

ตอนที่ 18

ความเครียด

Stress

หลังจากที่สมาชิกนักแข่งนกสายอีสานและสายใต้ได้มีโอกาสติดตามบทความชุด “มาพัฒนานกพิราบแบบวิทยาศาสตร์การกีฬากันเถอะ” รวม 17 ตอน ก็ถึงคราวปิดเล่มเอกสารแปลชุด “Born to Win” ของ ดร.วิม ปีเตอร์ ในบทที่ 8 และบทที่ 9 ของหนังสือขายดีเล่มนี้ การแปลเอกสารชุดนี้ใช้วิธีจับใจความสำคัญ ไม่ใช้การแปลแบบคำต่อคำ ทำให้อ่านและติดตามได้ง่ายขึ้นและเชื่อว่าจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งหากได้ลองปฏิบัติตาม เพราะผู้เขียนได้ทดลองแล้วในการแข่งขันสายอีสานและสายใต้ ปรากฏว่าได้ผลเป็นที่น่าพอใจ

ในตอนนี้ ดร.วิม ปีเตอร์ ได้นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับความเครียดของนก ซึ่งโดยทั่วไปมักถูกเข้าใจว่าเป็นสิ่งไม่ดี แต่แท้จริงแล้วความเครียดอาจส่งผลดีต่อการแข่งขันได้ เพียงแต่ต้องได้รับการจัดการที่เหมาะสมจึงจะเกิดประโยชน์ โดยสามารถแยกระดับความเครียดในนกแข่งออกเป็น 4 กลุ่ม ดังนี้

กลุ่มแรก คือ ความเครียดจากสภาวะแวดล้อมในด้านบวก

ดร.วิม ปีเตอร์ เน้นย้ำว่าความเครียดของนกอาจเกิดขึ้นทั้งจากสภาพร่างกายหรือสภาพจิตใจ การสร้างสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมอาจกระตุ้นให้นกเกิดความเครียด ด้านสภาพจิตใจ อาทิ การล่อคู่ การกักขัง การใส่โซ่ เหล่านี้ล้วนเป็นการสร้างความเครียดให้แก่สภาพจิตใจของนก แต่กลับส่งผลดีให้นกกลับกรงเร็วขึ้น อย่างไรก็ตาม ต้องมีการจัดการสภาพแวดล้อมให้ดี ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการจัดกรง ทิศทางลม ทิศทางฝน การมีช่องเฉพาะ การเลี้ยงไม่ให้นกอยู่กันอย่างหนาแน่นเกินไป ซึ่งจะเป็นการปรับสภาพแวดล้อมให้นกเกิดความเครียดในด้านบวกต่อการกลับกรงนั่นเอง

กลุ่มที่สอง คือ ความเครียดด้านกายภาพในแง่ดี

นกพิราบที่ผ่านการซ้อมจนร่างกายอยู่ในสภาพฟิตพร้อมนั้น ต้องผ่านแรงกดดันทางกายภาพที่อาจทำให้นกเครียด จากการถูกไล่บินเข้า-เย็น ถูกจับขึ้นรถซ้อม ไกล-ไกล เข้า-กลางวัน-เย็น ตามแต่ระยะทางที่กำลังจะแข่งขัน แต่ผลลัพธ์ของการสร้างความเครียดทางกายภาพนั้น ผลที่ได้คือความฟิตของนกที่พร้อมจะทะยานกลับกรงในเวลาอันรวดเร็วแน่นอน

การจัดการด้านการควบคุมโรค การทำวัคซีน และการให้ยาหรืออาหารเสริม ก็เป็นการปรับสมดุลอีกทางหนึ่งที่ช่วยให้มีความพร้อมอยู่เสมอ

จะเห็นได้ว่า ความเครียดไม่ได้ส่งผลร้ายเสมอไป

เลี้ยงนกอย่างผู้ชนะ
โดย ดร.ธีรเชน มโนมัยพิบูลย์





ตอนที่ 19

ความเครียด

Stress

(ต่อ)

ตอนที่แล้วได้กล่าวถึงความเครียดที่ส่งผลต่อการแข่งขัน ทั้งความเครียดที่เกิดขึ้นกับสภาพทางจิต และความเครียดที่เกิดขึ้นทางกายภาพของนก อย่างไรก็ตาม ขึ้นชื่อว่าความเครียดแล้วย่อมส่งผลไม่ดีในที่สุดหากขาดการจัดการที่เหมาะสม ดังนั้นจึงขอขยายความเรื่องความเครียดในระดับที่ 3 และระดับที่ 4 ต่อไป

กลุ่มที่สาม คือ ความเครียดที่ส่งผลต่อการแข่งขัน

การจัดการที่ไม่เหมาะสมย่อมทำให้เกิดความเครียดในแง่ลบแก่นกแข่งได้โดยง่าย การเลี้ยงนกแน่นเกินไปจนเกิดการจิกตีกัน การไม่มีช่องเพาะที่เพียงพอ หรือการปล่อยให้นกโดนลม โดนฝน ตลอดเวลา ย่อมทำให้สภาพนกทรุดโทรม และกลายเป็นความเครียดแก่สภาพจิตใจและร่างกายนกในที่สุด ถึงจะกระตุ้นด้วยการล่อคู่ กกไข่ ใส่ไข่ ผลลัพธ์ก็อาจจะไม่ดีอย่างที่ควรจะเป็น ยิ่งหากนกติดโรคแล้วไม่ได้รับการรักษา ยิ่งหมดหวัง นอกจากนั้น การหักโหมซ้อมโดยที่ไม่มีการบำรุงนกด้วยยา อาหารเสริม และโภชนาการที่เหมาะสม ย่อมทำให้นกทรุดมากกว่าจะช่วยให้นกฟิต มาถึงตรงนี้น่าจะต้องสำรวจว่ากรงของท่านมีจุดอ่อนอะไรบ้าง แล้วรีบปรับปรุงทันที

กลุ่มที่สี่ คือ ความเครียดที่ทำลายนก

เมื่อนกได้รับแรงกดดันจากความเครียดในกลุ่มที่สามมากขึ้น นกอาจเกิดการบอบช้ำภายในที่บางท่านตรวจไม่พบหรือไม่ทันสังเกต เช่น กล้ามเนื้อฉีก อวัยวะภายใน เช่น หัวใจ ตับ ลำไส้ เสียหายอย่างรุนแรง หรือแม้กระทั่งประสบอุบัติเหตุเฉี่ยวชนอย่างรุนแรงจากการซ้อม จนปีกหัก ขาหัก หรือน้ำอวกฉีก ซึ่งทำให้หยุดเส้นทางชีวิตนกก็ว่าได้เลย

การสร้างแรงกดดันจึงไม่ใช่เรื่องดีเสมอไป โดยเฉพาะหากกระทำโดยขาดการจัดการที่เหมาะสม ย่อมเป็นการทำลายมากกว่าการเรียกฟอร์มของนกนั่นเอง

ดร.วิม ปีเตอร์ ได้สรุปประเด็นสำคัญๆ ในการจัดการนกพิราบเพื่อให้เขามีระดับความเครียดที่เหมาะสมและส่งผลดีต่อการแข่งขัน โดยรวบรวมเนื้อหาสำคัญๆ ในบทก่อนหน้านี้มาหมวดไว้ในท้ายบทที่ 8 ก่อนจะนำเข้าสู่บทถาม-ตอบ ซึ่งเป็นบทสุดท้ายของหนังสือ “Born to Win” มีรายละเอียด ดังนี้

● การซ้อม

เป็นที่ทราบกันดีว่า ในการออกกำลังกาย การซ้อมถือเป็นสิ่งสำคัญที่สุด นักแข่งนกทั่วโลกจะเริ่มจากการปล่อยนกบินรอบกรงก่อนนำขึ้นรถออกไปซ้อม เพื่อเพิ่มทักษะด้านการหาพิศกลับกรง รวมทั้งเป็นการค่อยๆ เพิ่มระยะทางในการบิน ด้วยกระบวนการนี้ภายในสองถึงสามสัปดาห์ นกจะเริ่มมีความพร้อมสำหรับการเข้าสู่สนามแข่งขัน การไล่บินเป็นวิธีการช่วยเพิ่มความฟิตให้นกแข่ง การดูแลเรื่องอาหารและน้ำหนักตัวถือเป็นสิ่งสำคัญในกระบวนการนี้ หากนกผ่านสภาพอากาศเลวร้ายในช่วงซ้อมควรให้นกได้พักเพื่อการฟื้นตัว

จากประสบการณ์ของผู้เขียน ในการแข่งขันสายเหนือและโชคชัย 4 ปรากฏว่าไม่มีใครเหลือแข่งจึงซ้อมไม่ได้ ดังนั้น จึงใช้วิธีการปล่อยระยะ 2 กิโลเมตร 5 กิโลเมตร 10 กิโลเมตร 30 กิโลเมตร ในสัปดาห์แรกจากกรง ในสัปดาห์ที่ 2 กำหนดให้นกบินระยะ 50 กิโลเมตร ในวันจันทร์และวันพุธ เมื่อถึงวันเสาร์ในสัปดาห์ที่ 2 ก็นำขึ้นแข่ง จุดแรกที่ระยะบินประมาณ 150 กิโลเมตร (เนื่องจากต้องไปส่งนกในเมืองก่อนอ้อมกลับกรง) ซึ่งนกก็สามารถกลับได้ครบ เพราะบินเกาะฝูงใหญ่เข้ามา โดยไม่มีการสูญเสียของนก อาจสรุปได้ว่าการปฏิบัติตามตำราของ ดร.วิม ปีเตอร์ ได้ผลอย่างเป็นรูปธรรม

เลี้ยงนกอย่างผู้ชนะ
โดย ดร.ธีรชน มโนมัยพิบูลย์





ตอนที่ 20

ความเครียด

Stress

(ต่อ)

ตอนที่ผ่านมา ดร.วิม ปีเตอร์ ได้แนะนำเรื่องการซ้อม ซึ่งข้อเท็จจริงนี้ได้จากการแข่งขันในจุดสงขลา ที่ผ่านมาพบว่านักที่ทรงสามารถติดอันดับการแข่งขันสายได้ในทุกจุด แต่เมื่อถึงระยะสงขลา ถึงแม้จะสามารถกลับมาได้ทั้ง 4 ตัว แต่เลยเวลากดนาฬิกา เมื่อมีโอกาสสนทนากับคุณทวีชัย เตชะวิเชียร (ทรงลูกกรอก) ท่านจึงบอกว่านักทางไกลถ้าไม่ได้ไต่บันหรือซ้อมให้หนักก็จะมาไม่ได้ จึงทำให้เข้าใจได้ว่าถึงแม้จะสามารถกลับจากระยะบึงกาฬหรือสกลนครได้ ก็ใช่ว่าจะบินเลย 600-700 กิโลเมตร ได้หากขาดการซ้อมที่ดี ดังนั้นจึงไม่ควรละเลยรายละเอียดเกี่ยวกับการซ้อมเป็นอันขาด

● การแข่งขัน

ดร.วิม ปีเตอร์ กล่าวถึงการแข่งขันระยะทางต่ำกว่า 500 กิโลเมตร ว่าเปรียบเสมือนการซ้อมนั่นเอง การให้นักไต่บันอย่างต่อเนื่องในทุกสัปดาห์โดยไม่หักโหมซ้อมมากเกินไป เท่ากับเป็นการเตรียมความพร้อมให้กับการแข่งขันทางไกลของนัก เพราะหากหวังผลตลอดระยะย่อมเป็นไปได้ยาก นักใน 8 จุดแรกควรผ่านการซ้อมที่หนักก่อนการแข่งขัน แต่ขณะเดียวกันนักชุดนี้จะเกิดความเครียดมากหากบินต่อจนสุดสาย หลายคราวที่นักต้องบินติดต่อกัน 4-5 เดือน จากการเริ่มซ้อมจนถึงระยะทางเกินกว่า 600 กิโลเมตร นักมักจะสูญเสียจำนวนมาก ซึ่งพิจารณาได้จากสถิติการแข่งขันที่ผ่านมา หากท่านต้องการแข่งขันทั้งระยะใกล้และระยะไกลจึงควรแยกนกออกเป็น 2 ชุด นักในปีแรกจะเป็นนักที่เหมาะสมสำหรับการแข่งทางไกลในปีต่อไป

การตรวจสภาพนกหลังการแข่งขันถือเป็นเรื่องจำเป็น ไม่ว่าจะเป็นการตรวจมูลนก การตรวจสภาพร่างกาย ทั้งน้ำหนักตัว กล้ามเนื้อ สภาพภายในช่องปาก ลำตัว ปีก ขา เพื่อให้แน่ใจว่านกตัวดังกล่าวจะมีความพร้อมสำหรับการบินสปีดต่อไปหรือไม่ การล้างตัวด้วยน้ำอุ่นจะเป็นการช่วยคลายกล้ามเนื้อ รวมทั้งเป็นการทำความสะอาดคราบโคลนที่อาจเกิดขึ้นจากการที่นกลงกินน้ำระหว่างทางอีกด้วย

นกที่ค้างคือนควรได้รับการดูแลเป็นพิเศษให้มีโอกาสได้พักผ่อนเพื่อการฟื้นตัว

● การระบายอากาศของกรง

กรงแข่งขันที่ดีควรออกแบบให้สามารถถ่ายเทอากาศได้ดี สภาพโดยรวมไม่อับชื้น ความหนาแน่นของนกในกรงไม่ควรเกิน 2 ตัวต่อ 1 ลูกบาศก์เมตร หากมากกว่านี้ควรติดตั้งระบบระบายอากาศหรือสร้างกรงให้มีสภาพการถ่ายเทอากาศที่ดี กรงที่แน่นเกินไปอาจก่อให้เกิดปัญหาขึ้นมากมาย อาทิ

1. การติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น โรคหวัดตา เป็นต้น
2. การระบาดของโรคติดต่อ เช่น พารามิกโซ เป็นต้น
3. การจิกตีกันเพื่อแย่งช่อง
4. การจิกตีกันเพื่อแย่งคู่
5. นกเกิดความเครียดและสูญเสียในการแข่งขันเป็นจำนวนมาก

สำหรับท่านที่มีโอกาสปรับปรุงตามคำแนะนำของ ดร.วิม ปีเตอร์ เชื่อว่าผลการแข่งขันของท่านจะดีขึ้นอย่างแน่นอน

เลี้ยงนกอย่างผู้ชนะ
โดย ดร.ธีรชน มโนมัยพิบูลย์



