# ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ

**ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ໄດ້ຖືກຮັບຮອງເອົາ ໂດຍ ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ, ໄດ້ມີຜົນສຳເລັດເປັນຢ່າງດີຕໍ່ການຈັດຕັ້ງປະຕິບັດ, ຈິ່ງສາມາດຂະຫຍາຍການຮຽນການສອນອອກໄປສູ່ໂຮງຮຽນສາມັນໃນເມືອງອື່ນໆ. ຫລັກສູດນີ້ເກີດຂຶ້ນເປັນໄປຕາມຄວາມມຸ້ງຫວັງ ແລະ ຕັ້ງໃຈ ຂອງ ຄູອາຈານ, ນັກຮຽນ ແລະ ພໍ່ແມ່ນັກຮຽນ.**

## ໜ້າວຽກປະຈຸບັນ

- ໄດ້ຮຽບຮຽງ ແລະ ຈັດພິມອອກສອງຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳໃຫ້ແກ່ບັນດາຄູອາຈານ ຊຶ່ງທັງໝົດແມ່ນໄດ້ຖືກອານຸມັດຮັບຮອງເອົາ ຈາກ ກະຊວງສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ.
- ໄດ້ຈັດໃຫ້ມີການຮຽນການສອນຢູ່ໃນ 31 ໂຮງຮຽນ ໃນ 4 ເມືອງ ແລະ ຢູ່ໂຮງຮຽນການສຶກສານອກລະບົບ 5 ແຫ່ງ.
- ມາເຖິງປັດຈຸບັນນີ້ມີນັກຮຽນ 3,002 ຄົນ, ໃນນັ້ນມີນັກຮຽນຍິງ 1,519 ຄົນ ທີ່ໄດ້ຮຽນ ແລະ ນຳໃຊ້ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ.
- ຫລັກສູດຊີວະນາງພັນກະສິກຳໄດ້ສອນໃຫ້ແກ່ຜູ້ໃຫຍ່ 183 ຄົນ, ໃນນັ້ນເປັນເພດຍິງ 92 ຄົນຢູ່ໂຮງຮຽນການສຶກສານອກລະບົບ.
- ຄູອາຈານ 110 ທ່ານ, ໃນນັ້ນ ເປັນເພດຍິງ 66 ທ່ານ ທີ່ໄດ້ຮັບການຝຶກອົບຮົມ ກ່ຽວກັບ ຫລັກສູດຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ແລະ ວິທີການສິດສອນ.

## ເນື້ອໃນບັນຈຸໃນຫລັກສູດ

- ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ສຳລັບ ໂຮງຮຽນປະຖົມ ແມ່ນແນໃສ່ດ້ານຄວາມໝາຍສຳຄັນຂອງ ຊີວະນາງພັນກະສິກຳ.
- ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ສຳລັບໂຮງຮຽນມັດທະຍົມ ແມ່ນແນໃສ່ ສິ່ງທ້າທາຍທີ່ກຳລັງປະເຊີນໜ້າຕໍ່ກັບການອານຸລັກຊີວະນາງພັນກະສິກຳ.
- ເຄື່ອງມືການສິດສອນ, ຮູບແຕ້ມ ແລະ ຄູ່ມື ແມ່ນໄດ້ບັນຈຸໃສ່ໄວ້ໃນ ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ໃຫ້ແກ່ ຄູອາຈານ.
- ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ໄດ້ນຳໃຊ້ສິດສອນເປັນເວລາ 2 ຊົ່ວໂມງ ຕໍ່ ໜຶ່ງອາທິດ, ລວມທັງພາກທິດສະດີ ແລະ ພາກປະຕິບັດຕົວຈິງ.
- ໄດ້ສ້າງສູນວາງສະແດງຊັບພະຍາກອນຊີວະນາງພັນກະສິກຳຂຶ້ນຢູ່ໃນ 8 ໂຮງຮຽນ, ໃນນັ້ນຢູ່ ເມືອງພູກູດ 5 ໂຮງຮຽນ ແລະ ຢູ່ 3 ເມືອງອື່ນອີກ 3 ແຫ່ງ.

## ໂອກາດ

- ການຂະຫຍາຍຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ອອກໄປສູ່ໂຮງຮຽນອື່ນ ແລະ ໃນເມືອງອື່ນ.
- ສືບຕໍ່ປັບປຸງຍົກລະດັບ ຫລັກສູດການສຶກສາດ້ານຊີວະນາງພັນກະສິກຳ ໃຫ້ດີຍິ່ງຂຶ້ນ.
- ສະໜອງເຄື່ອງມືການສິດສອນ ແລະ ສິ່ງອຳນວຍຄວາມສະດວກໃຫ້ເພີ່ມຕື່ມ.
- ຂະຫຍາຍເຂົ້າໄປໃນ ລະບົບການສຶກສານອກລະບົບສຳລັບ ຊາວໜຸ່ມ ແລະ ຜູ້ສູງອາຍຸ.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Swiss Agency for Development
and Cooperation SDC

## ກິດຈະກຳບູລິມະສິດເພີ່ມຕື່ມທີ່ ແຂວງ ພະຍາຍາມໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນສິ່ງເສີມ:

- **ຢາພື້ນເມືອງ:** ຍັງຈຳເປັນຕ້ອງໄດ້ເຮັດສະໜັບສະໜູນເຮັດການອະນຸລັກແຫລ່ງທີ່ເກີດພືດເປັນຢາ, ສ້າງລະບຽບການຄຸ້ມຄອງ, ການເກັບກູ້, ການປຸງແຕ່ງ ແລະ ການຕະຫລາດທີ່ເປັນເອກະພາບໃຫ້ແກ່ຊຸມຊົນ.
- **ການລ້ຽງປາໃນນາເຂົ້າ:** ເປັນວິທີການປະຕິບັດກັນມາແຕ່ບູຮານນະການແລ້ວ ຢູ່ໃນ ອາຊີ ແລະ ສາມາດເຮັດໄດ້ຮ່ວມກັບວຽກຄຸ້ມຄອງສັດຕູພືດແບບປະສົມປະສານ (IPM) ຢູ່ໃນນາເຂົ້າ.
- **ປ່າໄມ້ບ້ານ:** ຕິດພັນກັບ ເຄື່ອງປ່າຂອງດົງຫລາຍຊະນິດ, ປ່າໄມ້ບ້ານຕ້ອງໄດ້ຮັບການສະໜັບສະໜູນດ້ານການອະນຸລັກ, ການຄຸ້ມຄອງ ແລະ ການຕະຫລາດຂອງເຄື່ອງປ່າຂອງດົງ.
- **ເຫັດ:** ເຫັດປ່າແມ່ນມີຄວາມອຸດົມບົນຫລາຍ ແຕ່ຍັງຕ້ອງໄດ້ເຮັດການຊ່ວຍເຫລືອເຂົ້າໃນການປົກປັກຮັກສາສະຖານທີ່ບ່ອນເຫັດເກີດ, ເຮັດການຈັດຕັ້ງກຸ່ມ ແລະ ການຕະຫລາດ.
- **ວັງສະຫງວນ:** ຂະຫຍາຍຂອບເຂດວັງສະຫງວນອອກ ໃຫ້ກວມເອົາແຄມຕາຝັ່ງທີ່ຢູ່ຕິດກັບວັງສະຫງວນ ແລະ ໃຫ້ຕິດພັນກັບການທ່ອງທ່ຽວ.
- **ຊາປ່າ:** ຕົ້ນຊາດັ້ງເດີມ ເປັນແຫລ່ງ ສຳຫລັບຂະຫຍາຍການຜະລິດຊາ ແຕ່ຍັງຕ້ອງໄດ້ປົກປັກຮັກສາ, ແລະ ຕ້ອງໄດ້ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫລືອດ້ານການຈັດຕັ້ງກຸ່ມ ແລະ ການຕະຫລາດທີ່ເປັນເອກະພາບ.
- **ການລ້ຽງໄກ່ພື້ນເມືອງ:** ໄກ່ພື້ນເມືອງເປັນທີ່ນິຍົມກັນຫລາຍ ແລະ ສາມາດສ້າງລາຍຮັບໃຫ້ແກ່ຄອບຄົວຫລາຍຂຶ້ນໂດຍການນຳໃຊ້ວິທີການຄຸ້ມຄອງຈັດການທີ່ດີ.

**ຂໍ້ມູນເພີ່ມເຕີມ**

- ພະແນກກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້ແຂວງ
- ພະແນກສຶກສາທິການ ແລະ ກິລາ
- ພະແນກອຸດສະຫະກຳ ແລະ ການຄ້າ

ພາເຂົ້າລາວ
Pha•Khao•Lao
www.phakhaolao.la

# ແຂວງຊຽງຂວາງ
# Xiengkhouang Province
## ສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງດ້ານຊີວະນາງພັນ
## Strengthening Agro-Biodiversity

ພົນລະເມືອງ 264,263 ຄົນ, ແມ່ຍິງ 49%
47,161 ຄອບຄົວ
6 ຊົນເຜົ່າ
7 ເມືອງ
ເນື້ອທີ່ປ່າປົກຫຸ້ມ 54.9 %
ເນື້ອທີ່ດິນປູກຝັງ 3.35 %
87.9 % ຂອງ ພົນລະເມືອງ ເປັນຊາວກະສິກອນ

ສະຖາບັນຄົ້ນຄວ້າກະສິກຳ, ປ່າໄມ້ ແລະ ພັດທະນາຊົນນະບົດ
National Agriculture and Forestry Research Institute

SPA Brochure_XKH_Lao.pdf 2 22-Jan-20 3:29:13 PM

## ເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ

**ເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ ເປັນແນວພັນເຂົ້າພື້ນເມືອງ ທີ່ມີທັງໝົດ 7 ສາຍພັນ ເໝາະສົມກັບສະພາບແວດລ້ອມ ຂອງແຂວງຫົວພັນ . ເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ ເປັນທີ່ຮູ້ຈັກດີ ຍ້ອນລົດຊາດ ແລະ ກິ່ນຫອມສະເພາະຕົວຂອງມັນ ແລະ ຄວາມຕ້ອງການເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍນັບມື້ນັບເພີ່ມຂຶ້ນ. ເປັນພືດບູລິມະສິດໜຶ່ງຂອງແຂວງ.**

### ການຜະລິດ

• ມີການປູກເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ 7 ສາຍພັນທີ່ແຕກຕ່າງກັນໄປຕາມ ສີ, ລົດຊາດ ແລະ ຄວາມຫອມ.
• ເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍໄດ້ປູກຢູ່ 5 ເມືອງຄື: ເມືອງແປກ, ເມືອງພູກູດ, ເມືອງຜາໄຊ, ເມືອງຄຳ ແລະ ເມືອງຄູນ.
• ປະຈຸບັນ ຜົນຜະລິດເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍໄດ້ ຈຳນວນ 51,300 ໂຕນ ໃນແຕ່ລະປີ ໃນເນື້ອທີ່ນາ 12,000 ເຮັກຕາ.
• ປະຈຸບັນການຜະລິດເມັດແນວພັນເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍທີ່ມີຄຸນນະພາບແມ່ນໄດ້ປະມານ 21,710 ກິໂລຊຶ່ງລວມມີ: ເມັດພັນບໍລິສຸດ(BS) 123 ກິໂລ, ເມັດພັນພື້ນຖານ(R1) 1,300 ກິໂລ, ເມັດພັນຂຶ້ນທະບຽນ (R2) 2,000 ກິໂລ ແລະ ເມັດພັນຢັ້ງຢືນ(R3) 177,500 ກິໂລເພື່ອໃຫ້ປະຊາຊົນນຳເອົາໄປປູກຕໍ່ໄປ.

### ການຕະຫລາດ

• ຈຳນວນເຂົ້າທັງໝົດທີ່ໄດ້ຂາຍສົ່ງອອກໄປແຂວງອື່ນ ມີ 10,300 ໂຕນ ແລະ ອີກ 10 ໂຕນ ແມ່ນຂາຍຢູ່ພາຍໃນທ້ອງຖິ່ນ.
• ພໍ່ຄ້າ-ແມ່ຄ້າທ້ອງຖິ່ນ ຈຳນວນ 5 ຄົນ ທີ່ເຮັດການຊື້-ຂາຍເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍຢູ່ພາຍໃນແຂວງ: ວຽງສິດ, ບຸນນຳ, ວອນ, ວັນ ແລະ ພົມພອນ.
• ລາຄາຂາຍຍົກເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍຢູ່ກັບທີ່ ແມ່ນ 3,500-4,000 ກີບຕໍ່ກິໂລ, ສ່ວນລາຄາຂາຍຍ່ອຍຢູ່ຕະຫລາດ ແມ່ນ 5,000-8,000 ກີບຕໍ່ກິໂລ ແລະ ລາຄາຂາຍຍ່ອຍຢູ່ຕາມຮ້ານຄ້າໃຫຍ່ ແມ່ນ 8,000-11,000 ກີບຕໍ່ກິໂລ.

### ໂອກາດ

• ຍົກສະມັດຕະພາບການຜະລິດໃນເນື້ອທີ່ນາທີ່ມີຢູ່ແລ້ວ.
• ຂະຫຍາຍເພີ່ມເນື້ອທີ່ດິນນາປູກເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ.
• ນຳໃຊ້ ການຂຶ້ນທະບຽນຢັ້ງຢືນພູມສັນຖານ (GI) ເພື່ອປັບປຸງຂະຫຍາຍການຕະຫລາດ.
• ປັບປຸງເມັດພັນໃຫ້ມີຄຸນນະພາບສູງ.
• ປັບປຸງການຜະລິດເມັດພັນບໍລິສຸດ ຂອງ ເຂົ້າໄກ່ນ້ອຍ ທັງ 7 ສາຍພັນ.
• ການຂະຫຍາຍຕະຫລາດ ອອກໃຫ້ກວ້າງຂວາງ.

## ການລ້ຽງເຜິ້ງ

**ນ້ຳເຜິ້ງ ໄດ້ເປັນທ່າແຮງທີ່ສຳຄັນ ແລະ ມີຜົນສຳເລັດ, ຖ້າຫາກມີການປັບປຸງດ້ານການຕະຫລາດ, ມີການຄວບຄຸມຄຸນນະພາບນ້ຳເຜິ້ງ ແລະ ມີການຂະຫຍາຍການລ້ຽງເຜິ້ງ.**

### ການຜະລິດ

• ມີຜູ້ລ້ຽງເຜິ້ງ ຢູ່ພາຍໃນແຂວງ ປະມານ 500 ຄົນ ແລະ ມີ 15 ກຸ່ມ.
• ໃນທົ່ວແຂວງມີການລ້ຽງເຜິ້ງ ຈຳນວນ 3,163 ຮັງ ທີ່ເປັນແກັດ ແລະ ໂກນ, ຊະນິດເຜິ້ງແມ່ນ Apis cerana.
• ການຜະລິດນ້ຳເຜິ້ງທົ່ວແຂວງ ໄດ້ປະມານ 12,000 ກິໂລ, ລວມເປັນມູນຄ່າຫລາຍກວ່າ 500 ລ້ານກີບ ໃນແຕ່ລະປີ.
• ປະມານ 4% ຂອງນ້ຳເຜິ້ງ ທີ່ໄດ້ເຮັດການປຸງແຕ່ງ ຢູ່ໃນສູນປຸງແຕ່ງນ້ຳເຜິ້ງ ແລທອງ ແລະ ສູນວາງສະແດງນ້ຳເຜິ້ງເມືອງແປກ.
• ການຜະລິດຂີ້ເຜິ້ງ ແລະ ຜະລິດຕະພັນອື່ນໆຈາກເຜິ້ງ ແມ່ນຍັງມີຂໍ້ຈຳກັດ.
• ການສະໜັບສະໜູນທາງດ້ານເຕັກນິກວິຊາການໃຫ້ແກ່ຜູ້ລ້ຽງເຜິ້ງ ຍັງມີຄວາມຈຳກັດ ຊຶ່ງມີພຽງພະນັກງານສັງກັດລັດ ພຽງແຕ່ໜຶ່ງຄົນ ແລະ ຊາວກະສິກອນທີ່ມີຄວາມຊຳນານງານພຽງແຕ່ສາມຄົນເທົ່ານັ້ນ.

### ການຕະຫລາດ

• ມີພໍ່ຄ້ານ້ຳເຜິ້ງລາຍໃຫຍ່ພຽງແຕ່ໜຶ່ງຄົນເທົ່ານັ້ນຢູ່ພາຍໃນແຂວງ.
• ໄດ້ມີຜູ້ຊື້ຈຳນວນສອງຄົນທີ່ມາຈາກຕ່າງແຂວງ ແລະ ມີຮ້ານຄ້າຂາຍຍ່ອຍປະມານສິບຮ້ານ ຢູ່ນະຄອນຫລວງວຽງຈັນ.
• ມາຮອດມື້ນີ້ ຍັງບໍ່ທັນມີຜູ້ຊື້ນ້ຳເຜິ້ງທີ່ມາຈາກຕ່າງປະເທດເລີຍ.
• ມີສອງອົງການຈັດຕັ້ງ (GCDA ແລະ TERRA) ແລະ ໜຶ່ງໂຄງການ (TABI) ທີ່ໃຫ້ການສະໜັບສະໜູນການລ້ຽງເຜິ້ງ.

### ໂອກາດ

• ເສີມສ້າງຄວາມສາມາດໃຫ້ເຂັ້ມແຂງ ແກ່ກຸ່ມລ້ຽງເຜິ້ງທີ່ມີຢູ່ໃນປະຈຸບັນ ແລະ ສ້າງຕັ້ງສະມາຄົມໃນລະດັບແຂວງ.
• ສະໜັບສະໜູນການປຸງແຕ່ງເພີ່ມ ເພື່ອເປັນການປັບປຸງຄຸນນະພາບໃຫ້ດີຂຶ້ນ.
• ຂະຫຍາຍການພົວພັນກັບຕະຫລາດ ລວມທັງ ຍົກລະດັບການຮັບຮູ້ ກ່ຽວກັບ ນ້ຳເຜິ້ງຊຽງຂວາງ ແລະ ເຮັດໃຫ້ມີຜູ້ຊື້ຫລາຍຂຶ້ນ.
• ສ້າງຜູ້ຊ່ຽວຊານດ້ານການລ້ຽງເຜິ້ງໃຫ້ຫລາຍຂຶ້ນ.

## ໝາກກ້ຽງພື້ນເມືອງ

**ໝາກກ້ຽງພື້ນເມືອງ ແມ່ນມີຄວາມຕ້ອງການສູງ ຍ້ອນວ່າມັນເປັນທີ່ນິຍົມຊົມຊອບຂອງຜູ້ບໍລິໂພກທັງຫລາຍເພາະວ່າມັນມີລົດຊາດສົ້ມຫວານປົນກັນ. ມີໂອກາດໃນການຜັນຂະຫຍາຍຜົນປະໂຫຍດເພື່ອຕອບສະໜອງຄວາມຕ້ອງການດັ່ງກ່າວ ໂດຍການແນະນຳວິທີການປູກໃຫ້ມີຄຸນນະພາບສູງຂຶ້ນ, ປັບປຸງການຄຸ້ມຄອງບົວລະບັດຮັກສາ, ສຸມໃສ່ພັດທະນາທາງດ້ານການຕະຫລາດ ແລະ ເສີມສ້າງຄວາມເຂັ້ມແຂງໃຫ້ແກ່ກຸ່ມຊາວສວນປູກໝາກກ້ຽງ.**

### ການຜະລິດ

• ໝາກກ້ຽງພື້ນເມືອງມີ 2 ສາຍພັນທີ່ຕ້ອງການຢູ່ໃນຕະຫລາດ ຄື: ໝາກກ້ຽງຫົວຈຸກ ແລະ ໝາກກ້ຽງເປືອກບາງ.
• ມີ 4 ເມືອງທີ່ເຮັດການປູກໝາກກ້ຽງພື້ນເມືອງ(ເມືອງຜາໄຊ,ເມືອງພູກູດ,ເມືອງຄູນ ແລະ ເມືອງໝອກ).
• ການຜະລິດໝາກກ້ຽງແມ່ນຍັງມີຂໍ້ຈຳກັດຢູ່ພຽງແຕ່ໃນ 15 ບ້ານ, 142 ຄອບຄົວ ແລະ ໃນເນື້ອທີ່ 79 ເຮັກຕາ.
• ຜົນຜະລິດໃນແຕ່ລະປີ ໄດ້ປະມານ 121.5 ໂຕນ.
• ປະຈຸບັນມີສວນກ້າເບ້ຍໝາກກ້ຽງ ທີ່ເປັນຂອງເອກະຊົນຢູ່ 6 ແຫ່ງ ທີ່ຜະລິດເບ້ຍໝາກກ້ຽງຂາຍໃຫ້ປະຊາຊົນປູກ.
• ການຜະລິດ ແລະ ຄຸນນະພາບໝາກກ້ຽງ ຍັງມີຂໍ້ຈຳກັດ ຍ້ອນຕົ້ນໝາກກ້ຽງບໍ່ມີຄຸນນະພາບ, ຂາດການຄຸ້ມຄອງທີ່ດີ, ມີພະຍາດ, ແມງໄມ້, ຂາດຝຸ່ນ ແລະ ດ້ານຊົນລະປະທານ.

### ການຕະຫລາດ

• ຜົນຜະລິດແມ່ນໄດ້ຂາຍອອກຈາກສວນໂດຍກົງໃຫ້ແກ່ຜູ້ເກັບຊື້ ແລະ ຂາຍຕາມແຄມທາງ 5 ຈຸດ.
• ໝາກກ້ຽງແມ່ນມີຂາຍຢູ່ໃນຕະຫລາດຂອງເມືອງ ແລະ ແຂວງໂດຍພໍ່ຄ້າທີ່ໄດ້ເກັບຊື້ເອົາມາຈາກສວນ .
• ລາຄາ ແມ່ນບໍ່ແນ່ນອນ ຍ້ອນວ່າ ຜູ້ຜະລິດຍັງບໍ່ທັນມີການຮ່ວມມືດ້ານການຕະຫລາດທີ່ດີເທື່ອ.
• ພະແນກ,ຫ້ອງການກະສິກຳ ແລະ ປ່າໄມ້ ໄດ້ໃຫ້ການຊ່ວຍເຫລືອດ້ານການຕະຫລາດໃຫ້ແກ່ຊາວສວນ.

### ໂອກາດ

• ຕ້ອງໄດ້ປັບປຸງການຄຸ້ມຄອງບົວລະບັດຮັກສາສວນໝາກກ້ຽງ ແລະ ເບ້ຽພັນໃຫ້ມີຄຸນນະພາບດີ.
• ຍົກສູງຄວາມຮູ້ ແລະ ການນຳໃຊ້ວິທີການຜະລິດແບບອິນຊີ ລວມທັງ ການສົ່ງເສີມວິທີການນຳໃຊ້ແມງໄມ້ທີ່ເປັນປະໂຫຍດ.
• ປັບປຸງຍຸດທະສາດການຕະຫລາດ ໂດຍການໂຄສະນາແນະນຳ, ນຳສະເໜີ ແລະ ການຮ່ວມມືກັນຂອງຊາວກະສິກອນ.
• ຂະຫຍາຍການປູກໝາກກ້ຽງແນວພັນອື່ນທີ່ເປັນທ່າແຮງໃສ່ນຳຕື່ມ.