

ຊີວະນາໆພັນໃນລະບົບນິເວດນາເຂົ້າ

ພືດ-ຜັກ ທີ່ກິນໄດ້ບາງຊະນິດ



2014

ຄຳນຳ

ລະບົບນິເວດນາເຂົ້າ ມີບົດບາດ ແລະ ຄວາມສຳຄັນຕໍ່ກັບຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນລາວຢ່າງຫຼວງຫຼາຍ. ໃນທຳນຳບໍ່ມີພຽງແຕ່ເຂົ້າເທົ່ານັ້ນ ແຕ່ຍັງມີສັດ, ມີພືດ ທີ່ເປັນອາຫານ ແລະ ເປັນສິນຄ້າ ຊື້-ຂາຍ ແລກປ່ຽນ ທີ່ເຮັດໃຫ້ຊີວິດການເປັນຢູ່ຂອງປະຊາຊົນດີຂຶ້ນ. ລະບົບນິເວດນາເຂົ້າຄວນຖືກຮັບຮູ້ຈາກຊຸມຊົນ ແລະ ມີສ່ວນຮ່ວມໃນການຄຸ້ມຄອງຢ່າງເປັນລະບົບ ເພື່ອ ຮັບປະກັນຄວາມຍືນຍົງໃນອານາຄົດ. ສະນັ້ນ, ຄວາມຮູ້ທາງດ້ານວິທະຍາສາດກ່ຽວກັບລະບົບນິເວດນາເຂົ້າ ຈຶ່ງເປັນຄວາມຮູ້ພື້ນຖານທີ່ສຳຄັນ. ປຶ້ມຫົວນີ້ແມ່ນເປັນຜົນຜະລິດຂອງ ທີມງານ ທີ່ສຶກສາ ການນຳໃຊ້ຊີວະນາໆພັນ ໃນລະບົບນິເວດນາເຂົ້າ ແບບຍືນຍົງ ມີພາສາອັງກິດວ່າ **Sustainable Utilization of Ricefield Ecosystem (SURE)** ທີ່ມີການເຕັບກຳ, ບັນທຶກຂໍ້ມູນພື້ນຖານທາງດ້ານຊີວະນາໆພັນຂອງລະບົບນິເວດນາເຂົ້າ ເພື່ອເປັນບ່ອນອີງໃຫ້ແກ່ນັກຮຽນ ນັກສຶກສາ, ບັນຍາຊົນ ແລະ ປະຊາຊົນ ໂດຍສະເພາະຄົນລຸ້ນໃໝ່ ໄດ້ນຳໃຊ້ເຂົ້າໃນການສຶກສາ, ຄົ້ນຄວ້າ ແລະ ວາງແຜນຄຸ້ມຄອງໃຫ້ມີຄວາມຍືນຍົງ. ເນື້ອ ໃນປຶ້ມເຫຼົ່ານີ້ແມ່ນເປັນສະບັບທຳອິດ ເຊິ່ງຍັງມີຂອບເຂດສຶກສາຈຳກັດຢູ່ ບໍ່ອາດສາມາດເປັນຕົວແທນທົ່ວປະເທດໄດ້ ຈຶ່ງບໍ່ປາສະຈາກໄດ້ຂໍ້ຂາດຕົກບົກຜ່ອງບາງສ່ວນ ພວກເຮົາທີ່ມີງານຫວັງຢ່າງຍິ່ງວ່າຈະໄດ້ຮັບຄຳຕຳນິຕິຊົມຈາກບັນດາທ່ານຜູ້ອ່ານ ເພື່ອປັບປຸງໃຫ້ປຶ້ມຫົວນີ້ສົມບູນຂຶ້ນໃນໂອກາດໜ້າ.

ທີມງານ SURE

- ຄະນະຜູ້ແປ ແລະ ຮຽບຮຽງ:**
 - ອາຈານ ແບ້ ເພຍໄຊ ຄະນະວິທະຍາສາດສິ່ງແວດລ້ອມ
 - ອາຈານ ສຸລິຈັນ ລຳໄຊ ຄະນະວິທະຍາສາດສິ່ງແວດລ້ອມ
 - ຄະນະໜ່ວຍອາສາສະໝັກ **SEED**, ຄະນະວິທະຍາສາດສິ່ງແວດລ້ອມ
 - ນາງ ສາລະວິງ ທຳມະເຈດີ ສູນພັດທະນາການລ້ຽງປານ້ຳຊອງ
 - Mr. Hiromu IKENOUE NARC, Japan
 - ນາງ ໜູຮັກ ລຽບວິໄຊ NARC, Lao PDR
- ສະໜັບສະໜູນດ້ານເຕັກນິກ:**
 - Japan Wildlife Research Center (JWRC), Japan
- ສະໜັບສະໜູນດ້ານການເງິນ:**
 - Nagao Natural Environment Foundation (NEF), Japan

ສາລະບານ

ໜ້າ

1. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງສັດ ແລະ ພືດ.....	1
2. ການຈຳແນກຊະນິດຂອງພືດ.....	1
3. ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດແຕ່ລະປະເພດ.....	2
4. ກຸ່ມພືດມີແກ່ນ.....	3
5. ປະເພດຜັກກູດ.....	18
6. ປະເພດເທົາ.....	19

1. ຄວາມແຕກຕ່າງລະຫວ່າງສັດ ແລະ ພືດ

ສັດສາມາດດຳລົງຊີວິດໂດຍການກິນອິນຊີວັດຖຸ ເຊັ່ນ: ສັດຈຳພວກກິນພືດ, ສັດຈຳພວກກິນຊີ້ນ ແລະ ສັດຈຳພວກກິນທັງພືດ ແລະ ສັດ. ໃນທາງກົງກັນຂ້າມ ພືດສາມາດຜະລິດອິນຊີວັດຖຸດ້ວຍໂຕມັນເອງໄດ້ ໂດຍມີຂະບວນການແລກປ່ຽນທາດ ຄາບອນໄດອໍອກໄຊ (CO₂), ໄດ້ມີການແຍກຕົວເປັນອາຍ ຄາບອນໄດອໍອກໄຊ ແລະ ນໍ້າ ຂະບວນການນີ້ມັນໄດ້ເກີດຂຶ້ນໃນພາກສ່ວນສີຂຽວຂອງພືດ (ສ່ວນໃຫຍ່ແມ່ນໃບ) ເອີ້ນວ່າ: “ການສັງເຄາະແສງ” ຂະບວນການນີ້ພືດຈະຜະລິດອາຍ ອີກຊີເຈນ (O₂) ແລະ ຜະລິດອິນຊີວັດຖຸ ອອກມາ.

2. ການຈຳແນກຊະນິດຂອງພືດ

ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວພືດໄດ້ແຍກອອກເປັນ 3 ກຸ່ມໃຫຍ່ຄື:



(1) ກຸ່ມພືດມີແກ່ນ



(2) ກຸ່ມຜັກກຸດ

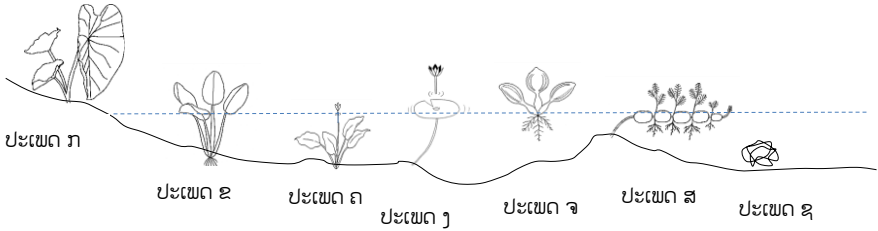


(3) ກຸ່ມເທົາ

- (1) ກຸ່ມພືດມີແກ່ນ: ຈະມີດອກ, ມີໝາກ ແລະ ຂະຫຍາຍພັນດ້ວຍແກ່ນ, ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ມີພືດປະເພດນີ້ທັງໝົດ 15 ຊະນິດ.
- (2) ກຸ່ມຜັກກຸດ: ບໍ່ມີດອກ, ບໍ່ມີໝາກ ແລະ ຂະຫຍາຍພັນດ້ວຍສະບໍ, ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ມີພືດປະເພດນີ້ທັງໝົດ 2 ຊະນິດ.
- (3) ກຸ່ມເທົາ: ແມ່ນຈະເລີນເຕີບໂຕໃນນໍ້າ ແລະ ບ່ອນຊຸ່ມ ມີຮູບຮ່າງບໍ່ສາມາດການິດໄດ້ຊັດເຈນ, ຢູ່ໃນປື້ມຫົວນີ້ມີພືດປະເພດນີ້ທັງໝົດ 2 ຊະນິດ.

3. ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດແຕ່ລະປະເພດ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕຂອງພືດ ແມ່ນອີງຕາມຄວາມໝາະສົມຂອງແຕ່ລະພື້ນທີ່ ຈາກເທິງບົກ, ແຄມນ້ຳ ຫາໃຕ້ນ້ຳ ໂດຍລວມແລ້ວໄດ້ແຍກອອກເປັນ 7 ປະເພດດັ່ງນີ້:



ປະເພດ ກ: ຮ່າງກາຍທັງໝົດຂອງພືດ ເຕີບໂຕຢູ່ເທິງບົກ ທີ່ມີອາກາດ.

ປະເພດ ຂ: ພາກສ່ວນຮາກຂອງມັນຢູ່ໃຕ້ນ້ຳ ສ່ວນຍອດຫຼືໃບຈະຟຸ່ເທິງໜ້ານ້ຳ.

ປະເພດ ຄ: ພາກສ່ວນຮາກ, ລຳ ແລະ ໃບມັນຢູ່ໃຕ້ນ້ຳ ມີພຽງແຕ່ດອກທີ່ພົ້ນຂຶ້ນໜ້ານ້ຳ.

ປະເພດ ງ: ພາກສ່ວນຮາກ, ລຳ ຢູ່ໃຕ້ນ້ຳ. ໃບ ຟຸ່ຢູ່ໜ້ານ້ຳ ສ່ວນດອກ ແລະ ໜາກຈະພົ້ນຂຶ້ນເທິງ.

ປະເພດ ຈ: ທຸກພາກສ່ວນແມ່ນຟຸ່ຢູ່ໜ້ານ້ຳ.

ປະເພດ ສ: ພາກສ່ວນຮາກຝັງດິນໃຕ້ນ້ຳ, ລຳຟຸ່ໜ້ານ້ຳ ສ່ວນຍອດ, ດອກ, ໜາກ ຈະພົ້ນຂຶ້ນເທິງ.

ປະເພດ ຊ: ທຸກພາກສ່ວນຂອງພືດຢູ່ໃຕ້ນ້ຳ.

4. ກຸ່ມພືດມີແກ່ນ

4.1. ບົວຂີ້ແບ້

ຊະນິດດອກຫຼາຍສີ ເຊັ່ນ: ສີແດງ, ບົວ ແລະ ສີຂາວ. ມີການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ງ. ສຳລັບກ້ານຂອງດອກ ເຮົາເອີ້ນກັນວ່າ: ສາຍບົວ



ກ້ານຂອງດອກຫຼືສາຍບົວ ທີ່ວາງຂາຍຕາມຕະຫຼາດ

4.2. ບົວຫຼວງ

ການຈະເລີບເຕີບໂຕແບບປະເພດ ໆ

ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ຫົວບົວຢູ່ໃຕ້ດິນພື້ນນ້ຳ ແລະ ໝາກບົວ ເທິງໜ້ານ້ຳ.



ໝາກບົວ



ຫົວບົວ (ລຳຕົ້ນໃຕ້ດິນ)

4.3. ຜັກກ້ານຈອງ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕແບບປະເພດ ຂ

ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ, ໃບ ແລະ ດອກອ່ອນ ທີ່ແຕກອອກມາໃໝ່.



ກ້ານ, ໃບອ່ອນ ທີ່ກິນໄດ້

4.4. ບອນ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕແບບປະເພດ ກ
ສ່ວນກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບ.



ກ້ານ ແລະ ໃບ ທີ່ກິນໄດ້

4.5. ຜັກໂຫບເຫບ

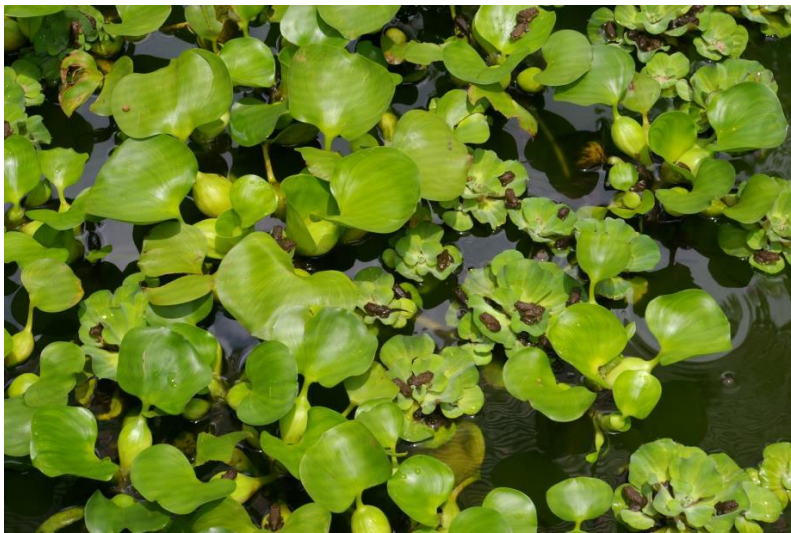
ການຈະເລີນເຕີບໂຕ ປະເພດ ຄ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບ



ກ້ານ ແລະ ໃບ

4.6. ຜັກຕີບຊາວາ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕແບບປະເພດ ຈ ແຕ່ບາງຄັ້ງແມ່ນແບບປະເພດ ຂ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ໃບ ແລະ ດອກອ່ອນ ທີ່ແຕກອອກມາໃໝ່



ໃບ ແລະ ດອກອ່ອນ ທີ່ກິນໄດ້

4.7. ຜັກອໍຣິນ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຂ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ໃບ ແລະ ກ້ານອ່ອນ ທີ່ແຕກອອກມາໃໝ່



ໃບ ແລະ ກ້ານອ່ອນ ທີ່ກິນໄດ້

4.8. ຜັກກະເສດ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕແບບປະເພດ ສ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ



ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ ທີ່ກິນໄດ້

4.9. ຜັກປອດນ້ຳ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ສ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ (ຍອດອ່ອນ)



ລັກສະນະຂອງດອກປອດນ້ຳ

4.10. ຜັກຫົມໜາມ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ກ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບ.



ລັກສະນະຂອງດອກຜັກຫົມໜາມ

4.11. ຜັກຂະແຍງ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຂ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ທັງໝົດ.



ກ້ານ ແລະ ໃບ

4.12. ໝາກແຄ້ງ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ກ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ໝາກ



ລັກສະນະໝາກແຄ້ງ

4.13. ຜັກບັ້ງ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຈ ແຕ່ບາງຄັ້ງກໍ່ຈະເລີນເຕີບໂຕແບບປະເພດ ກ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ຍອດອ່ອນ



ກ້ານ ແລະ ຍອດອ່ອນ

4.14. ຜັກບີ່ອ່ຽນ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຂ
ສ່ວນກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ



4.15. ຜັກໜອກ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ກ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ທັງໝົດ



ກ້ານ ແລະ ໃບ ຂອງຜັກໜອກ

5. ປະເພດຜັກກຸດ

5.1. ຜັກແວ່ນ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຂ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ທັງໝົດ



ກ້ານ ແລະ ໃບ

5.2. ຜັກກູດນ້ຳ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ກ

ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ



ກ້ານ ແລະ ໃບອ່ອນ

6. ປະເພດເທົາ

6.1. ເທົາ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຊ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ທັງໝົດ



ຮູບເທົາທີ່ເກີດໃນທຳມະຊາດ

6.2. ໄຄຫິນ

ການຈະເລີນເຕີບໂຕປະເພດ ຊ
ສ່ວນທີ່ກິນໄດ້ແມ່ນ: ທັງໝົດ





ຮຽບຮຽງໂດຍທີມງານຂອງSURE

- ຄະນະວິທະຍາສາດສິ່ງແວດລ້ອມ, (FES), ມະຫາວິທະຍາໄລແຫ່ງຊາດ (NUOL).
- ສູນພັດທະນາການລ້ຽງປານ້ຳຊວງ (NADC), ກົມລ້ຽງສັດ ແລະ ການປະມົງ (DLF).
- Network of Asian Rural Communities (NARC), Japan.

ໃຫ້ຄໍາແນະນໍາດ້ານເຕັກນິກໂດຍ

Japan Wildlife Research Center (JWRC), Japan.

ສະໜັບສະໜູນໂດຍ

Nagao Natural Environment Foundation (NEF), Japan.

ກັນຍາ, 2014