

អង្គការយេកម្ពុជា ថែមលិន

ការចិញ្ចឹមត្រីជាលក្ខណៈគ្រួសារ



គំរោងសមារណកម្មសកម្មភាពមីន

និងសុវត្ថិភាពស្បៀង ខេត្តថែមលិន



Australian Government

AusAID



សារៈប្រយោជន៍ក្នុងការចិញ្ចឹមត្រី

- ផ្គត់ផ្គង់អាហាររូបត្ថម និង អាហារស្រស់ប្រចាំគ្រួសារ
- កាត់បន្ថយការចំណាយលើការទិញម្ហូបអាហារពីខាងក្រៅ
- បង្កើនប្រាក់ចំណូលបន្ថែមប្រចាំគ្រួសារ
- ប្រើប្រាស់ទឹក និង កាកសំណល់សំរាប់ដាំដំណាំរួមផ្សំផ្សេងៗ

ការអនុវត្តន៍ការចិញ្ចឹមត្រីក្រោមការគាំទ្រពីគម្រោង

- ៣៦៣ គ្រួសារបានទទួលការគាំទ្រពីគម្រោង
- ៨៩ភាគរយបានអនុវត្តការចិញ្ចឹមត្រីក្រោមការគាំទ្រពីគម្រោង
- កសិករប្រមាណ ៤០ ភាគរយ បានទទួលផលពីការចិញ្ចឹមត្រីតាមខែនីមួយៗ ក្នុងកំឡុងពេលចិញ្ចឹមត្រី
- ចំណូលដុលទទួលបានជាមធ្យម ៣៦ ដុល្លារ ក្នុង១ ខែដែលបានពីការបរិភោគ ការលក់ដូរ និង ប្រើប្រាស់ផ្សេងៗ (ក្រោយពេលទូទាត់ចំណាយផ្សេងៗ)

១. ជ្រើសរើសទីតាំង

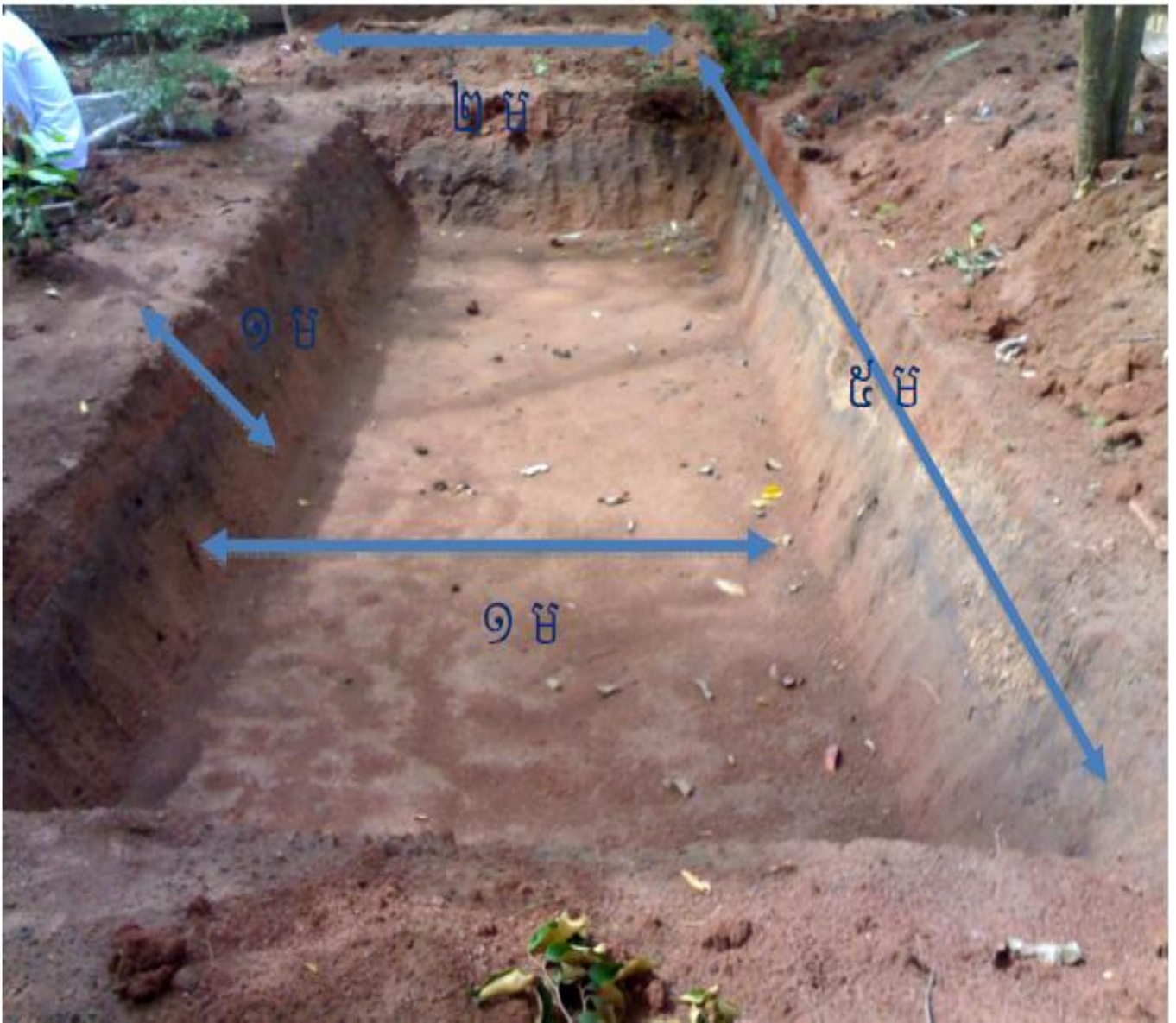
- ទីតាំងសមស្របសំរាប់ចិញ្ចឹមត្រីគួរមានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម:



- មានភាពងាយស្រួលក្នុងការថែទាំ និង គ្រប់គ្រង
- នៅឆ្ងាយពីដើមឈើ ដែលអាចជៀសវាងម្លប់, ស្លឹកឈើ, និង ឫសឈើ
- ទីតាំងមិនលិចទឹកក្នុងកំឡុងពេលចិញ្ចឹមត្រី
- មានប្រភពទឹកសំរាប់ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរ និង បញ្ចូលបន្ថែម

២. ការវិភាគស្រះ:

ការរៀបចំ ឬដីកស្រះគួរធ្វើឡើងដូចខាងក្រោម



- ផ្ទៃខាងលើស្រះគួរមានទំហំ ២ ម x ៥ ម
- ជម្រៅស្រះគួរមានប្រវែង ១ ម
- ផ្ទៃបាតក្រោមគួរមានទំហំ ១ ម x ៥ ម
- គួររៀបចំខ្នងស្រះឱ្យបានធំទូលាយសំរាប់ដាំដំណាំបន្លែបាន

៣. ការងារមុនពេលរៀបចំស្រះ

ក្រោយពីដឹកស្រះរួច គួរអនុវត្តការងារតាមជំហានដូចខាងក្រោម



- សំអាតកំទិចកំទី ដុំដី/ថ្ម នៅបាតស្រះ ដែលអាចធ្វើឱ្យកៅស៊ូឆ្លាយ
- សំអាតបួសឈើ វត្ថុរឹងផ្សេងៗ នៅគែមស្រះ ដែលអាចធ្វើឱ្យកៅស៊ូឆ្លាយ
- គួរក្រាលខ្សាច់ សំបកបារ ឬក្រណាត់ ដើម្បីការពាររន្ធស្ទឹងចម្លុះឆ្លាយ
- ក្រាលកៅស៊ូផ្លាស្ទិចនៅបាតស្រះ

៤. ការងារក្រោយពេលក្រាលកៅស៊ូ

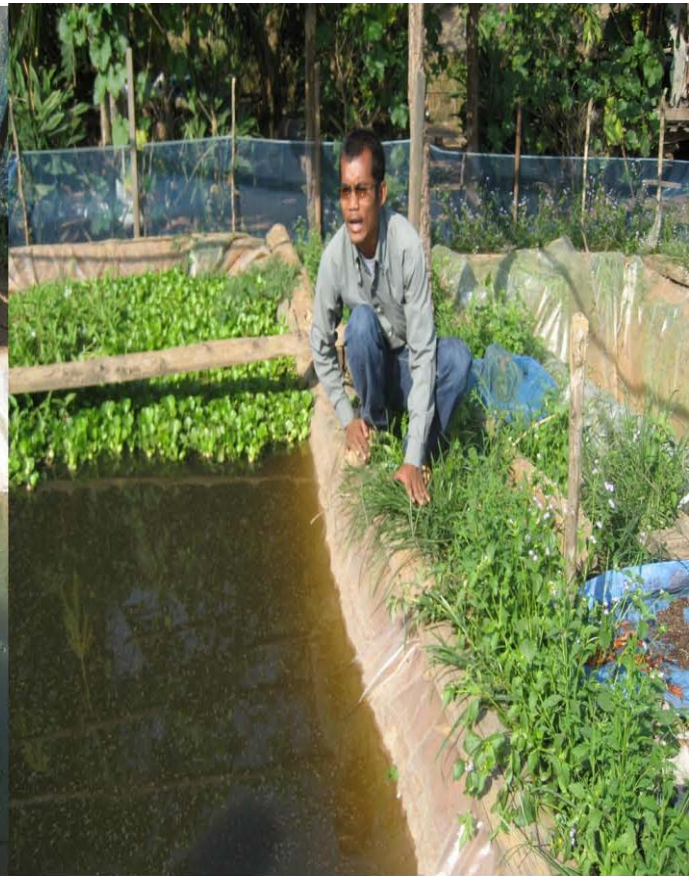
ក្រោយពេលក្រាលកៅស៊ូរួច ត្រូវអនុវត្តបន្តដូចខាងក្រោម:



- បញ្ចូលទឹកឱ្យពេញស្រះ
- ដាក់លាមកគោ ១ បង្កី (៣-៤ គ.ក)
- ដាក់ស្លឹកទន្រ្ទានខែត្រ ១ ដុំ (២-៣ គ.ក)
- ដាក់ជីស ០,១-០,២ គ.ក និងជីខ្មៅ ដេ អា ប៉េ ០,១-០,២ គ.ក
- ទុករយៈពេល ២សប្តាហ៍ ទើបលែងកូនត្រី



កៅស៊ូងាយនឹងពុកផុយដោយសារកំដៅថ្ងៃនិងកត្តាផ្សេងៗដូច្នេះសូម
រកវិធីសាស្ត្រដើម្បីការពារនូវការខូចខាតដោយសារកត្តាទាំងនេះ





៥. ការលែងកូនត្រី

- ដាក់កូនត្រីទីឡាព្យា ១៥០ កូន ក្នុង ១ ស្រះ
- ដាក់បណ្តាតថង់កូនត្រីក្នុងស្រះរយៈពេលៈ ១៥-២៥ នាទី
- មុនលែងកូនត្រីត្រូវបាចទឹកចូលក្នុងថង់កូនត្រីថ្មមៗ ហើយចាប់ផ្តើមបង្ហើបបាតថង់បន្តិច ដើម្បីឱ្យកូនត្រីហែលចេញសន្សឹមៗ
- កុំលែងកូនត្រីនៅពេលថ្ងៃក្តៅខ្លាំង ឬនៅពេលភ្លៀង

ចំណាំ ការលែងកូនត្រីគួរធ្វើឡើង ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ដើម្បីកាត់បន្ថយការងាប់របស់កូនត្រី។

៦. ការផ្តល់ចំណី



- ទីឡាព្យា ជាប្រភេទត្រីស៊ីចំរុះដូចជា: កន្ទក់ កណ្តៀរ សត្វល្អិត ស្លឹកបន្លែ (ត្រកួន ស្ពៃ ...) និងបបរសជាដើម
- គួរបង្កើតចំណីប្លង់តុង ស្ពៃ បន្លែម ប៉ុន្តែការងារនេះគួរមានការធ្វើឡើងដោយប្រុងប្រយ័ត្ន ព្រោះវាអាចបណ្តាលឱ្យត្រីពុល
- បរិមាណចំណី ដែលផ្តល់អោយត្រី អាស្រ័យទៅតាមប្រភេទត្រី ទំហំត្រីក្នុងស្រះ និង ចំណីធម្មជាតិដែលមានស្រាប់។
- អាចចាប់អំពូលភ្លើង ដើម្បីទាក់ទាញសត្វល្អិតសំរាប់ជាចំណីត្រីបន្ថែម។
- គួរផ្តល់ចំណី ២-៣ដងក្នុង១ថ្ងៃ ព្រោះចំណីធម្មជាតិមានតិចនៅក្នុងស្រះ។

៧. ការត្រួតពិនិត្យគុណភាពទឹក

- រក្សាទឹកនៅក្នុងស្រះឱ្យពេញជានិច្ច
- ដងទឹកចេញពីស្រះ ២-៣ ផុងជាប្រចាំ ដើម្បីរក្សាគុណភាពទឹក

ក្នុងស្រះ និងបន្ថែមទឹកឱ្យពេញវិញ ។

៨. ការប្រមូលផល

- ការប្រមូលផលត្រីអាចធ្វើឡើង បន្ទាប់ពីចិញ្ចឹមបានពី ២-៣ ខែ ឡើង ។
- ជាទូទៅ ការធំធាត់របស់ត្រី វាអាស្រ័យទៅនឹងការផ្តល់ចំណី បរិមាណត្រីនៅក្នុងស្រះ និង គុណភាពទឹក ។

៩. បញ្ហានានា

- ទឹកមិនពេញស្រះ ឬទឹកស្រកល្បឿន
- កៅស៊ូធ្លាយ និងឆាប់ពុកផុយ
- កូនត្រីងាប់ច្រើននៅពេលដាក់ដំបូង
- ត្រីមានការធំធាត់យឺត
- សត្វចិញ្ចឹម (ផ្កា ជ្រូក...) ចូលក្នុងស្រះដែលអាចធ្វើឱ្យខូចបញ្ហាស្វិត
- ពស់ និងសត្វចង្រៃផ្សេងៗ នៅក្នុងស្រះស៊ីត្រីអស់