

การผลิตเมล็ดพันธุ์ผักอินทรีย์ไว้ใช้เอง : ผักกาดหอม

ผักกาดหอม, ผักสลัด Lettuce (*Lectuca sativa.*)

ตระกูล Asteraceae

ผักกาดหอมจัดเป็นพืชผสมตัวเอง มีความต้องการสภาพแวดล้อมในการผลิตเมล็ดพันธุ์ ดินมีสภาพร่วนซุย pH 5.5 – 6.5 อุณหภูมิต่ำ 18 – 25 องศาเซลเซียส

ผักกาดหอมถือเป็นพืชที่คนไทยเริ่มรู้จักเพิ่มมากขึ้น มีการปลูกกันอย่างแพร่หลาย โดยพันธุ์ของผักกาดหอมมีความแตกต่างกันทั้งด้าน สี รูปร่าง ทรงต้น กลุ่มพันธุ์ที่มีตามท้องตลาดเป็นผักกาดหอมห่อหรือผักกาดแก้ว เรดโอ๊ค กรีนโอ๊ค คอส เรดโครอล เป็นต้น ในการปลูกเพื่อผลิตเป็นผักสด สามารถปลูกได้ในพื้นที่ทั่วไป แต่จะเจริญเติบโตได้ดีในสภาพอากาศเย็น ผักกาดหอมเป็นพืชผักใบที่ปลูกง่าย โตไว โรคและแมลงรบกวนน้อยกว่าพืชผักชนิดอื่น ในการปลูกผักกาดหอมเพื่อผลิตเมล็ดพันธุ์นั้นสามารถผลิตได้ดี ในพื้นที่ซึ่งมีอากาศเย็น เช่น ภาคเหนือในช่วงฤดูหนาว แต่อย่างไรก็ตาม ผักกาดหอมหลายพันธุ์สามารถออกดอกติดเมล็ดได้ในหลายพื้นที่ของไทย แต่ปริมาณและคุณภาพของเมล็ดพันธุ์จะไม่ดีนัก



ภาพที่ 1 ลักษณะของดอกผักกาดหอม

การปลูกเพื่อผลิตเมล็ดพันธุ์ไว้ใช้เอง

1. การกำหนดระยะเวลาการปลูก

เนื่องจากผักกาดหอมเป็นพืชเมืองหนาวที่ต้องการอุณหภูมิต่ำในการชักนำให้เกิดตาดอก การกำหนดระยะเวลาในการปลูกจึงมีความจำเป็นให้ช่วงของการเจริญเติบโตด้านลำต้น ใบ รวมถึง ช่วงเวลาการออกดอก อยู่ในช่วงฤดูหนาว ดังนั้น จึงควรปลูกผักกาดหอมเพื่อผลิตเมล็ดพันธุ์ประมาณเดือนตุลาคม ซึ่งเป็นช่วงที่ดีสำหรับการปลูกผลิตเมล็ดพันธุ์ โดยเกษตรกรสามารถวางแผนการปลูกได้ ดังนี้

- ช่วงเวลาการเพาะกล้าประมาณกลางเดือนกันยายนถึงเดือนพฤศจิกายนอายุกล้าประมาณ 15 – 20 วัน

- ช่วงเวลาการปลูกประมาณเดือนตุลาคมถึงเดือนธันวาคม อายุการออกดอก 80 – 90 วันหลังปลูก

- อายุการเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์ประมาณ 110 – 120 วันหลังปลูก

2. การปลูกและการดูแลรักษา

2.1 การเพาะกล้า

ผักกาดหอมเป็นพืชที่มีเมล็ดขนาดเล็ก (1 กรัมมีเมล็ด 850 – 1,000 เมล็ด) การปลูกควรปลูกด้วยวิธีการย้ายกล้า

อุปกรณ์

1. เมล็ดพันธุ์ผักกาดหอม ที่มีความงอกดี
2. ถาดเพาะกล้า

3. วัสดุเพาะกล้าซึ่งอาจใช้วัสดุเพาะกล้าสำเร็จรูป หรือวัสดุเพาะกล้าที่ผสมด้วยตนเอง เช่น การใช้ปุ๋ยหมักร่อนและขุยมะพร้าว ในอัตรา 2:1

ขั้นตอน

นำวัสดุเพาะกล้าใส่ลงถาดเพาะกล้าให้เต็ม นำเมล็ดพันธุ์ผักกาดหอมใส่ลงถาดเพาะกล้า หลุมละ 2 เมล็ด รดน้ำบางๆ โดยไม่ต้องกลบเมล็ด นำถาดเพาะกล้าไปไว้ในที่ร่มรำไร รดน้ำทุกวันๆละ 1 - 2 ครั้ง ประมาณ 3 วัน จะสังเกตเห็นต้นกล้าผักกาดหอมงอกขึ้นมา เมื่อมีอายุประมาณ 5 - 7 วัน หรือสังเกตเห็นต้นมีใบเลี้ยงโผล่ขึ้นมาชัดเจน ให้ทำการถอนแยกต้นให้เหลือหลุมละ 1 ต้น โดยใช้มือจับบริเวณปลายใบและถอนออก นำไปปลูกในถาดเพาะกล้าที่เตรียมไว้ จากนั้นดูแลต่อไป โดยรดน้ำทุกวัน และนอกจากนั้นควรมีการผสมเชื้อราไตรโคเดอร์มาลงไปในน้ำที่รดด้วย จะเป็นการป้องกันโรคเชื้อราทางดินได้ เมื่ออายุกล้าประมาณ 15 วัน สามารถย้ายปลูกได้



ภาพที่ 2 การเพาะกล้าผักกาดหอม



ต้นกล้าอายุ 3 วัน



ต้นกล้าอายุ 15 วันพร้อมปลูก

ภาพที่ 3 การเติบโตของต้นกล้าผักกาดหอม

ก่อนย้ายปลูกประมาณ 3 – 5 วัน ให้ลดปริมาณน้ำที่ใช้รดต้นกล้าและเพิ่มแสงแดด โดยเฉพาะก่อนวันที่จะทำการย้ายปลูกจะต้องงดการรดน้ำและต้นกล้าจะต้องได้รับแสงเต็มที่

2.2 การเตรียมแปลง

ไถดินและจัดเตรียมแปลง โดยมีความกว้างของแปลงประมาณ 1 เมตร ความยาวตามสภาพพื้นที่ ใส่ปุ๋ยอินทรีย์ประมาณ 2.5 – 3 ตันต่อไร่ หรือประมาณ 1.5 – 2 กิโลกรัมต่อตารางเมตร อาจคลุมพลาสติกเพื่อป้องกันวัชพืชและเพื่อเก็บรักษาความชื้น



ภาพที่ 4 ลักษณะการเตรียมแปลงปลูก

2.3 การปลูก

ปลูกแบบทแยง 3 แถวต่อแปลง ในระยะปลูก 30 – 40 เซนติเมตร
ปลูก 1 ต้นต่อหลุม หลังปลูกให้รดน้ำทันที



ภาพที่ 5 การปลูกผักกาดหอม

2.4 การใส่ปุ๋ย

นอกจากปุ๋ยอินทรีย์ที่ใส่ลงไปในวันครั้งแรกแล้ว ควรมีการใส่ปุ๋ยอินทรีย์เพิ่มหลังย้ายปลูก 7 วัน โดยใส่ปุ๋ยมูลค่างควาอัตรา 50 กิโลกรัมต่อไร่ ใส่บริเวณรอบโคนต้นทุก 7 วัน เริ่มสัปดาห์ที่ 2 หลังย้ายปลูกใส่ปุ๋ยน้ำอินทรีย์ (น้ำหมักปลา : น้ำหมักหอย : น้ำหมักเปลือกไข่ อัตรา 1:1:1 โดยปริมาตร) นำส่วนผสมดังกล่าว 3 ลิตรผสมน้ำ 200 ลิตร ตักรดบริเวณโคนต้นประมาณ 0.5 ลิตรต่อหลุม จนกระทั่งเก็บเกี่ยว



ภาพที่ 6 การใส่ปุ๋ยชีวภาพ

2.5 การให้น้ำ

ผักกาดหอมเป็นพืชที่ต้องการน้ำ ซึ่งมีความจำเป็นต้องให้น้ำทุกวัน นอกจากนั้นในบางกรณี ในสภาพที่อุณหภูมิสูง ควรจะต้องมีการให้น้ำแบบพ่นฝอย (Springer) ในช่วงก่อนการออกดอก เป็นการลดการคายน้ำทำให้เจริญเติบโตได้ดีขึ้น สำหรับช่วงที่ออกดอกต้องให้น้ำอย่างสม่ำเสมอ โดยการรดน้ำบริเวณโคนต้น การขาดน้ำมีผลทำให้เมล็ดลีบหรือไม่ติดเมล็ด



ภาพที่ 7 การให้น้ำแบบมินิสปริงเกอร์ในช่วงอุณหภูมิสูงเพื่อลดการคายน้ำ

2.6 การป้องกันกำจัดโรคและแมลงในระบบเกษตรอินทรีย์

1. ใช้เชื้อราไตรโคเดอร์มาผสมกับน้ำ รดเป็นประจำอย่างน้อย สัปดาห์ละครั้ง

2. นีดพ่นสารชีวภาพเพื่อป้องกันและกำจัดศัตรูพืช

- การป้องกันโรค นีดพ่นเชื้อราไตรโคเดอร์มาชนิดผงและเชื้อแบคทีเรีย *Bacillus subtilis*. (Bs) อัตรา 1 ลิตรต่อน้ำ 200 ลิตร นีดพ่นสลับกันทุก 7 วัน

- การป้องกันแมลง ดำเนินการนิตพ่นเชื้อรา *Beauveria bassiana*. และเชื้อแบคทีเรีย *Bacillus thuringiensis*. (Bt) อัตรา 1 ลิตรต่อน้ำ 200 ลิตร นีดพ่นสลับกันทุก 7 วันจนถึง 2 สัปดาห์สุดท้ายก่อนการเก็บเกี่ยว

3. เก็บใบที่เป็นโรคออกจากแปลงทุกวัน ในช่วงเช้า เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งสะสมโรค



ภาพที่ 8 การสำรวจและเก็บโรคออกจากแปลงผักกาดหอมเพื่อลดการสะสมของแหล่งโรค



ก



ข

ภาพที่ 9 ก. โรคใบจุด สาเหตุเกิดจากเชื้อรา *Cercospora* sp.

ข. โรคเน่าและ สาเหตุเกิดจากเชื้อแบคทีเรีย *Erwinia* sp.

2.7 การป้องกันพันธุ์ปน

การผลิตเมล็ดพันธุ์ จะต้องควบคุมไม่ให้มีพันธุ์อื่นๆ มาปนกับพันธุ์ที่เราทำการผลิต สามารถดำเนินการโดย

- ปลูกให้ห่างจากผักกาดหอมพันธุ์อื่นๆ ไม่ต่ำกว่า 30 - 60 เมตร
- ในระยะต้นกล้า ให้สังเกตสีของต้น ถ้ามีสีอื่นๆ ที่ผิดไปจากเดิมให้

ถอนออก

- ในระยะเจริญเติบโต ให้สังเกตลักษณะใบ สีใบ ถ้ามีสีผิดไปหรือมีความต่างให้ถอนทิ้ง

- ในระยะออกดอก ให้ถอนต้นที่มีสีดอกต่างไปทิ้ง
- ในระยะเก็บเกี่ยว ให้ดูสีเมล็ด ถ้ามีสีผิดไปให้คัดออก

2.8 การช่วยการแทงช่อดอก

กรณีผักกาดหอมห่อ ในพืชกลุ่มผักกาดหอมส่วนใหญ่ สามารถแทงช่อดอกได้โดยปกติ ยกเว้นผักกาดหอมห่อ เกษตรกรจะต้องช่วยทำให้เกิดการแทงช่อดอก โดยเมื่อผักกาดหอมห่อ มีการห่อปลีแน่น ซึ่งสามารถพิจารณาได้จากรูปทรงและการใช้มือตบเบาๆ ซึ่งถ้ามีความรู้ลึกแน่นๆ ให้ค่อยแกะเปลือกออก หรืออาจใช้วิธีการผ่ากากบาท (ตามภาพ) จะทำให้เกิดการแทงช่อดอก



เลือกต้นที่เข้าปลีตามภาพ



แกะใบออก



ปลีเริ่มแตกออก



เริ่มแทงช่อดอก



ช่อดอกของผักกาดหอม

ภาพที่ 10 แสดงขั้นตอนการผ่าหัวผักกาดหอมเพื่อช่วยการแทงช่อดอก

2.9 การปักไม้พุงลำต้น

ในบางกรณีที่ดินผักกาดหอมแทงช่อและมีความสูงมากต้องมีการมัดไม้พุงลำต้น เพื่อป้องกันการล้ม การปักไม้โดยใช้ไม้ที่มีความสูงประมาณ 1 เมตร ปักบริเวณด้านข้างและผูกเชือกให้เรียบร้อย



การใช้เชือกจูงค้ำ



การใช้ไม้ปักเพื่อพุงลำต้น

ภาพที่ 11 การขึ้นค้ำหรือปักไม้เพื่อพุงลำต้นผักกาดหอม

3. การเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์

ผักกาดหอมเป็นพืชที่ดอกภายในช่อมีการทยอยบานปะปนไม่เป็นระบบ ซึ่งจะแก่จากด้านล่างก่อนเหมือนพืชชนิดอื่นทั่วไป จึงทำให้มีปัญหาด้านการเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์ การเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์สามารถทำได้ 2 วิธี คือ

1. การเก็บเกี่ยวทีละดอก โดยพิจารณาจาก ลักษณะการเปลี่ยนแปลงของดอกเป็นลักษณะปยุ่นุ่น (ตามภาพ) โดยการใช้มือเก็บทีละดอก ใน 1 ดอกปรกติจะมีเมล็ดประมาณ 15 – 20 เมล็ด ให้ทำการเก็บเกี่ยวไปเรื่อยๆ ประมาณ

2 – 3 วัน ต่อครั้ง ซึ่งจะใช้เวลาในการเก็บเกี่ยวนานประมาณ 15 – 30 วัน ขึ้นอยู่กับพันธุ์

2. การเก็บเกี่ยวทั้งต้น โดยพิจารณาจากดอกที่มีลักษณะเป็นปุยนุ่ม เกิดขึ้นในช่อดอกประมาณ 70 – 80 เปอร์เซ็นต์ ของจำนวนดอกในต้น ใช้กรรไกรตัดบริเวณโคนต้นอย่างระมัดระวัง การตัดที่แรงๆจะทำให้เมล็ดร่วงมากเกินไป จากนั้นทำการเคาะลงในถังทันที เมล็ดที่เก๋าะร่วงลงไปในส่วนที่เหลือติดอยู่กับต้นซึ่งเป็นเมล็ดอ่อนให้ทิ้งไป การตัดต้นควรตัดในเวลาตั้งแต่ 10.00 – 12.00 น. เนื่องจากทำให้เมล็ดหลุดออกได้ง่ายเวลาเคาะ แต่ถ้าเป็นช่วงบ่าย การเข้าไปตัดจะทำให้เมล็ดหลุดร่วงเสียหายได้มากกว่า



ภาพที่ 12 ลักษณะของดอกที่เหมาะสมต่อการเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์



ภาพที่ 13 การเก็บเกี่ยวเมล็ดพันธุ์ผักกาดหอม

4. การทำความสะอาดเมล็ด

เมล็ดที่ได้จากการเก็บเกี่ยวแล้วเคาะลงในถังพลาสติกแล้วนั้น นำมาใส่ภาชนะตากแดด ประมาณ 2 แดด ใช้มือนวดเบาๆ เมล็ดจะหลุดลงด้านล่างของภาชนะ นำปุยนุ่นออก นำเมล็ดใส่ถาดแล้วผัดเอาเมล็ดที่มีน้ำหนักเบา และเศษพืชส่วนที่ไม่ต้องการออก ตากแดดต่ออีก 2 แดด อาจจะมีการนำเมล็ดมาคัดอีกครั้งด้วยสายตา จะทำให้ได้เมล็ดที่มีคุณภาพดี เก็บไว้ใช้ได้นาน



ภาพที่ 14 การตากเมล็ดพันธุ์เพื่อลดความชื้น

5. การเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์

การเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์จะต้องเก็บไว้ในภาชนะปิด ไม่ให้อากาศผ่านได้ เช่น ถังพลาสติก ขวด กระป๋อง ฯลฯ แล้วนำไปเก็บไว้ในตู้เย็นช่องธรรมดา จะสามารถเก็บรักษาเมล็ดไว้ได้นาน ประมาณ 2 – 3 ปี แต่อย่างไรก็ตาม ไม่ควรเก็บรักษาเมล็ดไว้นานเพราะเมล็ดจะเสื่อมลงได้



ภาพที่ 15 การทำความสะอาดเมล็ดพันธุ์