ເກີດຂຶ້ນອາດຈະມີລັກສະນະທີ່ກ່ວາເດີມ ຫລືຂີ້ຮ້າຍກ່ວາເດີມກໍເປັນໄດ້

ການຂະຫຍາຍພັນພຶດໂດຍວິທີນີ້ມີຂໍ້ດີຄື: ພຶດມີຮາກແກ້ວ ເປັນວິທີທີ່ເໝາະກັບ ການຂະຫຍາຍພັນພຶດຈຳນວນຫລາຍ ມີວິທີການ ແລະຂັ້ນຕອນບໍ່ຫລາຍເທົ່າໃດ ແຕ່ມີຂໍ້ເສຍທີ່ ຈະກາຍພັນໄດ້ ກ່ວາມັນຈະໃຫ້ຜົນຕ້ອງໃຊ້ເວລາດົນ ເຊັ່ນ: ຕົ້ນຄູນ ຍໍ ວິທີການທີ່ສົດວກ ແລະນິ ຍົມກັນຄື ການກ້າໄສໃນກະຖັງ ຫລືຖົງຢາງ ວັດຖຸທີ່ໃຊ້ຄືຂີ້ເຖົ້າ ແກບ ຊາຍແກ່ ຫລືດິນຜູ່ຍ (ຮ່ວນ) ປົນຊາຍ ໃຊ້ ດິນຜູ່ຍ (ດິນລ່ວນ) 2 ສ່ວນ ຊາຍແກ່ 1 ສ່ວນ ແລະ ຂີ້ເຖົ້າ ແກບ 1 ສ່ວນ ນຳມາ ປະສົມໃຫ້ເຂົ້າກັນດີ ນຳໄປບັນຈຸໃນຖົງຢາງເຈາະຮູ ເມື່ອບັນຈຸແລ້ວ ໃຫ້ຫົດນ້ຳໃຫ້ດິນປຽກຊຸ່ມ ຈຶ່ງຢອດເມັດລົງຊຸ່ມໃຫ້ຫລຸບເມັດ ເມື່ອເມັດງອກອອກມາພະຍາຍາມໃຫ້ຖືກແດດແດ່ ເມື່ອຕົ້ນຈະ ເລີນເຕີບໂຕກໍແຍກໄປປູກສະຖານທີ່ຕ້ອງການ

2. ການຂະຫຍາຍພັນໂດຍບໍ່ອາໄສເພດ ຄື ການຂະຫຍາຍພັນດ້ວຍສ່ວນໃດ ສ່ວນນຶ່ງຂອງພຶດ ເຊັ່ນ: ກິ່ງ, ໜໍ່, ຫົວ, ໃບ, ເຫງົ້າ, ໂຫລ ເປັນຕົ້ນ ໂດຍນຳໄປຂຸ້ນ ຕອນ ແບ່ງ ແຍກ ແລະ ເພາະລ້ຽງແພຈຸລັງ (ເນື້ອເຍື່ອ)

ຂໍ້ດີຂອງການຂະຫຍາຍພັນໂດຍບໍ່ອາໄສເພດ ຄືບໍ່ກາຍພັນ ສະດວກຕໍ່ການດູແລ ຮັກສາ ໄດ້ຜົນໄວ ແລະສາມາດຂະຫຍາຍພັນພຶດທີ່ຍັງບໍ່ມີເມັດ ຫລືບໍ່ສາມາດມີເມັດໄດ້ ແຕ່ມີຂໍ້ ເສຍຄືບໍ່ມີຮາກແກ້ວ ບາງວິທີຂະຫຍາຍພັນໄດ້ເທື່ອລະບໍ່ຫລາຍ ຕ້ອງໃຊ້ເຕັກນິກ ແລະ ຄວາມຮູ້ ຊ່ວຍແດ່ ເຊັ່ນ: ການຕອນ ການເພາະລ້ຽງແພຈຸລັງ(ເນື້ອເຍື່ອ) ເປັນຕົ້ນ

ການຂະຫຍາຍພັນໂດຍບໍ່ອາໄສເພດ ມີຫລາຍວິທີ ໃນທີ່ນີ້ຈະແນະນຳສະເພາະ ວິທີທີ່ໃຊ້ເລື້ອຍໆ ແລະເລືອກໃຊ້ກັບການຂະຫຍາຍພັນພຶດເປັນຢາ ດັ່ງນີ້ຄື:

ການແຍກໜໍ່ ຫລືກໍ ພຶດເປັນຢາບາງຊະນິດ ເຊັ່ນ: ຫວ້ານໄພ ກ້ວຍ ສີໂຄ ຊຶງ ຂ່າ ເຕຍ ຫວ້ານທາງແຂ້ ຂະຫຍາຍພັນໂດຍການແຍກໜໍ່ ຫລືກໍ ໜໍ່ທີ່ແຂງແຮງມີໃບ 2-3 ໃບ ຫົດນ້ຳໃຫ້ດິນອ່ອນ ຈຶ່ງຊຸດແຍກອອກມາຢ່າງລະມັດລະວັງ ຢ່າໃຫ້ໜໍ່ຊຸ້ ເມື່ອຕັດອອກມາແລ້ວ ເອົາດິນຖົມເຫງົ້າຕົ້ນແມ່ໃຫ້ຮຽບຮ້ອຍ ນຳໜໍ່ທີ່ແຍກຕັດຮາກທີ່ຊຸ້ ຫລືໃບທີ່ຫລາຍເກີນໄປອອກ ແດ່ ແລ້ວນຳໄປປູກລົງໃນກະຖັງ ຫລືດິນທີ່ກະກຽມໄວ້ ເນັ້ນດິນໃຫ້ແໜ້ນ ຫົດນ້ຳໃຫ້ຊຸ່ມ ເກັບ ໄວ້ທີ່ຮົ່ມ ຖ້າປູກລົງໜານກໍເຮັດຮົ່ມເງົາບັງແສງໃຫ້ຈົນກ່ວາຕົ້ນຈະແຂງແຮງ ແລະ ຢ່າໃຫ້ນ້ຳຂັງ

ການປັກຊຸ້ ພຶດເປັນຢາເຊັ່ນ: ຫຍ້າໜວດແມວ, ດີບລີ ປັກຊຸ້ໄດ້ງ່າຍໂດຍໃຊ້ ລຳຕົ້ນ ຫລືກິ່ງ ໂດຍເລືອກກິ່ງທີ່ສົມບູນ ບໍ່ອ່ອນແອ ຫລືແກ່ເກີນໄປ ໃຊ້ມືດຫລືມືດຕັດທີ່ຄົມ ຕັດ ສຽງ ໂດຍໃຫ້ກິ່ງຊຸ້ມີຕາຕິດຢູ່ຈັກ 2-3 ຕາ ຕັດແລ້ວລິໃບອອກໃຫ້ເຫລືອໃບແຕ່ນ້ອຍ ໃຊ້ບູນທາ ທີ່ຮອຍຕັດເພື່ອກັນເຊື້ອລາ ນຳໄປປັກລົງໃນກະບະທີ່ບັນຈຸຖ່ານ ແກບດຳ ຫລືດິນຜູ່ຍປົນຊາຍປະ ສົມແບບດຽວກັບການກ້າແກ່ນ ການປັກໃຫ້ປັກອ່ຽງໆລົງໄປໃນດິນ ຫົດນ້ຳໃຫ້ສະໝໍ່າສະເໝີ ແລະ ຢ່າໃຫ້ປຽກເກີນໄປ ເມື່ອຮາກແຕກ ແລະ ມີໃບຈະເລີນຂຶ້ນ ກໍຍ້າຍໄປປູກໃນທີ່ງຸກກຽມໄວ້.

2.3.5 ການເກັບກ່ຽວພຶດເປັນຢາ

ຢາຈາກພຶດເປັນສ່ວນປະກອບທີ່ໄດ້ມາຈາກພຶດ ສັດ ແລະແຮ່ທາດ ຕົວຢ່າທີ່ມີ

ຢູ່ໃນພຶດເປັນຢາຈະຫລາຍ ຫລືນ້ອຍນັ້ນ ຂຶ້ນຢູ່ກັບປັດໄຈຫລາຍຢ່າງທີ່ສຳຄັນ ເຊັ່ນ: ຊ່ວງເວລາທີ່ ເກັບພຶດ ການເກັບໃນຊ່ວງເວລາທີ່ບໍ່ເໝາະສົມ ຈະມີຜົນຕໍ່ລິດຢາ ແລະ ການຮັກສາພະຍາດຂອງ ພຶດໄດ້ ການເລືອກເກັບສ່ວນທີ່ໃຊ້ເປັນຢາຢ່າງຖືກວິທີນັ້ນ ຈະມີຜົນດີຕໍ່ປະສິດທິພາບຂອງຢາທີ່ ຈະນຳມາຮັກສາພະຍາດ ຫາກປັດໄຈດັ່ງກ່າວປ່ຽນໄປ ປະລິມານຕົວຢາທີ່ມີຢູ່ໃນພຶດຈະປ່ຽນແປງ ໄປດ້ວຍ ເຮັດໃຫ້ຢານັ້ນຮັກສາບໍ່ໄດ້ຜົນ

ຫລັກການທົ່ວໄປໃນການເກັບສ່ວນທີ່ໃຊ້ເປັນພຶດເປັນຢາໂດຍແບ່ງສ່ວນທີ່ເປັນຢາດັ່ງນີ້:

1. **ປະເພດຮາກ ຫລືຫົວ** ເກັບໃນຊ່ວງທີ່ພຶດຢຸດຈະເລີນເຕີບໂຕ ໃບ ດອກ ຫລິ້ນໝົດ ຫລື ໃນຊ່ວງລະດູໜາວເຖິງທ້າຍລະດູຮ້ອນ ເພາະວ່າໃນຊ່ວງນີ້ ຮາກ ແລະ ຫົວມີການ ສະສົມປະລິມານຕົວຢາໄວ້ຂ້ອນຂ້າງສູງ.

2. **ປະເພດໃບຫລືເກັບທັງຕົ້ນ** ຄວນເກັບໃນຊ່ວງທີ່ພຶດຈະເລີນເຕີບໂຕຫລາຍ ທີ່ສຸດ ຫລືບາງຊະນິດອາດລະບຸຊ່ວງການເກັບຊັດເຈນ ເຊັ່ນ: ເກັບໃບບໍ່ອ່ອນ ຫລືບໍ່ແກ່ເກີນໄປ(ໃບ ເພສລາດ) ເກັບຊ່ວງດອກຈູມເລີ້ມບານ ຫລືຊ່ວງທີ່ດອກບານເປັນຕົ້ນ ການກຳໜົດຊ່ວງເວລາທີ່ ເກັບໃບ ເພາະຊ່ວງເວລານັ້ນໃນໃບມີຕົວຢາຫລາຍທີ່ສຸດ ວິທີການເກັບ ໃຊ້ມີເດັດ ເຊັ່ນ: ກະເພົາ ລາຊາບີ(ພ້າທະລາຍໂຈນ) ເປັນຕົ້ນ

3. **ປະເພດເປືອກຕົ້ນ ແລະເປືອກຮາກ** ເປືອກຕົ້ນສ່ວນຫລາຍຈະເກັບລະ ຫວ່າງຊ່ວງລະດູຮ້ອນຕໍ່ລະດູຝົນ ປະລິມານຢາໃນພຶດສູງ ແລະລອກອອກງ່າຍ ສຳລັບການລອກ ເປືອກຕົ້ນນັ້ນ ຢ່າລອກເປືອກອອກລ້ອມຕົ້ນ ເພາະຈະກະທົບກະເທືອນການສົ່ງລຳລຽງອາຫານ ແລະນ້ຳຂອງພຶດ ອາດເຮັດໃຫ້ພຶດຕາຍໄດ້ ທາງທີ່ດີຄວນລອກອອກຈາກສ່ວນກິ່ງ ຫລືແໜງຍ່ອຍ ບໍ່ຄວນລອກອອກຈາກລຳຕົ້ນໃຫຍ່ຂອງຕົ້ນໄມ້ ຫລືຈະໃຊ້ວິທີລອກອອກໃນລັກສະນະເຄິ່ງວົງມົນກໍ ໄດ້ ສ່ວນເປືອກຮາກເກັບໃນຊ່ວງຕົ້ນລະດູຝົນເໝາະສົມທີ່ສຸດ ເນື່ອງຈາກການລອກເປືອກຕົ້ນ ຫລືເປືອກຮາກ ເປັນຜົນເສັຍຕໍ່ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພຶດ

4. **ປະເພດດອກ** ໂດຍທົ່ວໄປຈະເກັບຊ່ວງດອກເລີ້ມບານ ແຕ່ບາງຊະນິດ ເກັບໃນຊ່ວງດອກຈູມເຊັ່ນ: ກ້ານພູ ເປັນຕົ້ນ

5. **ປະເພດໜ່ວຍແລະແກ່ນ** ພຶດເປັນຢາບາງຢ່າງອາດເກັບໃນຊ່ວງທີ່ ໝາກຍັງບໍ່ທັນສຸກ ເຊັ່ນ: ໝາກສີດາເກັບໝາກອ່ອນໃຊ້ແກ້ລົງທ້ອງ ແຕ່ໂດຍທົ່ວໄປມັກເກັບຕອນ ໝາກແກ່ເຕັມທີ່ ເຊັ່ນ: ໝາກແຄ້ງເຄືອ ມາກແຄ້ງຕົ້ນ ດີປລີ ເມັດໝາກອີ ຂີ້ເຫີລກ ສະແກ ເປັນ ຕົ້ນ

ນອກຈາກທີ່ກ່າວມາແລ້ວ ຈາກການຖ່າຍທອດປະສົບປະການຂອງໝໍບູຮານນັ້ນ ຍັງມີວິທີ ການເກັບພຶດເປັນຢາຕາມລະດູການ ວັນ ໂມງ ຍາມ ແລະ ທິດ ເຊັ່ນ: ໃບຄວນເກັບໃນຕອນເຊົ້າ ວັນອັງຄານ ໃນລະດູຝົນ ທາງທິດຕາເວັນອອກ ເປັນຕົ້ນ. ນອກຈາກນີ້ທ່ານຜູ້ສຶກສາການເກັບ ແລະ

ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາ ຮຽນຮູ້ໄດ້ຈາກໝໍຢາພື້ນບ້ານທີ່ຢູ່ໃນໝູ່ບ້ານ ເຊິ່ງມີປະສິດທິພາບການເກັບຢາ ແລະ ການໃຊ້ຢາມາເປັນເວລານານ.

**2.4 ການປະຕິບັດຫລັງການເກັບກຽວພຶດເປັນຢາ**

ຜົນຜະລິດພຶດເປັນຢາທີ່ເກັບກຽວມາແລ້ວ ແຕ່ລະຊະນິດອາດມີສະພາບຄວາມຕ້ອງການ ບໍ່ຄືກັນ ບາງຊະນິດເປັນພຶດທີ່ຕ້ອງໃຊ້ໃນລັກສະນະທີ່ຍັງສົດ ຫລືຈຳໜ່າຍແກ່ຜູ້ບໍລິໂພກ ແຕ່ພຶດ ເປັນຢາສ່ວນຫລາຍບໍ່ໄດ້ໃຊ້ໃນທັນທີ ມັກຈະເກັບໄວ້ໃຊ້ປະໂຫຍດໃນລະຍະເວລາຍາວນານ ຫລື ອາດຕ້ອງຂົນສົ່ງໄປໃນທີ່ໄກໆ ຈຶ່ງຕ້ອງນຳມາຜ່ານກຳມະວິທີຕ່າງໆ ເພື່ອໃຫ້ສາມາດເກັບຮັກສາຜົນ ຜະລິດພຶດເປັນຢາໄວ້ໄດ້ ໂດຍທີ່ຍັງຄົງຄຸນນະພາບທີ່ດີ ມີປະລິມານທາດສຳຄັນຢູ່ໃນສ່ວນຕ່າງໆ ຢ່າງຄົບຖ້ວນ. ການປະຕິບັດຫລັງການເກັບກຽວຜົນຜະລິດພຶດເປັນຢາ ມີຂັ້ນຕອນດັ່ງນີ້ :

**2.4.1 ການທຳຄວາມສະອາດແລະຕົກແຕ່ງພຶດເປັນຢາແລະເກັບຜົນຜະລິດ ມີ 2 ສ່ວນຄື**

1. ພຶດເປັນຢາທີ່ໃຊ້ສ່ວນທີ່ຢູ່ໃນດິນ: ຫລັງຈາກຊຸດຂຶ້ນມາແລ້ວ ໃຫ້ແກະດິນອອກກ່ອນ ຫລັງຈາກນັ້ນນຳມາລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດ ໃຊ້ມືດຕັດແຕ່ງ ຮາກ ສ່ວນທີ່ເໜົາເສຍມີຮອຍແຜຮອຍຕຳນິ ສ່ວນທີ່ອ່ອນຫລາຍໆຖິ້ມ ລ້າງຈົນສະ ອາດປາສະຈາກເສດດິນ ແລະສິ່ງປົນເປື້ອນຕ່າງໆ ອອກໝົດແລ້ວ ຜິງໄວ້ໃນພາຊະ ນະໄວ້ໃນປ່ອນຮິ່ມຈົນແຫ້ງ.

2. ພຶດທີ່ໃຊ້ສ່ວນຂອງໃບ, ກິ່ງກ້ານ, ດອກ, ໝາກ, ແກ່ນ ແລະສ່ວນທີ່ບໍ່ມີ ດິນຕິດນຳມາລ້າງດ້ວຍນ້ຳສະອາດ ແລ້ວຜິງໃຫ້ສະເດັດນ້ຳ ແລະເກັບໄວ້ໃນພາຊະນະທີ່ມີການລະ ບາຍອາກາດດີ ຢ່າວາງຊ້ອນທັບກັນເປັນກອງໃຫຍ່ເພາະມີການຄາຍນ້ຳ ຈະເກີດສີຄຳ ແລະຄຸນ ນະພາບຫລຸດລົງດ້ວຍ

**2.4.2 ການປຸງນສະພາບພຶດເປັນຢາ**

1. ການຫັ່ນ ຫລືສັບ ຫລັງຈາກຄວາມສະອາດ ແລະຜິງຈົນສະເດັດນ້ຳແລ້ວ ຈຶ່ງນຳມາຫັ່ນສັບເປັນຕ່ອນນ້ອຍໆ ຫລືເປັນແຜ່ນບາງໆ ເພື່ອສະດວກໃນການເຮັດໃຫ້ແຫ້ງ ເຊັ່ນ:

- ພຶດທີ່ແຂງ ເຊັ່ນ: ລຳຕົ້ນ ກິ່ງກ້ານ ເປືອກ ຮາກ ໃຊ້ມືດສັບເປັນທ່ອນ ສັ້ນໆ ຕາມຄວາມເມາະສົມ ຄວນຈະສັບໃນຂະນະທີ່ຍັງສົດເພາະຈະອ່ອນກ່ວາຕອນທີ່ແຫ້ງແລ້ວ
- ພວກຫົວ, ເຫງົ້າ ຮາກທີ່ສຳນ້ຳ ມີຄວາມອ່ອນນຸ້ມໃຊ້ມືດຫັ່ນເປັນ ແຜ່ນບາງໆຕາມຂອງ ພວກທີ່ເປັນກົບໃຫ້ແກະແຍກກົບອອກໂດຍບໍ່ຕ້ອງປອກເປືອກ
- ໃບພຶດທີ່ມີຂະໜາດໃຫຍ່ ແລະກິ່ງກ້ານຂະນາດນ້ອຍຄວນຫັ່ນຂະນະ ທີ່ຍັງສົດຢູ່ໃຫ້ເປັນຕ່ອນນ້ອຍ ຂະໜາດ 3-5 ຊັງຕີແມັດ

2. ການປົ່ມ, ແລະ ໜັ່ງ ພຶດເປັນຢາບາງຊະນິດ ຕ້ອງນຳມາຜ່ານ ການປົ່ມຫລືໜັ່ງ ເພື່ອເພີ່ມຄຸນນະພາບ ແລະປະລິມານທາດສຳຄັນ ພວກທີ່ຕ້ອງປົ່ມ ຫລືໜັກກ່ອນ

ໄດ້ແກ່ ພິມເສນ ໃບຢາສູບ ແລະວາມີລາ ສ່ວນຊະນິດທີ່ຕ້ອງໜຶ່ງກ່ອນຕາກແທ້ງເພື່ອບໍ່ໃຫ້ເສ້ຍ ງ່າຍ ເຊັ່ນ: ຊິງແທ້ງ.

3. **ການເຮັດໃຫ້ແທ້ງ** ເປັນການໄລ່ນໍ້າອອກຈາກສ່ວນຂອງພຶດເປັນຢາໃຫ້ເຫລືອ ຄວາມຊຸ່ມໃນລະດັບທີ່ພວກເຊືອລາ ແລະແບກທີ່ເຮັງ ບໍ່ສາມາດຈະເລີນໄດ້ ແລະຍັງເປັນການປ້ອງ ກັນບໍ່ໃຫ້ເອນໄຊມບາງຊະນິດທີ່ຢູ່ໃນສ່ວນຕ່າງໆ ທາງານ ອັນເປັນສາເຫດນຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ສະມຸນໄພ ເສື້ອມຄຸນນະພາບໄດ້ງ່າຍ.

2.4.3 **ການຮັກສາ**

ພາກສ່ວນພຶດເປັນຢາທີ່ຜ່ານການປ່ຽນສະພາບແລ້ວ ເອີ້ນວ່າ: ຢາ ຫລື ຢາພື້ນເມືອງ ຄວນນຳໄປເກັບໄວ້ໃນສະພາບແວດລ້ອມທີ່ມີການຄວບຄຸມເປັນຢ່າງດີ ເພື່ອຮັກສາ ຄຸນນະພາບໄວ້ຈົນກ່ວາຈະເຖິງມືຜູ້ບໍລິໂພກ.

1. **ການກຽມຢາພື້ນເມືອງທີ່ຈະໃຊ້ເກັບມ້ຽນ** ນຳພາກສ່ວນບຸງແຕ່ງທີ່ເປັນຢາ ຂອງພຶດ ທີ່ຕາກແດດແທ້ງດີ ແລະສະອາດ ນຳໄປບັນຈຸໃນພາຊະນະທີ່ປິດດີ ເຊັ່ນ: ກວດແກ້ວ ບົບ ຖົງເຈ້ຍ ຖົງຢາງ ກະເປົາປ່ານ ຕາມຄວາມເໝາະສົມ ແລະຂຽນລາຍລະອຽດຕ່າງໆ ຂອງຢາໃຫ້ ຈະແຈ້ງ ເຊັ່ນ: ຊື່ ລາວ ຊື່ວິທະສາດ ວັນ ເດືອນ ປີທີ່ທຳການເກັບຮັກສາ ນັ້ນກ ແລະຂໍ້ມູນອື່ນໆ ທີ່ຈຳເປັນ.

2. **ການກະກຽມສະຖານທີ່ເກັບມ້ຽນ** ວາງຜັງກຳນົດຕຳແໜ່ງປະເພດຂອງຢາ ພື້ນເມືອງທີ່ເກັບໄວ້ໃນອາຄານ ຫ້ອງ ຊັ້ນຫລືຜູ້ ໂດຍແຍກປະເພດຕ່າງໆ ເຊັ່ນ: ພວກທີ່ບັນຈຸໃນ ພາຊະນະຂະໜາດໃຫຍ່ ຫລືພວກທີ່ມີຂະໜາດນ້ອຍ ຈັດວາງໃຫ້ມີລະບຽບ ເພື່ອສະດວກໃນການ ເອົາອອກມາໃຊ້ ສະພາບອາຄານຄວນຈະໂລ່ງ ອາກາດຖ່າຍເທສະດວກ ແລະປ້ອງກັນພວກແມງ ໄມ້ ນົກ ແລະໝູໄດ້ເປັນຢ່າງດີ.

3. **ການເກັບມ້ຽນ** ຢາເກັບຮັກສາຢາພື້ນເມືອງໄວ້ປະປົນກັບສານເຄມີທີ່ ເປັນ ອັນຕະລາຍ ເຊັ່ນ: ຝຸ່ນ, ຢາປ້ອງກັນກຳຈັດສັດຕູພຶດ, ນຳ້ມັນເຊື້ອໄຟຕ່າງໆ. ຢາຈະຂຶ້ນລາ ງ່າຍ ຄວນນຳອອກຜັງແດດເລື້ອຍໆ , ບໍ່ຄວນເກັບໄວ້ດົນເກີນໄປໂດຍສະເພາະພວກສີຂອງໃບຈະ ປ່ຽນສີຜິດໄປຈາກເດີມ ບໍ່ຄວນນຳມາໃຊ້.

ການຜະລິດພຶດເປັນຢາມີຈຸດມ້ຽງໝາຍທີ່ຈະໄດ້ຢາພື້ນເມືອງທີ່ມີຄຸນສົມບັດດີ ແລະ ໃກ້ຄຽງກັບທຳມະຊາດຫລາຍທີ່ສຸດ, ສ່ວນການປ່ຽນສະພາບແລະການເກັບຮັກສານັ້ນ ກໍມີສຳຄັນ ຫລາຍ ເພື່ອຮັກສາສະພາບຕົວຢາໃນພຶດໃຫ້ຢູ່ໄດ້ດົນນານທີ່ສຸດກ່ອນຈະນຳໄປປະສົມຢາ.

### ບົດທົດສະດີທີ 3 ຊະນິດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາທີ່ຮູ້ຈັກກັນຢ່າງແຜ່ຫລາຍ

<b>ຈຸດປະສົງການສອນ</b>	
1.	ບອກຊະນິດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ
2.	ບອກລັກສະນະທາງພຶກສາດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ
3.	ບອກເຖິງສ່ວນທີ່ນຳໃຊ້ ຂອງ ພຶດເປັນຢາແຕ່ລະນິດ
4.	ບອກເຖິງສັພະຄຸນ ຂອງ ພຶດເປັນຢາແຕ່ລະຊະນິດ
5.	ບອກວິທີການໃຊ້ພຶດເປັນຢາແຕ່ລະຊະນິດ

#### ເນື້ອໃນ

#### 3.1 ຊະນິດ ຂອງ ພຶດເປັນຢາ

ພຶດພັນໄມ້ຕ່າງໆ ທີ່ນຳມາໃຊ້ເປັນຢາ ຈະຕ້ອງຮູ້ຈັກວ່າໃຊ້ສ່ວນໃດຂອງພຶດເຮັດຢາ ເຊັ່ນ ຕົ້ນ, ແກ່ນ, ໃບ, ເຫງົ້າ, ຮາກ, ກະພີ້, ເນື້ອໄມ້, ເປືອກຕົ້ນ, ເປືອກລູກ, ເປືອກເມັດ, ດອກ, ເກສອນ, ກິ່ງ, ກ້ານ ຫລືໃຊ້ທັງ 5 ແລະ ຈະຕ້ອງຮູ້ຈັກ ລັກສະນະ, ຮູບ, ສີ, ກິ່ນ, ລົດຊາດ ແລະ ຊື່ຂອງພຶດ ເຫລົ່ານັ້ນດ້ວຍ.

#### 3.1.1 ຊື່ເຫລັກ

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Cassia siamea Britt.*

ຊື່ ວົງ Leguminosae

ຊື່ອື່ນໆ ຊື່ເຫລັກໃຫຍ່, ຊື່ເຫລັກບ້ານ, ຊື່ເຫລັກຫລວງ

ຊື່ເຫລັກກິນດອກ, ຊື່ເຫລັກເຜືອກ, ຊື່ເຫລັກຍະຫາ.

1. **ລັກສະນະທາງພຶກສາດ** ເປັນໄມ້ຍືນຕົ້ນຂະໜາດກາງ ເຖິງຂະໜາດໃຫຍ່ ໃບເປັນໃບລວມ ປະກອບດ້ວຍໃບຍ່ອຍປະມານ 10 ຄູ່ ປານໃບມົນຫຍັກ ເວົ້າຫາເສັ້ນກາງ ໃບ ນ້ອຍ ດອກເປັນຊຸ່ສີເຫລືອງ ຝັກແປໜາ ຈະເລີນເຕີບໂຕຕາມປ່າຊຸ່ມຢູ່ຕາມຮີມນ້ຳ ລຳຄອງທົ່ວໆ ໄປ ແລະຕາມປ່າໂລ່ງຊຸ່ມ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ໃບ ດອກ ແກ່ນ ຮາກ ຝັກ ເປືອກຕົ້ນ

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ໃບ ໃຊ້ປົວພະຍາດທ້ອງບິດ, ເປົາຫວານ, ມັນຊາ, ແກ້ຮ້ອນໃນ

ຝີໝາກມ່ວງ, ຫລຸດຜ່ອນຄວາມດັນເລືອດສູງ, ຖ່າຍພະຍາດ, ເປັນຢາລະບາຍປິ່ນປົວອາການນອນ

ບໍ່ຫລັບ.

- **ດອກ** ປົວພະຍາດເສັ້ນປະສາດ, ນອນບໍ່ຫລັບ, ຫອບຫິດ, ພະຍາດເລືອດພິການ, ບິ້ນປົວຂີ້ຄັງແຄ ແລະ ຖ່າຍພະຍາດ.
- **ເປືອກຕົ້ນ** ບິ້ນປົວພະຍາດລິດສະດວງທະວານ, ຂີ້ຫິດ, ແກ້ອາການຜອມແຫ້ງຈ່ອຍ ເປັນຢາລະບາຍ.
- **ແກ່ນ** ປົວພະຍາດເບົາຫວານ ພະຍາດໜອງໃນ ເປັນຢາລະບາຍ ຝັກ, ແກ້ພິດ, ແກ້ລົມຂຶ້ນພາຍໃນທ້ອງ.
- **ຮາກ** ບິ້ນປົວໄຂ້, ມືນຊາ, ທາແກ້ເສັ້ນອາມະພິກໃຫ້ຢ່ອນ, ແກ້ພິກຊ້າ, ແກ້ໄຂ້, ບາລຸງທາດ, ໄຂ້ຜິດສຳແດງ.
- **ລຳຕົ້ນແລະກິ່ງ** ເປັນຢາລະບາຍ ປົວພະຍາດຜິວໜັງ ແກ້ອາການຜອມແຫ້ງຈ່ອຍ ແກ້ໜິ້ວ ຂັບປັດສະວະ ຂັບລະດູຂາວ.
- **ທັງຕົ້ນ** ແກ້ກະໂສ ດັບພິດໄຂ້ ແກ້ພິດຂີ້ກະເທົ່ ປົວພະຍາດໜອງໃນ ອາການຕົວເຫລືອງ ເປັນຢາລະບາຍ ບາລຸງນ້ຳບີ ເຮັດໃຫ້ເສັ້ນເອັນຢ່ອນ.

3.1.2 ໝາກຂຽບ

**ຊື່ວິທະຍາສາດ**            *Anona squamosa Linn.*  
**ຊື່ ວົງ**                            Anonaceae  
**ຊື່ອື່ນໆ**

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ໝາກຂຽບ ເປັນຕົ້ນໄມ້ພຸ່ມຂະໜາດໃຫຍ່ ຫລືໄມ້ຍືນຕົ້ນຂະໜາດປານກາງ, ຕົ້ນສູງປະມານ 2-3 ແມັດ, ໃບນ້ອຍໜາ, ແຂງ ຮູບປະພັນຄືກັນກັບໃບຕົ້ນຈັນ ດອກມີກີບໜາໃຫຍ່ແຂງ, ມີກິ່ນຫອມ, ໝາກມີນໃຫຍ່ ເມື່ອໝາກແກ່ສີລະຫວ່າງຊ່ອງຂອງເປືອກຈະອອກຂາວແລະເປືອກຈະອ່ອນມີລົດຫວານດີ, ເມັດດຳ ມັກປູກກັນຕາມໄຮ່ ແລະ ສວນ ດອກມີກີບແຂງສາມກີບຄື ດອກບູທາງາ.

- **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ໃບ ແກ່ນ
- **ສັບພະຄຸນ** ຮັກສາເຫົາ ຫິດ ແລະແມ່ທ້ອງ(ໂຕຈິດ)

2. **ວິທີແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**

- **ໃຊ້ເມັດ** ນຳເມັດສິດທີ່ແກະເປືອກແລ້ວນຳມາຕຳໃຫ້ລະອຽດໃຊ້ປະມານ 4-5 ບ່ວງແກງປະລິມກັບນຳມັນພິດ ເຊັ່ນ : ນ້ຳມັນໝາກພ້າວ ຫລືນ້ຳມັນຖົ່ວ ພໍປຽກເລັກນ້ອຍ ທາໃສ່ເສັ້ນຜົມທີ່ມີເຫົາ ປະໄວ້ປະມານ 1-2 ຊົ່ວໂມງ ສະຜົມອອກໃຫ້ໝົດ ເຮັດເຊັ່ນນີ້ຕິດຕໍ່ກັນ 2-3 ວັນ ໄຂ່ເຫົາຈະແຫ່ວລົງ.

- **ໃຊ້ໃບສິດ ຫລືເມັດໃນສິດ** ຈຳນວນບໍ່ຈຳກັດ ຕຳໃຫ້ລະອຽດດີປະລິມກັບນຳມັນພິດພໍປຽກ ໃຊ້ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນຂີ້ຫິດ ວັນລະ 2-3 ຄັ້ງ ຈົນກ່ວາຈະດີ

- ໃຊ້ເນື້ອໃນເມັດສົດ 20 ເມັດ ຕຳໃຫ້ລະອຽດ ໃຊ້ຫິນສົ້ມປະສົມເລັກນ້ອຍ ຕັ້ງໄສ່ໄຟອ່ອນໆ ເມື່ອຫິນສົ້ມເປື້ອຍຄຸ່ງໆ ໂຮຍຜົງຂອງເມັດໝາກຂຽບລົງເທື່ອລະນ້ອຍ ຄົນຈົນເຂົ້າກັນດີ ຈາກນັ້ນໃຊ້ໄມ້ປ້າຍຢາທີ່ກຳລັງຮ້ອນແຕະພໍໃຫ້ຜົວໜຶ່ງທົນຮ້ອນໄດ້ທາລົງຕຳແໜ່ງທີ່ບວມ ຂ້າແມ່ທ້ອງ(ໂຕຈິດ) ເຮັດແນວນີ້ມື້ລະ 2-3 ຄັ້ງ ເຊົ້າ-ແລງ ຈົນກວ່າຈະດີ ຢາທີ່ເຫລືອຈະແຂງ ເມື່ອຈະໃຊ້ໃຫ້ຂາງໄສ່ໄຟອ່ອນໆ.

**ໝາຍເຫດ** ຖ້າໃຊ້ນ້ຳສະກັດຈາກເມັດອາດເຮັດໃຫ້ເກີດອາການແພ້ໄດ້ ແລະ ຄວນລະວັງຢ່າໃຫ້ນ້ຳຢາເຂົ້າຕາ ເພາະຈະເຮັດໃຫ້ເກີດອາການຄາຍເຄືອງ.

**3.1.3 ໝາກຮຸ່ງ(ຜູ້)**

**ຊື່ວິທະຍາສາດ** *Carica papaya Linn*  
**ຊື່ ວົງ** Caricaceae  
**ຊື່ອື່ນໆ**

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ຕົ້ນໝາກຮຸ່ງ(ຜູ້) ເປັນໄມ້ຍືນຕົ້ນຂະໜາດກາງ ບໍ່ມີແກ່ນ ຫັກລົ້ມໄດ້ງ່າຍ ລຳຕົ້ນກ້ຽງ ຕົ້ນຕັ້ງຊື່ໃບໃຫຍ່ຫລາຍ ຮີມໃບເປັນຢັກວາລິກ ກ້ານຍາວປະມານ 1 ແມດກວ່າ ດອກໃຫຍ່ສີຂາວ ນວນເຫລືອງມີຢາງສີຂາວອອກຈາກເບື້ອກ.ໜ່ວຍແລະກ້ານໝາກຮຸ່ງ(ຜູ້)ບໍ່ມີໝາກ ມີແຕ່ດອກກໍຫລິ້ນໄປ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ຮາກ ຢາງ ແລະໃບ

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ໃບ ໃຊ້ພາຍນອກໂພະບາດເປັນໜອງ ຂີ້ກາກ ແກ້ປວດບວມ.
- ຢາງ ໃຊ້ຍ່ອຍຊີ້ນເຮັດໃຫ້ຊີ້ນອ່ອນນຸ້ມ ຊ່ວຍຍ່ອຍອາຫານ ຍ່ອຍເສດເລືອດ ແລະໜອງທີ່ແຜເໜົ່າຊຳເຮື້ອ ຖ່າຍພະຍາດ ຂັບປະຈຳເດືອນ ໃຊ້ທາພາຍນອກ ທາກັດຫູດຕາປາ ຕິ່ງ ຈຸດດ່າງດຳ.

- ຮາກ ຂັບປັດສະວະ ຂັບປະຈຳເດືອນ

4. **ວິທີແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້** ໃບ ໃຊ້ໃບສົດນຳໄປຕຳໂພະບາດ ຫລິ້ນນຳໄປຂາງໄຟໂພະ.

- ຢາງສົດ ໜັກ 15-20 ກລາມ ກິນຖ່າຍພະຍາດ ໃນເດັກນັ່ງທີ່ມີອາຍຸຫລາຍກວ່າ 6 ປີຂຶ້ນໄປໃຊ້ທາພາຍນອກທາບາດທີ່ມີໜອງຊ່ວຍກັດໜອງ ແລະແພຈຸລັງທີ່ຕາຍແລ້ວ.

**ໝາຍເຫດ** ຜູ້ຍິງທີ່ມີລູກຫ້າມກິນຢາງ ຫລືຮາກເພາະອາດຈະເຮັດໃຫ້ລູກໄດ້ ຫລືຜູ້ທີ່ມີອາການແພ້ຢາງໝາກຮຸ່ງມີອາການຜິດປົກກະຕິມີຜື່ນຄັນ ໃຫ້ຫຍຸດທັນທີ.

**3.1.4 ຜັກອີຣຸມ**

**ຊື່ວິທະຍາສາດ** *Moringa oleifera Lamk*

**ຊື່ ວົງ**

Moringaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນໄມ້ຍືນຕົ້ນຂະໜາດນ້ອຍເຖິງປານກາງ ໃບນ້ອຍມົນໃຫຍ່ຄືໃບຄາມ ດອກເປັນຂໍ້ສີຂາວ ໆ ມີຝັກມົນຍາວຄືຝັກຄູນ, ຫົວແຫລມ ທ້າຍແຫລມ ເນື້ອໃນຝັກ ແລະເມັດກິນເປັນອາຫານໄດ້.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ເປືອກ ແກ່ນ ຮາກ

3. **ສັບພະຄຸນ** ເປືອກຕົ້ນ ໃຊ້ຂັບລົມລຳໄສ້ ເຮັດໃຫ້ຜາຍລົມ ແລະ ເອ້ອມຄຸມທາດອ່ອນໆ ແກ້ລົມ.

- ແກ່ນ ມີນ້ຳມັນຊະນິດນຶ່ງມີຄຸນສົມບັດຄື ຊີເຟຣຄວີນ, ຢາແກ້ຫອບແກ້ບວມ.

- ຮາກ ແກ້ບວມ, ບຳລຸງໄຟທາດ, ແກ້ພິດຜີ, ແກ້ປວດ, ແກ້ອັກເສບແພດຊົນນະບົດໃຊ້ເປືອກຜັກອີຊຸມສົດໆ ຕຳພໍແຕກໆ ອົມ ໃນປາກຂ້າງແກ້ມ ແລ້ວກິນເຫລົ້າຈະບໍ່ຮູ້ສຶກເມົາ.

**3.1.5 ຍໍບ້ານ**

**ຊື່ວິທະຍາສາດ**

*Morinda citrifolia* Linn

**ຊື່ ວົງ**

Rubiaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

ໝາກຕາເສືອ

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ພຶດຍືນຕົ້ນຂະໜາດນ້ອຍສູງປະມານ 5 ແມັດ ລຳຕົ້ນມີສີນ້ຳຕານເທົາ, ຂອບໃບເປັນຄັ້ນ, ດອກອອກເປັນຂໍ້ຕາມງ່າມໃບ, ດອກຍ່ອຍ, ຂະໜາດນ້ອຍມີກີບດອກສີຂາວ ໝາກມົນຮູບໜ່ວຍໄຂ່ ເປັນຕຸ່ມອ້ອມໝາກ ໝາກອ່ອນສີຂຽວ ເມື່ອສຸກຈະປ່ຽນເປັນສີເຫລືອງ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ໃບ ຮາກ ໝາກດິບ ໝາກສຸກ

3. **ສັບພະຄຸນ** ໃບ ມີວິດຕາມິນເອ 40.000 ກ່ວາຢູນິດສາກິນ ຕໍ່ 1 ກລາມ ມີຄຸນສົມບັດໃນການບຳລຸງສາຍຕາ ໃບຕຳຄັ້ນກັບນ້ຳສະຜົມຂ້າເທົາ.

- ຮາກ ໃຊ້ເປັນຢາລະບາຍ ແກ້ອາການຜອມແຫ້ງ ຈ່ອຍ

- ໝາກ ໃຫຍ່ເຕັມທີ່ແຕ່ບໍ່ທັນສຸກຈຳກັດນ້ຳເຜິ້ງ ມີຄຸນສົມບັດເປັນຢາຂັບລົມ, ບຳລຸງທາດຈະເລີນອາຫານ, ຂັບລົມໃນລຳໄສ້ ແລະ ກະເພາະອາຫານ, ແກ້ເຫືອກເປື້ອຍເປັນຊຸມບວມ ຂັບເລືອດລົມ ຂັບໂລຫິດປະຈຳເດືອນ.

- ໝາກດິບ ຕົ້ມນ້ຳກິນກັບຮາກຜັກຫອມ ແກ້ອາການຮາກຂອງຜູ້ຍິງມີຄັ້ນ.

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້** ເອົາໝາກໃຫຍ່ເຕັມທີ່ແຕ່ບໍ່ທັນສຸກ ຝານເປັນ

ປຸງງບາງ ຍ້າງຫລືຂົ້ວດ້ວຍໄຟອ່ອນໆໃຫ້ເຫລືອງກອບ ໃຊ້ຄັ້ງລະ 1 ກຳມີ (10-15 ກລາມ) ຕົ້ມ ຫລືຊົງກັບນ້ຳ ເອົານ້ຳທີ່ໄດ້ຕົ້ມເທື່ອລະນ້ອຍ ແລະ ຫລາຍຄັ້ງ ຈະໄດ້ຜົນດີກ່ວາຕົ້ມຄັ້ງດຽວ.

3.1.6 ທອງພັນຊ້ຳ

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Rhinacanthus nasutus* Kurz

ຊື່ ວົງ Acanthaceae

ຊື່ອື່ນໆ ຫຍ້າມັນໄກ່, ທອງຄັນສັ່ງ

1. ລັກສະນະທາງພິສາດ ເປັນໄມ້ລື້ມລຸກທີ່ມີເນື້ອໄມ້ແຂງທີ່ເຫງົາ, ໃບ ຍາວຮຽວ, ໃບຈະອອກກົງກັນຂ້າມ ໃບມັກຈະຖືກແມງໄມ້ເຈາະກິນນ້ຳລ້ຽງໃບ ຈຶ່ງເຮັດໃຫ້ມີຈຸດ ສີນຳຕາມຕາມແຜ່ນໃບ ກົບດອກມີສີຂາວເປັນ 2 ປາກ ແລະມີຂະໜາດບໍ່ເທົ່າກັນ ເປັນພືດທີ່ຂຶ້ນ ຢູ່ທົ່ວໄປໃນປະເທດທີ່ມີອາກາດຮ້ອນ.

2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້ ຮາກສົດ ໃບສົດ ຫລື ແຫ້ງ  
- ສັບພະຄຸນ ໃຊ້ປົວພະຍາດຜິວໜັງ ຂີ້ກາກ ຈ້ຽນ ຜົນຄັນຊຳເຮື້ອ

3. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້  
- ໃຊ້ໃບສົດ ຫລືຮາກ ຕຳແຊ່ເຫລົ້າ ທາບໍລິເວນພະຍາດຜິວໜັງຈົນ

ກ່ວາຈະດີ.

- ໃຊ້ໃບສົດ ຕຳໃຫ້ລະອຽດປະລິມກັບນ້ຳມັນກາດ ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນ ຂີ້ກາກ ວັນລະ 1 ຄັ້ງ ພຽງ 3 ວັນ ຂີ້ກາກຈະຫາຍຂາດ.

- ໃຊ້ຮາກທອງພັນຊ້ຳ 6-7 ຮາກ ແລະຫົວໄມ້ຂົດໄຟເຄິ່ງກັບນຳມາຕຳ ເຂົ້າກັນໃຫ້ລະອຽດ ປະລິມນ້ຳມັນທາຜົມ ຫລືວາສະລິນ (ກັນບໍ່ໃຫ້ຢາແຫ້ງ) ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນຂີ້ ກາກ ຫລືພະຍາດຜິວໜັງເລື້ອຍໆ.

- ໃຊ້ຮາກ ທອງພັນຊ້ຳບົດລະອຽດປະລິມກັບນ້ຳໝາກຂາມ ແລະ ນ້ຳ ໝາກນາວ ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນພະຍາດຜິວໜັງ.

3.1.7 ນ້ຳລາຍໆ (ສະເຫລດພັງພອນ)

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Barleria lupulina* Linn

ຊື່ ວົງ Acanthaceae

ຊື່ອື່ນໆ ພະຍາປ້ອງທອງ, ຜັກມັນໄກ່, ພະຍາປ້ອງດຳ, ຜັກລິ້ນ ຊຽດ, ພະຍາຍໍ.

1. ລັກສະນະທາງພິກຊາດ ເປັນໄມ້ພຸ່ມສູງປະມານ 2 ແມັດ ແຕກກົ່ງກ້ານ ສາຂາຫລາຍ ໃບອອກກົງກັນຂ້າມຮຽວຍາວ 4-8 ຊມ ປາຍໃບແຫລມ ຖານໃບນ້ອຍລົງໄປເຖິງ ກ້ານ ໃບມີເສັ້ນກາງໃບສີແດງ, ກ້ານໃບສີນ ທີ່ໂຄນກ້ານໃບມີໜາມ 1 ຄູ່ ສີອິດປາຍ ແຫລມຊື່ ລົງ ອອກດອກເປັນຊຸ່ທີ່ປາຍກົ່ງ ມີໃບປະດັບຂະໜາດໃຫຍ່ສີຂຽວປາຍສີອິດແດງ ດອກມີກົບລ້ຽງ 4 ກົບ

ຊ້ອນກັນເປັນຄູ່, ຄູ່ນອກມີຂະໜາດໃຫຍ່ກ່ວາຄູ່ໃນ ກົບດອກມີສີເຫຼືອງ ປາຍແຍກອອກເປັນ 5 ກົບ ເກສອນຜູ້ມີ 4 ອັນ ສິ້ນ 2 ອັນ ຍາວ 2 ອັນ ກ້ານເກສອນແມ່ເປັນເສັ້ນຍາວ ໝາກເປັນ ຝັກຮູບຄືໜ່ວຍໄຂ່ແປຍາວ ມີແກ່ນ 2-3 ເມັດ ອອກດອກໃນລະດູຮ້ອນ ມັກຂຶ້ນໃນບ່ອນທີ່ຊຸ່ມ.

2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້ ໃບສົດ ຮາກ ສ່ວນທັງ 5

3. ສັບພະຄຸນ

- ຮາກ ແກ້ຕາເຫຼືອງ, ໜ້າເຫຼືອງ, ເມື່ອຍຕາມຕົວ ກິນເຂົ້າບໍ່ໄດ້ແກ້ ປວດທ້ອງ, ແກ້ຜິດອາຫານ, ຖອນພິດ, ພິດແມງໄມ້ສັດກັດຕອດ, ແກ້ປວດແຂ້ວ, ໃບ ຖອນພິດ ແມງໄມ້ສັດກັດຕອດ, ແກ້ລົມພິດ, ປົວຜິດຜົນຄັນຕາມຜົວໜັງ ແກ້ພະຍາດເປົາຫວານ ແກ້ປວດ ບາດແຜຈາກຂອງມີຄົມ, ແກ້ຝືໜອງຕ່າງໆ, ປົວໝາກເບີດ, ແກ້ພະຍາດສະຫວັດ, ຖອນພິດຈາກ ຈາກເມັດຕຸ່ມຝິດາດ, ປົວພະຍາດຝິດາດ, ແກ້ຟັກຊຸ້, ແກ້ຊັບວມເນື້ອງຈາກຖືກ ຂອງແຂງ ຖອນ ພິດໄຂ້ ພິດໄຂ້ທໍລະພິດ ແກ້ປວດແຂ້ວ ເຫືອກບວມ ແກ້ລິດສະດວງທະວານ ແກ້ຍຸງກັດ ແກ້ພິດ ໄຟລວກນ້ຳຮ້ອນລວກ ແກ້ປວດຈາກປາດຸກແທງສ່ວນທັງ 5 ໃຊ້ຖອນພິດ ໂດຍສະເພາະແມງໄມ້ ສັດກັດຕອດ ຂີ້ເຂັບ ແມງງອດ ປົວອາການອັກເສບ ງູສະຫວັດ ລົມພິດ ແຜນນ້ຳຮ້ອນລວກ ໃບນ້ຳ ລາຍງູ ( ສະເຫລດພັງພອນຜູ້) ມີລິດຂົມຫລາຍ ແຕ່ໃບແມ່ມີລິດຈືດ ແລະ ສະເຫລດພັງພອນຜູ້ມີ ລິດອ່ອນກ່ວາສະເຫລດພັງພອນແມ່.

4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ປົວອາການອັກເສບ ຖອນພິດ ປົວບາດແຜໃນປາກ ໃຊ້ໃບນ້ຳລາຍ ງູ(ສະເຫລດພັງພອນ) 10-20 ໃບ (ເລືອກໃບສີຂຽວເຂັ້ມສົດເປັນມັນບໍ່ອ່ອນບໍ່ແກ່ເກີນໄປ)ນຳມາ ຕຳປະສົມກັບເຫລົ້າ ຫລືນ້ຳໝາກນາວຄັ້ນເອົານ້ຳຕົ້ມຫລືນ້ຳທາບາດແຜ ແລະ ເອົາກາກໂພະ ບາດແຜຫລືໃຊ້ໃບນ້ຳລາຍງູ 1000 ກລາມ ໝັກໃນເຫລົ້າ 70% 1000 ຊີຊີ ໝັກໄວ້7ວັນນຳມາ ຕອງແລ້ວນຳໄປລະເຫີຍໃຫ້ເຫລືອ500 ຊີຊີ ຕົ້ມ ກລີເຊຣິນ(Glycerine) ລົງໄປເທົ່າກັບຈຳນວນ ທີ່ລະເຫີຍໄປ (500 ຊີຊີ) ນຳນ້ຳຢານນ້ຳລາຍງູກລີເຊຣິນທີ່ໄດ້ທາບາດແຜງ, ບາດແຜໃນປາກ, ຖອນພິດຕ່າງໆ.

- ທາບໍລິເວນທີ່ແມງໄມ້ກັດຕອດເປັນຜົນຄັນ ໃຊ້ໃບສົດ 5-10 ໃບ ຕຳ ຫລືຍ່ອງທາບໍລິເວນບາດແຜທີ່ແພ້ຈະຍຸບຫາຍໄດ້ຜົນດີ

- ແກ້ບາດແຜນ້ຳຮ້ອນລວກ ໃຊ້ໃບຕຳ ຊ້ຽວກັບນ້ຳໝາກພ້າວ ຫລືນ້ຳ ມັນງາ ເອົາກາກໂພະບາດແຜທີ່ຖືກນ້ຳຮ້ອນລວກ ຫລືໄຟໃໝ່ ບາດແຜຈະແຫ້ງ ນຳໃບມາຕຳ ໃຫ້ລະອຽດປະສົມກັບເຫລົ້າ ໃຊ້ໂພະບໍລິເວນທີ່ຖືກໄຟໃໝ່ ຫລືນ້ຳຮ້ອນລວກ ມີສັບພະຄຸນດັບ ພິດຮ້ອນໄດ້ດີ.

3.1.8 ຫວ້ານໄພ (ກະຊາຍ)

ຊື່ວິທະຍາສາດ

*Boesenbergia pandurata Schl.*

**ຊື່ ວົງ**  
**ຊື່ອື່ນໆ**

Zingiberaceae  
ກະແອນ, ຣະແອນ, ຂົງຊາຍ ຫວ້ານພະອາທິດ  
ຈີ້ບູ ຊີຟູ, ເປົາຂໍ່ເຣາະ, ເປົາະລີ້.

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດຫວ້ານໄພ** (ກະຊາຍ) ເປັນໄມ້ລົ້ມລຸກສູງປະມານ 1-2 ສອກ ລຳຕົ້ນເປັນເຫງົ້າໄຕ້ດິນ ຮູບຊົງກະບັງ ປາຍແຫລມຈຳນວນຫລາຍເນື້ອ ໃນສີເຫລືອງ ມີກິ່ນຫອມສະເພາະກາບໃບມີສີແດງໃບໃຫຍ່ຍາວຮູບໝ່ວຍໄຂ່ປາຍແຫລມດອກເປັນຊໍ່ສີຂາວຊົມ ພູປູກໃນລະດູແລ້ງໂດຍໃຊ້ເຫງົ້າ ແລະ ຮາກມີຮູບຮ່າງຄືກັບກະສວຍມີກິ່ນຫອມສີເຫລືອງອ່ອນ ງອກອອກມາຈາກເຫງົ້າ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້ ເຫງົ້າ ຮາກ**

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ເຫງົ້າ ແກ້ເຈັບປວດໃນທ້ອງ ແກ້ທ້ອງອີດເພີ້ ບຳລຸງກຳລັງ
- ຮາກໃຫຍ່ທີ່ຕິດກັບຫົວ ແກ້ກາມຕາຍດ້ານ ເຮັດໃຫ້ໃຈເບີກບານມ່ວນ

ຊີ້ນ ມີຄຸນສົມບັດຄືກັບໂສມຂອງຈີນ

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**

- ແກ້ລົງທ້ອງ ຖ່າຍທ້ອງ ໃຊ້ເຫງົ້າສິດ 1-2 ເຫງົ້າ ປັ້ງໄຟ ແລ້ວຕຳ ຫລື ຝົນປະສົມກັບນ້ຳປຸນໃສ ຫລືຄຳນ້ຳໃຫ້ຊຸ່ນໆ ກິນຄັ້ງລະ 1-2 ບ່ວງແກງ

- ແກ້ອາການທ້ອງອີດທ້ອງເພີ້ ຈຸກສູບ ເຈັບປວດໃນທ້ອງ ໃຊ້ເຫງົ້າ ແລະຮາກປະມານເຄິ່ງກຳມີ (ສິດໜັກ 5-10 ກລາມ) ຕົ້ມເອົານ້ຳກິນ ຫລືໃຊ້ບຳລຸງເປັນອາຫານ ຮັບປະທານ.

- ແກ້ບິດ ໃຊ້ເຫງົ້າສິດ 2 ເຫງົ້າ ບິດລະອຽດ ຕົ້ມນ້ຳປຸນໃສຄຳນ້ຳ ເອົາແຕ່ ນ້ຳດື່ມ.

- ເປັນຢາບຳລຸງຫົວໃຈ ໃຊ້ເຫງົ້າ ແລະຮາກ ປອກເປືອກ ລ້າງນ້ຳ ຫັນ ຕາກແຫ້ງ ບິດໃຫ້ເປັນຜົງແຫ້ງ 1 ບ່ວງຊາ ຊົງນ້ຳຮ້ອນ ະ ຖ້ວຍຊາ ຮັບປະທານຄັ້ງດຽວ

- ປົວລິດສິດວງທະວານ ໃຊ້ເຫງົ້າສິດ 60 ກລາມ ປະມານ 6-8 ເຫງົ້າ ປະສົມກັບເນື້ອໝາກຂາມ 60 ກລາມ ເກືອ 3 ບ່ວງແກງ ຕຳແລ້ວ ຕົ້ມກັບນ້ຳ 6 ຈອກ ຊ້ຽວໃຫ້ ເຫລືອ 2 ຈອກ ຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1/2 ຈອກ ກ່ອນນອນຮັບປະທານຕິດຕໍ່ກັນ 1 ເດືອນ ອາການ ຈະດີຂຶ້ນ.

3.1.9 ຂ່າ

**ຊື່ວິທະຍາສາດ**

*Alpinia galanga Swartz*

**ຊື່ວົງ**

Zingiberaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

ຂ່າຕາແດງ ກະກຸກກະໂຣຫິນີ

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນພືດລົ້ມລຸກທີ່ມີອາຍຸຍືນໄດ້ຫລາຍປີຂ່າເປັນພືດລົງຫົວ ມີເຫງົ້າສີນ້ຳຕານອົມແສດ ກິ່ນຫອມແລະຂົມ ໝາກມີລົດເຜັດຮ້ອນເຊັ່ນດຽວກັບເຫງົ້າໃບເປັນແບບສະຫລັບມີກາບໃບຫຸ້ມລຳຕົ້ນ ໃບຮູບໜ່ວຍໄຂ່ ເນື້ອໃບສອງຂ້າງມັກບໍ່ ເທົ່າກັນ ປາຍໃບແຫລມ ໂຄນໃບຄືສາມຫລ່ຽມ ດອກອອກຢູ່ຍອດເປັນຊໍ່ຍາວ ແຕ່ລະດອກມີຂະໜາດນ້ອຍ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້**

- ເຫງົ້າແກ່ສົດ, ໃບ ດອກ

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ເຫງົ້າ ຂັບລົມໃຫ້ກະຈາຍ ແກ້ພິກຊ້ຳບວມ ແກ້ພິດ ອຸດຈະລະເປັນ

ເລືອດ.

- ໃບ ແກ້ພະຍາດຜິວໜັງ ຂີ້ກາກ

- ດອກ ແກ້ຮາກ

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**

- ປົວອາການທ້ອງຂຶ້ນ ທ້ອງອຶດເພີ້ ຂັບລົມ ແກ້ລົງທ້ອງຖ່າຍທ້ອງແກ້ບົດປວດຮາກ ປວດທ້ອງ ໃຊ້ເຫງົ້າຂ່າແກ່ສົດ ຍາວປະມານ 2-3 ຊມ ຕຳໃຫ້ລະອຽດຕື່ມນ້ຳປຸນໃສ ໃຊ້ນ້ຳຢາຕື່ມ ຄັ້ງລະ 1/2 ຈອກ ວັນລະ 3 ເທື່ອ ຫລັງອາຫານ.

- ປົວລົມພິດ ໃຊ້ເຫງົ້າແກ່ໆ ທີ່ສົດ 1 ແໜງ ຕຳໃຫ້ລະອຽດຕື່ມເຫລົ້າລາວພໍໃຫ້ປຽກໆ ໃຊ້ທັງເນື້ອແລະນ້ຳ ທາບໍລິເວນ ທີ່ເປັນລົມພິດເລື້ອຍໆ ຈົນກ່ວາຈະດີ.

- ປົວຂີ້ກາກ ຈຽນ ພະຍາດຜິວໜັງ ໃຊ້ເຫງົ້າແກ່ເທົ່າຫົວແມ່ມີ ຕຳໃຫ້ລະອຽດ ປະລິມັກບເຫລົ້າລາວ ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນພະຍາດຜິວໜັງຫລາຍໆຄັ້ງຈົນກ່ວາຈະດີ.

- ໃຊ້ເຫງົ້າຕຳປະລິມເກືອ ແລະນ້ຳໝາກຂາມປຽກພໍຄວນ ຄົ້ນເອົານ້ຳໃຫ້ແມ່ຍິງຫລັງການອອກລູກໃໝ່ ຮັບປະທານ ຂັບເລືອດຮ້າຍ ແລະ ນ້ຳຄາວປາໃນມິດລູກແກ້ສັນນິບາດໜ້າເພີງ ແລະ ມິດລູກອັກເສບ.

3.1.10 ຂົງ

ຊື່ວິທະຍາສາດ

*Zingiber officinale Rosc.*

ຊື່ວົງ

Zingiberaceae

ຊື່ອື່ນໆ

ຂົງແດງ ຂົງເຜືອກ ສະເອ

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ຂົງເປັນໄມ້ລົ້ມລຸກທີ່ມີເຫງົ້າໃນດິນ ຂຶ້ນເປັນກໍແຕກໜ່ວຍໃໝ່ອອກທາງດ້ານຂ້າງນອກສຸດ ເຫງົ້າເປັນ ຫລືລຳຕົ້ນແທ້ຈະເປັນຂໍ້ໆ ເນື້ອ ໃນສີຂາວ ຫລືສີເຫລືອງອ່ອນ ໃບເປັນໃບດ່ຽວ ອອກລຽງສະລັບກັນ ເປັນສອງແຖວ ດອກສີຂາວ ອອກລວມກັນເປັນຊໍ່ດຽວຮູບເຫັດ ຫລືກະບອງໂບລານ, ດອກມີກາບສີຂຽວປົນແດງ, ໝາກມົນ ແຂງ.

2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້ ໃບ ດອກ ຕົ້ນ ເຫງົ້າ

3. ສັບພະຄຸນ

- ໃບ ບຳລຸງກຳໜັດ
- ດອກ ບຳລຸງປະສາດໃຈຊຸ່ນມົວ
- ຕົ້ນ ຂັບຜາຍລົມ
- ຮາກ ຂັບຂີ້ກະເທົ່ໃນລຳຄໍ ເຮັດໃຫ້ຫາຍໃຈໂລ່ງ ຈະເລີນອາຫານ
- ເຫງົ້າ ຂັບລົມ, ແກ້ປວດທ້ອງ, ຈຸກສຽດ, ເຫງົ້າຂົງແຫ້ງ ແກ້ໄຂ້ຈັບສັນ

ແກ້ລົມປັນປ່ວນໃນທ້ອງ, ແກ້ລົມແໜ້ນໃນເອິກ, ແກ້ລົມສຽບແທງ, ແກ້ນອນບໍ່ຫລັບ, ແກ້ອາການປວດຮາກ, ແກ້ລົມປ່ວງ.

4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ຢາແກ້ຮາກ ໃຊ້ຂົງແກ້ສິດ ຫລືແຫ້ງ ຂົງສິດ

ຂະໜາດຫົວແມ່ມີ(ປະລິມານ 5 ກລາມ) ທຸບໃຫ້ແຕກ ຖ້າແຫ້ງ 5-7 ປຸງ ຕົ້ມກັບນ້ຳດື່ມ ນຳຂົງສິດ 3 ຫົວ ຫົວໃຫຍ່ຍາວປະມານ 12 ຊມ ໃສານ້ຳ 1 ຈອກ ຕົ້ມຈົນເຫລືອ 1/2 ແກ້ວ (ປະມານ 15-20 ນາທີ ຫລັງຈາກຟົດແລ້ວ)ຖອກເອົານ້ຳມາກິນ

- ຢາຂົງແກ້ສິດໃຫ້ຈະເລີນອາຫານ ໃຊ້ເຫງົ້າສິດປະມານ 1 ອົງຄູລີ ຖ້າແຫ້ງໃຊ້ 1/2 ປ່ວງແກງ ຫລືປະມານ 0,6 ກລາມ ຜົງແຫ້ງຂົງກັບນ້ຳດື່ມ ເຫງົ້າສິດຕົ້ມກັບນ້ຳ ຫລືປຸງອາຫານ ເຊັ່ນ: ຂົ້ວ ຫລືກິນລົດໆ

- ຢາແກ້ທ້ອງອິດເພີ້ ຈຸກສຽບແລະເຈັບທ້ອງ ນ້ຳກະສາຍຂົງ ນ້ຳຂົງ 30 ກລາມ ຂົງກັບນ້ຳຟົດ 500 ຊີຊີ ປະໄວ້ປະມານ 1 ຊົ່ວໂມງ ຮັບປະທານຄັ້ງລະ 2 ປ່ວງແກງ ໃຊ້ຂົງແກ້ຕົ້ມກັບນ້ຳ ຕົ້ມແກ້ການຈຸກສຽບ ເຮັດໃຫ້ນອນສະບາຍ ຂົງແກ້ຍາວ 5 ຊມ ທຸບພໍແຫລກ ຂົງນ້ຳຟົດລົງໄປເຄິ່ງຈອກ ປົດຝາປະໄວ້ 5 ນາທີ ຖອກເອົາແຕ່ນ້ຳມາກິນ ລະຫວ່າງອາຫານແຕ່ລະມື້ ໃຊ້ຜົງຂົງແຫ້ງ 1 ປ່ວງແກງ ຫລື 0,6 ກລາມ ຖ້າຂົງແກ້ສິດໃຊ້ປະມານ 1 ອົງຄູລີ ຫລືປະມານ 5 ກລາມ ຕົ້ມກັບນ້ຳຕານຕົ້ມທຸກໆວັນ ຖ້າເປັນຜົງຂົງແຫ້ງໃຊ້ຂົງນ້ຳຮ້ອນຕົ້ມນ້ຳຕານຕົ້ມ.

- ແກ້ໄອ ແລະຂັບຂີ້ກະເທົ່ .ໃຊ້ຂົງສິດຝົນກັບນ້ຳໝາກນາວແລະເກືອ ໃຊ້ກວດຄໍຫລືຈົບເລື້ອຍໆ.

- ລົດຄວາມດັນເລືອດ ໃຊ້ຂົງສິດເອົາມາຝົນຕົ້ມກັບນ້ຳຮັບປະທານ.

3.1.11 ຂີ້ໝີ້ນ

ຊື່ວິທະຍາສາດ	<i>Curcuma longa</i> Linn.
ຊື່ວົງ	Zingiberaceae
ຊື່ອື່ນໆ	ຂີ້ໝີ້ນຊັນ, ຂີ້ໝີ້ນປ່າ, ຂີ້ໝີ້ນຫົວ, ຂີ້ໝີ້ນຫຍວກ

ຂີ້ໝີ້ນແດງ.

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນໄມ້ລົ້ມລຸກ ເນື້ອອ່ອນ ໃບໃຫຍ່ຄື ໃບພຸດທະຮັກສາ ກາງໃບມີສີແດງ ດອກເປັນຊໍ່ຂະໜາດໃຫຍ່ ກ້ານຊໍ່ດອກຍາວປະມານ 10-15 ຊມ ປົ່ງອອກມາຈາກເຫງົ້າໄຕ້ດິນ ຊໍ່ດອກຍາວ 12-16 ຊມ ໃບປະດັບມີສີຂາວ ຊໍ່ດອກຈະມີສີຊົມ ພູ ຈັດຊ້ອນກັນເປັນຮູບຊົງກະບັ້ງ(cylinder) ຢ່າງມີລະບຽບ ດອກຍ່ອຍຈະບານຄັ້ງລະ 2-3 ດອກ ຈາກລຸ່ມຂຶ້ນໄປທາເທິງ ກົບດອກບາງສີຂາວປົນສີເຫຼືອງ ຫົວຢູ່ໄຕ້ດິນ ສ່ວນຫົວໃຫຍ່ຢູ່ໄຕ້ດິນ ສ່ວນຫົວໃຫຍ່ຢູ່ໄຕ້ດິນຈະແຕກເປັນຫົວນ້ອຍໆມາກມາຍ ເມື່ອໃບເລີ້ມໃໝ່ສີນ້ຳຕານ ແລະເຂົ້າລະ ດູໜາວ ຕ້ອງຄູດເອົາຫົວຫລື ເຫງົ້າຂຶ້ນມາ ຖ້າປະຖິ້ມໄວ້ຫົວຈະເໝົ່າ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້ :** ເຫງົ້າແກ່ສົດ ແລະແຫ້ງ

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ເຫງົ້າ ແກ້ໄຂ້ຊຳເຮື້ອ ຈ່ອຍເຫລືອງ ແກ້ພະຍາດຜິວໜັງ ແກ້ຂີ້ກະເທີ ລົງທ້ອງຖ່າຍທ້ອງ ປົວບາດແຜ.

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**

- ເປັນຢາພາຍໃນ ເຫງົ້າສົດຍາວປະມານ 5 ຊັງຕີແມັດ ເອົາມາຂູດ ເປືອກລ້າງນ້ຳໃຫ້ສະອາດ ຕຳໃຫ້ລະອຽດ ຕົ້ມນ້ຳ ຄົ້ນເອົານ້ຳຮັບປະທານຄັ້ງລະ 2 ບ່ວງແກງ ວັນ ລະ 3-4 ຄັ້ງ ແກ້ທ້ອງອິດ ລົງທ້ອງ ຖ່າຍທ້ອງ ແກ້ພະຍາດກະເພາະອາຫານ.

- ເປັນຢາພາຍນອກ ເຫງົ້າແກ່ບໍ່ຈຳກັດຈຳນວນ (ຕາມຄວາມເໝາະ ສົມ)ປິດຫລືຕຳເປັນຜົງລະອຽດ ໃຊ້ທາບໍລິເວນເປັນຜືນຕຸ່ມຄັ້ນ ໂດຍສະເພາະໃນເດັກນ້ອຍນິຍົມ ໃຊ້ຫລາຍ ໃຊ້ເຫງົ້າແກ່ 1 ຫົວແມ່ມື ລ້າງໃຫ້ສະອາດ ປິດລະອຽດ ຕົ້ມຫົນສົ້ມເລັກນ້ອຍແລະນ້ຳມັນ ໝາກພ້າວພໍປຽກໆ ໃຊ້ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນບາດແຜທີ່ໜັງຫົວ.

3.1.12 ຫຍ້າໜວດແມວ (ພະຍັບເມກ)

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Orthosiphon aristatus (BL) Mig*

ຊື່ວົງ labiatae

ຊື່ອື່ນໆ ບາງຮັກປ່າ, ຫຍ້າໜວດແມວ, ອີ່ຕູ່ດົງ,ຫຍ້າໜວດເສືອ

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນໄມ້ລົ້ມລຸກຂະໜາດນ້ອຍ ຕົ້ນ ກິ່ງອ່ອນເປັນສີ່ລ່ຽມ ໃບດຽວອອກກົງກັນຂ້າມ ຂອບໃບຫຍິກ ສີຂຽວເຂັ້ມ ດອກອອກທີ່ຍອດ ເປັນ ຊໍ່ ຍາວໆມ ດອກສີຂາວອົມສີອິດອ່ອນ ບານຈາກລຸ່ມຂຶ້ນໄປທາເທິງ ເກສອນຜູ້ເປັນເສັ້ນຍາວຍື່ນ ອອກມາຄືໜວດແມວ ຈຶ່ງເອີ້ນວ່າພຶດນີ້ວ່າຫຍ້າໜວດແມວ ມັກປູກກັນເປັນໄມ້ປະດັບ

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ຮາກ ທັງຕົ້ນ ໃບແລະຕົ້ນຂະໜາດກາງ ບໍ່ແກ່ບໍ່ອ່ອນເກີນໄປ.

3. **ສັບພະຄຸນ**

- ຮາກ ຂັບປັດສະວະ

- ທັງຕົ້ນ ແກ້ພະຍາດໂຕ ຂັບປັດສະວະ ປົວພະຍາດປວດຂໍ້, ປວດ

ຫລັງ ແລະ ບັນແອວ ປົວພະຍາດໜີ້ວ ຮັກສາແພຈຸລັງດັງອັກເສບ.

- ໃບ ປົວພະຍາດໂຕ ຂັບປັດສະວະ ປົວພະຍາດປວດຂໍ້ ປວດຫລັງ ໄຂຂໍ້ອັກເສບ ລົດຄວາມດັນໂລຫິດ ປົວພະຍາດເປົາຫວານ.

4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ໃຊ້ກັບກິ່ງໃບຂະໜາດກາງບໍ່ແກ່ບໍ່ອ່ອນເກີນໄປ ລ້າງນ້ຳໃຫ້ສະອາດນຳ ມາຜັງໃນທີ່ຮົ່ມໃຫ້ແຫ້ງ ເອົາ 4 ກລາມຫລື 4 ຫຍິບມື ຊົງກັບນ້ຳຟັດ 1 ກວດແກ້ວ (750 ຊີຊີ) ຄື ກັບຊົງຊາ ຕົ້ມຕ່າງນ້ຳຕະລອດມື້ ຮັບປະທານດິນ 1-6 ເດືອນ.

- ໃຊ້ຕົ້ນກັບໃບວັນລະ 1 ກຳມີ(ໃບສົດ 90-120 ຫລາມ ແຫ້ງ 40-50 ກລາມ) ຕົ້ມກັບນ້ຳຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1 ຖ້ວຍຊາ(75 ຊີຊີ) ວັນລະ 3 ຄັ້ງ ກ່ອນອາຫານ.

3.1.13 ຜັກໜອກ

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Centella asiatica (Linn) Urban*

ຊື່ວົງ Umbelliferae

ຊື່ອື່ນໆ ຜັກແວ່ນ

1. ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ ຜັກໜອກເປັນພືດເຄືອ ສູງຂະໜາດ 1 ຝ່າມື ມີຮາກແຕກອອກມາຕາມຂໍ້ຂອງລຳຕົ້ນ, ກ້ານໃບແຕກອອກຈາກດິນໃບສີຂຽວຮູບມົນຄືໜ່ວຍໄຂ່ ເລັກນ້ອຍ ຂອບໃບເປັນຄື້ນ ດອກສີອິດແດງເຂັ້ມ ໃຊ້ຂໍ້ທີ່ມີຮາກອອກມາປູກ ປູກໄດ້ທົ່ວໄປ ມັກປ່ອນທີ່ຊຸ່ມ.

2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້ : ທັງຕົ້ນ

3. ສັບພະຄຸນ ໃຊ້ເຮັດຢາແກ້ບາດແຜ ພະຍາດຂີ້ເຮື້ອນທັງຕົ້ນສົດ ເປັນຢາບຳລຸງກຳລັງ ບຳລຸງຫົວໃຈ ແກ້ອ່ອນເພັຍເມື່ອຍລ້າ ປົວບາດແຜໄຟໄໝ້ ນ້ຳຮ້ອນລວກຫລືມີ ອາການພິກຊ້ຳຈາກການກະທົບກະແທກ ແກ້ພິດຈູກັດ ຂັບປັດສະວະ ແກ້ເຈັບຄໍ ລົດຄວາມດັນ ແກ້ຊ້ຳໃນ.

4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ໃຊ້ເປັນຢາແກ້ເຈັບຫົວຂ້າງດຽວ ໃຊ້ຕົ້ນສົດບໍ່ຈຳກັດຮັບປະທານ ຫລື ຄື້ນນ້ຳຈາກຕົ້ນສົດຮັບປະທານ.

- ໃຊ້ເປັນຢາແກ້ເຈັບຄໍ ໃຊ້ທັງຕົ້ນສົດ 10-20 ກລາມ ຕຳຄື້ນເອົານ້ຳຕົ້ມ ນ້ຳລື້ມສາຍຊູ 1-3 ປ່ວງແກງ ຈົບເທື່ອລະນ້ອຍ.

- ເປັນຢາລົດຄວາມດັນໃນເລືອດ ໃຊ້ທັງຕົ້ນສົດ 30-40 ກລາມ ຄື້ນນ້ຳ ຈາກຕົ້ນສົດ ຕົ້ມນ້ຳຕານເລັກນ້ອຍ ຮັບປະທານ 5-7 ວັນ

- ຢາແກ້ຊ້ຳໃນ(ຕີກລື້ມ) ໃຊ້ຕົ້ນສົດ 10-20 ກລາມ ລ້າງໃຫ້ສະອາດຫລື ຕຳຄື້ນນ້ຳ ຕົ້ມນ້ຳຕານເລັກນ້ອຍ ດົມ 1 ຄັ້ງ ຮັບປະທານຕິດຕໍ່ກັນ 5-6 ຄັ້ງ.

- ເປັນຢາຖອນພິດ ປົວບາດແຜນຳຮ້ອນລວກ ໃຊ້ທັງຕົ້ນສົດ 2-3 ຕົ້ນ ລ້າງນຳໃຫ້ສະອາດ ຕຳໃຫ້ລະອຽດໂພະບາດບາດແຜໄຟໃໝ່ ຊ່ວຍຫລຸດອາການປວດແສບປວດ ຮ້ອນ.

**3.1.14 ລາຊາບີ(ຟ້າທະລາຍໂຈນ)**

ຊື່ວິທະຍາສາດ	<i>Andrographis panaculata Wallex Nees.</i>
ຊື່ວົງ	Acanthaceae
ຊື່ອື່ນໆ	ຟ້າທະລາຍ ຢາກັນໆ ນຳລາຍພັງພອນ ຫຍ້າກັນໆ ຟ້າ ສາງຟ້າສະຫ້ານ ສາມສິບຕີ ເມກທະເລ.

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ລາຊາບີ ເປັນພືດລົ້ມລຸກສູງ 30-100 ແມັດ ລຳຕົ້ນຕັ້ງຊື່ເປັນສີ່ຫລ່ຽມໃບຍາວຮຽວ ອອກກົງກັນຂ້າມເປັນຄູ່ໆ ກ້ານໃບສິ້ນຫລາຍ ຫລືບໍ່ມີຜົວໃບ ມັນ, ສີໃບຂຽວເຂັ້ມ, ດອກອອກເປັນຂໍ່ສີຂາວ, ມ່ວງແດງ, ກົບຮອງດອກມີ 5 ດອກ ໝາກຄືຕ້ອຍ ຕັ້ງ ຕັ້ງເປັນມຸມສາກກັບກົງ, ໝາກນ້ອຍ ແລະ ສິ້ນກ່ວາຕ້ອຍຕັ້ງ ເມື່ອໝາກແກ່ຈະແຕກອອກເປັນ 2 ຊືກ ພາຍໃນມີເມັດສີນ້ຳຕານແປໆ ຫລາຍເມັດ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ທັງຕົ້ນ ໃບສົດ ໃບແຫ້ງ ໃບຈະເກັບມາໃຊ້ເມື່ອຕົ້ນມີອາຍຸໄດ້ 3-5 ເດືອນ.

3. **ສັບພະຄຸນ ມີ 4 ປະການ**

- ແກ້ໄຂ້ທົ່ວໆໄປ ເຊັ່ນ: ໄຂ້ຫວັດ ໄຂ້ຫວັດໃຫຍ່
- ລະງັບການອັກເສບ ໄອ ເຈັບຄໍ ຄໍ ຕ່ອມຫອລຊິລ ຫອລດລິມ ອັກເສບ ຂັບຂີ້ກະເທົ່ ປົວພະຍາດຜົວໜັງ ຜີ.
- ແກ້ຕິດເຊື້ອ ພວກເຮັດໃຫ້ເຈັບທ້ອງ ລົງທ້ອງຖ່າຍທ້ອງ ບິດ ແລະແກ້ກະເພາະອາຫານ ລຳໃສ້ອັກເສບ
- ເປັນຢາຂັບລົມ ຈະເລີນອາຫານ

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**  
ໃຊ້ແກ້ໄຂ້ເປັນຫວັດ ເຈັບຫົວຕົວຮ້ອນ ໃຊ້ໃບແລະກົງ 1 ກຳມີ (ແຫ້ງໜັກ 3 ກຣາມ ສົດໜັກ 25 ກຣາມ) ຕົ້ມກັບນ້ຳດື່ມກ່ອນອາຫານວັນລະ 2 ຄັ້ງ ເຊົ້າ-ແລງ ຫລືເວລາມີອາການໃຊ້ແກ້ລົງທ້ອງຖ່າຍທ້ອງ ເປັນບົດມີໄຂ້ ໃຊ້ທັງຕົ້ນ ຫລືສ່ວນ ທັງ 5 ຂອງລາຊາບີ ພິ່ງລົມໃຫ້ແຫ້ງ ຫັນເປັນຕ່ອນນ້ອຍໆ ປະມານ 1 ກຳ(ໜັກປະມານ 3-9 ກລາມ) ຕົ້ມນ້ຳດື່ມຕະລອດວັນ.

5. **ສ່ວນປະກອບຂອງຢາແລະວິທີໃຊ້**

+ ວິທີເຮັດ :

ຢາຊົງ ມີວິທີເຮັດ ດັ່ງນີ້ :

- ເອົາໃບສົດຫລືແຫ້ງປະມານ 5-7 ໃບ (ໃບສົດຈະມີສັບພະຄຸນດີກ່ວາ)

- ຕື່ມນໍ້າຮ້ອນລົງຈົນເກືອບເຕັມແກ້ວ
- ບົດຝາປະໄວ້ປະມານເຄິ່ງຊົ່ວໂມງ ຫລືພໍ່ຢາອຸ່ນ ແລ້ວຖອກເອົາມາຕື່ມ ຂະໜາດຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1 ຈອກ ວັນລະ 3-4 ຄັ້ງກ່ອນອາຫານ ກ່ອນນອນ.

**ຢາເມັດ(ລູກກອນ)ມີວິທີເຮັດ ດັ່ງນີ້ :**

- ນຳໃບສົດມາລ້າງໃຫ້ສະອາດ ຜິງໄວ້ໃນທີ່ຮົ່ມມີລົມພັດ ຫ້າມຕາກແດດ.

- ບົດໃຫ້ເປັນຜົງລະອຽດ
- ບັນກັບນໍ້າຜື້ງຫລືນໍ້າເຊື່ອມ ເປັນເມັດເທົ່າກັບໝາກຖົ່ວເຫລືອງ (ໜັກ 250 ມິນລິກຣາມ) ແລ້ວຜືງລົມໃຫ້ແຫ້ງ ຖ້າຫ້ນຮັບປະທານຂະນະທີ່ຍັງປຽກຢູ່ ຈະຂົມຫລາຍ ຂະໜາດຮັບປະທານຄັ້ງລະ 4-10 ເມັດ ວັນລະ 3-4 ຄັ້ງ ກ່ອນນອນ ແລະກ່ອນອາຫານ.

**ແຄບຂູນມີວິທີເຮັດຄື :**

- ນຳຜົງທີ່ບົດເປັນຜົງລະອຽດແລ້ວມາໄສ່ ແຄບຂູນເພື່ອຊ່ວຍ ເພື່ອຊ່ວຍຫລຸດຄວາມຂົມຂອງຢາ ແຄບຂູນຂະໜາດເບີ 2 (ຢາຜົງ 250 ມິນລິກລາມ) ຂະໜາດຮັບປະທານຄັ້ງລະ 3 - 5 ແຄບຂູນ ວັນລະ 3 - 4 ຄັ້ງ ກ່ອນອາຫານ ກ່ອນນອນ.

**+ ວິທີໃຊ້ :**

**ຢາດອງເຫລົ້າ**

- ເອົາຜົງແຫ້ງໄສ່ຂວດແກ້ວແຊ່ເຫລົ້າ 40 ດີກຮີ ແຂ່ງໃຫ້ຖ້ວມຢາເລັກນ້ອຍ ບົດຝາໃຫ້ແໜ້ນ ສັ້ນວັນລະ 1 ຄັ້ງ ເມື່ອຄົບ 7 ວັນ ຕອງນໍ້າເທັບໄວ້ໃນຂວດແກ້ວສະອາດທີ່ບົດຝາດີ ຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1-2 ບ່ວງແກງ(ລົດຂົມຫລາຍ)ມື້ລະ 3-4 ຄັ້ງກ່ອນອາຫານ.

**ຢາຜົງໃຊ້ສູດດົມ**

- ນຳເອົານໍ້າຢາຜົງທີ່ບົດລະອຽດມາໄສ່ຂວດແກ້ວ ຫລືກ່ອງຢາ ບົດຝາສັ້ນ ແລ້ວເປີດຝາອອກ ຜົງຢາຈະເປັນຄວັນປ່ອຍອອກມາ ສູດດົມຄວັນນັ້ນເຂົ້າໄປ ຜົງຢາທີ່ຕິດຢູ່ຄໍເຮັດໃຫ້ຜົງຢາອອກລົດທີ່ຄໍໂດຍກົງ ຊ່ວຍລົດຂີ້ກະເທົ່ ແລະແກ້ເຈັບຄໍໄດ້ດີ ວິທີນີ້ດີກ່ວາວິທີເປົ່າຄໍກວດຄໍ ຫລືຮັບປະທານຢາຊຶງ ຄືຈະຮູ້ສຶກຂົມນ້ອຍຫລາຍ ບໍ່ຢ້ານເວລາຈະກິນ ໃຊ້ສະດວກແລະງ່າຍຫລາຍ ປະໂຫຍດທີ່ໜ້າຈະໄດ້ຮັບເພີ່ມກໍຄື ຜົງຢາທີ່ເຂົ້າໄປທາງດັງອາດຈະຊ່ວຍລົດຂີ້ມູກ ແລະຈະຊ່ວຍຂ້າເຊື້ອທີ່ດັງດ້ວຍ.

**ໝາຍເຫດ** ບາງຄົນຮັບປະທານຢາລາຊາບີ ຈະເກີດອາການເຈັບ

ທ້ອງ ລົງທ້ອງ ເຈັບແອວ ວິນຫົວ ສະແດງວ່າແພ້ຢາ ໃຫ້ຢຸດຢາແລະປ່ຽນໄປໃຊ້ຢາອື່ນ ຫລືຫລຸດຂະໜາດຮັບປະທານລົງ

**3.1.15 ຫວ້ານຫາງແຂ້**

**ຊື່ວິທະຍາສາດ** *Aloe barbadensis Mill*

**ຊື່ວົງ**

Liliaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

ທາງຕະເຂ້, ຫວ້ານໄຟ, ນໍ້າເຕັກ(ພາສາຈີນ)

**1. ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ພືດຂະໜາດນ້ອຍ ໃບຈະໜາຊຸ່ມນໍ້າ

ພາຍໃນໃບເປັນວຸ້ນໃສສີຂຽວອ່ອນໆ ໃບຍາວແຫລມຂຶ້ນຈາກຕົ້ນຊຶ່ງຢູ່ຕິດດິນ ຂອບໃບມີໜາມ ຊຶ່ງດອກຈະອອກທາງກາງຕົ້ນ ກ້ານຊຸ່ມດອກຍາວຫລາຍຊູຕັ້ງຊຶ່ງ ດອກສີແດງເປັນຫລອດ ບານຈາກລຸ່ມຂຶ້ນເທິງ ຖ້າປູກຫວ້ານທາງແຂ້ໃນທີ່ມີອາກາດຮ້ອນ ແລະຢູ່ແຄມທະເລໃຫ້ປະລິມານຂອງວຸ້ນຫລາຍ.

**2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ວຸ້ນໃນໃບສົດ ຢາງໃນໃບເຫງົ້າ

**3. ສັບພະຄຸນ** ວຸ້ນໃນໃບສົດ ບັນເທົາອາການເຈັບຫົວ ປົວນໍ້າຮ້ອນ

ລວກ ໄຟໃໝ່ ຖອນພິດ ແກ້ປວດແສບປວດຮ້ອນ ແຜຊໍາເຮື້ອຢາງໃນໃບ ເຮັດເປັນຢາດໍາ ເປັນຢາລະບາຍ ເຫງົ້າຕົ້ມນໍ້າຮັບປະທານ ແກ້ໜອງໃນ.

**4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້** ບັນເທົາອາການເຈັບຫົວ ເລືອກໃບຫວ້ານ

ທາງແຂ້ທີ່ຢູ່ລຸ່ມສຸດ ໃບສົດ 1 ໃບ ຝານຕາມທາງຂວາຂອງໃບໜາປະມານ 1/4 ຊມ ໃຊ້ຢູນແດງທາບ່ອນທີ່ມີຄ້າຍລັກສະນະຄືວຸ້ນສີຂາວໃສໆ ແລ້ວເອົາທາງດ້ານປູນແດງຕິດລົງໄສ່ຂະໜັບ ຮັກສາບາດແຜນໍ້າຮ້ອນລວກ, ໄຟໃໝ່, ຖອນພິດ ປອກເປືອກສີຂຽວອອກລ້າງຢາງສີເຫລືອງອອກ ໃຫ້ໝົດ ຊູດເອົາວຸ້ນໃສອອກມາທາໂພະບໍລິເວນບາດແຜທີ່ໄຟໃໝ່ ຫລືນໍ້າຮ້ອນລວກໃຫ້ຊຸ່ມ ປຸງນຸ້ນວຸ້ນທຸກວັນຈົນກ່ວາຈະຫາຍ ຊ່ວຍລະບົບຄວາມເຈັບປວດດ້ວຍ ປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອ ຊ່ວຍ ໃຫ້ບາດແຜເຊົາໄວ ແລະບໍ່ໃຫ້ເກີດແປ້ວ ລືບຮອຍແປ້ວ ຫວ້ານທາງແຂ້ຫລຸດຮອຍບາດແຜທີ່ ນ້ອຍໆໄດ້ ໂດຍນໍາວຸ້ນທາທີ່ບາດແຜທຸກໆວັນ ດິນປະມານ 6 ເດືອນ ລືບທ້ອງລາຍຫລັງຈາກການອອກລູກ ເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ຜິວໜັງທ້ອງກັບຄືນສູ່ສະພາບປົກກະຕິໄດ້ຜົນດີຫລາຍ.

**ຂໍ້ລະວັງ** ກ່ອນໃຊ້ຫວ້ານທາງແຂ້ ທົດລອງເບິ່ງວ່າແພ້ຫລືບໍ່ ໂດຍເອົາວຸ້ນທາບໍລິເວນທ້ອງ, ແຂນດ້ານໃນ, ຖ້າຜິວໜັງບໍ່ຄັນ ຫລືແດງກໍໃຊ້ໄດ້.

**3.1.16 ຫຍ້າແຫ້ວໝູ**

**ຊື່ວິທະຍາສາດ**

*Cyperus rotundus Linn*

**ຊື່ວົງ**

Cyperaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

ຫຍ້າຂົນໝູ

**1. ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ຫຍ້າແຫ້ວໝູເປັນໄມ້ລີ້ມລຸກຂະໜາດນ້ອຍ

ມີຫົວຢູ່ໂຕ້ດິນ ມີກ້ານດອກຍາວ ດອກສີນໍ້າຕານ ອອກດອກເປັນຊຶ່ງຂະໜາດນ້ອຍແບບດອກຫຍ້າ ເປັນຈໍາພວກຫຍ້າທີ່ພົບເຫັນທົ່ວໄປ ປູກໂດຍໃຊ້ຫົວ ຫລືໄຫລ.

**2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ຫົວ

**3. ສັບພະຄຸນ** ຫົວບໍາລຸງກໍາລັງ ບໍາລຸງຄັນ ຂັບລົມໃນລໍາໃສ່ ບໍາລຸງ

ທາດ ແກ້ທ້ອງອິດ ຈະເລີນອາຫານ.

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້ຂັບລົມ** ເຈັບທ້ອງບິດ ໃຊ້ຫົວແຫ້ງ 5-10 ກລາມ ຕໍ່ກັບຂົງຈຳນວນເທົ່າກັນ ຄົ້ນເອົານ້ຳມາປະສົມກັບນ້ຳເຜິ້ງ ຫລິນຈໍ່ຕົ້ມ ກິນກ່ອນອາຫານ ວັນລະ 3 ເທື່ອຝົໜອງ ໃຊ້ຫົວສົດລ້າງໃຫ້ສະອາດ ນຳພວກນ້ຳມັນຫອມລະເຫີຍຂອງຫົວແຫ້ວທີ່ສະກັດໄດ້ ມີລິດໄລ່ແລະຂ້າແມງໄມ້.

3.1.17 ກ້ວຍນ້ຳວ້າ

**ຊື່ວິທະຍາສາດ** *Musa sapientum* Linn

**ຊື່ວົງ** Musaceae

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນພືດລົ້ມລູກຂະໜາດໃຫຍ່ ສູງ 2- 5ແມັດ ທີ່ເຫັນເປັນລຳຕົ້ນເກີດຈາກກ້ານໃບຫຸ້ມຊ້ອນກັນຂຶ້ນ ເທິງກ້ານໃບເປັນແຜ່ນໃບຍາວ 1,5-3 ແມັດ ກ້ວາງ 40-60 ຊມ ແກນໃບເຫັນໄດ້ຊັດເຈນເສັ້ນໃບຂະໜານກັນ ກ້ານໃບຍາວກ່ວາ 30 ຊມ ດອກເປັນຊໍ່ເອີ້ນວ່າ ຫົວປີ ຫ້ອຍລົງຍາວ 60-130 ຊມ ມີກາບຫຸ້ມ ຊໍ່ດອກສີແດງປົນສີອິດ ມີນົຄິ ຮູບໄຂ່ ຍາວ 15-30 ຊມ ດອກຢ່ອຍອອກຕິດກັນເປັນແຜງ ດອກທີ່ຖານເປັນດອກແມ່ ສ່ວນປາຍເປັນດອກຜູ້ ເມື່ອດອກແມ່ເລີ້ມຈະເລີນເປັນໝາກ ດອກຜູ້ຈະຫລິ້ນໄປ ຊໍ່ດອກຈະເລີນໄປເປັນເຄືອກ້ວຍ ຊຶ່ງປະກອບດ້ວຍຫວີກ້ວຍ ເຄືອລະ 7-8 ຫວີ ຫລືຫລາຍກ່ວານີ້ ແຕ່ລະຫວີຈະມີກ້ວຍປະມານສິບກ່ວາໜ່ວຍ ແຕ່ລະຕົ້ນໃຫ້ໝາກຄັ້ງດຽວ ຂະຫຍາຍພັນດ້ວຍວິທີແຕກໜໍ່ ຫລືແຍກເຫງົ້າ ມັກດິນຜຸ່ຍ(ຮ່ວນຊຸ່ຍ) ຫລືດິນໜຽວທີ່ອຸ່ມນ້ຳໄດ້ດີ ແຕ່ບໍ່ມັກປ່ອນນ້ຳຂັງ

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ຫົວປີ ໝາກດິບ ໝາກສຸກ

3. **ສັບພະຄຸນ** ຫົວປີ ແກ້ເລືອດຈາງ ລົດນ້ຳຕານໃນເລືອດ ແລະແກ້ໂລກກ່ຽວກັບລຳໄສ້ ຂັບນ້ຳນົມໝາກດິບ ປົວບາດແຜໃຫ້ຈອດ ແກ້ລົງທ້ອງ ຖອກທ້ອງ ເປັນບາດແຜໃນກະເພາະອາຫານ ອາຫານບໍ່ຢ່ອຍ ໝາກສຸກ ເປັນອາຫານ ຍາລະບາຍສຳລັບຜູ້ທີ່ມີອຸດຈະລະແຂງ ຫລືເປັນລິດສະດວງທະວານຂັ້ນທຳອິດ ຈົນກະທັ້ງຖ່າຍເປັນເລືອດ.

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້**

- ແກ້ລົງທ້ອງ ຖອກທ້ອງໃຊ້ກ້ວຍນ້ຳວ້າດິບຫລືເຫີ່ມມາປອກ ເປືອກ ຫັນເປັນປຸ່ງບາງໆ ໄສ່ນ້ຳພໍຖ້ວມຢາ ຕົ້ມນານເຄິ່ງຊົ່ວໂມງ ດົ່ມນ້ຳຄັງລະ 1 ຖ້ວຍແກ້ວ ໃຊ້ດົ່ມທຸກຄັ້ງ ທີ່ຫລືທຸກໆ 1-2 ຊົ່ວໂມງ ໃນ 4-5 ຊົ່ວໂມງທຳອິດ ຫລັງຈາກນັ້ນໃຫ້ດົ່ມທຸກໆ 3-4 ຊົ່ວໂມງ ຫລືວັນລະ 3-4 ຄັ້ງ.

- ແກ້ພະຍາດກະເພາະອາຫານ ກ້ວຍນ້ຳວ້າດິບຫລືເຫີ່ມມາປອກ ເປືອກຫັນເປັນປຸ່ງບາງໆ ຕາກແດດ 2 ມື້ ໃຫ້ແຫ້ງກອບ ບິດໃຫ້ເປັນຜົງລະອຽດ ໃຊ້ຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1-2 ບ່ວງແກງ ລະລາຍນ້ຳເຜິ້ງ ຮັບປະທານກ່ອນອາຫານເຄິ່ງຊົ່ວໂມງແລະກ່ອນນອນທຸກມື້.

- ທ້ອງຜູກໃຫ້ຮັບປະທານກ້ວຍນ້ຳວ້າສຸກ 2 ໜ່ວຍ ວັນລະ 3 ຄັ້ງກ່ອນ

ອາຫານ 1/2 ຊົ່ວໂມງ ຄວນຄັງໃຫ້ລະອຽດ.

- ຂັບນໍ້າມືມ ໃຊ້ຫົວປີແກງກິນເລື້ອຍໆ ຫລັງອອກລູກໃໝ່ໆ.

3.1.18 ສະເພົາ

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Ocimum sanctum Linn*

ຊື່ວົງ Labiaceae

ຊື່ອື່ນໆ ກ່ອມກໍ້ ກະເພົາຂາວ ກະເພົາແດງ

1. ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ ເປັນໄມ້ລື້ມລູກເນື້ອອ່ອນ ຕົ້ນສູງປະມານ 2 ແມັດ ໃບຄືກັນກັບຜັກອີ່ຕູ່ ໃບກະເພົາມີກິ່ນຫອມເຜັດຮ້ອນ ຕົ້ນໃບ ແລະກິ່ນກິ່ນສີຂຽວລ້ວນ ເອີ້ນວ່າ ກະເພົາຂາວ ສ່ວນຕົ້ນໃບ ກິ່ນກິ່ນ ແລະດອກ ມີສີແດງເຂັ້ມ ຫລືສີດຳ ເອີ້ນວ່າ ກະເພົາແດງ ຫລືກະເພົາດຳ.

2. ສ່ວນທີ່ໃຊ້ ໃບ ແລະ ຍອດ

3. ສັບພະຄຸນ ໃບ ແລະ ຍອດຂອງກະເພົາແດງ ທັງສິດແລະແຫ້ງໃຊ້

ແກ້ອາການທ້ອງອຶດ ເຈັບທ້ອງ ແລະປວດຮາກໂດຍມີວິທີໃຊ້ ດັ່ງນີ້:

- ແກ້ອາການທ້ອງອຶດ ແໜ້ນຈຸກສຽດ ແລະເຈັບທ້ອງ ໃຊ້ໃບແລະ ຍອດ 1 ກຳມື(ນໍ້າໜັກສິດປະມານ 25 ກລາມ ແຫ້ງປະມານ 4 ກລາມ)ຕົ້ມນໍ້າດົ່ມ ເໝາສຳລັບ ເດັກນ້ອຍ.

- ແກ້ອາການປວດຮາກ(ເກີດຈາກທາດບໍ່ປົກກະຕິໃຊ້ໃບ ແລະ ຍອດ ສິດປະມານ 1 ກຳມື (ປະມານ 25 ກລາມ) ຕົ້ມນໍ້າດົ່ມ.

4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ຢາໃຊ້ພາຍໃນເດັກເກີດໃໝ່ ໃຊ້ໃບສິດໃສ່ເກືອເລັກນ້ອຍບົດໃຫ້ລະອຽດ ປະລິມານນໍ້າເຜິ້ງ ຢອດໃຫ້ເດັກອ່ອນຫາກໍຄອດ 2-3 ຢອດ ເປັນເວລາ 2-3 ວັນ ຈະຊ່ວຍຂັບລົມ ແລະຖ່າຍຂໍ້ເທົາຜູ້ໃຫຍ່ໃຊ້ໃບກະເພົາແຫ້ງຊົງກັບນໍ້າດົ່ມ ເປັນຢາຂັບລົມຄົນໂບລານໃຊ້ໃບກະເພົາໄສ່ແກງໃຫ້ຜູ້ຍິງກິນຫລັງອອກລູກ ຮັບປະທານເພື່ອຂັບລົມ ບຳລຸງທາດ.

- ຢາໃຊ້ພາຍນອກ ໃຊ້ໃບສິດທາບໍລິເວນທ້ອງເດັກເກີດໃໝ່ ຈະຫລຸດຜ່ອນອາການທ້ອງຂຶ້ນ ທ້ອງອຶດ ໃຊ້ໃບສິດ 15-20 ໃບ ຕຳຫລືຍອງໃຫ້ນໍ້າອອກມາ ນໍ້ານໍ້າດັ່ງກ່າວປົວຂໍ້ກາກ ໃຊ້ໃບສິດກິ່ນໄດ້ນໍ້າມັນຫອມລະເຫີຍນີ້ໄປລໍ້ແມງໄມ້ ຈະເຮັດໃຫ້ແມງວັນທອງບິນ ມາຕອມນໍ້າມັນນີ້.

3.1.19 ພູ

ຊື່ວິທະຍາສາດ *Piper betle Linn*

ຊື່ວົງ Piperaceae

ຊື່ອື່ນໆ ພູຈີນ , ເປົ້າອ້ວນ

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເປັນໄມ້ເຄືອຂຽວຕະລອດປີ  
 - ຮາກແຕກອອກຊີ້ຂີ້ ໃຊ້ຍຶດເກາະ ໃບອອກສະລັບກັນ ມີກິ່ນຫອມສະເພາະ ໃບຄືຮູບຫົວໃຈ ໃບຍາວ 10-15 ຊມ ກ້ວາງ 4-10 ຊມ ດອກນ້ອຍສີຂາວ ບໍ່ມີກິ່ນ ອອກເປັນກຸ່ມລຽງເທິງກ້ານ ຊຸ່ດອກຍາວ 5-15 ຊມ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ໃບ

3. **ສັບພະຄຸນ** ໃບໝູ່ເປັນຢາກະຕຸ້ນນ້ຳລາຍ ຂັບຂີ້ກະເທົ່ ຂັບເຫື່ອ ແກ້ເຈັບທ້ອງ(ທີ່ມີອາການເຢັນບໍລິເວນທ້ອງ) ເຈັບທ້ອງເພາະມີແມ່ທ້ອງ ເປັນຢາຂ້າເຊື້ອ ແລະແກ້ລົມພິດ ນ້ຳມັນຈາກໃບເຮັດໃຫ້ຜົວໜັງຮ້ອນແດງ ແກ້ອາການຄັດດັງແລະໃຊ້ເປັນຢາອົມຄວກຄໍແລະເຈັບຄໍ.

4. **ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້** ໃຊ້ໃບສີດ 3-5 ກລາມ ຕົ້ມນ້ຳກິນ ສຳລັບອາການເຈັບທ້ອງ ໃຊ້ໃບສີດ ຕຳປະສົມເຫລົ້າ ທາແກ້ລົມພິດ.

**ໝາຍເຫດ** ຄົນເອເຊັຍແລະອັບພຣິກການິຍົມໃຊ້ໝູ່ຄຽງກັບໝາກແລະປູນ ນັບເປັນຢາເສບຕິດຊະນິດອ່ອນເຊັ່ນດຽວກັບຢາສູບ.

3.1.20ເຄືອເຂົ້າສໍ

**ຊື່ວິທະຍາສາດ**

*Tinospora tuberculata* Beumee

**ຊື່ວົງ**

Menispermaceae

**ຊື່ອື່ນໆ**

ບໍລະເພັດ, ເຈດມູນໝາມ, ຫາງໝູ, ເຈດ

ມູນຢ່ານ ເຖົາຫົວດ້ວນເຈັດໝູນປູກ .

1. **ລັກສະນະທາງພຶກຊາດ** ເຄືອເຂົ້າສໍ ເປັນໄມ້ເຄືອເນື້ອອ່ອນ ມີຕູດຕາມລຳຕົ້ນກະຈາຍທົ່ວໄປ ໃບ ຮູບຄືໃບໂພ ອອກດອກເປັນຊຸ່ຂະໜາດນ້ອຍ ສີເຫລືອງອົມຂຽວ ດອກຜູ້ແລະແມ່ແຍກກັນຢູ່ຕ່າງດອກ ໝາກຂ້ອນຂ້າງມົນ ສີເຫລືອງຫລືແດງ ປູກໂດຍໃຊ້ເຄືອປັກຊຳ ຂຶ້ນໄດ້ງ່າຍຫລາຍ.

2. **ສ່ວນທີ່ໃຊ້** ເຄືອ, ໃບ, ໜ່ວຍ ແລະ ຮາກ

3. **ສັບພະຄຸນ**

- **ເຄືອ** ແກ້ພິດຜິດາດ ແກ້ໄຂ້ ໄຂ້ພິດ ບຳລຸງກຳລັງ ບຳລຸງນ້ຳປີ, ບຳລຸງທາດ ແກ້ຮ້ອນໃນກະຫາຍນ້ຳ ແກ້ສະເອີ ເຮັດໃຫ້ເລືອດເຢັນ

- **ໃບ** ຂ້າພະຍາດຕົວກົມ ແກ້ລຳມະນາດ(ເພິ່ນແຂ້ວອັກເສບ) ເຈັບແຂ້ວ ຂ້າແມງໄມ້ເຂົ້າໝູ.

- **ໜ່ວຍ** ແກ້ຂີ້ກະເທົ່ເປັນພິດ ແກ້ໄຂ້

- **ຮາກ** ແກ້ໄຂ້ສູງທີ່ມີອາການເພີ້

#### 4. ວິທີ ແລະປະລິມານທີ່ໃຊ້

- ແກ້ອາການໄຂ້ລົດຄວາມຮ້ອນ ໃຊ້ເຄືອສົດແກ່ ຫລືຕົ້ນສົດເທື່ອລະ 2,5 ຄົບ (30-40 ກລາມ) ຕົ້ມຄົ້ນເອົານ້ຳກິນ ຫລືຕົ້ມກັບນ້ຳໂດຍໃຊ້ນ້ຳ 3 ສ່ວນ ຕົ້ມຊ້ຽວໃຫ້ເຫລືອ 1 ສ່ວນ ຕົ້ມວັນລະ 2 ຄັ້ງ ກ່ອນອາຫານ ເຊົ້າ-ແລງ ຫລວງລາມີອາການ ຫລືໃຊ້ເຄືອສົດດອງເຫລົ້າ ຄວາມແຮງ 1 ໃນ 10 ຮັບປະທານຄັ້ງລະ 1 ບ່ວງຊາ ຂອງຢາທີ່ກຽມໄວ້ແລ້ວ.
- ເປັນຢາເຮັດໃຫ້ກິນເຂົ້າແຊບ ເມື່ອມີອາການເບື້ອອາຫານ ໂດຍໃຊ້ຂະໜາດ ແລະວິທີການເຊັ່ນດຽວກັບໃຊ້ແກ້ໄຂ້.

## ບົດທົດສະດີທີ 4 ການນຳໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການລ້ຽງສັດ

### ຈຸດປະສົງການສອນ

1. ບອກປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາທີ່ມີຕໍ່ການລ້ຽງສັດ
2. ບອກຕຳລາ (ສູດ) ພຶດເປັນຢາແລະ ວິທີປຸງແຕ່ງ ແລະ ນຳໃຊ້ເພື່ອຊ່ວຍບຳລຸງ ງົວຄວາຍ
3. ບອກຕຳລາ (ສູດ) ພຶດເປັນຢາແລະ ວິທີປຸງແຕ່ງ ແລະນຳໃຊ້ເພື່ອປົ່ນປົວພະ ຍາດຕ່າງໆຂອງງົວຄວາຍ
4. ບອກຕຳລາ (ສູດ) ພຶດເປັນຢາແລະ ວິທີປຸງແຕ່ງ ແລະ ນຳໃຊ້ເພື່ອປົ່ນປົວພະ ຍາດຕ່າງໆຂອງສັດປີກ

### ເນື້ອໃນ

#### 4.1 ປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາທີ່ມີຕໍ່ການລ້ຽງສັດ

ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຊ່ວຍປົ່ນປົວ ແລະ ຄວບຄຸມພະຍາດຂອງສັດມີຄວາມຈຳເປັນແລະ ສຳ ຄັນຢ່າງຍິ່ງຊຶ່ງຈະຊ່ວຍເຮັດໃຫ້ຫລຸດຜ່ອນອັດຕາການຕາຍຂອງສັດລົງໄດ້ ຊາວກະສິກອນສາມາດ ນຳໃຊ້ພຶດເປັນຢາທ້ອງຖິ່ນທີ່ຫາໄດ້ງ່າຍ ຫລືສາມາດປູກ ແລະ ປຸງແຕ່ງເອົາເອງໄດ້ຊຶ່ງເປັນການ ຫລຸດຜ່ອນຕົ້ນທຶນການຜະລິດລົງແລະເຮັດໃຫ້ການລ້ຽງສັດຂອງຊາວກະສິກອນປະສິບຜົນສຳເລັດ ນຳລາຍໄດ້ມາສູ່ຄອບຄົວ.

#### 4.2 ຢາບຳລຸງຊ່ວຍໃຫ້ຄວາຍກິນຫຍ້າດີ ແລະ ຕຸ້ຍພີ

##### ຕຳລາ 1

##### ▪ ສ່ວນປະກອບ:

- ຫົວຜັກໜາມ (ບອນໜາມ) (*Lasia spinosa* THW)
- ເກືອ

##### ▪ ວິທີປຸງແຕ່ງ: ເດັດເອົາຍອດຜັກໜາມອ່ອນປົ່ງໃໝ່ປະມານ 1 ກຳມີແລ້ວເອົາໄປ

ເຜົາໄຟໃຫ້ສຸກ ປະສົມເກືອ 1-2 ບ່ວງແກງ ແລ້ວຕາກໃຫ້ແຫ້ງ.

##### ▪ ວິທີໃຊ້: ໃຫ້ກິນທຸກຕອນເຊົ້າ- ແລງ ປະມານ 7 ມື້.

##### ▪ ສັບພະຄຸນ: ຄວາຍຈະກິນຫຍ້າດີ ແລະຕຸ້ຍພີ.

##### ຕຳລາທີ 2

##### ▪ ສ່ວນປະກອບ:

- ເຄືອເຂົ້າຮໍ (*Tinospora crispa* Miers )

- ຫົວເອື້ອງບິນ (Costus speciosus Smith )

- ເຂົ້າຈ້າວ

- ໝາກພ້າວ

- ຫົວຜັກໜາມ (Lasia spinosa THW )

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ຕຳເຂືອເຂົ້າ 1 ກິໂລ+ຫົວເອື້ອງບິນ 0,5 ກິໂລ ແລະ ຫົວຜັກໜາມ 0,5 ກິໂລແລ້ວຄັ້ນເອົາແຕ່ນ້ຳມາປະສົມກັບເຂົ້າຈ້າວທີ່ຕຳແລ້ວ 1 ລິດ, ໝາກພ້າວຂົ້ວແລ້ວ 1 ໜ່ວຍແລ້ວປັ້ນເປັນລູກກອນ ຂະໜາດເທົ່າກັບໝາກນາວແລ້ວເອົາໄປຕາກແດດ.

▪ **ວິທີໃຊ້:** ຕຳລູກກອນ 1 ລູກປະສົມກັບນ້ຳມວກ 1 ລິດ ແລະ ເກືອໃຫ້ກິນທຸກເຊົ້າ - ແລງ

▪ **ສັບພະຄຸນ:** ຄວາຍຈະຕຸ້ຍພິສົມບູນຂຶ້ນ.

**ຕຳລາທີ 3**

▪ **ສ່ວນປະກອບ:** - ບອນໜາມ ( Lasia spinosa Thw )

- ໝາກປີ ( Musa sapientum Linn.)

- ເກືອ

▪ **ວິທີປຸງ:** ນຳເອົາຫົວຜັກໜາມມາເຜົາ, ກ່ອນຈະເຜົາຄວນທຸບຫົວບອນໜາມໃຫ້ແຕກເລັກນ້ອຍ ໃຊ້ເກືອປະມານຫຍິບນຶ່ງໃສ່ໃນຫົວຜັກໜາມ (ຕໍ່ 1 ຫົວ) ເຜົາຈົນສຸກດີກໍ່ໃຊ້ໄດ້, ສຳລັບຫົວປີໃຫ້ນຳມາເຜົາເຊັ່ນດຽວກັນແຕ່ບໍ່ຕ້ອງໃສ່ເກືອ.

▪ **ວິທີໃຊ້:** ໃຫ້ສັດກິນມື້ລະ 1 ຫົວ( ອາດຈະໃຫ້ກິນທັງສອງຢ່າງຫຼືຢ່າງໃດຢ່າງນຶ່ງ) ບໍ່ຄວນເຜົາປະໄວ້ແຮມຄົນ.

▪ **ສັບພະຄຸນ:** ເປັນຢາບຳລຸງໃຫ້ຄວາຍຕຸ້ຍພິ.

▪

**ຕຳລາທີ 4**

▪ **ສ່ວນປະກອບ:** - ເຄືອເຂົ້າຮໍ( Tinospra crispa Miers )

- ຢາດຳ 2 ກ້ອນໂປ້ມີ.

- ເກືອ 200 ກຣາມ.

- ນ້ຳ 10 ລິດ.

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ດອງຢາດັ່ງກ່າວໃສ່ນ້ຳໄວ້ 1 ອາທິດ.

▪ **ວິທີໃຊ້:** ໃຫ້ກິນທັງນ້ຳແລະ ເຫຍື້ອຢາຕອນເຊົ້າ 2-3 ມື້.

▪ **ສັບພະຄຸນ:** ຄວາຍຈະແຂງແຮງ.

**4.3 ຢາປົວພະຍາດງົວແລະຄວາຍ**

4.3.1 ພະຍາດຄໍຕົບ ແລະ ພະຍາດເຕົ້າໂຮມເລືອດ ( ມີອາການຫາຍໃຈບໍ່ອອກ )

ຕຳລາທີ 1

- ສ່ວນປະກອບ: - ຫວ້ານໄພ, ເກືອ ແລະ ໝາກຂາມປຽກ
- ວິທີປຸງແຕ່ງ: ຕຳຫວ້ານໄພ 1 ກຳມີ ປະສົມກັບເກືອ ແລ້ວໃສ່ໝາກຂາມປຽກພໍປະມານຄົນໃຫ້ເຂົ້າກັນດີ.
- ວິທີໃຊ້: ໃຊ້ຢາທາຕຸ່ມຕາມຕໍ່ແລ້ວໃຫ້ກິນຢ່ານື້ນຳ.
- ສັບພະຄຸນ: ຄໍທີ່ບວມເຈັບຈະເຊົາ ແລະ ຢາຈະເປັນຢາຖ່າຍທ້ອງເຮັດໃຫ້ທ້ອງອຶດເຊົາ.

4.3.2 ຢາປົວພະຍາດ ປາກເປື້ອຍລົງເລັບ

ຕຳລາທີ 1

- ສ່ວນປະກອບ: - ເປືອກໝາກກອກ .  
- ເກືອ
- ວິທີປຸງ: ໃຊ້ເປືອກກົກໝາກກອກ ( ໝາກກອກບ້ານ) ປະມານ 1 ກິໂລ. ເກືອປະມານເຄິ່ງກິໂລຕົ້ມແລ້ວປະໃຫ້ເຢັນ.
- ວິທີໃຊ້: ໃຫ້ຖອກຢາໃສ່ບໍລິເວນກີບຕີນງົວ (ຢ່ານີ້ສາມາດຮັກສາໄດ້ຜົນດີ)

ຕຳລາທີ 2

- ສ່ວນປະກອບ: ເປືອກໝາກມັງຄຸດ ແລະ ນໍ້າປູນແດງ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ: ໃຊ້ເປືອກໝາກມັງຄຸດຝົນກັບນໍ້າປູນແດງ ( ນໍ້າໃສ )
- ວິທີໃຊ້: ທາກີບຕີນງົວ, ຄວາຍ.
- ໝາຍເຫດ: ເທົ່າທີ່ຊາວກະສິກອນເຄີຍໃຊ້ມາ ດີທີ່ສຸດແຕ່ໃຊ້ສະເພາະຮັກສາບາດແຜໃນກີບຕີນເທົ່ານັ້ນ.

ຕຳລາທີ 3

- ສ່ວນປະກອບ: ເຄືອເຂົ້າຮໍ, ວ້ານໄພ ແລະ ເກືອ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ: : ເອົາຢາຢ່າງລະກຳມີທັງ 3 ຢ່າງ ນັ້ນຕຳໃຫ້ເຂົ້າກັນ.
- ວິທີໃຊ້: : ໃຊ້ຖູທີ່ປາກມີລະເທື່ອ.
- ສັບພະຄຸນ: : ແຜເປື້ອຍທີ່ປາກຈະຄ່ອຍໆເຊົາ

ຕຳລາທີ 4

- ສ່ວນປະກອບ: ຕົ້ນໝາກກອກທີ່ຍັງນ້ອຍ, ໄມ້ສັກ ແລະ ນໍ້າປາ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ: : ເອົາຕົ້ນໝາກກອກ ແລະ ໄມ້ສັກປັດປະສົມໃຫ້ເຂົ້າກັນ ເຕີມນໍ້າປາລົງພໍເໝາະສົມເພື່ອຈະທາ.
- ວິທີໃຊ້: : ທາທີ່ປາກ ແລະ ຕີນງົວ,ຄວາຍທຸກເຊົາ - ແລງ.

ໃນ 2 - 3 ມື້.

- **ສັບພະຄຸນ:** : ປາກແລະຕີນຂອງງົວ, ຄວາຍຈະຫາຍຈາກພະຍາດພາຍ

**ຕຳລາທີ 5**

- **ສ່ວນປະກອບ:** ເປືອກກົກຂົມກະເດົາ ແລະ ເກືອ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ຕົ້ມເປືອກກົກກະເດົາໃສ່ກັບເກືອ.
- **ວິທີໃຊ້:** ເທນຳຢາທີ່ຕົ້ມຫົດລົງກັບຕີນ ແລະ ຫາປາກເຊົ້າ - ແລງ
- **ສັບພະຄຸນ:** ບາດແຜທີ່ປາກແລະຕີນຈະແຫ້ງ.

**4.3.3 ຢາປົວພະຍາດລິ້ນເປັນແຜອັກເສບ**

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ:** ໝາກເພືອງ 2 ໜ່ວຍ ແລະ ເກືອໜ້ອຍນຶ່ງ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ຕັດໝາກເພືອງເປັນຕ່ອນໆແລ້ວໃສ່ເກືອພໍເຄັມໆ
- **ວິທີໃຊ້:** ປ້ອນໃຫ້ກິນມື້ລະ 2 ເທື່ອເຊົ້າ-ແລງ
- **ສັບພະຄຸນ:** ພະຍາດລິ້ນເປື້ອຍຈະເຊົາພາຍໃນ 3

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ:** ຫວ້ານໄພ ແລະ ເກືອ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ຕຳຫວ້ານໄພກັບເກືອພໍເຄັມໆ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ປ້ອນໃຫ້ກິນມື້ລະ 2 ເທື່ອ ເຊົ້າແລະແລງ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ພະຍາດລິ້ນເປື້ອຍຈະເຊົາພາຍໃນ 3 ມື້.

**4.3.4 ຢາປົວພະຍາດກັບຕີນງົວ - ຄວາຍອັກເສບ.**

**ຕຳລາ ທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ:** ເປືອກກົກກູ່ 3 ກຳມີ, ໃບຫຍ້າຂົວ 3 ກຳມີ ແລະ ເກືອ 1 ກຳມີ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** : ຟັກໃບຫຍ້າຂົວ ແລະ ເປືອກກົກກູ່ໃຫ້ເປັນຕ່ອນນ້ອຍໆ ແລ້ວນຳໄປໃສ່ໝໍ້ໃສ່ເກືອລົງໄປຕົ້ມນຳລົງໄປໃຫ້ຖ້ວມຕົ້ມໃຫ້ຟົດປະມານ 10 ນາທີ (ພໍໃຫ້ຢາງອອກ) ແລ້ວປະໄວ້ໃຫ້ເຢັນ.

- **ວິທີໃຊ້ :** :ເອົານຳຢາລາດທີ່ກັບຕີນປ່ອນທີ່ເນົ່າເປື້ອຍໃຫ້ປຸງມື້ລະ 3 ເທື່ອ.

- **ສັບພະຄຸນ :** ເຮັດຕິດຕໍ່ກັນ 7 ມື້ ໂຮກກັບຕີນເນົ່າຂອງຄວາຍຈະເຊົາ.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ:** ເປືອກກົກກູ່ ຫຼາຍເທົ່າໃດຍິ່ງດີແລະນ້ຳ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ຕົ້ມເປືອກກົກກູ່ຫຼາຍພໍສົມຄວນກັບນ້ຳທຳມະດາ ແລ້ວຕົ້ມ

ຂ້າງຈົນໄດ້ນ້ຳມີສີແດງເຂັ້ມ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເຮັດຄອກກັນສັດໃຫ້ພໍດີໂຕ ຊຸດຊຸມໃຫ້ໃຫຍ່ພໍດີໂຕສັດ, ເຫນື້ອເປືອກກິກດູ່ທີ່ຕົ້ມເຢັນແລ້ວລົງໃນຫຼຸມທີ່ຊຸດໄວ້. ຈູງອີ່ອາເອົາສັດທີ່ຕົນເປື້ອຍທັງ 4 ຕົນນັ້ນແຂ່ງລົງທີ່ນັ້ນມີລະປະມານ 2-3 ຊົ່ວໂມງເຮັດ 4 ມື້ລຽນຕິດ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ພະຍາດກົບຕົນເປັນບາດແຜຈະຫາຍເຊົາໄດ້.

4.3.5 ຢາປົວພະຍາດທ້ອງຜູກ ແລະ ທ້ອງອີດງົວ - ຄວາຍ.

ຕຳລາທີ 1

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ໝາກນັດ (Ananas comosus Merr.)  
▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ຕັດຕົ້ນໝາກນັດ 2 ຕົ້ນໃຫ້ເປັນທ່ອນນ້ອຍ ໆ ແລ້ວຄັ້ນເອົາແຕ່ນ້ຳ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເອົານ້ຳທີ່ຕຳໃຫ້ກິນ 1-2 ຄັ້ງ ຈົນກວ່າຈະຫາຍດີ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ຮັກສາໂຮກທ້ອງອີດຂອງຄວາຍ.

ຕຳລາທີ 2

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ຫວ້ານສາລະພັດພິດ (Porrtalata Pilosa F.Linn.) ແລະ ເຫຼົ້າຂາວ.

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ຕຳຫວ້ານສາລະພັດພິດ ແລ້ວປະສົມກັບເຫຼົ້າ ສາໂທຫຼືເຫຼົ້າຂາວ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເອົາໃຫ້ງົວ-ຄວາຍກິນ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : 1-2 ຊົ່ວໂມງຫຼັງຈາກກິນນ້ຳຢານີ້ແລ້ວທາດອາຍຫຼືທາດລົມໃນທ້ອງຈະຄ່ອຍໆຫຼຸດລົງ.

ຕຳລາທີ 3

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ຜັກພິພວຍຈຳນວນ 2 ກຳມີ ແລະ ເກືອ ຈຳນວນ 1 ບ່ວງ.

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ເອົາຜັກພິພວຍ 2 ກຳມີ ຕຳປະສົມກັບເກືອ ແລະ ນ້ຳ (ໃຊ້ເກືອເລັກນ້ອຍພໍເຄັມ).

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເອົາໃຫ້ກິນມີລະຄັ້ງຫຼືຫຼາຍກວ່ານັ້ນ , ອີງຕາມອາການໜັກຫຼື ເບົາ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ຊ່ວຍຢຸດຖ່າຍ (ຂີ້ແຫຼວ).

ຕຳລາທີ 4

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: - ກ້ານຂົມກະເດົາ 3 ກ້ານ

- ໝາກກະດອນ 3 ໜ່ວຍ (Cymnopetatum cochinchinenseseKurz.)

- ໃບໝາກພິລາ 1 ກຳມີ (Punica granatum Linn.)

- ຫົວບົວ (ຫົວຫອມໂທນ ຫຼື ຫົວທີ່ບໍ່ມີກີບແປງ) 3 ຫົວ.
- ຂີ້ໄຄເຮືອ (ຊຸດເອົາຈາກເຮືອເກົ່າ).
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ໃສ່ໝໍ້ຕົ້ມລວມກັນຂັງເອົາແຕ່ນໍ້າໃຫ້ໄດ້ປະມານ 2/3.
- **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ກິນພາຍໃນ 6 ຊົ່ວໂມງເທື່ອລະນ້ອຍແລ້ວແຕ່ສັດໃຫຍ່ ຫຼືນ້ອຍ, ອາການໜັກ-ເປົາ ກິນ 3 - 4 ເທື່ອກໍຈະຫາຍ.
- **ສັບພະຄຸນ** : ຮັກສາພະຍາດຖອກທ້ອງ-ເປັນມູກ-ເປັນເລືອດໄດ້.

4.3.6 ຢາຮັກສາພະຍາດຖອກທ້ອງງົວ - ຄວາຍ

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ**: ໃບຊາຫຼອດ
- **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ຄວາຍກິນເລີຍ
- **ສັບພະຄຸນ** : ຈະດີຈາກອາການຖອກທ້ອງ

ຕຳລາທີ 2

- **ສ່ວນປະກອບ**: - ຫວ້ານໄພ (Zingiber cassumunar Roxb.)  
- ໃບຂ່າ (Alpinia galanga Schw.)  
- ໃບສີສັງວນ້ອຍ (Bauhinia hirsuta Moim)
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ**: ຕຳໃບຂ່າ, ຫວ້ານໄພ , ໃບສີສັງວນ້ອຍລວມກັນຢ່າງລະກຳມີ ແລ້ວທໍ່ຜ້າແຊ່ນໍ້າ.
- **ວິທີໃຊ້** : ເອົາໃຫ້ງົວ - ຄວາຍກິນ.
- **ສັບພະຄຸນ** : ຮັກສາໂຮກຖອກທ້ອງຂອງຄວາຍ.

ຕຳລາທີ 3

- **ສ່ວນປະກອບ**:  
- ເປືອກໝາກຂາມ 200 ກຣາມ (Tamarindus indica Lin  
- ເປືອກແກ 200 ກຣາມ (Artocarpus altilis Park.)
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ໃຊ້ຕົ້ມກັບນໍ້າຈຳນວນ 2 ລິດ.
- **ວິທີໃຊ້** : ຕົ້ມໃຫ້ກິນຕະຫຼອດມື້.
- **ສັບພະຄຸນ** : ໃຊ້ເວລາຮັກສາປະມານ 3 ວັນ ອາການຖອກທ້ອງ ຂອງ ຄວາຍຈະດີຂຶ້ນ.

4.3.7 ຢາຂ້າແມ່ທ້ອງຂອງງົວ - ຄວາຍ

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ**: ນວນໝາກຂາມ (Tamarindus indixa Linn) ແລະ

ເກືອ.

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ເອົານວນໝາກຂາມປະມານ 1 ກິໂລ ລະລາຍໃນນ້ຳ ແລ້ວໃສ່ເກືອເລັກນ້ອຍ.

▪ **ວິທີໃຊ້**: ລິນເອົາແຕ່ນ້ຳມາໃຫ້ງົວ- ຄວາຍກິນຕອນເຊົ້າເທື່ອດຽວ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ເປັນຢາຂັບຖ່າຍ.

**ຕຳລາທີ 2**

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ຕົ້ນບອນແດງ (ບອນກຳ) (Caladium bicolor Vent.)

ແລະ ເກືອ

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ເອົາຕົ້ນບອນແດງຕົ້ມໃສ່ເກືອປະໄວ້ຈົນເປ້ອຍ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ກິນຕອນເຊົ້າເທື່ອດຽວປະມານ 1 ລິດໂດຍໃຫ້ກິນຕິດ ຕໍ່ກັນ 3 ມື້

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ເປັນຢາຖ່າຍ ຫຼັງຈາກຖ່າຍແລ້ວຄວາຍຈະກິນອາຫານດີ.

**ຕຳລາທີ 3**

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ຍອດໝາກຄຳງວ 1 ຍອດ (Areca catechu Linn.), ນ້ຳມວກ 3 ກວດເຫຼົ້າແມ່ຂອງ.

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ຕັດຍອດໝາກມາແຊ່ໃສ່ນ້ຳມວກ 3 ກວດເຫຼົ້າແມ່ຂອງປະ ໄວ້ 1 ມື້ ຍອດໝາກຍອດນຶ່ງແມ່ນໃຫ້ກິນໄດ້ 3 ເທື່ອ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເອົານ້ຳດັ່ງກ່າວໃຫ້ຄວາຍກິນຕອນເຊົ້າ.

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ເປັນຢາຖ່າຍພະຍາດ ແລະ ຈະເຮັດໃຫ້ຄວາຍເມົາ.

**ຕຳລາທີ 4**

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ໝາກເກືອ 1 ກິໂລ (Diospyros mollis Griff.), ເກືອ 2 ກຳມື, ນ້ຳ 1 ແກ້ວແປບຊີ

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ**: ຕຳໝາກເກືອກັບເກືອແລ້ວໃສ່ນ້ຳ, ຕອງເອົາແຕ່ນ້ຳຢາ.

▪ **ວິທີໃຊ້** : ເອົານ້ຳຢາໃຫ້ກິນ

▪ **ສັບພະຄຸນ** : ຄວາຍຈະຖ່າຍພະຍາດອອກມາ.

**4.3.8 ຢາປົວພະຍາດຂີ້ຂາວ(ຂີ້ປູນ) ງົວ-ຄວາຍນ້ອຍ**

**ຕຳລາທີ 1**

▪ **ສ່ວນປະກອບ**: ເປືອກໄມ້ຖະໂລ້ (ຄຳເອີ້ນໃນພາກເໜືອຂອງປະເທດໄທ) ພາສາລາວທາງພາກເໜືອເອີ້ນວ່າໄມ້ຖະໂລ້ (ໄມ້ມີຄາຍ)

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ**: ນຳເອົາໄມ້ຖະໂລ້ມາຊູດຜົວນອກອອກຫຼືຮອນເປືອກ ຂອງ ທີ່ມີຂົນ ແລະ ມີຄາຍອອກ ແລ້ວນຳມາຕາກແດດໃຫ້ແຫ້ງ ຫຼັງຈາກນັ້ນນຳເອົາມາທູບ ຫຼື ບິດໃຊ້

ເປືອກໄມ້ 1 ກິໂລ ຕົ້ມໃຫ້ໄດ້ນ້ຳ 2 ຈອກປະມານ 850 ຊີຊີ. (ໂດຍເຕີມນ້ຳລ່ວງໜ້າໄວ້ປະມານໜຶ່ງ ເທົ່າທີ່ຕ້ອງການ ).

- **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ສັດກິນມື້ລະ 2 ທ້ອ ເຊົ້າ - ແລງ.
- **ສັບພະຄຸນ** : ໂລກຂີ້ປູນຈະເຊົາໃນ 2-3ມື້ ໂດຍປຸງຕົວຢາຕົ້ມທຸກມື້ຢ່າ

ໃຊ້ຢາເກົ່າ.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ**: ກະທິໝາກພ້າວ, ໃບໝາກພຸກ (ໝາກກ້ຽງໃຫຍ່)
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ກະທິໝາກພ້າວຕົ້ມກັບໃບໝາກພຸກ.
- **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ຄວາຍນ້ອຍກິນໃນໄລຍະ 3 ມື້ ທັງເຊົ້າ ແລະ ແລງ (ໃຫ້ກິນຄາບລະ 800 ມິນລິລິດ) ໂດຍສັງເກດເບິ່ງຂີ້ຂາວກາຍປັນສີດຳ ແລ້ວກໍຖືວ່າມັນເຊົາ.
- **ສັບພະຄຸນ** : ແກ້ໂລກຂີ້ປູນ.

**4.3.9 ຢາຂ້າພະຍາດແມ່ທ້ອງຈະຊ່ວຍໃຫ້ຄວາຍກິນຫຍ້າ ແລະ ຕຸ້ຍພີ**

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ** : ນ້ຳປາແດກ, ໃບໝາກຫຸ່ງແກ່.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ**: ຕຳໃບໝາກຫຸ່ງແກ່ 1 ໃບໃຫ້ລະອຽດປະສົມກັບນ້ຳປາແດກ 50 ມິນລິລິດ ແລ້ວຕອງເອົາແຕ່ນ້ຳ.
- **ວິທີໃຊ້** : ງົວ-ຄວາຍໃຫ້ກິນທັງໝົດເທື່ອດຽວ, ສ່ວນໂຕນ້ອຍໃຫ້ກິນເຄິ່ງນຶ່ງ
- **ສັບພະຄຸນ** : ເປັນຢາຂັບຖ່າຍພະຍາດຕ່າງໆສຳລັບງົວ-ຄວາຍ.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ**: - ໃບໝາກພຸກ (ໝາກກ້ຽງໃຫຍ່) ແລະ ໃບຂ່າ (Alpinia galanga Sehw.)
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ** : ເອົາ ໃບໝາກພຸກ ແລະ ໃບຂ່າຕຳໃຫ້ເຂົ້າກັນ ແລ້ວບີບເອົານ້ຳ.
- **ວິທີໃຊ້** : ໃຫ້ກິນມື້ລະ 3 ຄັ້ງ.
- **ສັບພະຄຸນ** : ເປັນຢາຂັບຖ່າຍພະຍາດ.

**ຕຳລາທີ 3:**

- **ສ່ວນປະກອບ**: ຮາກໝາກເກືອ (Diospyros mollis Griff ), ນ້ຳກະທິ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ**: ຕຳຮາກໝາກເກືອ 1-2 ກຳມີ ແລ້ວປະສົມກັບນ້ຳກະທິໝາກພ້າວປະມານ 1 ບ່ວງແກງ.
- **ວິທີໃຊ້**: ໃຫ້ຄວາຍກິນມື້ລະຄັ້ງໃນຕອນເຊົ້າທຸກໆມື້ ກິນປະມານ 4 ມື້ ຖ້າຄວາຍນ້ອຍແມ່ນໃຊ້ຮາກໝາກເກືອປະມານ 1 ກຳມີ, ຄວາຍໃຫຍ່ໃຊ້ຮາກໝາກເກືອ 2 ກຳມີ.

- **ສັບພະຄຸນ:** ເມື່ອຄົບ 4 ມື້ສັດຈະຖືກຂັບຖ່າຍພະຍາດແມ່ທ້ອງອອກໝົດ  
ຕຳລາທີ 4

- **ສ່ວນປະກອບ :** ໃບໝາກຂຽບ(Anonasguamoso Linn.) ແລະເກືອ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ຕຳໃບໝາກຂຽບກັບເກືອແລ້ວປັ້ນເປັນກ້ອນ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ໃຫ້ກິນປະມານ 2 ກ້ອນ ເຊົ້າ-ແລງ.
- **ສັບພະຄຸນ:** ເປັນຢາຖ່າຍທ້ອງຂອງຄວາຍ.

4.3.10 ຢາຮັກສາບາດທຳມະດາ ແລະ ມີໜອນ

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ :** ຢາເສັ້ນຊະນິດປຸກ ແລະ ປູນແດງ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ຢາປຸກ ປະສົມກັບປູນແດງ
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົາຢາທີ່ປະສົມ ແລ້ວຍັດໃສ່ບາດແຕ່ບໍ່ຕ້ອງແກະອອກ ບາດຈະ  
ຄ່ອຍໆເຊົາ ແລະ ກ້ອນຢາຈະດັນອອກມາເອງໂດຍທີ່ບໍ່ຕ້ອງແກະອອກ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ປົວບາດແຜໄດ້, ຢາສູດນີ້ກັນໜອນ ແລະ ແມງວັນໄດ້ດີ.

ຕຳລາທີ 2

- **ສ່ວນປະກອບ :** - ຕົ້ນກະພຸກແດງ (ອິດ) 1 ກິໂລກຣາມ  
- ປູນແດງ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ເອົາຫົວກະພຸກແດງມາຕຳໃຫ້ມຸ່ນ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົາຢາທີ່ໄດ້ໄປໂພະໃສ່ບາດແຜທີ່ເປັນໜອນ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ໃຊ້ກັດໜອງ, ຂ້າໜອນ ແລະ ກັດຝ້າໜອງໄດ້ດີ.

ຕຳລາທີ 3

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຢາງຕົ້ນໝາກສັກ (ຕົ້ນສະບູ) 500 ກຣາມ  
- ປູນແດງ 100 ກຣາມ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ຢາງຕົ້ນໝາກສັກປະສົມກັບປູນແດງ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ໃຊ້ຢາທາປາກ ຂອງ ສັດ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ຈະເຮັດໃຫ້ບາດແຫ້ງ.

4.3.11 ຢາແກ້ເຈັບຕາ ນ້ຳຕາໄຫຼ ແລະ ມີພະຍາດໃນຕາ.

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຜັກສຳໂຮງ (ກຳລັງອາ) 1 ກຳມື.  
- ປອກປອມຂົມ 1 ກຳມື  
- ປູນແດງທໍ່ຫົວໂປ້ມື  
- ຫິນສົ້ມທໍ່ປາຍນິ້ວກ້ອຍ.

- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ຜັກສຳໂຮງ, ປອກປອມຂົນ ແລະ ປູນແດງນຳເອົາໄປເຜົາໄຟເປັນຂີ້ເຖົ່າ ແລ້ວຕຳຮວມກັນກັບຫິນສົ້ມຮ່ອນໃຫ້ລະອຽດ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເປົ່າເຂົ້າຕາຂອງສັດ, ຄວນໃຊ້ກ້ອງດູດເປົ່າ, ເມື່ອເປົ່າເຂົ້າຕາແລ້ວຈະເປັນສີແດງເບິ່ງເປັນຕາຍ້ານ ແຕ່ບໍ່ຕ້ອງຍ້ານເພາະງົວບໍ່ເປັນຫຍັງ ແລະ ຈະເຊົາ ເມື່ອເປົ່າຄັ້ງທຳອິດ ແລ້ວອີກ1-2 ມື້ຈຶ່ງເປົ່າຊັອີກ ແລະ ເຮັດບໍ່ເກີນ 3 ຄັ້ງ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ດີເຈັບຕາ.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ນ້ຳສະອາດ (ນ້ຳຝົນ) 1 ໂອ.  
- ຫົວຫອມນ້ອຍ (ຜັກບົ່ວເລີຍ) ປະມານ 3 ຫົວ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ນ້ຳສະອາດ ຄົ້ນດ້ວຍ ຫົວຫອມນ້ອຍ ແລ້ວຕອງເອົາຫົວຫອມອອກ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ໃຊ້ສ່ວນນ້ຳທີ່ໄດ້ລ້າງຕາ ທັງເຂົ້າ ແລະ ແລງ
- **ສັບພະຄຸນ :** ແກ້ເຈັບຕາ.

**ຕຳລາທີ 3**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ເປືອກໝາກຂາມປ້ອມ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ເອົາເປືອກໝາກຂາມປ້ອມມາຫຍັ້ງ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົາໝາກຂາມປ້ອມທີ່ຫຍັ້ງ ແລ້ວໃສ່ຕາສັດໃນຍາມ ເຊົ້າ 3 ມື້ກໍ່ຈະຫາຍ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ແກ້ເຈັບຕາ.

**ຕຳລາທີ 4**

- **ສ່ວນປະກອບ :** - ເຄືອໂລງໂຄ່ງ  
- ນ້ຳຢຸ່ງວ  
- ຫຍ້າຕິດຕໍ່.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ເຄືອໂລງໂຄ່ງ, ຫຍ້າຕິດຕໍ່ປະສົມກັບນ້ຳຢຸ່ງວ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ຊິດເຂົ້າໜ່ວຍຕາທັງເຂົ້າແລະແລງໃນໄລຍະ 3 ມື້ກໍ່ຈະດີ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ແກ້ເຈັບຕາ.

**4.3.12 ຢາເຮັດໃຫ້ງົວ - ຄວາຍຄຸ້ນເຄີຍກັບຄືນ:**

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ :** ຫຍ້າຫັນໄກ່.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົາຫຍ້າຫັນໄກ່ໄປທາໃສ່ໂຕສັດ ເມື່ອມັນຄັນ ມັນຢາກໃຫ້ຄືນເກົ່າມັນກໍ່ຈະກັບມາຫາຄືນ.

- ສັບພະຄຸນ : ເຮັດໃຫ້ງົວ ຄວາຍຄຸ້ນຄົນ.

4.3.13 ຢາປົວຄວາຍອອກລູກຍາກ ຫຼື ແຫ່ຄ້າງ (ນ້ອງຄ້າງ)

ຕຳລາທີ 1

- ສ່ວນປະກອບ: ໃບສົ້ມພໍ່.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ : ຕັດໃບສົ້ມພໍ່ທັງກິ່ງມາຕຳ ແລ້ວຄັ້ນເອົາແຕ່ນຈໍ້.
- ວິທີໃຊ້ : ຖອກນ້ຳຄັ້ນຈາກໃບສົ້ມພໍ່ໃຫ້ຄວາຍກິນ.
- ສັບພະຄຸນ : ປົວອາການຄອດບໍ່ອອກ ຫຼື ພິກຄ້າງຂອງຄວາຍ.

ຕຳລາທີ 2:

- ສ່ວນປະກອບ: - ງວງກົກຕານຕົວຜູ້ 3 ງວງ.  
- ນ້ຳມວກ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ : ໃຊ້ງວງຕານຕຳໃຫ້ລະອຽດເຕີມນ້ຳມວກລົງໄປຈົນຖ້ວມ

ແລ້ວປະໄວ້ 3 ຄືນ.

- ວິທີໃຊ້ : ໃຫ້ກິນມື້ລະ 1 ເທື່ອກ່ອນອາຫານເຊົ້າປະມານ 1 ແກ້ວເຫຼົ້າ ແລະ ໃຫ້ກິນຕິດຕໍ່ກັນ 5-7 ມື້.

- ສັບພະຄຸນ : ປົວອາການຄອດບໍ່ອອກ ຫຼື ພິກຄ້າງ ຂອງ ຄວາຍ.

4.3.14 ຢາແກ້ພິດ (ງູ, ຂີ້ເຂັບ..) ໃຫ້ແກ່ ງົວ -ຄວາຍ:

ຕຳລາທີ 1

- ສ່ວນປະກອບ : - ສະເຫຼດພັງພອນໂຕຜູ້ 7 ໃບ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ : ໃຊ້ໃບຕຳໃຫ້ລະອຽດ.
- ວິທີໃຊ້ : ເອົາໂພະໃສ່ປາກບາດ (ປິດບາດແຜ).
- ສັບພະຄຸນ : ສາມາດປິ່ນປົວພິດ ຂີ້ເຂັບກັດໄດ້.

ຕຳລາທີ 2

- ສ່ວນປະກອບ: - ສະເຫຼດພັງພອນ.  
- ເຫຼົ້າຂາວ.
- ວິທີປຸງແຕ່ງ : ຕຳໃບສະເຫຼດພັງພອນປົນກັບເຫຼົ້າຂາວ.
- ວິທີໃຊ້ : ຖອກໃຫ້ ງົວ - ຄວາຍ ກິນ.
- ສັບພະຄຸນ: ແກ້ພິດຂອງງູ ແລະ ບາງຄົນເວົ້າວ່າແກ້ໂລກບາດທະຍັກ

ໄດ້ນຳ.

ຕຳລາທີ 3

- ສ່ວນປະກອບ: - ຫວ້ານພະຍາງຈິງອາງ  
- ນ້ຳມວກ.

- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ຫວ້ານພະຍາຈູຈູອາງຕຳແລ້ວປົນກັບນ້ຳມວກ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ຖອກໃສ່ປາກສັດປະມານ 1 ລິດແລະຖອກໃສ່ປາກພຽງຄັ້ງດຽວ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ຈະແກ້ພິດງູໄດ້.

**ໝາຍເຫດ:** ຢາສູດນີ້ຜູ້ເປັນເຈົ້າຂອງສູດ ຍິນຍັນວ່າໄດ້ຜົນແນ່ນອນເພາະເຄີຍມີປະສົບການດ້ວຍຕົນເອງ ຜູ້ກ່ຽວເລົ່າໃຫ້ຟັງວ່າ: ໄດ້ຜູກງົວໄວ້ກາງທົ່ງ ເມື່ອກັບໄປເບິ່ງງົວອີກຄັ້ງນຶ່ງປະກົດວ່າງົວຍິນຫຼັງກົງ. ລັກສະນະງົວທີ່ຖືກງູກັດແມ່ນຈະມີເລືອດອອກ ຕາມຮູຂົນ. ເວລາເຮົາເອົາມືກົດລົງໄປເທິງຜິວໜັງຈະມີເລືອດອອກມາ, ກິ້ນຈະປັ້ນມີເລືອດອອກທາງຮູດັງ, ຊຶ່ງລັກສະນະດັ່ງກ່າວນີ້ຄ້າຍຄືກັນກັບງົວ-ຄວາຍທີ່ເປັນພະຍາດໄຂ້ເລືອດດຳ (ແອນແທຣກ-Althrax). ເມື່ອແນ່ໃຈວ່າຖືກງູກັດ ລາວຈຶ່ງໄດ້ນຳສ່ວນປະສົມຢາດັ່ງກ່າວຖອກໃສ່ປາກງົວ. ຫຼັງຈາກນັ້ນງົວຢຽວອອກມາ ເປັນສີເລືອດ ແລະ ຫາຍຈາກອາການດັ່ງກ່າວ. ຖ້າປົວບໍ່ທັນງົວຈະຕາຍພາຍໃນ 30 ນາທີ.

**4.3.15 ຢາປິ່ນປົວກາກ ແລະ ເຮື້ອນຂອງ ງົວ - ຄວາຍ**

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ :** - ມາດ(ຝຸ່ນ).  
- ນ້ຳມັນໝາກພ້າວ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ມາດປະສົມກັບນ້ຳມັນໝາກພ້າວ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ທາບໍລິເວນທີ່ເປັນກາກ ແລະ ເຮື້ອນ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ທາເປັນປະຈຳຈົນກວ່າພະຍາດຈະຫາຍ.

**4.3.16 ຂ້າເຫັບ, ໄຮ ແລະ ເຫົາ ຂອງ ງົວ - ຄວາຍ**

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຢາເສັ້ນປຸກງູ.  
- ນ້ຳມັນກາດ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ຢາແຂ່ນນ້ຳມັນກາດ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົານ້ຳຢາມາທາໃສ່ຕີນໂຕ ຂອງ ງົວ - ຄວາຍ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ກຳຈັດເຫັບ, ເຫົາ ແລະ ໄຮ.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຢາເສັ້ນປຸກ.  
- ນ້ຳປຸ້ນແດງ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ໃຊ້ຢາປຸກປະສົມກັບນ້ຳປຸ້ນແດງແຂ່ໄວ້ 2 ວັນ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົານ້ຳຢາມາທາໃສ່ຕີນໂຕ ຂອງ ງົວ - ຄວາຍ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ກຳຈັດເຫັບ, ເຫົາ ແລະ ໄຮ.

### 4.3.17 ຢາປ້ອງກັນຍຸງ ແລະ ໂຕເຫຼືອກ

#### ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ເຄືອເຂົ້າສໍ 85 ສ່ວນ.  
- ເກືອ 15 ສ່ວນ.  
- ນໍ້າສະອາດປະມານເຄິ່ງປິດແປ້ງນົວ.
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ໃຊ້ເຄືອເຂົ້າສໍ 85 ສ່ວນຕຳແລ້ວປະສົມກັບເກືອ (ອັດຕາສ່ວນຂອງ ເຄືອເຂົ້າສໍຕໍ່ເກືອ 17 ຕໍ່ 3). ນຳສ່ວນປະສົມນີ້ລົງໃນປິດໃຫ້ໄດ້ເຄິ່ງປິດແລ້ວຕື່ມນໍ້າສະອາດຈົນເຖິງລະດັບສາມສ່ວນສີ່ ຂອງ ປິດ ແລ້ວແຊໄວ້ປະມານ 1 ອາທິດ.
- **ວິທີໃຊ້:** : ນຳເອົາຢາທີ່ປະສົມແລ້ວນັ້ນມາໃຫ້ກິນ, ໃນໄລຍະທຳອິດຈະບໍ່ມັກກິນ ແຕ່ຖ້າຝຶກອີກບໍ່ດົນກໍຈະເລີ່ມກິນ. ພະຍາຍາມໃຫ້ກິນຕິດຕໍ່ກັນດົນໆ ຄວາມຂົມຂອງ ເຄືອເຂົ້າສໍ ເຮັດໃຫ້ໂຕເຫຼືອກຍຸງບໍ່ຕອມ ທາງທີ່ດີຄວນໃຊ້ກັບພໍ່ພັນຫຼືແມ່ພັນ. ບໍ່ຄວນໃຫ້ກິນຊຸນ (ງົວລ້ຽງເອົາ ຊີ້ນ) ຈະເຮັດໃຫ້ຊີ້ນມີຄວາມຂົມ.ສ່ວນປະສົມ ຂອງ ເຄືອເຂົ້າສໍຈະຢູ່ໄດ້ປະມານ 6 ເດືອນຈຶ່ງປ່ຽນ ໃໝ່.
- **ສັບພະຄຸນ:** ກັນຍຸງ ແລະ ໂຕເຫຼືອກ.

### 4.4 ຢາປິ່ນປົວພະຍາດໄກ່

#### 4.4.1 ຢາປິ່ນປົວພະຍາດນິວຄາສເຊິນ (ໄກ່ຕາຍພາກ )

ນັກລ້ຽງສັດພື້ນເມືອງຜູ້ຊຳນານໃນການລ້ຽງໄກ່ລາດ ແລະ ເປັນຜູ້ເລີ່ມຕົ້ນໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງເພື່ອຮັກສາພະຍາດນິວຄາສເຊິນ (ໄກ່ຕາຍພາກ) ຈົນປະສົບຄວາມສຳເລັດ ດັ່ງທ່ານ ຊາຖາ ກະລາມ ອາຍຸ 43 ປີ ປະຊາຊົນ ບ້ານບໍ່ແດງ, ໜ່ວຍ 14 ຕາແສງ ຄົມຊາດ, ເມືອງໜອງສອງທ້ອງ, ແຂວງຂອນແກ່ນ (ປະເທດໄທ). ທ່ານຊາຖາກະລາມໄດ້ເຮັດນາເປັນອາຊີບຊຶ່ງມີເນື້ອທີ່ 2,4 ເຮັກຕາ, ຄອບຄົວຂອງຊາຖາ ມີລູກນຳກັນ 9 ຄົນ ຮຽນໜັງສືຈົບພຽງຊັ້ນປະຖົມ. ສະນັ້ນເພື່ອຫາລາຍ ໄດ້ເພີ່ມໃຫ້ແກ່ຄອບຄົວ ທ່ານຍັງລ້ຽງໄກ່ລາດ 72 ໂຕ, ຄວາຍລາດ 3 ໂຕ ແລະ ໝູພັນພື້ນເມືອງ 1 ໂຕ. ມີຫຼາຍຄັ້ງທີ່ເຂົ້າບໍ່ພໍກິນ ເພິ່ນກໍໄດ້ອາໄສການຂາຍໄກ່ເພື່ອແລກເຂົ້າມາກິນ, ຊຶ່ງເຮັດໃຫ້ການ ຮັບຈ້າງເລື້ອຍໄມ້ແລະ ຮັບຈ້າງຢ່າງອື່ນໆ ໜ້ອຍລົງ ຄອບຄົວນີ້ຈຶ່ງຮັກການລ້ຽງໄກ່ ແລະ ໄດ້ລ້ຽງໄກ່ເປັນທີ່ເພິ່ງ. ເພື່ອຕ້ານທານກັບພະຍາດໄກ່ຕາຍພາກ ເພິ່ນໄດ້ໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງຕ່າງໆ ເຊິ່ງພໍ່ເພິ່ນໄດ້ເຄີຍໃຊ້ປິ່ນປົວມາເຊັ່ນ: ເຄືອເຂົ້າສໍ, ຕົ້ນຜັກຂະ ແລະ ເປືອກກະເດົາ. ເພິ່ນໄດ້ເລົ່າວ່າ: ປີນັ້ນຂ້າພະເຈົ້າທົດລອງເບິ່ງ ແຕ່ເຮັດເທື່ອດຽວບໍ່ໄດ້ຜົນ. ໃນປີຕໍ່ມາຂ້າພະເຈົ້າໄດ້ ເລົ່າເລື່ອງນີ້ໃຫ້ໝູ່ 3 ຄົນຟັງ, ໝູ່ຂ້າພະເຈົ້າເປັນຄົນຮັກໄກ່ ຢາກໃຫ້ຂ້າພະເຈົ້າເລີ່ມຕົ້ນຢ່າງຈິງຈັງ ພວກຂ້າພະເຈົ້າຈະຊ່ວຍ, ພໍດີໄລຍະນັ້ນໄດ້ມີພະນັກງານໂຄງການລົງມາແນະນຳທາງດ້ານການ ນຳໃຊ້ຕົ້ນໄມ້ເປັນຢາເຊັ່ນ: ລາຊາບີ (ຫຼືສາມພັນປີ) ປິ່ນປົວພະຍາດໄຂ້ຂອງຄົນກໍໄດ້,

ເຈັບທ້ອງ ກິນກໍ່ດີ. ຂ້າພະເຈົ້າຈຶ່ງມາຄິດວ່າພະຍາດນິວຄາສເຊິນນີ້ ໄກ່ຈະເປັນຫວັດກ່ອນ ເກືອບທຸກໆຄັ້ງ ຢາຊະນິດນີ້ອາດຈະມີຜົນເລີຍເອົາມາທົດລອງປະສົມກັບຕຳລາເດີມ ຂອງ ຂ້າພະເຈົ້າເຫັນໄດ້ວ່າໄດ້ຜົນອີ່ຫຼີ. ຕຳລາຢາພື້ນເມືອງທີ່ທ່ານຊາຖາ ຄົ້ນຄ້ວາ ແລະ ທົດລອງຈົນ ປະສົບຜົນສຳເລັດມີດັ່ງຕໍ່ໄປນີ້:

**ຕຳລາທີ 1**

▪ **ສ່ວນປະກອບ :**

- ເຄືອເຂົາຮໍ 1 ຂໍ້ມື
- ຕົ້ນຜັກຂະ 2 ຂໍ້ມື
- ເປືອກກະເດົາ 1 ນິ້ວມື ໃຫ້ຊຸດເອົາເຫຍື້ອລະຫວ່າງເປືອກກັບເນື້ອໄມ້ມັນ

ນຳ.

- ລາຊາບີ ໃຊ້ໃບແກ່ ຫຼືໃຊ້ທັງ 5 ຢ່າງ (ຮາກ, ໃບ, ດອກ, ຕົ້ນ, ເມັດ)

▪ **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ທຸບເປືອກກະເດົາໃຫ້ແຕກຕິທີ່ສຸດ ແລ້ວແຂ່ນຳໄວ້ໃຫ້

ອ່ອນ ຫຼັງຈາກນັ້ນນຳມາຕຳປະສົມກັບເຄືອເຂົາຮໍ, ຕົ້ນຜັກຂະ ແລະ ລາຊາບີໃຫ້ໄດ້ນຳທີ່ເຂັ້ມຂຸ້ນທີ່ ສຸດເອົາຕົວຢາຖອກໃສ່ປາກໄກ່ທຸກໂຕທີ່ມີອາການ ຂອງ ພະຍາດນິວຄາສເຊິນຄື: ໄກ່ທີ່ເຫງົາຊຶມ (ມັກເປັນຫວັດມາກ່ອນ) ໜ້າຈະປ່ຽນຈາກແດງເປັນຂາວຊົດ ຫຼື ກຳ ແລ້ວຂີ້ຂາວສະບັດໜ້າເລື້ອຍໆ ໂຕທີ່ມີອາການຮຸນແຮງຈະຈິກອາຫານຜິດໆຖືກໆ ຄໍບົດບັງວ, ຢ່າງບໍ່ຊື່ ຫາກບໍ່ຮັກສາກໍ່ຈະຕາຍຈົນ ໝົດ.

▪ **ວິທີໃຊ້:** ຖອກຢາໃຫ້ໄກ່ກິນ ແລ້ວແຍກໃສ່ສຸ້ມ ຫຼືແຍກຂັງໄວ້ຕ່າງຫາກທັນ ທີ ໃຫ້ກິນ ທັງຕອນເຊົ້າ ແລະ ຕອນແລງ ໄກ່ຈະຫາຍເປັນປົກກະຕິ ພາຍໃນ 3 ວັນ. ສຳລັບໄກ່ໂຕ ອື່ນໆ ເຖິງຈະບໍ່ມີອາການກໍ່ໃຫ້ໃຊ້ຢາຕຳລານີ້ແຂ່ນຳໃນຮາງປະໄວ້ໃນຄອກໄກ່. ຫຼັງຈາກນັ້ນໃຊ້ສະ ເພາະລາຊາບີແຫ້ງຫຼືສົດກໍ່ໄດ້ແຕ່ໃບສົດແມ່ນໂຕຢາຈະແຮງກ່ວາ. ແຊ່ເຂົ້າສານຈົນເຮັດໃຫ້ເຂົ້າ ສານປ່ຽນ ເປັນສີຂຽວເຂັ້ມ ແລ້ວເອົາເຂົ້າສີຂຽວນັ້ນໄປໃຫ້ໄກ່ກິນທັງຕອນ ເຊົ້າ-ທ່ຽງ-ແລງ ຈົນກ່ວາ ຈະແນ່ໃຈວ່າຫາຍດີໝົດທຸກໂຕຈຶ່ງປ່ອຍອອກມາ ໄກ່ໂຕໃດຍັງເປັນຫວັດຢູ່ ຖ້າຫວັດບໍ່ເຊົາກໍ່ໃຫ້ຢາ ດ້ວຍວິທີດັ່ງກ່າວຕໍ່ໄປ ເພາະໄກ່ທີ່ຍັງເປັນຫວັດຢູ່ ເປັນໄກ່ທີ່ຈະຮັບເຊື້ອພະຍາດອື່ນໆໄດ້ໄວທີ່ສຸດ.

**4.4.2 ຢາປິ່ນປົວພະຍາດອະຫິວາສັດປົກ**

**1. ອາການ ຂອງ ອະຫິວາສັດປົກ**

ຖ້າເປັນຮ້າຍແຮງເປັດໄກ່ອາດຕາຍໂດຍກະທັນຫັນ ແລະ ບໍ່ສະແດງອາ ການ, ສັງເກດໂຕທີ່ຕາຍແລ້ວສີໜ້າຈະເປັນສີດຳຊ້ຳ, ເມື່ອອະຫິວາສັດປົກເກີດຂຶ້ນຈະມີທັງໄກ່ ເຫງົາ, ບໍ່ກິນອາຫານ, ກິນນ້ຳຫຼາຍ, ອຸນຫະພູມຂຶ້ນສູງ, ເຈັບທ້ອງ, ຂີ້ມີສີເຫຼືອງ ຫຼື ສີຂຽວ, ຫນຽງຈະບວມ ແລະ ຫອນມີສີດຳຊ້ຳ.

**2. ການປິ່ນປົວ**

ຕາມບົດຮຽນຂອງສະຫາຍປົວເງິນ, ບ້ານທົ່ງປິ່ງ, ເມືອງສີໂຄດຕະບອງທີ່ໄດ້ນຳໃຊ້ຕົວຈິງເປັນເວລາ 1 ປີ (1996). ຕຳລາດັ່ງກ່າວນີ້ສະຫາຍປົວເງິນໄດ້ເຫັນຈາກຕຳລາຢາພື້ນເມືອງທີ່ໃຊ້ເຂົ້າໃນການປິ່ນປົວພະຍາດຖອກທ້ອງ ຫຼື ທ້ອງບົດຄົນໄດ້. ດັ່ງນັ້ນສະຫາຍຈິ່ງເກີດມີແນວຄິດເອົາມານຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການປິ່ນປົວພະຍາດຖອກທ້ອງ ຫຼື ທ້ອງບົດ (ອະຫິວາ) ຂອງສັດປີກ.

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ :**
  - ຂີ້ກາເຟ 1 ກຳມີ
  - ໃບໝາກພິລາ 1 ກຳມີ
  - ໃບໝາກສີດາ 1 ກຳມີ
  - ນ້ຳ ປະມານ 1-2 ລິດ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ :** ປະສົມຕົວຢາທັງສາມຢ່າງເຂົ້າກັນ, ຕົ້ມໃຫ້ຟືດດີແລ້ວປະໃຫ້ເຢັນ.
- **ວິທີໃຊ້ :** ເອົາໃສ່ຮາງນ້ຳໃຫ້ໄກ່ກິນ 3 ມື້ຕິດຕໍ່ກັນ.
- **ສັບພະຄຸນ :** ແກ້ອະຫິວາໄກ່ໄດ້ຮັບຜົນດີ.

ຕາມບົດຮຽນ ຂອງ ອ້າຍບຸນລ້ອມທີ່ຢູ່ບ້ານໜອງຄຳແຮດເມືອງອຸທຸມພອນແຂວງສະຫວັນນະເຂດ, ເຊິ່ງໄດ້ເຮັດຕົວຈິງມາແລ້ວ ແລະ ໄດ້ຊີ້ແຈງໃຫ້ເຫັນເຖິງວິທີການປິ່ນປົວພະຍາດອະຫິວາສັດປີກເຊິ່ງໃຊ້ຕຳລາດັ່ງນີ້:

**ຕຳລາທີ 1**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ໃບກະເດົາ - ໃບກະຖິນ - ໃບຂີ້ເຫຼັກ - ໃບຜັກຂະ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ເອົາສ່ວນປະກອບທັງ 4 ຢ່າງນີ້ໃນຈຳນວນທີ່ເທົ່າກັນຕຳໃຫ້ມຸ່ງ ແລ້ວປົນກັບຮຳໂດຍປະສົມກັບນ້ຳເສຍກ່ອນ.
- **ວິທີໃຊ້:** ເອົາໃຫ້ໄກ່ກິນໃນໄລຍະ 3 ມື້ ຕິດຕໍ່ກັນ ຂອງ ທຸກໆເດືອນ.
- **ສັບພະຄຸນ:** ສາມາດປ້ອງກັນພະຍາດອະຫິວາໄກ່.

**ຕຳລາທີ 2**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຂີ້ໝີ້ຂຶ້ນ
  - ຫວ້ານໄພ
  - ເຄືອເຂົາຮໍ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ເອົາຕົວຢາທັງສາມຢ່າງຝັກປະສົມກັນ ແລ້ວຕຳໃຫ້ມຸ່ງໆ ແລ້ວບົບເອົາແຕ່ນ້ຳ.
- **ວິທີໃຊ້:** ເອົາໃຫ້ໄກ່ກິນ 3 ມື້ຕິດຕໍ່ກັນ ຂອງ ທຸກໆເດືອນ.
- **ສັບພະຄຸນ:** ສາມາດປ້ອງກັນໂລກອະຫິວາສັດປີກໄດ້.

**ຕຳລາທີ 3 :**

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ຫົວຜັກທຽມ  
- ເຄືອເຂົ້າຮໍ
  - **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ຫັບເຄືອເຂົ້າຮໍ ແລະ ຫົວຜັກທຽມ ປະສົມເຂົ້າກັນແລ້ວ
- ແຊ່ນຳ້
- **ວິທີໃຊ້:** ໃຫ້ໄກ່ກິນທຸກໆອາທິດ.
  - **ສັບພະຄຸນ:** ສາມາດປ້ອງກັນໂລກອະຫິວາສັດປີກໄດ້.

4.4.3 ຢາປິ່ນປົວພະຍາດໄກ່ຂີ້ຍາງ

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ໃບສີດາ  
- ຫົວສີໄຄ  
- ມິດສີ່ມ (ເອົາທັງໄຂ່ແລະໂຕ)
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ນຳເອົາສ່ວນປະກອບດັ່ງກ່າວໃນອັດຕາສ່ວນເທົ່າກັນແລ້ວ ເອົາມາຕຳປະສົມກັນບົບ ເອົານຳ້ໃຫ້ໄກ່ກິນ.
- **ວິທີໃຊ້:** ໃຫ້ໄກ່ກິນ 3 ມື້ ຕິດຕໍ່ກັນ.
- **ສັບພະຄຸນ:** ແກ້ໂລກຂີ້ຍາງໄດ້.

4.4.4 ຢາຖ່າຍແມ່ພະຍາດໃຫ້ໄກ່

ຢາຖ່າຍພະຍາດໄກ່ເຫັນຜົນໃນ 5 ນາທີ, ຕຳລາຢາພື້ນເມືອງນີ້ໄດ້ມາຈາກບ້ານວັງ ທອງຕາແສງກຸດຮັງ ເມືອງບໍລະບູນ ແຂວງມະຫາສາລາຄາມ, ຊຶ່ງເປັນບ້ານຊະນະເລີດດ້ານສັດ ຕະວະແພດຂອງພາກອີສານປະຈຳປີ 1988. ຊາວບ້ານໆນັ້ນອອກຈາກຈະລ້ຽງງົວເກັ່ງແລ້ວ ສັດຈຳ ພວກເປັດ ໄກ່ ກໍ່ແຂງແຮງເພາະມີຕຳລາຢາດີ ຕຳລາຢາພື້ນເມືອງຖ່າຍພະຍາດໄກ່ນີ້ ຈະຂຽນ ໄວ້ເທິງກະດານໃນສາລາຂອງບ້ານ, ຊຶ່ງນອກຈາກຈະເປັນສາລາພັກຮ້ອນແລ້ວ ຍັງມີຄວາມຮູ້ໃຫ້ ອ່ານ ແລະ ໃຫ້ຊາວບ້ານນຳໄປປະຕິບັດໄດ້ຜົນດີອີກດ້ວຍ. ຕຳລານີ້ຊາວບ້ານບອກວ່າໄດ້ຜົນ ແນ່ນອນທັນຕາເຫັນຄື: ສາມາດຖ່າຍພະຍາດອອກມາພາຍໃນ 5-10 ນາທີ ຈະເປັນຢ່າງໃດນັ້ນ ກໍ່ລອງທົດລອງກັນເບິ່ງ.

ຕຳລາທີ 1

- **ສ່ວນປະກອບ:** - ໝາກສິດ ຫຼື ຕັບໝາກຄ້ຽວ (ເລືອກເອົາໃນດິບຂ້າງໃນ)  
- ໝາກຂາມສຸກ  
- ນຳ້ປາແດກ
- **ວິທີປຸງແຕ່ງ:** ນຳເອົາໝາກສິດມາຕຳໃຫ້ລະອຽດປະສົມກັບນຳ້ປາແດກ ໜ້ອຍໜຶ່ງແລ້ວເອົາ ໄປຍັດໃນໝາກຂາມທີ່ແກະໃນອອກກ່ອນແລ້ວ ເອົາໝາກທີ່ຕຳໄວ້ຍັດໃສ່ແທນ ເຮັດເປັນກ້ອນນ້ອຍໆພໍໄກ່ສາມາດກິນໄດ້ບໍ່ຍາກ.

- **ວິທີໃຊ້:** ຈັບໄກ່ທີ່ຄິດວ່າຈະມີພະຍາດມາແລ້ວເອົາໝາກຂາມທີ່ເຮັດໄວ້ໃຫ້ໄກ່ກິນອາດຈະຕ້ອງໃຊ້ວິທີການບັງຄັບ, ເພາະຖ້າລໍຖ້າໃຫ້ໄກ່ມາຕອດກິນເອງຄົງຈະບໍ່ຮັບປະກັນວ່າໄກ່ຈະກິນຫຼືບໍ່
- **ສັບພະຄຸນ:** ຖ່າຍພະຍາດຂອງໄກ່.

## ບົດທົດສະດີທີ 5 ການນຳໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການປູກພືດ

<p><b>ຈຸດປະສົງການສອນ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ບອກປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາຕໍ່ການປູກພືດ</li> <li>2. ອະທິບາຍວິທີການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນນາເຂົ້າ</li> <li>3. ອະທິບາຍວິທີການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການປູກຜັກ</li> <li>4. ອະທິບາຍວິທີການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນໄມ້ໃຫ້ໝາກ</li> </ol>
---

### 5.1 ປະໂຫຍດຂອງພຶດເປັນຢາໃນການປູກພືດ

ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຊ່ວຍຄວບຄຸມແມງສັດຕູພືດມີຄວາມຈຳເປັນ ແລະ ສຳຄັນຢ່າງຍິ່ງໃນຊ່ວງການເລີ່ມຕົ້ນສ້າງລະບົບນິເວດທີ່ສົມດຸນໃນແບງ ຂອງ ຊາວກະສິກອນເນື່ອງຈາກໃນຊ່ວງທີ່ນຶ່ງສະພາບພາຍໃນແບງຍັງບໍ່ເຂົ້າທີ່ ພືດໄລ່ ພືດລໍ້ຕົວຫັກຕົວບຽນຍັງບໍ່ສາມາດຄວບຄຸມແມງສັດຕູພືດບໍ່ໃຫ້ເກີດການລະບາດໄດ້ຢ່າງເຕັມທີ່ ຈຶ່ງຈຳເປັນທີ່ຊາວກະສິກອນຕ້ອງຊ່ວຍເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງ ຂອງ ລະບົບນິເວດໃນແບງ.

### 5.2 ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຕາມຊະນິດຂອງພືດທີ່ປູກ

#### 5.2.1 ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນນາເຂົ້າ

##### 1. ການຫວ່ານເມັດກະເດົາບົດ

ປ້ອງກັນໜອນກໍໜອນກະທູ້ຄວາຍພະອິນ ບົດເມັດກະເດົາ 20 ກິໂລກຣາມ ສາມາດຫວ່ານໄດ້ 1 ໄລ່ ແຕ່ຖ້າໃຊ້ໃບກະເດົາຕ້ອງເພີ່ມປະລິມານອີກ 1 ເທົ່າ ຂອງ ເມັດ. ຄວນຫວ່ານໃນຊ່ວງທີ່ມີນ້ຳຂັງ ວ່ານ 1-2 ເທື່ອ ໂດຍໃນຊ່ວງທຳອິດວ່ານເມື່ອເຂົ້າອາຍຸໃນຊ່ວງ 20-30 ມື້ ແລະ ຊ່ວງທີ 2 ຄື ເມື່ອເຂົ້າມີອາຍຸ 45-60 ມື້ ຈະຊ່ວຍປ້ອງກັນໜອນກໍ ໜອນກະທູ້ຄວາຍພະຍາອິນໄດ້.

##### 2. ສູດພຶດເປັນຢາປ້ອງກັນກຳຈັດແມງສັດຕູເຂົ້າ (ໜອນກະທູ້, ໜອນຄວາຍພະຍາອິນ, ໜອນກໍ, ໜອນມ້ວນໃບ, ໜອນຂະຍອກຕັກແຕນ, ເພັຍຈັກຈັນສິນ້ຳຕານ, ເພັຍຈັກຈັນຫຼັງຂາວ ແລະ ເພັຍຈັກຈັນສີຂຽວ)

ສູດພຶດເປັນຢາທີ່ໃຊ້ມີເມັດກະເດົາ 4 ກິໂລກຣາມ ແລະ ຫົວຂ່າແກ່ 2 ກິໂລກຣາມ ຕໍ່ພື້ນທີ່ 1 ໄລ່ເອົາສະໝຸນໄພທັງ 2 ຢ່າງມາຕຳຫຼີ ບົດໃຫ້ລະອຽດພໍປະມານໃສ່ຊາມຕື່ມນ້ຳ 20 ລິດ ປະໄວ້ 1 ຄືນ ຕອງເອົານ້ຳຢາທີ່ໝັກໄວ້ເອົານ້ຳຢາທີ່ໄດ້ໄປປະສົມນ້ຳ ໃນອັດຕານ້ຳຢາ 1 ລິດຕໍ່ນ້ຳ 15- 20 ລິດ ແລ້ວປະສົມສະບູ 1/4 ກ້ອນເພື່ອໃຊ້ເປັນສານຈັບໃບ ຈຶ່ງເອົາໄປສົດ.ໃຫ້ສົດທຸກ 3-5 ມື້ຕິດຕໍ່ກັນ 2-3 ເທື່ອຊົດໃນຊ່ວງເຂົ້າ ຫຼື ແລງ ການໝັກຄວນໃຊ້ເປັນຄາວງ

ໄປ ຫຼື ນຳຢາໝັກທີ່ເຫຼືອເກັບໃຫ້ມີດຊິດກໍສາມາດເກັບໄວ້ໃຊ້ໄດ້ອີກ ສ່ວນກາກທີ່ເຫຼືອຈາກການ ໝັກເອົາໄປໃສ່ໃນແປງນາໄດ້.

**5.2.2 ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນການປູກຜັກ.**

ສາມາດແບ່ງຕາມຮູບແບບການໃຊ້ແບບງ່າຍໆ ເປັນ 4 ແບບດັ່ງນີ້:

**1 ການປູກພຶດເປັນຢາຮ່ວມກັບພືດຫຼັກ**

ພຶດເປັນຢາຈະສົ່ງກິ່ນຂັບໄລ່ແມງສັດຕູພຶດໃຫ້ແກ່ພືດໄດ້ມີຮູບແບບຕໍ່ດັ່ງຕໍ່ ໄປນີ້:

- ການປູກຫອມຮ່ວມກັບຜັກຫຼັກ: ເຊັ່ນ: ຜັກກາດນາ ກວາງຕຸ້ງ ຜັກກາດ ຂາວ ຜັກກາດຫົວ ຜັກ ກາດຂຽວປີ ເພື່ອປ້ອງກັນໜອນ ແລະ ດ້ວງໝັດກະໂດດ.
  - ວິທີປູກ: ປູກຫອມກ່ອນແລ້ວຈຶ່ງຢອດ ຫຼື ຫວ່ານເມັດຜັກຫຼັກເມື່ອຜັກຫຼັກ ສູງປະມານ 4-5 ຊ.ມຫຼືມີອາຍຸ 7-15 ມື້ ຈຶ່ງຖອນແຍກຈັດໄລຍະປູກ ໃຫ້ເໝາະສົມ.
  - ການປູກຜັກຊີຮາວຮ່ວມກັບຜັກຫຼັກ: ເຊັ່ນ ຜັກກາດນາ, ກວາງຕຸ້ງ, ຜັກ ກາດຂາວ, ຜັກກາດຂຽວປີ ແລະ ຜັກກາດຫົວເພື່ອປ້ອງກັນໜອນ ແລະ ດ້ວງໝັດກະໂດດ.
  - ວິທີປູກ: ຫວ່ານເມັດຜັກຫຼັກຮ່ວມກັບຜັກຊີເມື່ອເອົາຜັກຫຼັກ ສູງປະມານ 4-5 ຊ.ມ. ຈຶ່ງຖອນແຍກກ້າໃຫ້ໄດ້ໄລຍະທີ່ເໝາະສົມ.
  - ການປູກຫອມຮ່ວມກັບຜັກຊີ: ປ້ອງກັນໜອນຫຼອດລົບກວນຕົ້ນຫອມ ວິທີປູກ: ປູກຫອມເປັນແຖວກ່ອນແລ້ວຈຶ່ງວ່ານຜັກຊີຕາມ. ປູກຜັກຊີ ຫຼື ຄົ້ນຊ່າຍຮ່ວມກັບໝາກບວບ ຫຼື ຖົ່ວຝັກຍາວ. ເພື່ອປ້ອງກັນໜອນເຈາະຕົ້ນບວບ ຖົ່ວຝັກຍາວ ສ່ວນ ບວບ ແລະ ຖົ່ວຈະຊ່ວຍບັງແສງແດດໃຫ້ກັບຜັກຊີ ຫຼື ຄົ້ນຊ່າຍ.
  - ການປູກດາວເຮືອງຮ່ວມກັບຜັກກາດຫົວຫຼືໝາກເຂືອເທດ: ເພື່ອປ້ອງ ກັນຂີ້ກະເດືອນຝອຍ
  - ວິທີປູກ: ປູກດາວເຮືອງໃຫ້ຢູ່ຕິງກາງແປງກະໄລຍະບໍ່ໃຫ້ດາວເຮືອງບັງ ແສງຜັກຫຼັກ ເມື່ອດາວເຮືອງອາຍຸ ມີຈຶ່ງປູກຜັກຫຼັກຕາມ.
  - ການປູກໂທງເທງຮ່ວມກັບໝາກເຂືອເທດ.
  - ວິທີປູກ: ປູກຄະເຊົ້າໃນແປງໝາກເຂືອເທດສາມາດລົດໜອນລົບກວນ ໝາກເຂືອເທດໄດ້ ເນື່ອງຈາກໜອນຈະຫັນໄປເຈາະໂທງເທງແທນໝາກເຂືອເທດ.
  - ການປູກພຶດເປັນຢາຮອບພື້ນທີ່ປູກຜັກ
- ເພື່ອໃຊ້ເປັນແຫຼ່ງອາໄສ ຂອງ ແມງທີ່ມີປະໂຫຍດ ແລະ ຂັບໄລ່ແມງ ສັດຕູພຶດ. ພຶດເປັນຢາມີດ້ວຍກັນຫຼາຍຊະນິດເຊັ່ນ: ຫົວສີໃຄຫອມ ກະເພົາ ບົວລະພາ ດາວເຮືອງ ດາວກະຈາຍ ແລະ ອື່ນໆ ສາມາດປູກໃນບໍລິເວນແປງຜັກໃຫ້ມີໄລຍະຫ່າງ 3-5 ເມັດປູກຮອບໆ ແປງໂດຍລະວັງບໍ່ໃຫ້ພຶດເປັນຢາບັງແສງຜັກຫຼັກໃນແປງ.

**2. ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຮອງພື້ນ ຫຼື ຮອງກິນຊຸມ.**

ຊະນິດ ແລະ ປະລິມານທີ່ໃຊ້ຕໍ່ແປງຜັກ ຂະໜາດຕາລາງແມັດປະກອບມີ :

1. ເມັດກະເດົາ (ແທ້ງ)ບົດ 50 ກຮາມ ຫຼື ຊຸມລະ 30-50 ກຮາມ ຫຼື
2. ໃບກະເດົາ (ສິດ) 100 ກຮາມ ຫຼື ຊຸມລະ 60-100 ກຮາມ ຫຼື
3. ຂີ້ເລື້ອຍກະເດົາ (ແທ້ງ) 100 ກຮາມ ຫຼື ຊຸມລະ 60-100 ກຮາມ

ວິທີໃຊ້: ໃຊ້ຮອງກິນຊຸມ ຫຼື ຫວ່ານໃນຊ່ວງທີ່ຕຽມແປງປູກຈະຊ່ວຍກຳຈັດໄຂ ຂອງ ດ້ວງພັດກະໂດດ, ໄສ້ເດືອນຝອຍ ແລະ ເຊື້ອລາທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດໂລກເນົ່າສາມາດໃຊ້ໄດ້ກັບຜັກທຸກ ຊະນິດ.

**3. ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຄຸມໜານປູກ**

ໃຊ້ສ່ວນໃບຂອງຫົວສີໂຄຫອມສິດຄຸມແປງ ໜາປະມານ 3 ຊ.ມ ບໍ່ຄວນ ໜາເກີນໄປ ຄຸມຫຼັງຈາກຕຽມໜານແລ້ວ ປະໄວ້ 3-5 ມື້ ຈຶ່ງຫວ່ານເມັດຜັກສາມາດປ້ອງກັນໜອນ ໃຍຜັກດ້ວງ ພັດກະໂດດ ແລະ ໜອນກະທູ້ຜັກໄດ້.

**4. ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາຊົດພິ່ນກຳຈັດແມງສັດຕູພຶດ**

**\* ສູດປ້ອງກັນເພີ່ມອ່ອນ ແລະ ກຳຈັດໜອນຕ່າງໆ**

**ສ່ວນປະກອບ:**

- ເມັດກະເດົາ 2 ກິໂລກຮາມ (ຖ້າເປັນໃບໃຊ້ 4 ກິໂລກຮາມ)
- ຫົວຂ່າແກ່ 1 ກິໂລກຮາມ
- ຫົວສີໂຄຫອມ 1 ກິໂລກຮາມ

ວິທີເຮັດ: ເອົາສະໝຸນໄພທັງ 3 ຊະນິດມາບົດ ຫຼື ຕຳລະອຽດໃສ່ຊາມໝັກ ແຊ່ນຈີ້ 10 ລິດ ປະໄວ້ 1 ຄືນ ຕອງເອົານ້ຳຢາ 10 ລິດແລ້ວຕື່ມນ້ຳ 90 ລິດ ແລະ ເພີ່ມສະບູເປັນ ສານຈັບໃບ 50 -100 ກຼາມລະລາຍໃຫ້ເຂົ້າກັນກ່ອນຊົດ.ການຊົດພິ່ນ: ທຸກ 2-3 ມື້ ຕິດຕໍ່ກັນ 2-3 ເທື່ອ ຄວນຊົດໃນຊ່ວງເຊົ້າ ຫຼື ແລງ.

**ປະສິທິພາບ:** ປ້ອງກັນ ແລະ ກຳຈັດ ໜອນໃຍຜັກ ໜອນກະທູ້ຜັກ ໜອນ ຄືບກະລຳ ໜອນໃຍກະລຳ ໜອນຜືເຊື້ອກາງຄືນ ເພີ່ມໄຟ ເພີ່ມອ່ອນຕ່າງໆ ສູດນີ້ສາມາດໃຊ້ກັບ ຜັກທົ່ວໄປເຊັ່ນ: ຖົ່ວຝັກຍາວ, ຖົ່ວພູແຄ, ກາດນາ, ກວາງຕຸ້ງ, ຜັກກາດຂາວ, ຜັກກາດຫົວ, ຜັກກາດ ຂຽວ, ກະລຳດອກ, ແຕງກວາ, ໝາກເຂືອ ແລະ ໝາກເຜັດ ເປັນຕົ້ນ.

**ຂໍ້ຄວນລະວັງ:** ຖ້າປະສົມນ້ຳຢາເຂັ້ມຂຸ້ນເກີນໄປກັບຜັກໃບເຊັ່ນ:

ຜັກກາດນາ ຜັກກວາງຕຸ້ງຈະເຮັດໃຫ້ໃບກ້ານຫຍາບກະດ້າງຈຶ່ງຄວນລະວັງເລື້ອງສ່ວນປະສົມ. ການຊົດຖົ່ວຝັກຍາວ ທີ່ອາຍຸນ້ອຍ ແລະ ຊ່ວງອອກດອກຄວນປະສົມນ້ຳຢາໃຫ້ອ່ອນ ຫຼື ລົດປະລິ ມານນ້ຳຢາຕໍ່ນ້ຳເທົ່າກັບ 1:20 ກໍໄດ້ ເພາະຖ້າເຂັ້ມຂຸ້ນຫຼາຍຈະເຮັດໃຫ້ຕົ້ນຕາຍ ຫຼື ດອກລົ່ນໄວ.

**\* ສູດປ້ອງກັນດ້ວງໝັດກະໂດດ**

**ສ່ວນປະກອບ:**

- ຫວ້ານນ້ຳ 1 ສ່ວນ ຂີ້ໝີ້ນຊັນ 1 ສ່ວນ. ສຳລັບແປງຜັກຂະໜາດພື້ນທີ່ 1 ໄລ່ ໃຊ້ຫວ້ານນ້ຳ ແລະ ຂີ້ໝີ້ນຊັນສົດຢ່າງລະ 0.5 ກິໂລກຣາມ.

**ວິທີເຮັດ:** ຕັດໂຫລຫວ້ານນ້ຳເປັນທ່ອນໆ ທຸບ ຫຼື ຕຳໃຫ້ລະອຽດແລ້ວເອົາ ຫົວຂີ້ໝີ້ນສົດມາຕຳໃຫ້ລະອຽດເຊັ່ນກັນ ເອົາທັງສອງຢ່າງໃສ່ຊາມຕື່ມນ້ຳພໍຖ້ວມ ຕັ້ງໄຟປານກາງ ຕື່ມປະມານ 30-45 ນາທີ ແລ້ວປົງລົງ.

**ວິທີໃຊ້:** ຕອງເອົານ້ຳຢາທັງໝົດມາໃຊ້ຕື່ມນ້ຳອັດຕາສ່ວນ 1:20 ລົດກ່ອນ ເອົາໄປສົດເອົາສະບູ 1/4 ກ້ອນລົງໄປເພື່ອເປັນສານຈັບໃບ ເອົາໄປຊົດພົ່ນໃນຕອນເຊົ້າ ຫຼື ແລງ ທຸກ 2-3 ມື້ຕິດຕໍ່ກັນ 2-3 ເທື່ອສ່ານກາກທີ່ເຫຼືອສາມາດເອົາໄປຕື່ມໄດ້ອີກ 1 ເທື່ອ. ຂໍ້ສັງເກດຈາກຜູ້ ໃຊ້ນ້ຳຢາເຂັ້ມຂຸ້ນທີ່ເຫຼືອໃຊ້ກ່ອນເກັບຄວນອຸ່ນແລ້ວມັງນໃສ່ແກ້ວປິດຝາໃຫ້ແໜ້ນໆ ຈະເຮັດໃຫ້ ມັງນໄດ້ດົນຂຶ້ນ ນ້ຳຢາທີ່ບູດ ຫຼື ຂຶ້ນລາຈະໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນ.

**5.2.3 ການໃຊ້ພຶດເປັນຢາໃນສວນໄມ້ໃຫ້ໝາກ**

**ສູດທີ່ໃຊ້:**

- ເມັດກະເດົາປົດ            2            ກິໂລກຣາມ
- ຫົວຂ່າແກ່                2            ກິໂລກຣາມ
- ນ້ຳ                            20          ລິດ

**ວິທີເຮັດ:** ເອົາເມັດກະເດົາ ແລະ ຂ່າມາປົດ ຫຼື ຕຳໃຫ້ລະອຽດໃສ່ຊາມຮ່ວມກັບ ນ້ຳແລ້ວປິດຝາປະໄວ້ 1 ຄົນຈະໄດ້ນ້ຳຢາເຂັ້ມຂຸ້ນຈຳນວນ 20 ລິດ. ເອົານ້ຳຢາທີ່ໄດ້ 1 ລິດ ປະສົມ ນ້ຳ 20 ລິດຄວນທີ່ປະສົມສະບູ ຈຶ່ງເອົາໄປສົດໃນຊ່ວງຕົ້ນໄມ້ແຕກໃບອ່ອນ ແລະ ຊ່ວງມີຊິດອກສົດ ທຸກ 2-3 ມື້ ຕິດຕໍ່ກັນ 2-3 ເທື່ອ. ແມງໄມ້ສັດຕູພຶດທີ່ຖືກທຳລາຍໄດ້ແກ່ ເພີ່ຍຈັກກະຈັນໝາກມ່ວງ ເພີ່ຍໄຟ ໜອນແກ້ວສົ້ມ ແມງວັນທອງ ດ້ວງງວງໝາກພ້າວ.

**▪ ປະໂຫຍດຂອງກະເດົາ**

ກະເດົາມີສານອະຊາດິເລັກຕິນ "(Azadirachtin) ແລະ ສານອື່ນໆອີກທີ່ເປັນພຶດ ຕໍ່ແມງໄມ້ສັດຕູພຶດ ແຕ່ບໍ່ທຳລາຍແມງໄມ້ທີ່ມີປະໂຫຍດຢ່າງພວກຕົວຫ້າຕົວບຽນ. ໃນສ່ວນຂອງ ເມັດຈະມີ ຕົວຢາເຂັ້ມຂຸ້ນກວ່າສ່ວນອື່ນໆ ເຊັ່ນ: ໃບເປືອກຕົ້ນ ຫຼືຂີ້ເລື້ອຍກະເດົາຊຶ່ງໃນການ ໃຊ້ເມັດກະເດົາຈຶ່ງ ຕ້ອງເຮັດໃຫ້ເມັດແຫລກລະອຽດຕົວຢາໃນເມັດຈຶ່ງຈະອອກລິດໄດ້ດີ.

**\* ກະເດົາມີລິດຕໍ່ສັດຕູພຶດ ດັ່ງນີ້:**

1. ສານອະຊາດິເລັກຕິນຂັບໄລ່ແມງໄມ້ແລະຕົວໜອນຫຼາຍຊະນິດຮ່ວມກັບຕັກກະ ແຕນ.

2. ສານຊາລາມິນໃນກະເດົາມີລິດໄປຢັບຢັ້ງການກິນຂອງແມງໄມ້ ແລະ ຕົວໜອນ ຫຼາຍຊະນິດ ມີຜົນໃຫ້ຕົວອ່ອນ ແລະ ຕົວເຕັມໄວຂອງແມງໄມ້ເຊັ່ນ: ຕັກແຕນໜວດສັ້ນ ແລະ ຕັກແຕນປາທັງກ້າ ບໍ່ກິນອາຫານ.

3. ເຮັດໃຫ້ແມງໄມ້ສາມາດຂະຍາຍພັນໄດ້ ເພາະກະເດົາມີສານຢັບຢັ້ງການອອກໄຂ່ ຂອງແມງໄມ້ຫຼາຍຊະນິດເຊັ່ນ: ມອດແປ້ງ, ໜອນກໍ, ໜອນເຈາະລຳຕົ້ນ ແລະ ໜອນກະຫຼໍ່, ໜອນເຈາະສະມໍຝ້າຍ ໆລໆ.

4. ຢັບຢັ້ງການລອກຄາບ ຂອງຕົວໜອນ ແລະ ຢັບຢັ້ງການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງແມງໄມ້ ແລະ ຕົວໜອນແມງບາງຊະນິດບໍ່ສາມາດລອກຄາບໄດ້ ແລະ ຕາຍໄປໃນທີ່ສຸດ ແມງໄມ້ບາງຊະນິດບໍ່ສາມາດອອກຈາກດັກແດ້ໄດ້ເຊັ່ນ: ດ້ວງກໍເຂົ້າ, ບຶ້ງມ້ວນໃບເຂົ້າ, ບຶ້ງກິນໝາກລີ້ມຊ້ຽວ ຫວານ ແລະ ໝາກນາວ. ສານສະກັດກະເດົາເຂັ້ມຊຸ້ມມີລິດຂ້າແມງໄມ້ໂດຍກົງເຊັ່ນ: ແມງວັນທອງ ເພີ້ຍແປ້ງກະລຳຫຼືຕົວອ່ອນ ເພີ້ຍຈັກຈັນສີນ້ຳຕານ.

## ເອກະສານອ້າງອີງ

1. ກະຊວງກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້. 1991. ການນຳໃຊ້ຢາຈາກພືດປາບສັດ ຕູ້ພືດ. 18 ນ. (ພາສາລາວ).
2. ຄຳຜູ້ຍ ຫລວງລາດ. 1992. ການນຳໃຊ້ຢາພື້ນເມືອງປາບສັດຕູ້ພືດຢູ່ ສປປ ລາວ. 21 ນ. (ພາສາລາວ).
3. ບໍລິສັດ ອີເອມ ເລກທີ 252. 2001. ສະໝຸນໄພກະຖັງ. 59 ນ.
4. ມານິບ ບຸນລັດ ປາໂລມລຳ. 1991. ສະໝຸນໄພຄົບວົງຈອນ. 49 ນ. (ພາສາໄທ).