



**ក្រសួង កសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ**  
**នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម នៃអគ្គនាយកដ្ឋានកសិកម្ម**



# **ដំណាំក្រូចពោធិសាត់**



**ឧបត្ថម្ភការងារចោះកុម្មផ្សាយដោយ៖**

**ក្រសួង កសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ**

**ឆ្នាំ២០១៦**



**អាសយដ្ឋាន :** អគារលេខ២០០ មហាវិថីព្រះនរោត្តម សង្កាត់ទន្លេបាសាក់  
ខណ្ឌចម្ការមន រាជធានីភ្នំពេញ



**ទូរស័ព្ទលេខ :** (០២៣) ២១៥ ៨១៩/០១២ ៨៣ ៧៩ ៤៥

**ទូរសារលេខ :** (៨៥៥)២៣ ២១០ ៩៤៨

**Facebook :** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម - Department of Agricultural Extension

**គេហទំព័រ :** <http://www.maff.gov.kh>



**សៀវភៅ**

**ស្តីពី**

**ដំណាំក្រូចពោធិសាត់**

**រៀបចំដោយ**

**នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម នៃអគ្គនាយកដ្ឋានកសិកម្ម**

**បោះពុម្ពលើកទី១ ចំនួន ២០០០ច្បាប់**

**ឧបត្ថម្ភការបោះពុម្ពផ្សាយដោយ៖ ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ**

**រក្សាសិទ្ធិដោយ៖ នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម**





# សមាសភាពចូលរួមចំណែកផលិតស្បៀងកៅស៊ូ ស្តីពីដំណាំក្រូចពោធិសាត់

## I. ទីប្រឹក្សាផ្តល់យោបល់:

- ១. បណ្ឌិត **ម៉ាក់ សៀន** អគ្គនាយកដ្ឋានកសិកម្ម
- ២. បណ្ឌិត **ម៉ៅ មីនា** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម
- ៣. លោក **ម៉ែន តុឌី** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម
- ៣. លោក **គឹម ជារ៉ា** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម

## II. អ្នករៀបរៀង:

- ១. លោក **ដាន ឌុច** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម

## III. ក្រុមការងារស្រាវជ្រាវ:

- ១. លោក **នូ ប្រណិត** មន្ទីរកសិកម្មខេត្តបាត់ដំបង
- ២. កញ្ញា **ជឹម ណារី** មន្ទីរកសិកម្មខេត្តបាត់ដំបង

## IV. ក្រុមការងារត្រួតពិនិត្យ និងកែសម្រួល:

- ១. លោក **ពេជ សុវត្ថារ៉ា** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម
- ២. លោក **ហុន ទ្រី** នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម
- ៣. លោកស្រី **ចាន់ សុដី** នាយកដ្ឋានសាវប្បកម្ម និងដំណាំរួមផ្សំ
- ៤. លោក **កេត សំរេត** នាយកដ្ឋានសាវប្បកម្ម និងដំណាំរួមផ្សំ





## មាតិកា

## ទំព័រ

I. សារៈប្រយោជន៍.....	០១
II. តំបន់ដាំដុះ.....	០៣
III. បច្ចេកទេសដាំដុះ និងការថែទាំ.....	០៤
១. បច្ចេកទេសជ្រើសរើសពូជ.....	០៤
២. បច្ចេកទេសរៀបចំពូជ.....	០៥
៣. បច្ចេកទេសដាំដុះ.....	១៤
៤. បច្ចេកទេសថែទាំ.....	១៦
V. បច្ចេកទេសប្រមូលផល.....	១៩







# ដំណាំក្រូចពោធិសាត់

## I- សារៈប្រយោជន៍

ក្រូចជាឈើហូបផ្លែមួយប្រភេទ ដែលប្រជាជនកម្ពុជា ក៏ដូចជាប្រជាជន នៅទូទាំងពិភពលោកនិយមបរិភោគ ។ ជាទូទៅគេច្រើនបរិភោគផ្លែស្រស់ ដូចជាក្រូចពោធិសាត់ ក្រូចថ្លុង និងក្រូចឃ្វិច ជាដើម ជួនកាលគេអាចផ្សំជាមួយគ្រឿងម្ហូប ដូចជាក្រូចឆ្មារ ឬ ក្រូចពោធិសាត់ ដោយសាររសជាតិជូររបស់វា។

ក្រូចពោធិសាត់ សាច់របស់វាសម្បូរ ទៅដោយជាតិវីតាមីនសេ ច្រើនជាងគេ គឺដល់ទៅ ៦០មីលីក្រាម ក្នុងទឹកក្រូច ១០០ក្រាម ។ ប៉ុន្តែផ្លែឈើនេះមានជាតិប្រូតេអ៊ីនតិច។ ក្នុងទឹកក្រូចពោធិសាត់១០០ក្រាម អាចផ្តល់ថាមពលប្រមាណជា ៣៥កាឡូរី និងក្លុយស៊ីតពី ៧ ទៅ ៨ ភាគរយ។





ក្រូចឃ្មុចគឺជាផ្លែឈើ  
ដែលគេនិយម បរិភោគផ្លែ  
ស្រស់តែម្តង។ ផ្លែក្រូចប្រភេទ  
នេះ មានជាតិវីតាមីនសេតែ  
១ភាគ ៣ នៃក្រូចពោធិសាត់  
ម្យ៉ាងវិញទៀតក្រូចនេះគេអាច  
កែច្នៃធ្វើជាដំណាប់ដែលអាច  
ទុកបានយូរ ។



ចំពោះក្រូចឆ្មារវិញ អាចចាត់ទុកជាគ្រឿងផ្សំមួយប្រភេទ ដែលមិន  
អាចខ្វះបាន ក្នុងការធ្វើម្ហូបអាហារ ព្រោះទឹកក្រូចឆ្មារ មានជាតិជួរម្យ៉ាងដែល  
ធ្វើឱ្យយើងចង់បរិភោគ ។

ក្រូចឆ្មារ ក៏មានជាតិ  
វីតាមីនសេ ច្រើនដូចក្រូច  
ពោធិសាត់ដែរ គឺក្នុងទឹកក្រូច  
ឆ្មារ ១០០ក្រាម អាចផ្តល់  
វីតាមីន ៦០ ម.ក្រ ។ ក្រៅពី  
ការកែច្នៃជាម្ហូបអាហារ ក្រូច  
ឆ្មារ គេអាចប្រើប្រាស់ជាឱសថ  
សម្រាប់ ព្យាបាលជំងឺឈាម  
ជើងធ្មេញ និង អាចយកមក  
ធ្វើជាដំណាប់បានដែរ ។

ក្រូចឆ្មារ  
*Citrus aurantifolia*





ក្រៅពីបំរើសេចក្តីត្រូវការ ជាចំណីអាហារ ដំណាំក្រូចអាចកែច្នៃដោយ យកស្លឹក និងសំបក ដើមធ្វើជាវត្ថុធាតុដើម សម្រាប់ឧស្សាហកម្ម ធ្វើទឹកអប់ សាប៊ូ និងស្រា ។ ផលប្រយោជន៍សំខាន់មួយទៀត គឺជាវត្ថុធាតុដើមសម្រាប់ ឱសថមួយចំនួន ដែលគេទាញយកនូវជាតិវីតាមីនសេ និងជាតិប្រេងក្នុង ស្លឹក ។

**II- តំបន់ដាំដុះ:**

ក្រូចជាប្រភេទរុក្ខជាតិម្យ៉ាង ដែលទាមទារអាកាសធាតុ ទឹក ដី ដែល សមស្រប ដូចជាដីស្រទាប់ទីមួយ ធ្នូ ជ្រៅ ស្រះទឹកល្អ មានដីជាតិគ្រប់គ្រាន់ និងតំបន់ដែលមានភ្លៀងធ្លាក់ច្រើន ។

នៅប្រទេសកម្ពុជាយើង ដំណាំនេះច្រើនដាំដុះនៅតាមតំបន់ដីទួល តាមដងទន្លេនិងតំបន់ខ្ពស់រាបដូចខេត្តបាត់ដំបង កំពង់ចាម ក្រចេះ កណ្តាល និងព្រៃវែង ។







ការដាំដុះដំណាំនេះជាទ្រង់ទ្រាយធំ គឺគេសង្កេតឃើញមាននៅខេត្ត បាត់ដំបងប៉ុណ្ណោះ ។ ចំពោះតំបន់ផ្សេងទៀត ច្រើនតែជាចម្ការតូច ។ ឬជា លក្ខណៈគ្រួសារប៉ុណ្ណោះ ។

**III- បច្ចេកទេសដាំដុះ និងថែទាំ:**

ដំណាំក្រូចជាដើមឈើហូបផ្លែម្យ៉ាង ដែលមានអាយុវែង ដូច្នេះបច្ចេក ទេសដាំដុះនិងថែទាំ គឺទាមទារនូវ លក្ខណៈពិសេសមួយចំនួនខុសពីដំណាំ ចម្ការធម្មតា។ ការរៀបចំដីចម្ការ និងការជ្រើសរើសពូជ ជាការងារមួយចាំបាច់ បំផុតដែលត្រូវអនុវត្តឱ្យបានល្អសម្រាប់ដំណាំនេះ ។

**១- ការជ្រើសរើសដី :**

ដីដែលសមស្របល្អ សម្រាប់ដំណាំនេះ គឺដីដែលមានជីជាតិច្រើន ស្រទាប់ទី១ជ្រៅ ដីមិនដក់ទឹក ឬជាំទឹក គឺដីទួល ឬ ដីដែលស្ថិតនៅតាម តំបន់ខ្ពស់រាប និងដីដែលមាន PH ប្រហែល ៦,៥ ។

