

บทความประจำวัน วันนี้เสนอเรื่อง “การเลี้ยงไก่ไข่ สร้างรายได้ควบคู่คุณประโยชน์”

ไก่กับไข่สิ่งไหนเกิดก่อนกัน อาจเป็นคำถามเบาะสมองที่เราได้ยินกันมานาน แต่ไม่ว่าสิ่งใดเกิดก่อนกัน ทั้งสองสิ่งก็ต้องอยู่ด้วยกัน ไก่ไข่สร้างประโยชน์มากมาย ทั้งสร้างรายได้ให้ผู้เลี้ยงและการบริโภคในครัวเรือน วันนี้บทความประจำวันขอพาทุกท่านมาเรียนรู้วิธีการเลี้ยงไก่ไข่จนถึงออกไข่ให้เราได้รับประทานเป็นอาหารที่มีประโยชน์กันครับ

การเลี้ยงไก่เป็นที่นิยมเพราะมักจะให้ไข่จำนวนมากใน 3 ปีแรก โดยไก่ที่นิยมเลี้ยงมักเป็นสายพันธุ์ “โรดไอส์แลนด์แดง” “บาร์พลิมัทรีด” และ “เลกฮอร์นขาวหงอนจักร” ที่ให้ไข่ประมาณ 250 ฟองต่อปี โดยพื้นที่เลี้ยงควรมีลักษณะเป็นลานกว้าง เพื่อให้ไก่อารมณ์ดีและออกไข่ได้ดก ไก่ไข่ที่อายุ 5 เดือนขึ้นไป ต้องการน้ำประมาณ 0.5 ลิตรต่อวันต่อตัว หากขาดน้ำในช่วงให้กำลังไข่ เพียง 3-4 ชั่วโมง จะทำให้ไข่ฟองเล็ก น้ำที่ไข่ควรเป็นน้ำสะอาด โดยใช้วิตามินละลายน้ำในกระบอกหรือถังให้ไก่กิน โดยใช้อัตรา 0.5 ซีซี

อาหารไก่ไข่ ในช่วงเริ่มให้ไข่ จะใช้เปอร์เซ็นต์โปรตีน ประมาณ 13-15 % ซึ่งมีทั้งอาหารปน อาหารอัดเม็ด และหัวอาหารสำหรับผสมเอง ความต้องการอาหารของไก่ อายุ 5 เดือนขึ้นไป ใช้อาหาร 150-200 กรัม ต่อตัว หรือ 2 ชีด และเพิ่มขึ้นทีละน้อย เพื่อให้ไข่สม่ำเสมอ การเลี้ยงไก่ไข่ควรคำนึงถึงเรื่องสุขภาพของไก่ ทำวัคซีนป้องกันโรคตั้งแต่เล็กๆ หมั่นสังเกตพฤติกรรมของไก่ หากซึม กินน้อย ควรรีบดูแลทันที ใช้สมุนไพรไทย เช่น พ่าทะลายโจร จะช่วยป้องกันโรคได้ดี

ไก่ไข่มีบทบาทและความสำคัญต่อเศรษฐกิจมาก ไม่ว่าในด้านการผลิตหรือการบริโภค ทั้งภายในประเทศ และนอกประเทศ ในฐานะที่เป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงในราคาจับต้องได้ ทำให้ไข่ไก่เป็นอาหารที่มีความเป็นมิตรกับทุกคน

นอกจากประโยชน์ทางเศรษฐกิจแล้ว ไข่จากไก่ยังมีคุณประโยชน์ต่อร่างกาย โดยมีวิตามินที่สำคัญ เช่น **วิตามินบี1 บี2 บี6 วิตามินเอ วิตามินอี วิตามินอี** ซึ่งช่วยในการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน ช่วยในการทำงานของระบบประสาท สมอง และระบบกล้ามเนื้อ **โฟเลต** ช่วยป้องกันการจับตัวของไขมันที่ผนังหลอดเลือด **เลซิทิน** ในไข่แดง ช่วยบำรุงประสาท ป้องกันหลอดเลือดแข็งตัว ป้องกันโรคหัวใจ บำรุงสมอง มีกรดอะมิโนจำเป็นครบถ้วนและปริมาณสูง ช่วยซ่อมแซมร่างกาย **แคลเซียม ฟอสฟอรัส** ช่วยในการส่งเสริมสร้างกระดูกและฟันให้แข็งแรง **ลูทีนและซีแซนทีน** ช่วยกรองหรือป้องกันรังสีจากแสงแดดที่เป็นอันตรายต่อดวงตา และยังช่วยปกป้องเซลล์ของจอประสาทตาไม่ให้ถูกทำลาย

บางทีสิ่งง่ายๆเล็กๆอาจสร้างคุณประโยชน์อย่างใหญ่โต เหมือนไก่ไข่ที่สร้างรายได้ให้เรา ทั้งยังมีคุณประโยชน์มากมาย ที่ช่วยให้ร่างกายแข็งแรง แล้วมือเที่ยงนี้ท่านผู้ฟังมีเมนูไข่กันหรือยังครับ

จบบทความประจำวัน เรื่อง “การเลี้ยงไก่ไข่ สร้างรายได้ควบคู่คุณประโยชน์”

เรียบเรียงโดย ชโลธร จรรยา

ท่านผู้ฟังที่สนใจบทความดังกล่าว สามารถดาวน์โหลดได้ที่เว็บไซต์ สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย radiothailand.prd.go.th หรือติดต่อได้ที่ส่วนกระจายเสียงในประเทศ โทรศัพท์ 0 2277 3804 ในวันและเวลาราชการ

ที่มา

- https://www.opsmoac.go.th/satun-article_prov-files-421191791814
- <https://shortrecap.co/social-talk/trends>
- https://multimedia.anamai.moph.go.th/infographics/info500_egg/