

# การวางแผนการปลูกผัก

## แบบผสมผสาน



สำนักงานส่งเสริมและจัดการสินค้าเกษตร  
กรมส่งเสริมการเกษตร

## การปลูกและการดูแลรักษา

### 1. การเลือกซื้อเมล็ดพันธุ์

การเลือกซื้อเมล็ดพันธุ์นั้นต้องคำนึงถึง พันธุ์ที่ให้ผลผลิตต่อไร่สูง เมื่อพืชเจริญเติบโตขึ้นสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้ปัญหาเรื่องโรคและแมลงรบกวนน้อย เป็นพันธุ์ที่นิยมบริโภค ที่สำคัญคือจะต้องตรงตามสายพันธุ์

วิธีการเลือกซื้อเมล็ดพันธุ์ที่ดีมีวิธีการสังเกต ดังนี้

1. ควรเลือกซื้อเมล็ดพันธุ์ที่มีการบรรจุไว้ในถุงอะลูมิเนียม (ฟอยล์) หรือกระป๋องที่ปิดสนิท
2. ดูวันเดือนปีที่ผลิตและวันเดือนปีที่หมดอายุในฉลากด้านข้างกระป๋องหรือซอง
3. มีเปอร์เซ็นต์การงอกสูง
4. ตรงตามพันธุ์
5. ไม่ควรซื้อเมล็ดพันธุ์ที่วางโคนแคด

### 2. การเตรียมดิน

- 2.1 สำหรับปลูกในภาชนะ ใช้ ดิน : แกลบ : ปุ๋ยหมัก อัตราส่วน 1 : 1 : 1 คลุกให้เข้ากัน รดน้ำเพื่อให้ความชื้น สังเกตได้จากสามารถกำวัสดุปลูกเป็นก้อนได้
- 2.2 สำหรับการปลูกในพื้นที่ว่างหรือในแปลง
  - 2.2.1 พรวนดิน ตากดินทิ้งไว้ประมาณ 7 – 15 วัน
  - 2.2.2 ยกแปลงสูง 4 - 5 นิ้ว กว้าง 1 – 1.20 เมตร ส่วนความยาวตามลักษณะของพื้นที่ ควรอยู่ในแนวทิศเหนือ/ใต้ เพื่อให้ผักได้รับแสงทั่วทั้งแปลง
  - 2.2.3 ใส่ปุ๋ยหมักหรือปุ๋ยคอกอัตรา 2 – 3 กก/ตร.ม.

### 3. การปลูก

- 3.1 การปลูกด้วยเมล็ด 3 วิธี ดังนี้
  - เพาะกล้าก่อนแล้วจึงย้ายปลูก
  - หว่านเมล็ดโดยตรงในแปลงปลูก แล้วถอนแยกทีหลัง
  - ปลูกในหลุมปลูกโดยตรง
- 3.2 การปลูกด้วยส่วนขยายพันธุ์อื่นๆ เช่น กิ่ง ต้น หัว ไหล

### 4. การดูแลรักษา

- 4.1 การให้น้ำ ต้องให้น้ำอย่างสม่ำเสมอทุกระยะการเจริญเติบโต ระวังอย่าให้แฉะ หรือมีน้ำขัง ควรรดน้ำในช่วงเช้า - เย็น ไม่ควรรดตอนแดดจัด

#### 4.2 การให้ปุ๋ย มี 2 ระยะ คือ

- ปุ๋ยรองพื้น ใส่ช่วงเตรียมดิน หรือรองกันหลุมก่อนปลูก ควรเป็นปุ๋ยคอก หรือปุ๋ยหมัก
- ปุ๋ยบำรุง แบ่งใส่ 2 ครั้ง ครั้งแรกเมื่อกล้าที่ย้ายปลูกตั้งตัวได้แล้ว หลังจากใส่ครั้งแรก 2 – 3 สัปดาห์ จึงใส่ครั้งที่ 2 การใส่ให้โรยบางๆ ระหว่างแถว อย่าให้ปุ๋ยอยู่ชิดต้น เมื่อใส่ปุ๋ยแล้วควรพรวนดินและรดน้ำตามทันที ปุ๋ยที่ใช้กับพืชผัก ได้แก่ ยูเรีย แอมโมเนียมซัลเฟต สำหรับบำรุงต้นและใบ และปุ๋ยสูตร 15 – 15 – 15 และ 12 – 24 – 12 สำหรับเร่งการออกดอกและผล

#### 4.3 การทำค้าง

ผักบางชนิด เช่น ตำลึง บวบ ถั่วฝักยาว ต้องการค้างเพื่อเป็นที่ยึดเกาะ พยุงลำต้น นอกจากนี้ช่วยให้ผลผลิตดี และดูแลรักษาง่ายรูปแบบการทำค้างยังมีหลายรูปแบบขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของผู้ปลูก แต่ที่สำคัญตัวค้างต้องสามารถรับน้ำหนักของผลผลิตและพืช

#### 4.4 การป้องกันกำจัดแมลงศัตรูพืช ทำได้หลายวิธี ดังนี้

- ใช้กับดักกาวเหนียวสีเหลือง
- ใช้กับดักแสงไฟ
- ใช้สารสกัดจากพืชอื่นๆ
- ใช้สารสกัดจากสะเดา
- ใช้สารสกัดจากพืชอื่นๆ
- ไล่เดือนฝอย
- ใช้สารไพรีทรอยด์
- ปลูกพืชผักร่วมกับพืชที่มีกลิ่นไล่แมลง

#### 4.5 การป้องกันกำจัดเชื้อโรคในผัก

ในช่วงที่ฝนตกชุกอาจเกิดโรคใบจุดหรือโคนเน่าได้ ควรเก็บใบผักหรือต้นที่เป็นโรคทิ้ง และนำไปทำลายนอกแปลง และใช้น้ำปูนใสรดที่แปลง หรือต้นผัก

น้ำปูนใสทำได้โดย ผสมน้ำปูนใส 5 กก. กับน้ำ 20 ลิตร ทิ้งไว้ 1 คืน จากนั้นนำน้ำปูนใสที่ตกตะกอนแล้ว 1 ส่วน ผสมน้ำธรรมดา 5 ส่วนเพื่อนำไปรดผักในแปลง

### 5. การเก็บเกี่ยว

การเก็บเกี่ยวผักควรเก็บในช่วงเช้า จะทำให้ผักสด รสชาติดี สำหรับผักประเภทผลควรเก็บในขณะที่ผลยังไม่แก่จัด จะได้ผลที่มีรสชาติดี และจะทำให้ผลตก หากปล่อยให้คาต้นต่อไปจะออกผลน้อยลง การปลูกผักหลายชนิดผสมผสานกัน ก็จะทำให้มีผักไว้บริโภค หรือจำหน่ายได้ตลอดทั้งปี โดยใช้ฤดูกาลปลูกและอายุการเก็บเกี่ยวของพืชผักมาเป็นตัววางแผนการปลูก นอกจากนี้การปลูกผักแบบผสมผสานยังช่วยลดการใช้สารเคมีให้น้อยลงได้อีกด้วย

## ระบบการปลูกผักแบบผสมผสาน

ควรเลือกพืชผักที่สามารถปลูกได้ตลอดปี และปลูกตามฤดูกาล และผักที่มีความเหมาะสมกับสภาพพื้นที่ หน่อโรค และแมลง มาปลูก เพื่อให้มีพืชผักบริโภคได้ตลอดทั้งปี โดยวางแผนการปลูกจากอายุการเก็บเกี่ยวของผักแต่ละชนิด

### การเลือกชนิดผัก

#### ผักชนิดหลัก

คะน้า

กวางตุ้ง

ผักบุ้ง

ผักโขมจีน

ผักสลัด

ฮ่องเต้

หอมแบ่ง

มะเขือยาว

มะเขือเปราะ

#### ผักชนิดรอง

บร็อคโคลี่

ผักกาดขาว

ผักชี

หอมแบ่ง

ผักกาดหัว

ถั่วฝักยาว

แตงกวา

คื่นฉ่าย

บวบ

#### ผักชนิดรอง

(พื้นบ้าน)

ผักเชียงดา

ถั่วพู

ผักปรัง

ผักหวานบ้าน

กระเจี๊ยบเขียว

กะเพรา

โหระพา

แมงลัก

ตะไคร้

ปลูกได้ตลอดปี    ปลูกตามฤดูกาล    ปลูกได้ตลอดปี

ผักชนิดหลัก + ผักชนิดรอง + ผักชนิดรอง  
(พื้นบ้าน)



ระบบการปลูกผักแบบผสมผสาน

## ฤดูกาลที่เหมาะสมและอายุการเก็บเกี่ยวผักบางชนิด

ชนิดผัก/ (อายุเก็บเกี่ยว)	มค	กพ	มีค	เมย	พค	มิย	กค	สค	กย	ตค	พย	ธค
ฮ่องเต้/ (35-45 วัน)												
คะน้า/ (45-55 วัน)												
กวางตุ้ง/ (35-45 วัน)												
ผักบุ้งจีน/ (20-25 วัน)												
ผักโขมจีน/ (30-35 วัน)												
ผักสลัด/ (40-45 วัน)												
มะเขือยาว/ (60-80 วัน)												
ถั่วแขก/ (50-60 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
กะหล่ำปลี/ (50-60 วัน)	—	—	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
บร็อกโคลี/ (90-100 วัน)	—	—	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
ถั่วฝักยาว/ (45-50 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
แตงกวา/ (30-40 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ผักกาดขาว/ (40-50 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ผักกาดหัว/ (40-50 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ผักชี/ (40-50 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
คื่นฉ่าย/ (40-45 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
มะเขือเปราะ/ (65-70 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
บวบเหลี่ยม/ (45-60 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
แครอท/ (80-100 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
หอมแบ่ง/ (45 วัน)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

— ปลูกได้ดี

— ปลูกได้

..... ปลูกได้ต้องใช้พันธุ์เฉพาะ