

ปลูกกระชายได้ร่มเงาของสวนยาง...รักษาภูมิปัญญาสมุนไพรไทย...

สร้างรายได้เสริมอย่างมั่นคง

รู้จักกับกระชาย...พืชสมุนไพรไทย...กำลังก้าวสู่ตลาดโลก

การปลูกยางพาราในแต่ละพื้นที่ต่างมีข้อจำกัดแตกต่างกันไป ทั้งสภาพภูมิอากาศ ภูมิประเทศ แม้ว่าในพื้นที่บางแห่งไม่สามารถสร้างโรงงานแปรรูปเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับผลผลิตได้ เพียงเพราะปริมาณผลผลิตในพื้นที่โดยรวมยังมีน้อย ปრაการการณ์นี้จะเกิดขึ้นในพื้นที่ปลูกยางแห่งใหม่ ทำให้ไม่คุ้มค่ากับการลงทุนในภาคอุตสาหกรรม แต่เกษตรกรชาวสวนยางสามารถสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับพื้นที่ปลูกยางของตนเองได้ ด้วยการบริหารจัดการพื้นที่ว่างเปล่าในสวนยางให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อสร้างรายได้และสร้างอาชีพเสริมอย่างต่อเนื่อง ฉะนั้น การปลูกกระชาย เป็นอีกหนึ่งแนวคิดของชาวสวนยางในพื้นที่ภาคเหนือ หวังจะเป็นหนทางสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับเกษตรกรชาวสวนยาง และพื้นที่ในการปลูกสร้างสวนยางของตนเองได้อย่างมั่นคง

กระชายเป็นพืชที่มีถิ่นกำเนิดในเขตเอเชียตะวันออกเฉียงใต้และเอเชียใต้ ชื่อทางวิทยาศาสตร์ของกระชาย คือ *Boesenbergia rotunda* (L.) Mansf. วงศ์ขิง Zingiberaceae มีชื่อเรียกตามท้องถิ่นมากมาย ได้แก่ กะแอน ละแอน (ภาคเหนือ) ขิงทราย (มหาสารคาม) ว่านพระอาทิตย์ (กรุงเทพฯ) จีปู ซีฟู (ฉาน-แม่ฮ่องสอน) เป้าขอเร้า, เป้าสี (กะเหรี่ยง - แม่ฮ่องสอน) เป็นต้น นอกจากนี้ ตำราแพทย์แผนไทย ยังระบุให้กระชาย เป็นสมุนไพรชั้นดีอีกด้วย กระชายเป็นพืชที่ชอบสภาพแสงรำไร ทำให้การปลูกกระชายส่วนใหญ่จะต้องปลูกภายใต้ร่มเงาของไม้อื่น นอกจากนี้ กระชวยมีรสเผ็ดร้อน ได้ให้ความสำคัญกับสมุนไพรไทยสู่ตลาดโลก โดยมีแผนจะพัฒนาผลิตและแปรรูปสมุนไพรไทยให้เป็นยา เครื่องสำอาง และอาหารเสริมสุขภาพ เพื่อผลักดันพัฒนาไทยให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพของเอเชีย โดยเลือกสรรพคุณตามที่ตลาดโลกต้องการ คือ ชะลอแก่ บำรุงกำลัง และลดความอ้วน เพราะกระชายมีประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างยิ่ง เช่น เหง้ากระชายช่วยรักษาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นจุกเสียด โดยนำเหง้าและรากประมาณครึ่งกำมือ (สดหนัก 5-10 กรัมแห้งหนัก 3-5 กรัม) ต้มเอาน้ำดื่มเวลามีอาการ หรือปรุงเป็นอาหารรับประทาน คุณค่าด้านอาหาร กระชายมีรสเผ็ดร้อน ช่วยดับกลิ่นคาวได้ดี ปรุงเป็นอาหารหลายชนิด เช่น น้ำยาใส่ขนมจีน แกงปลาป่า ผัดเผ็ดปลาตุ๋น ปลาร้าหลน กะปิคั่ว แกงขี้เหล็ก เหง้ากระชายมีสารอาหารสำคัญ คือ แคลเซียม และวิตามินเอ ส่วนแป้งไขมัน และวิตามินมีจำนวนน้อย การรับประทานอาหารที่มีกระชายอยู่ด้วยจะช่วยขับลม แก้อาการจุกเสียด แก้โรคกระเพาะ รักษาแผลในปาก แก้กษาว กลาก เคลื่อน ใช้เมื่อมีอาการปวดข้อเข่า ใช้เป็นยาอายุวัฒนะ บำรุงกำลัง และใช้บำบัดโรคตามตายด้านอีกด้วย ดังนั้น การปลูกกระชายได้ร่มเงาของสวนยาง จึงเป็นอีกหนึ่งทางเลือกอาชีพเสริมของเกษตรกรชาวสวนยาง และจะเป็นพระเอกที่สำคัญของไทย เพราะกระชาย โดยเฉพาะกระชายเหลืองหรือกระชายธรรมดาที่เกษตรกรชาวสวนยางเลือกปลูกนั้น มีคุณสมบัติที่ตลาดโลกต้องการสองประการ คือ ชะลอความแก่และบำรุงกำลัง นั่นเอง เหง้าและรากของกระชายมีรสเผ็ดร้อนขม หมอยาพื้นบ้านในประเทศไทยใช้เหง้าและรากของกระชายแก้ปวดมวนในท้อง แก้ท้องอืดเฟ้อ

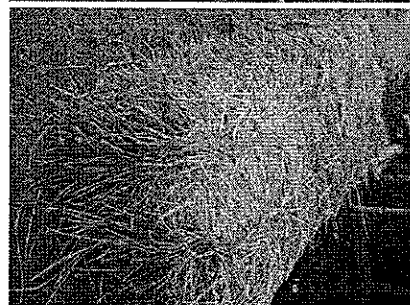
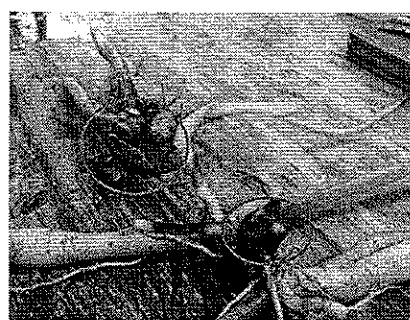
การปลูกกระชายในสวนยาง...ต้องทำอะไร

กระชาย เป็นพืชล้มลุก และเป็นสมุนไพรใกล้ตัวที่มีความต้องการในท้องตลาดค่อนข้างสูง สามารถเก็บเกี่ยวผลผลิตได้ในระยะเวลา 1 ปี การดูแลง่าย ไม่มีโรคและแมลงรบกวน ซึ่งการปลูกกระชายในสวนยาง จะเหมาะกับสวนยางที่ต้นยางอายุประมาณปีที่ 3 เป็นต้นไป เพราะเริ่มมีร่มเงาของต้นยางปกคลุมบ้างแล้ว วิธีการปลูกควรปลูกกระชายลงในถุง พร้อมจัดวางบนแผ่นพลาสติกปูพื้น เพื่อความเจริญเติบโตของต้นกระชาย โดยจะช่วยรักษาความชื้นและควบคุมวัชพืช เป็นการประหยัดน้ำควบคู่ด้วย รวมทั้งสามารถดูแลและจัดการได้ง่าย ตั้งแต่การจัดวางในระหว่างร่องแถว ความสะดวกในการเก็บเกี่ยวผลผลิต การปราบวัชพืช และปรับพื้นที่เพื่อลงผลผลิตรอบใหม่ ทั้งนี้ ฤดูกาลในการปลูกกระชายที่เหมาะสม อยู่ในระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม

ขั้นตอนการปลูกกระชาย

1. เตรียมวัสดุปลูก ได้แก่

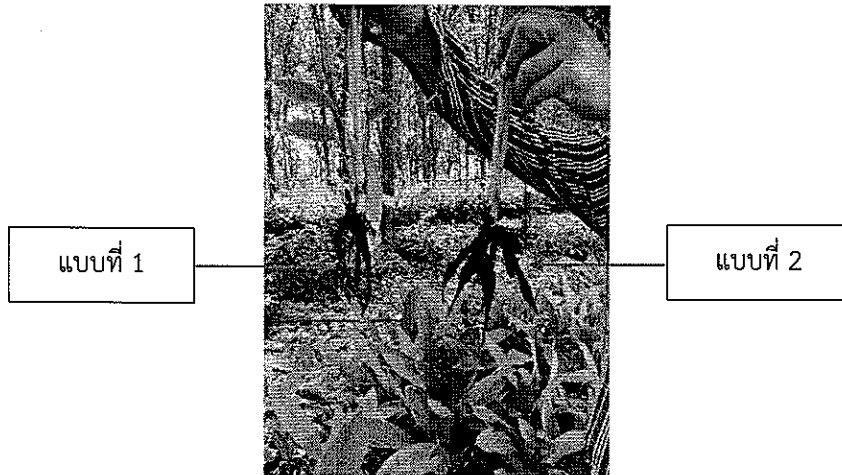
- แกลบดำ (มาจากการเผาแกลบดิบ หรือมาจากขี้เถ้าของเชื้อเพลิงในโรงไฟฟ้าชีวมวลก็ได้) และปุ๋ยคอก (ควรจะใช้มูลจากวัว หรือควาย จะมีความเหมาะสมกว่ามูลสัตว์อื่นๆ) ในอัตราส่วน 2 : 1
- ถุงดำ ขนาด 8x16 นิ้ว จะพอเหมาะกับการเจริญเติบโตได้เต็มที่ของต้นกระชาย
- เหม้ากระชาย สามารถหาซื้อได้ตามร้านทำพริกแกง หรือร้านที่ซอຍกระชายขายทั่วไป ราคาประมาณ 15-25 บาทต่อกิโลกรัม ขนาดของเหม้าควรมีตาอย่างน้อย 3-5 ตาหรือแฉ่ง
- แผ่นพลาสติกปูพื้น เพื่อป้องกันวัชพืชและป้องกันรากยางงอกขึ้นมาแย่งอาหาร
- ฟางข้าว หรือเศษวัสดุอื่นๆ



เทคนิค การเตรียมเหง้ากระชายก่อนปลูก มี 2 แบบ

แบบที่ 1 ให้นำเหง้ากระชายที่ซื้อมาวางบนแผ่นพลาสติกปูพื้น จากนั้นใช้ฟางคลุมประมาณ 15-20 วัน และรดน้ำให้พอมีความชื้น เพื่อให้อุณหภูมิและความชื้นของฟาง ช่วยกระตุ้นการงอกของเหง้ากระชายให้รวดเร็วยิ่งขึ้น และสังเกตเหง้าเริ่มมีการแตกหน่อ จากนั้น เลือกเหง้าที่มีความสมบูรณ์/ไม่ฝ่อ แล้วนำไปปลูกในถุงดำต่อไปได้

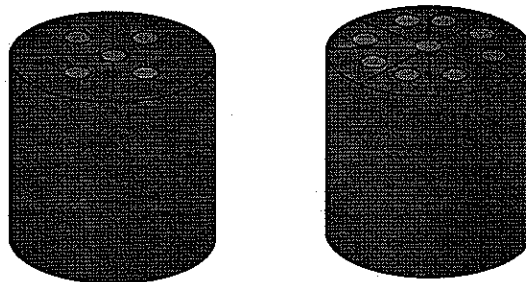
แบบที่ 2 หากมั่นใจว่าเหง้ามีความสด สมบูรณ์ 100% ให้นำเหง้ามาผ่าครึ่งและนำลงถุงชำได้เลย



2. การปลูกระชายลงถุง

- 1) ผสมแกลบดำ และปุ๋ยคอกตามสัดส่วน และบรรจุลงในถุงดำ
- 2) นำเหง้ากระชายประมาณ 5 - 9 เหง้าต่อถุง (ตามขนาดเหง้า) มาปลูกให้ลึกประมาณ 2 นิ้ว
- 3) รดน้ำให้พอชุ่ม

ลักษณะการวางเหง้าในถุงดำ



3. การนำกระชายลงแปลงระหว่างแถวยาง

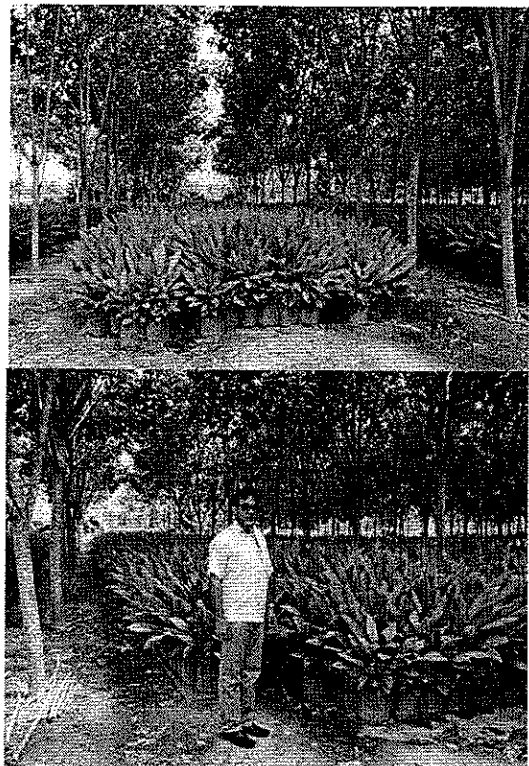
- 1) เลือก/ ปรับพื้นที่ให้เหมาะสำหรับวางถุงเพาะกระชาย จะต้องมีความสม่ำเสมอ ไม่ลาดเอียงมากจนเกินไป
- 2) วางแผ่นพลาสติกปูพื้น โดยให้มีระยะห่างเพียงพอสำหรับการเดินกรีดยาง และการจัดการแปลงกระชาย
- 3) นำถุงเพาะกระชายมาเรียงให้สวยงาม จากนั้นเอาฟางมาคลุมหน้าวัสดุปลูก เพื่อรักษาความชื้น และป้องกันวัชพืช



4. การดูแลรักษาแปลงกระชาย

- 1) รดน้ำสัปดาห์ละไม่น้อยกว่า 2 ครั้ง หรือสังเกตที่วัสดุปลูกว่ามีความชื้นเพียงพอหรือไม่
- 2) สามารถบำรุงด้วยการให้ปุ๋ยทางใบ ด้วยสูตร 4-18-18 ประมาณ เดือนละ 2 ครั้ง เพื่อช่วยเพิ่มความสมบูรณ์ให้กับลำต้น จนกระชายมีอายุประมาณ 6 เดือน

สวนยางยังไม่เปิดกรีด



สวนยางเปิดกรีดแล้ว



ขั้นตอนการเก็บเกี่ยว

เมื่อกระชวยอายุได้ 10-12 เดือน สังเกตจากใบและลำต้น จะเริ่มเหี่ยวแห้งและหลุดออกจากต้น ระยะนี้ คือ ระยะพักตัวของกระชวยเพราะจะทำให้กระชวยมีโอกาส ได้สะสมอาหารและตัวยา ได้เข้มข้นอย่างเต็มที่ เพื่อที่จะขยายพันธุ์ต่อไป จึงเป็นระยะที่เก็บเกี่ยวได้ดี ทำให้ได้กระชวยมีคุณภาพที่ดี



การเก็บรักษาพันธุ์กระชวย

กระชวยที่แก่จัดจะมีอายุประมาณ 11 - 12 เดือน หัวจะต้องสมบูรณ์ อวบใหญ่ปราศจากเชื้อโรค เก็บไว้ในที่แห้งและเย็น นาน ประมาณ 1 - 3 เดือน จึงจะนำไปปลูกต่อได้

การปลูกกระชวย สามารถสร้างรายได้เสริมได้อย่างงดงามให้กับเกษตรกรชาวสวนยางได้เป็นอย่างดี ซึ่งปัจจุบันราคารับซื้อกระชวยในท้องตลาดประมาณ 45 บาทต่อกิโลกรัม (ราคาอ้างอิง : ตลาดสี่มุมเมือง ปี 2558) ซึ่งเกษตรกรในพื้นที่จังหวัดอุทัยธานี ปลูกกระชวยในสวนยาง 1 ไร่ ประมาณ 10,000 ดุง คาดว่า 1 ไร่ จะได้ปริมาณผลผลิตของกระชวยประมาณ 1,500-2,000 กิโลกรัม สร้างรายได้ประมาณ 67,500 – 90,000 บาทต่อปี