គោលបំណងនៃការចិញ្ចឹមជ្រូក

ការចិញ្ចឹមជ្រូកមាន ៥ ចំណុចសំខាន់គឺ

១. ការជ្រើសរើសពូជ
២. ការផ្តល់ចំណី
៣. ការធ្វើទ្រុង
៤. ការថែទាំ និងការធ្វើអនាម័យ
៥. ការការពារ និងការព្យាបាល

ការចិញ្ចឹមជ្រូកដើរតួនាទីយ៉ាងសំខាន់ចំពោះកសិករកម្ពុជាយើង ។ ការចិញ្ចឹមជ្រូកចែកចេញជា២ផ្នែកសំខាន់ៗ គឺ ចិញ្ចឹមយកសាច់ និង ចិញ្ចឹមយកកូន ។

ផលប្រយោជន៍នៃការចិញ្ចឹមជ្រូក

-ផ្តល់សាច់មានឱជារសឆ្ងាញ់ (មានប្រូតេអ៊ីន)

-ផ្តល់ប្រាក់ចំណូលឱ្យគ្រួសារ

-ផ្តល់លាមកសំរាប់ធ្វើជី

-បង្កើនមុខរបរឱ្យកសិករ

ជ្រូកជាសត្វងាយចិញ្ចឹម

-ស៊ីចំណីអាហារមិនរើស

-សាយកូនពី ៨-១២ ក្បាល ក្នុង ១ លើក

-រីកលូតលាស់ធំធាត់រហ័ស ៥-៧ ខែ ៨0-១00 គីឡូក្រាម

ការចិញ្ចឹមជ្រូក

I-ការចិញ្ចឹមជ្រូក

១-ពូជជ្រូកមាន ៣ ប្រភេទ

ក/ ពូជក្នុងស្រុក (ហៃណាំ, ពូជកណ្តុរ, ពូជកំពត, ពូជដំរី)

ខ/ ពូជនាំចូល (យ៉កសៀរ ឬឡាចវ៉ាយ, ឡែនរ៉ាស, ឌុយរ៉ុក)

គ/ ពូជកូនកាត់ (បានមកពីពូជក្នុងស្រុកបង្កាត់ជាមួយពូជនាំចូល)

ការចិញ្ចឹមជ្រូក (ត)

គុណសម្បត្តិពូជជ្រូកក្នុងស្រុក

-ស្រួលចិញ្ចឹម ធន់នឹងអាកាសធាតុ ធន់នឹងជំងឺ ស៊ីមិនរើសចំណី

-សាយកូន រក្សាពូជ (ហៃឡ្យន)

គុណវិបត្តិពូជជ្រូកក្នុងស្រុក

-ជាប្រភេទជ្រូកខ្លាញ់

-ការលូតលាស់ធំធាត់យឺត (១០-១២ខែ បានទំងន់ ៦០-៨០ គ.ក្រ)

-ផ្តាច់ដោះនៅអាយុ ២ ខែ (មានទំនង់ ៥-៧ គ.ក្រ)

២-ពូជនាំចូល

ក/ពូជយ៉កសៀរ ពូជនេះមានដើមកំណើតនៅប្រទេសអង់គ្លេស

គុណសម្បត្តិពូជនាំចូល

-លូតលាស់រហ័ស រយៈពេល ៦-៧ ខែ ៩០-១២០ គ.ក្រ

-ផ្តាច់ដោះអាយុ ៤៥ ថ្ងៃ ទំងន់ ១០-១៥ គ.ក្រ

-សាយកូន ១០-១២ ក្បាល ក្នុងមួយសារ

-ផ្តល់សាច់ក្រហមបានច្រើន និងមានហ្សែនល្អសំរាប់បង្កាត់ពូជ

គុណវិបត្តិ

-មិនធន់ជំងឺ ពិបាកចិញ្ចឹម រើសចំណីអាហារ ទ្រុងត្រូវមានអនាម័យ ។

ខ/ពូជឡែនរ៉ាស ពូជនេះមានដើមកំណើតនៅប្រទេសដាណឺម៉ាក រួចមកប្រទេសបារាំង បែលហ្សិច ស៊ុយអែត ហើយជាពូជជ្រូកអន្តរជាតិ

គ/ពូជឌុយរ៉ុ មានដើមកំណើតនៅប្រទេសអាមេរិក ដោយបង្កាត់ចេញពីពូជជ្រូកក្រហមនៅប្រទេសហ្គីណេ ជ្រូកក្រហមអេស្ប៉ាញ ព័រទុយហ្គាល់ និង ជ្រូកអាមេរិក (វាមានពណ៌ក្រហមក្បាលស្រាល រាងផត ស្លឹមត្រចៀករាង ធ្លាក់បន្តិច ជើងវែង ក្រចកវែងពណ៌ខ្មៅភ្លៅចង្អៀត ពូកែធន់ទ្រាំនឹងការលំបាក អត្រាសាច់ច្រើន) ។ វាផលិតកូនបានពី ១០-១២ ក្បាល ក្នុងមួយសារ ស្រួលចិញ្ចឹមមិនសូវមានជំងឺ គេច្រើនយកវាទៅបង្កាត់ជាមួយពូជដទៃទៀត ដើម្បីបានកូនកាត់ ចិញ្ចឹមឆាប់ធំ សាច់ក្រហមច្រើន ។

គុណសម្បត្តិ

-រីកលូតលាស់ធំរហ័ស ចិញ្ចឹមរយៈពេល ៦-៧ ខែ បាន ៩០-១២០ គ.ក្រ

-ផ្តាច់ដោះនៅអាយុ ៤៥ ថ្ងៃ មានទំងន់ ១០-១២ គ.ក្រ

-សាយកូន ១០-១២ ក្បាល ក្នុងមួយសារ ។

គុណវិបត្តិ

-ពិបាកចិញ្ចឹម រើសចំណើអាហារ មិនសូវធន់នឹងអាកាសធាតុ

-ទ្រុងចិញ្ចឹមត្រូវមានអនាម័យ ។

៣-ពូជកូនកាត់

ពូជនេះបានពីការបង្កាត់មេជ្រូកក្នុងស្រុក ជាមួយបាននាំចូល ។

គុណសម្បត្តិ

- ងាយស្រួលចិញ្ចឹម មិនរើសចំណី ធន់នឹងអាកាសធាតុ
- រីកលូតលាស់ធំរហ័ស ចិញ្ចឹម ៦-៧ ខែ ទំងន់ពី ៩0-១00 គ.ក្រ
- ផ្តាច់ដោះអាយុ ៤៥ ថ្ងៃ មានទំងន់ ៨-១២ គ.ក្រ
- ផ្តល់សាច់ក្រហមច្រើន ។

II-ការជ្រើសរើសពូជ

ក. ការជ្រើសរើសពូជជ្រូកចិញ្ចឹមយកសាច់

-គួរជ្រើសរើសយកកូនជ្រូកកូនកាត់ មានភ្លៅធំមូល ស្បែកសើម រោមទន់ គុម្ពកន្ទុយធំ មានទំងន់ជាមធ្យម ១២-១៥ គ.ក្រ

-ត្រូវចៀសវាងទិញកូនជ្រូកដែលក្រិន ពោះធំ ស្បែកស្ងួត គូថស្វិត ។

ខ. ការជ្រើសរើសជ្រូកមេពូជ

-រើសមេដែលបង្កើតកូនបានច្រើន ក្បាលដោះស្មើជួរគ្នាល្អ៦-៧គូរ មានដងខ្លួនវែងរឹងមាំ ត្រគាកសាយ ភ្លៅមាំដើរលើក្រចក ចិញ្ចឹមកូនល្អ

-កូនជ្រូកដែលធំលូតលាស់សមស្របតាមអាយុ ជើងមុខ-ក្រោយមាំ

-ជ្រូកមេរកឈ្មោលនៅអាយុ ៥-៧ ខែ (រកឈ្មោលរាល់ ២១ ថ្ងៃម្តង រយៈពេលរកឈ្មោល ១-៣ ថ្ងៃ) មេដំបូងដាក់បានៅពេលរកឈ្មោលលើកទី ២ ។

គ. ការជ្រើសរើសពូជជ្រូកបា

-គួរជ្រើសរើសកូនជ្រូកទុកពូជ ក្នុងកំឡុងពេលផ្ដាច់ដោះ

-ត្រូវដឹងប្រវត្តិមេបារបស់វា ដែលខ្សែស្រឡាយផ្សេងគ្នា

-ជ្រូកបាអាចបង្កាត់បានចាប់ពីអាយុ ៧ ខែ ឡើង

-វារហ័សរហួន រវាសរវៃ

-ពងស្វាសទាំងពីរធំ និងមានទំហំប៉ុនគ្នាល្អ

-ជ្រើសរើសបានចេញពីតំបន់គ្មានជំងឺឆ្លង ។

III-ចំណីអាហារ

១-ប្រូតេអ៊ីន (ជាតិសាច់) សំរាប់លូតលាស់ និងផលិតកម្មសាច់ ទឹកដោះ ស៊ុត កូនព្រមទាំងធ្វើឱ្យសត្វក្មេងៗមានសុខភាពល្អ ។ ចំណីអាហារសំបូរប្រូតេអ៊ីនរួមមានៈ ត្រី ត្រីស្ងួត ម្សៅត្រី ខ្យង ខ្ចៅ សណ្តែកសៀង បាយ សណ្តែកដី... ។

២-កាបូអ៊ីដ្រាត (ជាតិស្ករ ខ្លាញ់) ដើម្បីថែរក្សាសាពាង្គកាយឱ្យមានកំដៅ ដើម្បីបង្កើតថាមពល ។ រួមមាន គ្រាប់ធញ្ញជាតិ កន្ទក់ ចុងអង្ករ ដំឡូងមី ពោត និងផ្លែឈើមួយចំនួនដូចជា ចេក ល្ពៅ អំពៅ ស្ករ ខ្លាញ់សត្វ ប្រេងរុក្ខជាតិ ... ។

៣-សារធាតុរ៉ែ សំរាប់ការលូតលាស់ឆ្អឹង ឈាម ទឹកដោះ ចំណីអាហារទាំងនោះរួមមាន ម្សៅថ្មកំបោរ សំបកខ្យង-ខ្ចៅ ឆ្អឹងសត្វ ថ្លើម ក្រលៀនសត្វ អំបិល.... ។

៤-វីតាមីន

សំរាប់ការលូតលាស់ និងដើរតួនាទីក្នុងភ្នាសស្តើងសើមដែលមាន ភ្នែក ច្រមុះ បំពង់កក្រពះ បេះដូង ស្បែកឱ្យល្អសំរាប់បន្តពូជ ។ វីតាមីនមានច្រើន ដូចជា វីតាមីន អា ដេ អឺ ... ។ វីតាមីនអាមាននៅលើស្លឹកបន្លែពណ៌បៃតង និងស្មៅ ។ ពន្លឺព្រះអាទិត្យជាប្រភពដ៏ល្អនៃ វីតាមមីន ដេ ។ ពន្លកសណ្តែកបណ្តុះសំបូរវីតាមីន អឺ ។

៥-ទឹក

ទឹកជាសារធាតុសំខាន់ណាស់សំរាប់សត្វ និងធ្វើឱ្យមានសុខភាពល្អ កាលណាខ្វះទឹកសត្វមិនសូវស៊ីចំណីអាហារ ការលូតលាស់យឺត ផលិតកម្មថយចុះ ងាយទទួលជំងឺ ។ ដូច្នេះចំណីអាហារដែលល្អ គឺជាចំណីដែលមានសារធាតុចិញ្ចឹមគ្រប់គ្រាន់ ផ្សំច្រើនមុខចូលគ្នា ដែលមានតំលៃកំណត់ទាំងបរិមាណ និងគុណភាព ទៅតាមតំរូវការនៃប្រភេទសត្វ ។

IV-ទ្រុង

ការចិញ្ចឹមសត្វត្រូវមានទ្រុង ព្រោះទ្រុងជាទីជំរកសមស្របបំផុតសំរាប់សត្វរស់នៅ។ ទ្រុងបាំងថ្ងៃ ខ្យល់ ភ្លៀង និងរក្សាសីតុណ្ហភាព ហើយម្យ៉ាងទៀតការចិញ្ចឹមជ្រូកក្នុងទ្រុងងាយស្រួលផ្តល់ចំណីអាហារ ងាយស្រួលលាងសំអាត ងាយស្រួលចាក់ថ្នាំសត្វ ។

ទីតាំងសំណង់ ត្រូវស្រលះ មានខ្យល់ចេញ-ចូលល្អ, ខ្ពស់ ស្ងួតមិនជាំទឹក មិនចាំងពន្លឺថ្ងៃចូល ស្ងប់ស្ងាត់ ។ ទ្រុងគួរបែរមុខទៅទិសអាគ្នេយ៍ ទ្រុងដែលសមស្រប គឺជាកត្តាការពារសុខភាពសត្វ បន្ថយនូវការប្រើកំលាំងតិច។ ចំពោះបាតទ្រុងត្រូវរាងទេរបន្តិច ។

ខ្នាតរង្វាស់

- ២ ម៉ែត្រការេ / ជ្រូក ១ ក្បាល (ជ្រូកសាច់)
- ៨-១០ ម៉ែត្រការេ/ ជ្រូក ១ ក្បាល (មេបង្កើតកូន)
- ២ ម៉ែត្រការេ / ជ្រូក ១ ក្បាល (ជ្រូកបា)

V-ការការពារជំងឺជ្រូក

១. ការការពារដោយអនាម័យ ការចិញ្ចឹមសត្វត្រូវមានទ្រុង ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការធ្វើអនាម័យការពារជំងឺ និងស្រួលក្នុងការព្យាបាល ។

២. ការការពារដោយផ្តល់ចំណីអាហារ អាហារពិតជាសំខាន់ណាស់សំរាប់សុខភាពសត្វ បើផ្តល់ឱ្យមិនគ្រប់គ្រាន់ សុខភាពសត្វនឹងចុះខ្សោយ ថយកំលាំង មិនអាចទប់ទល់ជំងឺបាន និងងាយទទួលរងនូវជំងឺឆ្លង ។

៣. ការរាំងខ្ទប់ប្រភពជំងឺ

- មិនត្រូវទិញជ្រូកពីកន្លែងដែលខ្វះបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមសត្វ និងត្រូវទិញពីកន្លែងដែលស្គាល់ប្រភពច្បាស់លាស់
- ទុករយៈពេលពី ៧-១៤ ថ្ងៃសិន ដើម្បីតាមដានពីសុខភាពសត្វ
- ត្រូវការពារកុំឱ្យសត្វ ឆ្កែ ឆ្មា បក្សី កណ្តុរ ចូលទីកន្លែងចិញ្ចឹម ។

៤. ត្រួតពិនិត្យមើលសុខភាពសត្វរៀងរាល់ថ្ងៃ

- ត្រូវតាមដានរាល់ការស៊ី ការផឹក និងចលនារបស់សត្វ
- ត្រូវដឹងជាមុនថា ជ្រូកណាខុសប្លែកពីធម្មតា (ស៊ីតិច រោមស្កូត ភ្នែកក្រហម...)

៥. អនាម័យចំណី និងទឹកផឹក ចំណីអាហារត្រូវស្ងួត ម៉ត់ល្អ មិនដុះផ្សិត ។ ទឹកឱ្យសត្វផឹក គឺត្រូវមានប្រភពទឹកល្អ ឆ្ងាយពីទ្រុង មិនមានជាតិកំបោរ មិនជូរ-ប្រៃ ឬកខ្វក់ ។

៦. អនាម័យទ្រុង រៀងរាល់ថ្ងៃត្រូវធ្វើអនាម័យ លាងសំអាត លាមក ទឹកនោម ។ ទ្រុងត្រូវស្ងួត នឹងមិនត្រូវយកសំភារៈជ្រូកឈឺ មកប្រើនៅកន្លែងជ្រូកជាទេ ។

៧. អនាម័យដងខ្លួនសត្វ ត្រូវដុសលាងទឹកសត្វជារៀងរាល់ថ្ងៃ ដើម្បីឱ្យសត្វត្រជាក់ ចរន្តឈាមរត់បានល្អ ដេកបានស្រួល ជ្រូកឆាប់ធំធាត់ ។ បើមានទំងន់ ២០ គ.ក្រ ត្រូវងូតទឹក ១ ថ្ងៃម្តង ចាប់ពីម៉ោង ១០ ព្រឹក - ៣ ល្ងាច បើជ្រូកមានទំងន់ក្រោម ២០ គ.ក្រ មិនត្រូវ ងូតទឹកឱ្យទេ អាចលាងទឹកសំអាតទ្រុងបាន ។

៧. អនាម័យលើមនុស្ស លាងសំអាតស្បែកជើង ខោអាវជាប្រចាំ មិនត្រូវទុកឱ្យកខ្វក់ យូរថ្ងៃ ដែលជាប្រភពនាំមេរោគ បាក់តេរីពីខាងក្រៅចូលមក ។

៨. រំងាប់មេរោគក្នុងទ្រុង និងសំភារ ត្រូវធ្វើបោស-លាងសំអាតទ្រុងសត្វឱ្យស្អាត-ស្ងួតជានិច្ច កុំភ្លេចឱ្យពន្លឺព្រះអាទិត្យចូលនៅពេលព្រឹក លាយល្បាយទឹកកំបោរ ២0% បាចមុនពេលដាក់សត្វចិញ្ចឹម និង ៣0% សំរាប់ស្រោចលាងសំអាតទ្រុង ។

៩. ការចាក់ថ្នាំការពារជំងឺ

- បង្កដោយវីរុស (ចាក់វ៉ាក់សាំងជំងឺប៉េស្ត) បើសត្វឈឺ គឺគ្មានថ្នាំព្យាបាលបានទេ
- បង្កដោយបាក់តេរី មានថ្នាំសំលាប់ព្យាបាល និងទប់ទល់បាន
- ជាទូទៅសត្វដែលដាក់ចិញ្ចឹមត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងការពារជំងឺឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ទៀងទាត់
- ក្នុងប្រទេសកម្ពុជាយើង ជំងឺឆ្លងច្រើនកើតលើជ្រូករួមមាន (ប៉េស្ត គ្រុនសន្វិ សារទឹកកញ្ជ្រិល អូសេស្គី) ។

សូមអរគុណ

ការយកចិត្តទុកដាក់ស្តាប់ !