



# កសិករ និង ធម្មជាតិ *Farmer and Nature*

## បច្ចេកទេសចិញ្ចឹមជ្រូកជាលក្ខណៈគ្រួសារ





# មាតិកាអត្ថបទ

ទំព័រ

អារម្ភកថា.....	១
<b>ជំពូកទី ១: បច្ចេកទេសសាមញ្ញក្នុងការចិញ្ចឹមស្រូវសាច់</b>	
<b>១.១. កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលខ្លាំងលើការលូតលាស់របស់ស្រូវ</b> .....	២
<b>១.២. ការស្រ្តីសរើសពូជ</b> .....	២
ក. ពូជជ្រូកសំខាន់ៗនិងប្រភពពូជ.....	២
ខ. របៀបជ្រើសរើសកូនជ្រូកយកមកចិញ្ចឹម( ជ្រូកសាច់) .....	៤
<b>១.៣. រុក្ខាស្រូវនិងរបៀបធ្វើរុក្ខា</b> .....	៥
ក. ទ្រុងជ្រូក.....	៥
ខ. របៀបធ្វើទ្រុងជ្រូក.....	៦
<b>១.៤. ស្នូកចំណីនិងស្នូកទឹក</b> .....	៧
<b>១.៥. ស្នូកចំណីនិងស្នូកទឹក</b> .....	៧
ក. ចំណីផ្តល់ថាមពល .....	៨
ខ. ចំណីផ្តល់ជាតិសាច់ ( ប្រូតេអ៊ីន).....	៨
គ. ចំណីផ្តល់វីតាមីន.....	៨
ឃ. ចំណីផ្តល់សារធាតុរ៉ែ.....	៩
<b>១.៦. របៀបលាយចំណីនិងផ្តល់ចំណី</b> .....	៩
ក. របៀបលាយចំណី.....	៩
ខ. របៀបផ្តល់ចំណីដល់ជ្រូកសាច់.....	១១
<b>១.៧. ទឹក</b> .....	១២
<b>១.៨. ការថែទាំនិងធ្វើអនាម័យ</b> .....	១២
<b>១.៩. ប្រការដែលត្រូវអនុវត្តដើម្បីចិញ្ចឹមស្រូវឱ្យបានផលខ្ពស់</b> .....	១៣
ក. ពូជ.....	១៣
ខ. ទ្រុង.....	១៤
គ. ចំណីនិងទឹក .....	១៥
ឃ. របៀបចិញ្ចឹម.....	១៦
ង. ការថែទាំនិងធ្វើអនាម័យ .....	១៦
ច. ការពារជំងឺ.....	១៧



**ជំពូកទី ២: បច្ចេកទេសសាមញ្ញក្នុងការចិញ្ចឹមស្រូវមេ**

២.១. កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលលើការលូតលាស់របស់ស្រូវ	១៨
២.២. ការជ្រើសរើសពូជ	១៨
ក. ពូជជ្រូកសំខាន់ៗនិងប្រភពពូជ	១៨
ខ. របៀបជ្រើសរើសកូនជ្រូកទុកធ្វើមេពូជ	១៩
២.៣. របៀបលាយចំណីនិងផ្គត់ផ្គង់ចំណីស្រូវ	២០
ក. របៀបលាយចំណី	២០
ខ. របៀបផ្គត់ផ្គង់ចំណី	២១
☞ ការផ្គត់ផ្គង់ចំណីសំរាប់មេជ្រូកបំបៅកូន	២២
☞ ការផ្គត់ផ្គង់ចំណីដល់កូនជ្រូកនៅបៅដោះ	២២
☞ ការផ្គត់ផ្គង់ចំណីដល់កូនជ្រូកផ្តាច់ដោះ	២៤
២.៤. ទឹក	២៥
២.៥. សំបុកកូនស្រូវ	២៥
២.៦. ការបង្កាត់ពូជ	២៦
ក. ការសំគាល់មេជ្រូករកឈ្មោល	២៧
ខ. ការថែទាំមេជ្រូកឆើម	២៧
☞ ការសំគាល់មេជ្រូកឆើម	២៧
☞ ការថែទាំមេជ្រូកក្នុងរយៈពេលឆើម	២៨
☞ ការសំគាល់មេជ្រូកជិតកើតកូន	២៨
☞ ការជួយមេជ្រូកក្នុងពេលកើតកូន	២៩
២.៧. ជំងឺឆ្លាប់ជួបប្រទះចំពោះមេស្រូវ	៣១
ក. ជំងឺរលូតកូន	៣១
ខ. ជំងឺរលាកដោះ	៣១
គ. មេជ្រូកខ្វះទឹកដោះ	៣២

**ជំពូកទី ៣: ជំងឺឆ្លាប់ជួបប្រទះក្នុងការចិញ្ចឹមស្រូវ**

៣.១ ជំងឺស្រូវ	៣៤
៣.២. ជំងឺកូនស្រូវ	៣៤
ក. ជំងឺរាកកូនជ្រូក	៣៤
ខ. ជំងឺខ្វះជាតិដែក	៣៦



គ. ជំងឺតេតាណូស.....	៣៨
<b>៣.៣ ជំងឺសំខាន់ៗដែលជួបប្រទះក្នុងការចិញ្ចឹមសត្វ</b> .....	<b>៣៩</b>
ក. ជំងឺប៉េស្ត.....	៣៩
ខ. ជំងឺសាទឹក.....	៤០
គ. ជំងឺកញ្ជ្រើល.....	៤១
ឃ. ជំងឺអុតក្តាម.....	៤៣
ង. ជំងឺក្បួនលាមក.....	៤៤
ច. ជំងឺចុងអង្ករ.....	៤៥
ឆ. ជំងឺព្រួន.....	៤៥
ជ. ជំងឺអង្កែ.....	៤៦
ឈ. ជ្រូកអន់បាយ.....	៤៧
<b>៣.២. ការការពារជំងឺ</b> .....	<b>៤៨</b>

**ជំពូកទី ៤: បទពិសោធន៍ជាក់ស្តែងរបស់កសិករក្នុងការចិញ្ចឹម និងព្យាបាលសត្វ**

៤.១. បទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺអុតក្តាមលើសត្វជ្រូក.....	៥០
៤.២. វិធីព្យាបាលជំងឺកមរមាសលើសត្វជ្រូក.....	៥១
៤.៣. វិធីព្យាបាលជំងឺសត្វកង្វះឈាមនៅលើកូនជ្រូក.....	៥២
៤.៤. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមសត្វ.....	៥៣
៤.៥. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមសត្វជ្រូកមេ.....	៥៥
៤.៦. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមសត្វជ្រូកអាចបានផលច្រើន.....	៥៦
៤.៧. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមសត្វជ្រូកបានផលល្អ.....	៥៨
៤.៨. បទពិសោធន៍ផ្សំចំណីបំប៉នសំរាប់សត្វជ្រូក.....	៦១
៤.៩. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមសត្វជ្រូកអាចបានផល.....	៦២
<b>ឧបសម្ព័ន្ធ</b> .....	<b>៦៤</b>



## អារម្ភកថា

ក្រៅពីការងារធ្វើស្រែចំការ កសិករកម្ពុជាភាគច្រើនចិញ្ចឹមសត្វដូចជា ជ្រូក គោ មាន់ ទា ដើម្បីបង្កើននូវកំរិត ជីវភាពគ្រួសាររបស់គាត់ ។

ដោយឡែកការចិញ្ចឹមជ្រូកច្រើនប្រព្រឹត្តទៅជាលក្ខណៈគ្រួសារទ្រង់ទ្រាយខ្នាតតូច និងចិញ្ចឹមជាយថាផល គឺ គាត់ចិញ្ចឹមតាមទំលាប់តាមដោយពុំគិតពីលក្ខណៈបច្ចេកទេសឡើយ គឺអាស្រ័យទៅលើជីវភាពគ្រួសារ ដើមទុន ។ល។ កសិករច្រើនប្រើចំណី ដែលគាត់អាចរកបាននៅតាមភូមិ ព្រោះក្នុងករណីនេះគាត់ចំណាយថវិកាអស់តិចបំផុត បើ ប្រៀបធៀបទៅនឹងចំណីដែលទិញគេតាមទីផ្សារ។ កសិករភាគច្រើនចិញ្ចឹមជ្រូកសាច់ ព្រោះគាត់យល់ថាវាងាយស្រួល ក្នុងការចិញ្ចឹម និងថែរក្សាជាងមេជ្រូក ដោយប្រើប្រាស់ទុនតិចជាង និងម្យ៉ាងទៀតជ្រូកសាច់គាត់រហ័សជឿនលឿន ដើម្បី យកប្រាក់ចំណូលសំរាប់ដោះស្រាយជីវភាពគ្រួសាររបស់គាត់ ។ មួយវិញទៀតការចិញ្ចឹមជ្រូកតែងជួបប្រទះនូវជំងឺ ដែល កើតឡើងនៅលើកូនជ្រូក និងមេជ្រូក ។ ដំណោះស្រាយរបស់កសិករក្នុងការព្យាបាលជ្រូក គឺអាស្រ័យទៅតាមលទ្ធភាព ដែលគាត់មានគឺគាត់ប្រើឱសថបូរាណ ឬទិញថ្នាំពីផ្សារជិតៗភូមិ ឬក៏ហៅបសុពេទ្យមកព្យាបាលសត្វរបស់គាត់ ។ ដោយ យោលទៅលើបញ្ហាទាំងនេះយើងបានរៀបចំចងក្រងសៀវភៅនេះឡើង ដើម្បីជំនួយដល់កសិករក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ឱ្យបានផលខ្ពស់ ។ សៀវភៅនេះចែកចេញជា ៤ ជំពូកធំៗ ដូចជាបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមជ្រូកសាច់ ជ្រូកមេ ជំងឺ និងការ ព្យាបាលជ្រូក ។

យើងខ្ញុំសង្ឃឹមថា សៀវភៅនេះអាចជាទុនមួយក្នុងការជួយកសិករក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកឱ្យបានផលខ្ពស់ ។ យើង ខ្ញុំសូមស្វាគមន៍ រាល់មតិយោបល់កែលម្អផ្សេងៗ ក្នុងន័យស្ថាបនាឱ្យសៀវភៅនេះ កាន់តែមានប្រសិទ្ធភាពសំរាប់ ប្រើប្រាស់ ។



# ជំពូកទី១

## បច្ចេកទេសសាមញ្ញក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកសាច់

### ១.១. កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់ជ្រូក

កត្តាធម្មជាតិសំខាន់ៗដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់ជ្រូក

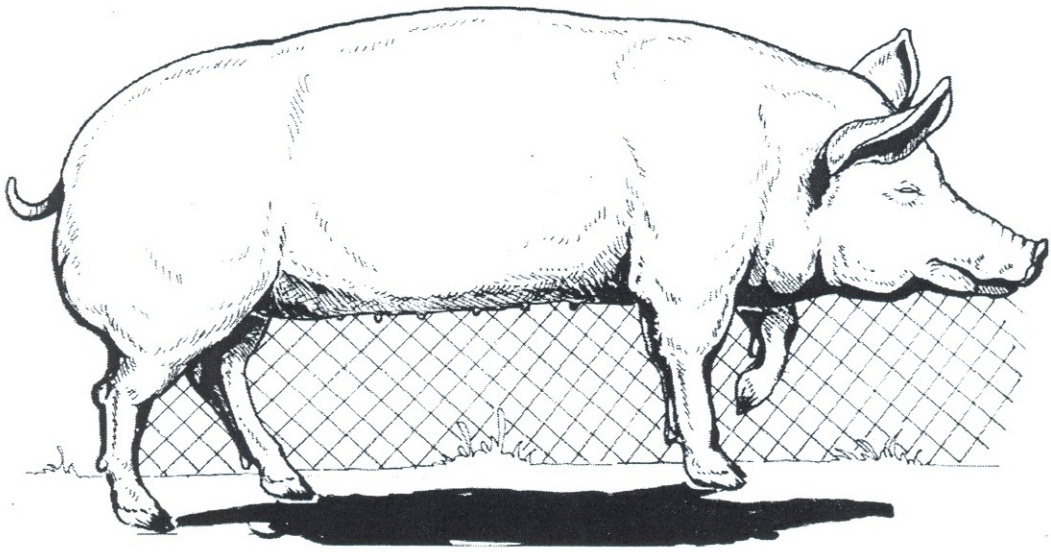
- ប្រភពពូជ
- ចំណី និងបច្ចេកទេសនៃការផ្តល់ចំណី
- របៀបចិញ្ចឹមនិងប្រភេទទ្រុង
- ទីតាំងរបស់ទ្រុង និងខ្យល់អាកាសក្នុងទ្រុង
- ប៉ារ៉ាស៊ីតនិងជំងឺផ្សេងៗ
- ការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យ ការការពារ និងព្យាបាលជំងឺ ។

### ១.២. ការជ្រើសរើសពូជ

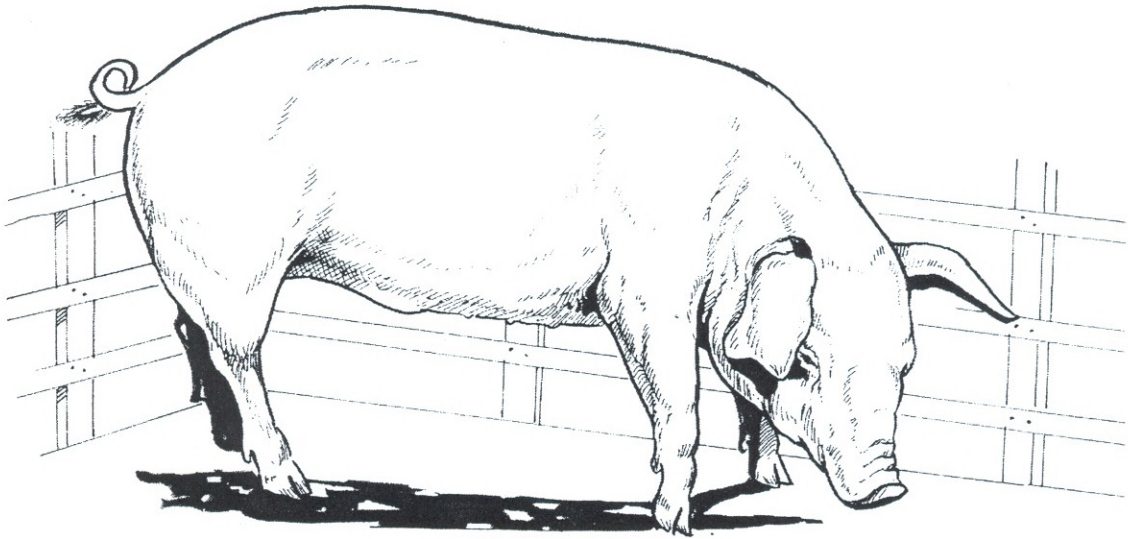
#### ក. ពូជជ្រូកសំខាន់ៗនិងប្រភពពូជ

ពូជជ្រូកដែលកសិករនិយមចិញ្ចឹមរួមមាន ពូជកណ្តុរ យ៉កសៀ ហៃណាំ ឡេនរ៉ុស ឌុយរ៉ុក និងកូនកាត់ ។ ពូជកណ្តុរគឺជាពូជក្នុងស្រុក មានការលូតលាស់យឺត ចិញ្ចឹមក្រចំ តែមិនរើសចំណី ធន់នឹងអាកាសធាតុ និងជំងឺ ។ ពូជយ៉កសៀ ហៃណាំ ឡេនរ៉ុស និងឌុយរ៉ុក ជាពូជនាំចូលពីបរទេសមានការលូតលាស់រហ័សជាងពូជក្នុងស្រុក ប៉ុន្តែមិនសូវធន់នឹងអាកាសធាតុ ងាយរងនូវជំងឺ និងច្រើនរើសចំណី ។ សំរាប់រយៈពេលចិញ្ចឹមស្មើគ្នា ជាទូទៅពូជជ្រូកនាំចូលលូតលាស់លឿនជាងពូជក្នុងស្រុក ។ ការទិញពូជជ្រូកតាមទីផ្សារ តាមកង់ ឬតាមម៉ូតូ យកមកចិញ្ចឹមជាការប្រថុយប្រថានខ្លាំងបើប្រៀបធៀបទៅនឹងពូជដែលគាត់រើសនៅតាមភូមិ ។ កូនជ្រូកដែលគេដឹកយកមកលក់ច្រើនជួបបញ្ហាយកល្អយើងគួរជ្រើសរើសពូជតាមភូមិមកចិញ្ចឹមទើបប្រសើរជាង ។

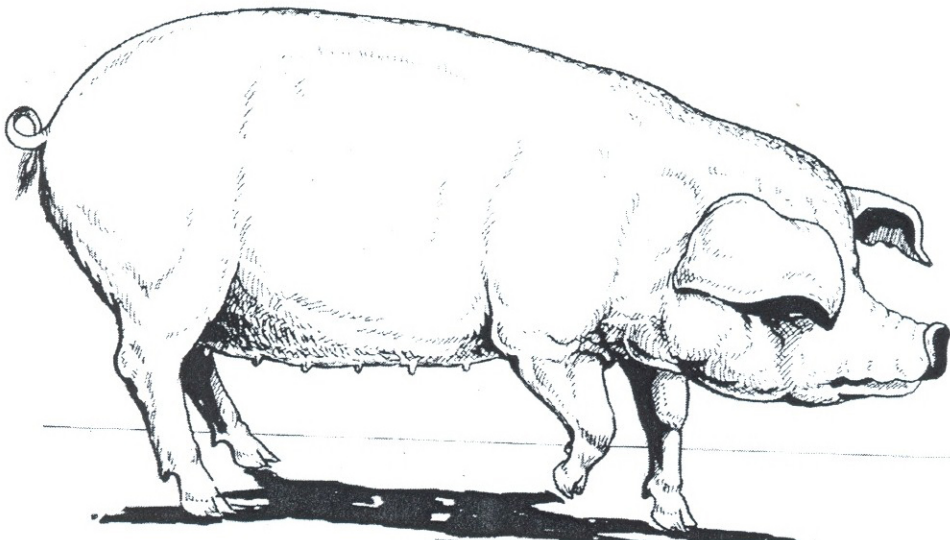




រូបភាពទី ១: ពូជយ៉កសៀវ

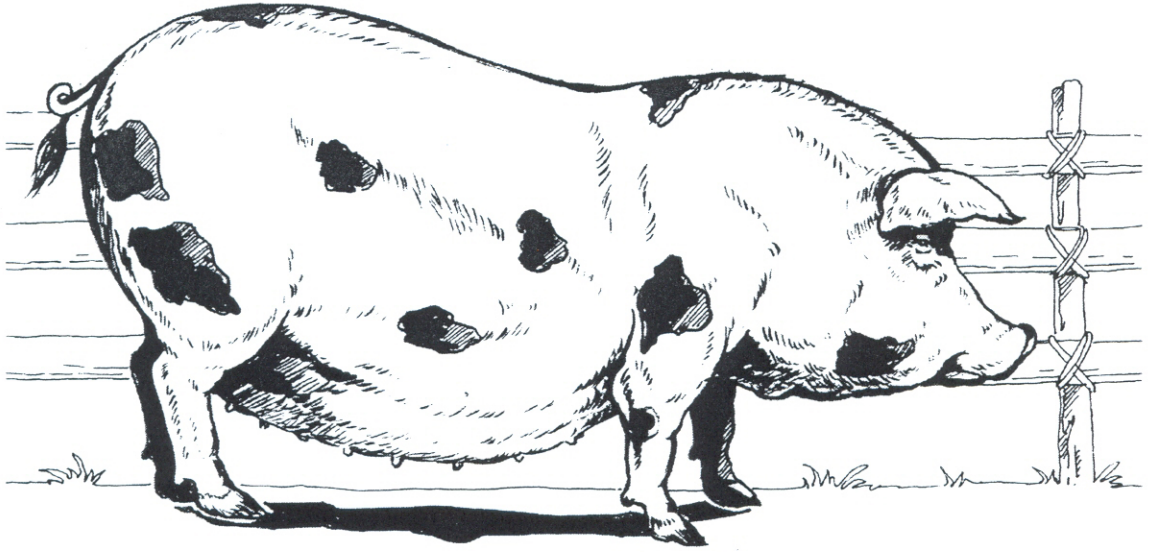


រូបភាពទី ២: ពូជឌុយវ៉ិក



រូបភាពទី ៣: ពូជឡេនវ៉ិស





រូបភាពទី ៤: ពូជអ៊ែណាំ

**ខ. របៀបជ្រើសរើសកូនជ្រូកយកមកចិញ្ចឹម (ជ្រូកសាច់)**

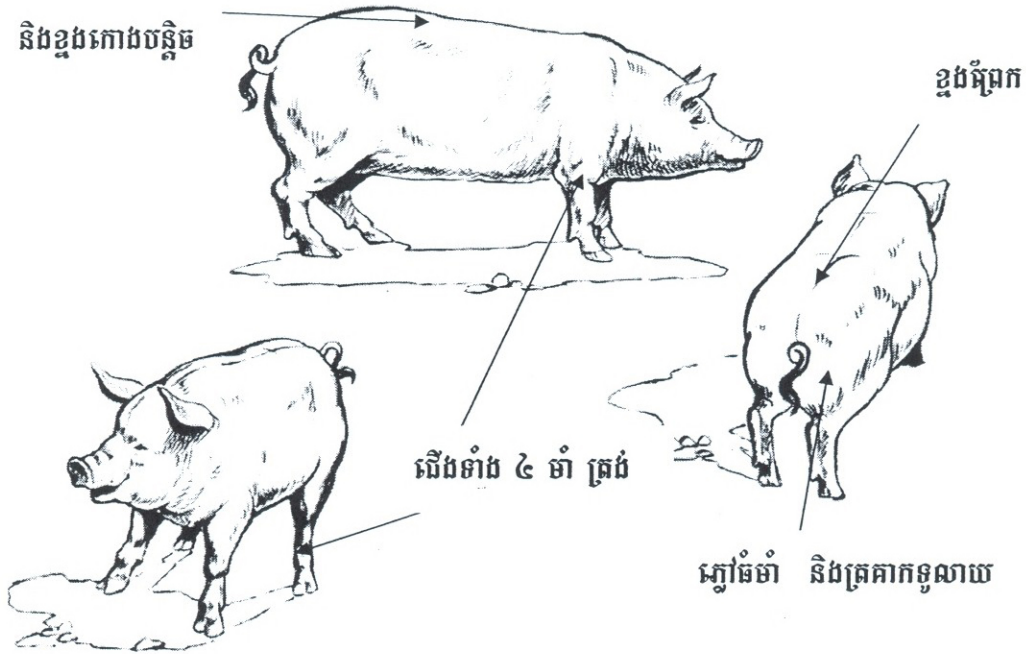
ពូជជាកត្តាមួយយ៉ាងសំខាន់ ដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់ធំធាត់របស់ជ្រូក និងរយៈពេលនៃការចិញ្ចឹម ។ ចំពោះពូជបរទេស ទាមទារនូវការចិញ្ចឹមឱ្យបានត្រឹមត្រូវតាមបច្ចេកទេស វាធំធាត់លឿនដោយចំណាយបរិមាណចំណីតិច ប៉ុន្តែត្រូវចំណាយថវិកាច្រើន ព្រោះជាទូទៅចំពោះពូជនេះគេច្រើនប្រើចំណីដែលមានលក់នៅលើទីផ្សារ ។ ដូនេះ សំរាប់បងប្អូនប្រជាកសិករយើងដែលចិញ្ចឹមជ្រូកលក្ខណៈគ្រួសារហើយមិនបានឱ្យចំណីត្រឹមត្រូវ និងថែទាំដិតដល់នោះ គួរចិញ្ចឹមពូជជ្រូកក្នុងស្រុកវិញ ព្រោះវាធំទៅនឹងជឿ ហើយស៊ីចំណីមិនសូវវើស ។

កូនជ្រូកដែលល្អសំរាប់ការចិញ្ចឹមយកសាច់មានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម :

- មើលប្រវត្តិមេ មេស្លូត
- មានសុខភាពល្អ រហ័សរហួន កន្ទុយបក់ចុះឡើង ចូលចិត្តស៊ីចំណី
- ស្បែកស្តើង ហើយរលោងស្មើល្អ
- ស្មា និងទ្រូងធំទូលាយ ខ្នងធំវែង កវែង ខ្នងព្រែក ឬកោងបន្តិច
- ជើងទាំងបួនត្រង់ ភ្លៅធំមាំ ត្រគាកទូលាយ ថ្ពាល់ទាំងសងខាងធំស្មើ
- ផ្តាច់ដោះយ៉ាងតិចអាយុ ៤៥ ថ្ងៃ ។

មុននឹងជ្រើសរើសយកកូនជ្រូកមកចិញ្ចឹមត្រូវស្គាល់ពីប្រវត្តិមេមាឱ្យបានច្បាស់លាស់សិន ។ យកល្អអ្នកចិញ្ចឹមគួរទិញកូនជ្រូកពីអ្នកដែលចិញ្ចឹមមេជ្រូកដែលយើងស្គាល់ច្បាស់ ។ គួរជៀសវាងការទិញកូនជ្រូក ដែលដឹកតាមកង់ម៉ូតូយកមកចិញ្ចឹម ។

ខ្លួនធំដឹង និងខ្លួនកោងចន្លឹម



រូបភាពទី ៥: សក្ខណៈស្តុក្កងការជ្រើសរើសកូនជ្រូកយកមកចិញ្ចឹម

### ១.៣. ទ្រុឌទ្រោមនិងរបៀបធ្វើទ្រុឌ

#### ក. ទ្រុឌជ្រូក

សំភារៈដែលអាចរកបាននៅតាមភូមិសំរាប់យកមកធ្វើទ្រុឌមានដូចជា ឬស្សី ធាងត្នោត ក្តារបន្ទះ ឈើតូចៗ ។ ប្រជាកសិករអាចសង់ដំបូលអំពីឬស្សីប្រក់ស្លឹក ជញ្ជាំងយកល្អសង់អំពីឈើ ឬក្តារបន្ទះទើបមាំល្អ ។ ត្រូវសង់ទ្រុឌឱ្យមានលក្ខណៈបច្ចេកទេសសមស្របដោយមានកំរាលឥដ្ឋ ឬចាក់ស៊ីម៉ង់ត៍ត្រូវធ្វើរាងជំរាលដែលងាយស្រួលបង្ហូរកាកសំណល់ទៅក្នុងរណ្តៅសំរាប់ធ្វើជីកំប៉ុស្តិ៍ ។

ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកដាក់ទ្រុឌត្រូវមានកន្លែងគ្រប់គ្រាន់សំរាប់វា យកល្អទំហំទ្រុឌសំរាប់ជ្រូកសាច់ ១ ក្បាល គឺ ១.៥ ម៉ែត្រក្រឡា ។ យើងត្រូវមានស្នូកគ្រប់គ្រាន់ បើពុំនោះទេវានឹងជះឥទ្ធិពលអាក្រក់បណ្តាលឱ្យជ្រូក ដែលខ្សោយស៊ីចំណីពុំបានឆ្អែត ។

ចំនួនជ្រូកច្រើននៅក្នុងទ្រុឌអាចបណ្តាលឱ្យចង្អៀតពេក ធ្វើឱ្យបរិយាកាសក្នុងទ្រុឌមិនបានល្អហើយធ្វើឱ្យជ្រូកមានភាពមិនស្ងាត់ស្ងៀម ។

ចំពោះជ្រូកច្រើនដែលបញ្ចូលក្នុងក្រុមតែមួយអាចធ្វើឱ្យវាខាំគ្នា ជាពិសេសខាំកន្ទុយដែលអាចបណ្តាលឱ្យហូរឈាម ករណីនេះច្រើនកើតមានឡើងចំពោះជ្រូកក្នុងអាយុពី ១៥ ទៅ ២០ សប្តាហ៍ ។ ការខាំគ្នានេះអាចធ្វើឱ្យវា មានរបួសជាបន្តបន្ទាប់ធ្វើឱ្យជ្រូកស្រកទំងន់ និងអាចបណ្តាលឱ្យវាពិការផងដែរ ។ មូលហេតុនៃការខាំគ្នានេះអាច បណ្តាលមកពីបរិយាកាសអាប់អួរក្នុងទ្រុឌ ចំនួនជ្រូកច្រើន កន្លែងចង្អៀត និងអាចបណ្តាលមកពីពូជផងដែរ ។



វិធានការការពារ គឺត្រូវរៀបចំទ្រង់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ មានកន្លែង ឬទីធ្លាគ្រប់គ្រាន់ និងគេអាចចងឧបករណ៍ ផ្សេងៗ សំរាប់ជ្រកលេង ដូចជា កំប៉ុង ប្រអប់មូល ឈើ ឬច្រវាក់ ។ល។ ម្យ៉ាងទៀតគេអាចកាត់កន្ទុយកូនជ្រកតាំងពី វាទើបមានអាយុបានមួយថ្ងៃ ។

**គុណសម្បត្តិនៃការចិញ្ចឹមជ្រកដាក់ទ្រង**

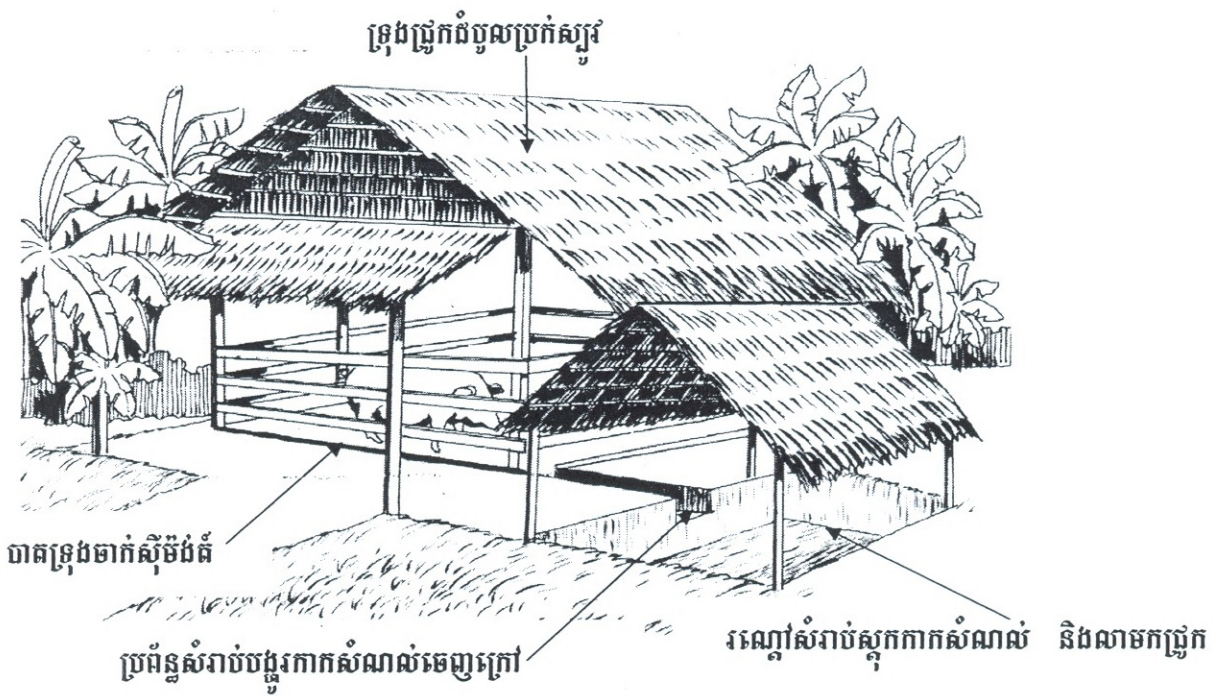
- ងាយស្រួលក្នុងការគ្រប់គ្រង ត្រួតពិនិត្យ ថែរក្សាធ្វើឱ្យសត្វមានសុខភាពល្អ និងបង្កើននូវអត្រាលូតលាស់
- អាចកាត់បន្ថយនូវគ្រោះថ្នាក់ និងជំងឺឆ្លងផ្សេងៗ
- ងាយស្រួលក្នុងការប្រមូលកាកសំណល់ លាមក ទឹកនោម សំរាប់ធ្វើដឹកប៉ុស្ត
- អាចជួយកាត់បន្ថយនូវអត្រាងាប់នៅពេលជ្រកកើតកូន
- ងាយស្រួលក្នុងការតាមដានសុខភាពរបស់សត្វ
- ធ្វើឱ្យជៀសផុតពីការបំផ្លាញដំណាំនៅក្នុងភូមិ ។

**កសិករត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រកដាក់ទ្រង**

- បើខ្លះបច្ចេកទេសសមស្រប ខ្លះការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យពុំបានត្រឹមត្រូវ អាចបណ្តាលឱ្យជ្រកកើតជំងឺ និងប៉ារ៉ាស៊ីតផ្សេងៗ
- គួរចំណាយពេលក្នុងការរកចំណីឱ្យជ្រក ដូចជា រកបន្លែស្រស់បន្លែម្សៅមាន ត្រកូន ផ្លិ ចក.....
- បើផ្តល់ចំណីពុំបានគ្រប់គ្រាន់និងពុំមានគុណភាពល្អធ្វើឱ្យអត្រាលូតលាស់របស់ជ្រកមានសភាពយឺតយ៉ាវ ។

**ខ. របៀបធ្វើទ្រងជ្រក**

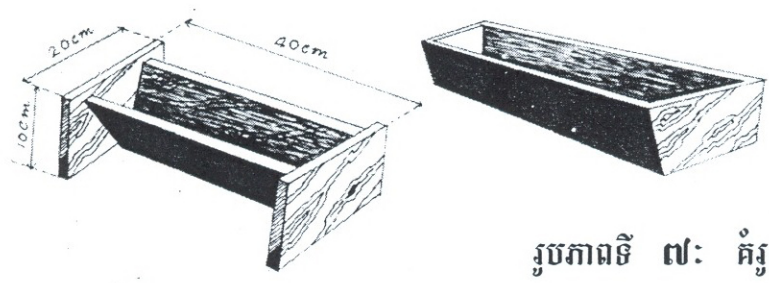
- គួរសង់ទ្រងលើទួលខ្ពស់ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការបង្ហូរកាកសំណល់ និងលាមកចេញក្រៅ
- ត្រូវដាំដើមឈើខ្លះជុំវិញទ្រងដើម្បីផ្តល់ជាម្លប់ ព្រោះទ្រងក្តៅពេកបណ្តាលឱ្យសត្វមិនសូវស៊ីចំណី និងអាចធ្វើឱ្យវាងាយឈឺ
- គួរដាក់កំរាលឥដ្ឋ ឬចាក់បេតុងកន្លែងដែលជ្រកដេក ( ជាកត្តាមួយងាយស្រួលធ្វើអនាម័យ និងធ្វើឱ្យជ្រកមានសុខភាពល្អ
- ត្រូវសង់ទ្រងឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលល្អ និងមានពន្លឺគ្រប់គ្រាន់
- ប្រើស្តូកទឹក និងស្តូកចំណី និងដាក់ទឹកស្អាតជាប្រចាំ
- ដំបូលអាចធ្វើពីឫស្សី ប្រក់ស្លឹកត្នោត ស្លឹកដូង ស្បូវ ឬសំភារៈផ្សេងទៀតដែលងាយរក
- ដំបូលអាចធ្វើសងខាង ឬម្ខាងតាមចំណង់ចំណូលចិត្ត
- គួរមានទីធ្លាគ្រប់គ្រាន់សំរាប់ឱ្យជ្រកធ្វើចលនា ។



រូបភាពទី ៦: ទ្រុងប្រក់មាក់ស៊ីម៉ង់ត៍ពីក្រោម និងប្រក់ជំបូលស្បូវ

**១.៤. ស្នូកចំណីនិងស្នូកទឹក**

ស្នូកទឹក និងចំណីសំរាប់ប្រក់ត្រូវតែរលោង ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការសំអាត និងមិនជាប់នូវកាកសំណល់ ឬចំណី ។ អ្នកអាចធ្វើស្នូកចំណី ស្នូកទឹក អំពីសំភារៈដែលងាយរកបាននៅក្នុងភូមិ ដូចជា សំបកកង់ឡានចោល ស្នូកឈើ កាធុន ។ល។



រូបភាពទី ៧: គំរូស្នូកចំណី

**១.៥. ចំណី**

ក្នុងការចិញ្ចឹមប្រក់ជាលក្ខណៈគ្រួសារនៅកម្ពុជា យើងផ្តោតទៅលើចំណីដែលប្រជាពលរដ្ឋអាចរកបាននៅតាមភូមិ ដូចជា កន្ទក់ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ បន្លែបៃតង ( ត្រកួន ដើមចេក ចក ស្លឹកកន្ទុំចេត ផ្លែ ស្លឹកដំឡូង ។ល។ ) និងបាយស្រា ។

អ្នកអាចរកចំណីណាដែលងាយមានស្រាប់នៅក្នុងតំបន់ដែលអ្នករស់នៅ ដើម្បីជៀសវាងការចំណាយខ្ពស់ក្នុងពេលចិញ្ចឹម ដែលនាំឱ្យមិនចំណេញ ។ យើងអាចចែកប្រភេទចំណីជា ៤ ក្រុម គឺប្រភេទចំណីផ្តល់ថាមពល (ប្រភពកាបូនអ៊ីដ្រាត និងជាតិខ្លាញ់) ចំណីផ្តល់ជាតិសាច់ (ប្រូតេអ៊ីន) ចំណីផ្តល់វីតាមីន និងចំណីផ្តល់ជាតិសាច់សំរាប់ការ

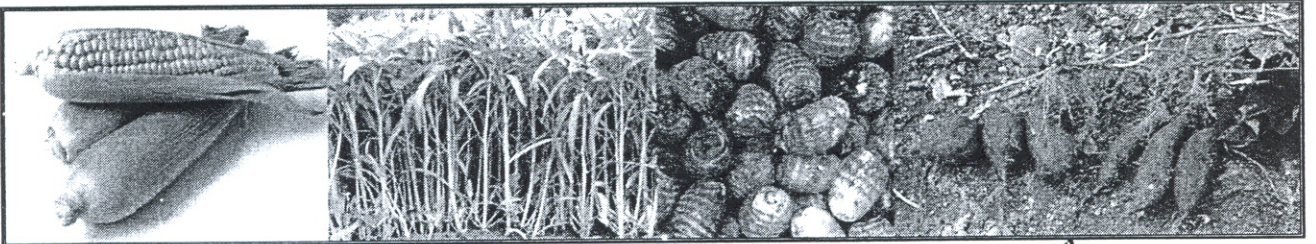


លូតលាស់របស់ឆ្កែង (ចំណីផ្តល់សារធាតុរ៉ែ) ។ ចំពោះចំណីដែលផ្តល់ជាតិទឹកច្រើនមានដូចជា ដើមចេក សំបកផ្លែឪឡឹក ស្លឹកដឡូងជា ។ល។

**ក. ចំណីផ្តល់ថាមពល**

ថាមពល គឺចាំបាច់ក្នុងការទ្រទ្រង់គ្រប់សកម្មភាពនៅក្នុងខ្លួន ដូចជា រក្សាកំដៅក្នុងខ្លួន ការលូតលាស់ ធំធាត់ ផលិតកូន និងទឹកដោះ ។

ចំណីដែលផ្តល់ ហើយកសិករអាចរកបាននៅក្នុងភូមិដូចជា អង្ករ កន្ទក់ ពោត ធូញជាតិ ដឡូងជា (ដើម ស្លឹក មើម) ត្រាវ កាកដូង ខ្លាញ់ ព្រលិត ត្រកូន ផ្លែឈើ ចក ច្រាច់ និងបន្លែបៃតងផ្សេងៗទៀត ពពុះស្ករត្នោត ។ល។



ពោត

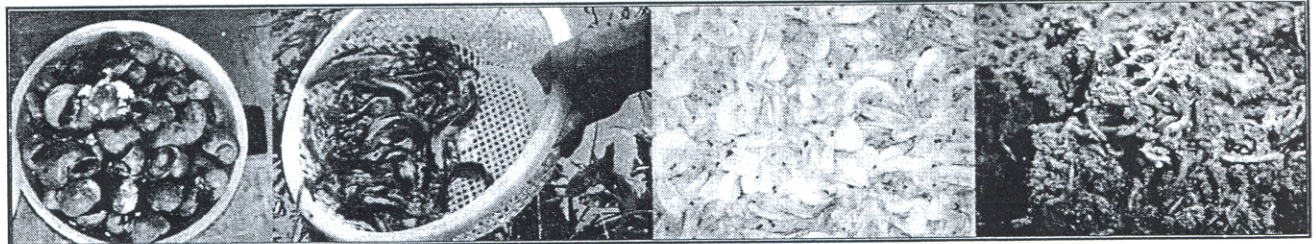
ត្រកូន

ត្រាវ

ដឡូងជា

**ខ. ចំណីផ្តល់ជាតិសាច់ ឬ ប្រូតេអ៊ីន**

ចំណីប្រភេទនេះជាចំណី ដែលជួយដល់ការរីកលូតលាស់ និងការសាងសង់រាងកាយ (ជាលិកាសាច់ និងសាច់ ដុំ) ។ ចំណីដែលផ្តល់ជាតិសាច់បានមកពីរុក្ខជាតិរួមមាន បាយស្រា កន្ទំថេត សណ្តែក (កាកសណ្តែក សណ្តែក អង្រែ ម្សៅសណ្តែកសៀង ម្សៅសណ្តែកដី ) កន្ទក់ និងដូងកោស (ពុំទាន់យកខ្លឹម) ។ល។ ប្រភពប្រូតេអ៊ីន បានមកពីសត្វ មានដូចជា ត្រី ត្រីក្រៀម ម្សៅត្រី ឬកាកសំណល់ត្រី កំពឹស ខ្យង ខ្មៅ ជន្លេន សត្វល្អិត ដង្កូវ ក្តាម ។ល។



ខ្យង

ត្រី

កំពឹស

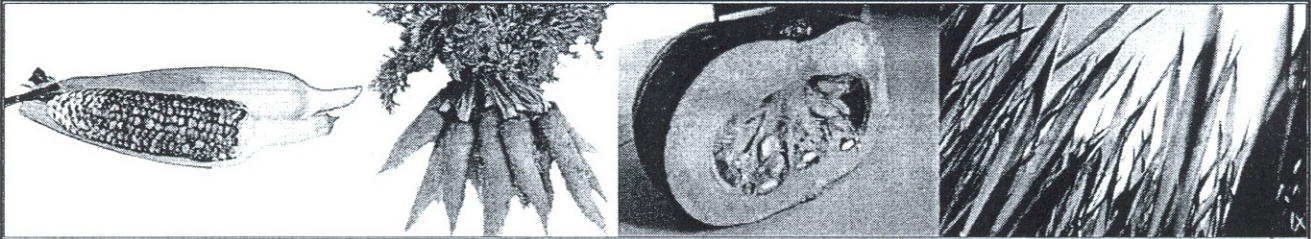
ជន្លេន

**គ. ចំណីផ្តល់វីតាមីន**

វីតាមីនមានចំនួនតិចនៅក្នុងចំណី ក៏ប៉ុន្តែវាមានសារៈសំខាន់ណាស់សំរាប់ធ្វើឱ្យសត្វមានសុខភាពល្អ និងលូត លាស់រហ័ស ។ មុខងាររបស់សារពាង្គកាយ ការលូតលាស់ និងការបន្តពូជ ត្រូវការវីតាមីនជាចាំបាច់ ។



ចំណីដែលផ្តល់វីតាមីនដូចជា សំបកផ្លែឈើ ផ្លែឈើស្រស់ បន្លែបៃតង ស្លៅ ពោតក្រហម ការ៉ុត ។ល។ វីតាមីនបេ (B complex) មាននៅក្នុងចំណីបៃតង និងធុញជាតិ វីតាមីនបេដូ (B 12)មាននៅក្នុង ផលិតផលសាច់ និងត្រី ។ ជាញឹកញាប់គេច្រើនជួបប្រទះកង្វះវីតាមីនអា (A) បេកំប្លិច (B Complex) និងបេដូ (B12) នៅក្នុងរបបចំណីរបស់ជ្រូក ។ វីតាមីនអា (A) មាននៅក្នុងចំណីបៃតង និងលឿង ដូចជាស្លៅ ពោតក្រហម ការ៉ុត ស្លៅ ។ល។ ស្លៅ ដែលមានគុណភាពល្អផ្តល់នូវវីតាមីនបានល្អប្រសើរ ហើយនេះជាការផ្តល់វីតាមីនតាមបែបសាមញ្ញ និងចំណាយថវិកាតិច ។



ពោតក្រហម

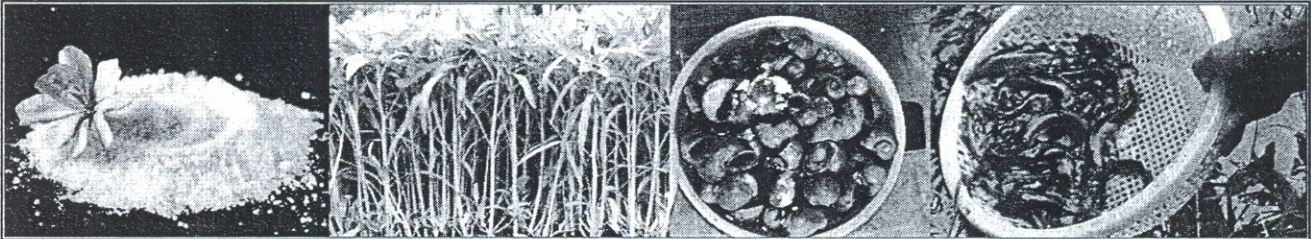
ការ៉ុត

ស្លៅ

ស្លៅ

**ឃ. ចំណីផ្តល់សារធាតុរ៉ែ**

ចំណីដែលផ្តល់សារធាតុរ៉ែមានដូចជា ម្សៅឆ្អឹង ម្សៅសំបកខ្យងខ្មៅ ត្រី អំបិល ត្រកូន ។ល។ សារធាតុរ៉ែមានសារៈសំខាន់បំផុតសំរាប់ការលូតលាស់របស់ឆ្អឹង និងរាងកាយ (ជាលិកា) ក្រៅពីនេះមានសារៈសំខាន់សំរាប់ជួយដល់មុខងាររបស់សារធាតុរ៉ែកាយ ។ សារធាតុរ៉ែដែលចាំបាច់ត្រូវមានក្នុងចំណីជ្រូក ដូចជា កាល់ស្យូម (Calcium) ផូស្វ័រ (Phosphorus) សូដ្យូម(Sodium) ដែក(iron) អ៊ីយ៉ូត (Iodine) ។ល។



អំបិល

ត្រកូន

ខ្យង

ត្រី

**១.៦. របៀបលាយចំណីនិងផ្គត់ផ្គង់ចំណី**

**ក. របៀបលាយចំណី**

ក្នុងការលាយចំណី យើងជ្រើសរើសយកប្រភេទចំណីដែលប្រជាកសិករអាចរកបាននៅតាមភូមិរបស់គាត់ ឬជាចំណីដែលកសិករងាយរក និងចំណាយអស់តិច ។ អ្នកគួរលាយចំណីជ្រូកឱ្យបានគ្រប់ជ្រុងជ្រោយ ធានាទាំង គុណភាព និងបរិមាណចាំបាច់សំរាប់ការធំធាត់របស់ជ្រូក ជាពិសេសត្រូវផ្សំប្រភេទចំណីទាំង៤ ដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ ។



**តារាងទី ១ : របៀបផ្សំចំណីសំរាប់កូនជ្រូកនិងជ្រូកសាច់**

ប្រភេទចំណី (គិតជាគីឡូក្រាម លាយក្នុង ៥គីឡូក្រាមចំណី)	កូនជ្រូក/ក្បាល	ជ្រូកជំទង់/ក្បាល	ជ្រូកសាច់/ក្បាល
- កន្ទក់	១.០ គីឡូក្រាម	១.០ គីឡូក្រាម	២.០ គីឡូក្រាម
- ពោត (កិន)	១.៣	១.០	១.០
- សណ្តែក (សៀង...) ឬ កាកសណ្តែក	១.៥	១.៥	០.៨
- ត្រី កាកសំណល់ត្រី ឬមេរៀត្រី	១.០	១.២	០.៨
- កាកដូង	-	០.២	០.២
- ជាតិផ្អែម ឬទឹកស្ករ	០.១	០.១	០.១
- សំបកខ្យង ខ្មៅ កំពឹស	០.១	០.១	០.១
- អំបិល ។ល ។	០.០២៥ គីឡូក្រាម	០.០២៥ គីឡូក្រាម	០.០២៥ គីឡូក្រាម

**ចំណាំ:** អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន ចក កន្ទំថេត ផ្លិ ។ល ។

**តារាងទី ២ : របៀបផ្សំចំណីសំរាប់ជ្រូកជំទង់និងជ្រូកសាច់**

ប្រភេទចំណី (គិតជាគីឡូក្រាម លាយក្នុង ៥គីឡូក្រាមចំណី)	អតិបរិមាក្នុងការផ្សំ	
	ទំងន់ជ្រូក២០-៥០ គ.ក្រ/ក្បាល	ទំងន់ជ្រូក ៥០-១១៥ គ.ក្រ/ក្បាល
- បាយ	០.៥ គីឡូក្រាម	០.៥ គីឡូក្រាម
- កន្ទក់ ឬពោត	១.០ គីឡូក្រាម	២.០ គីឡូក្រាម
- សណ្តែក(សណ្តែកសៀង...)	១.៥ គីឡូក្រាម-ច្រើន	១.០ គីឡូក្រាម
-ត្រី ឬមេរៀត្រី កំពឹស ក្តាម....	១.៥ គីឡូក្រាម-ច្រើន	១.០ គីឡូក្រាម
- សំបកខ្យងខ្មៅ	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម
- អាហារជាតិស្ករ <sup>១</sup>	០.៤ គីឡូក្រាម	០.៥ គីឡូក្រាម

**ចំណាំ:** អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន ចក កន្ទំថេត ផ្លិ ។ល ។

<sup>១</sup> បានមកពីការផលិតស្ករត្នោត (ពពុះស្ករត្នោត) ឬបានមកពីការកែច្នៃទឹកអំពៅ

**តារាងទី ៣ : របៀបផ្តល់ចំណីសំរាប់កូនជ្រូកនិងជ្រូកសាច់**

ប្រភេទចំណី (គិតជាគីឡូក្រាម) លាយក្នុង ៥គីឡូក្រាមចំណី	១.៥ខែ - ២.៥ខែ / ក្បាល	២.៥ខែ - ៧.៥ខែ / ក្បាល
- ចុងអង្ករ ឬកំទេចពោត	១ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- កន្ទក់	១ គីឡូក្រាម	២ គីឡូក្រាម
- ម្សៅត្រី ឬត្រី (កូនត្រី, កាកសំណល់ត្រី)	១.៥ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- សណ្តែកសៀង ឬសណ្តែកបាយ	១.៥ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- អំបិល	០.១ គីឡូក្រាម	០.០២៥ គីឡូក្រាម
- ខ្យងខ្មៅ កំពឹស	០.២៥ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម

**ចំណាំ :** អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន កន្ទំថេត ផ្លែ ។ ល។ អំបិលពី ៦ ទៅ ៩ ភាគរយ ក្នុងរបបចំណីបណ្តាលឱ្យជ្រូកពុល ជាពិសេសច្រើនជួបប្រទះ ញឹកញាប់ចំពោះការផ្តល់ទឹកមិនបានគ្រប់គ្រាន់ ។ អំបិល ០.៥ ទៅ ២ ក្រាមក្នុងមួយគីឡូក្រាមចំណីធ្វើឱ្យជ្រូកពុលងាប់ ។ ដូច្នេះជ្រូកជាសត្វងាយរងនូវការពុលពីអំបិល ។

**ខ. របៀបផ្តល់ចំណីជ្រូកសាច់**

គេត្រូវផ្តល់ចំណី ឱ្យជ្រូកជារៀងរាល់ថ្ងៃ និងទៀងទាត់ពេលវេលា ដោយប្រើស្នូកចំណីឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ការដាក់ចំណីក្នុងស្នូកឱ្យជ្រូកស៊ី ជាកត្តាមួយមិនខ្លះខ្លាយចំណី និងអាចធានាបាននូវសុខភាពរបស់ជ្រូកទៀតផង ។ ការដែលឱ្យជ្រូកដើរឈ្នួសរកចំណីពាសវាលពាសកាលជាកត្តាមួយដែលធ្វើឱ្យជ្រូកងាយចំលងជំងឺ និងប៉ារ៉ាស៊ីតផ្សេងៗ ឬអាចបណ្តាលឱ្យជ្រូកឈឺងាប់ទៀតផង ។

ការផ្តល់ចំណីសំរាប់ជ្រូកសាច់ ក្នុង ១ថ្ងៃ:

- ជ្រូកទំងន់ពី ៣៥ ទៅ ៦០ គីឡូក្រាម ផ្តល់ចំណី ២.២០ គីឡូក្រាម
- ជ្រូកទំងន់ពី ៦០ ទៅ ១០០ គីឡូក្រាម ឱ្យចំណី ២. ៣០ គីឡូក្រាម ។

ការឡើងទំងន់ និងលូតលាស់ឆាប់រហ័សរបស់ជ្រូកធ្វើឱ្យប្រជាកសិករចំណេញរយៈពេលចិញ្ចឹម ។ ការផ្តល់ចំណី ឱ្យបានដិតដល់ និងចំណីដែលមានគុណភាពល្អជាកត្តាមួយធ្វើឱ្យសំរេចគោលបំណងនេះ ។ ចំណីដ៏សំខាន់សំរាប់ការ ចិញ្ចឹមជ្រូកយកសាច់ ពិសេសគឺចំណីដែលសំបូរជាតិប្រូតេអ៊ីន (ជាតិសាច់) និងចំណីដែលផ្តល់ថាមពល ។ គេអាចលាយចំណីថាមពលដែលបានមកពីផលិតផលស្រូវ (បាយ កន្ទក់) ជាមួយចំណីជាតិសាច់ដូចជា ត្រី ម្សៅត្រី សណ្តែក ម្សៅទឹកដោះ កន្ទំថេត បាយស្រា កំពឹស ខ្យង ខ្មៅ ជំនួន សត្វល្អិត ក្តាម ។ល។

ចំពោះជ្រូកសាច់ ត្រូវផ្តល់ចំណីពី ២ ទៅ ៣ ដង ក្នុងមួយថ្ងៃឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ និងទៀងទាត់ពេលវេលា ។ គួរប្រើស្នូកចំណីឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ព្រមទាំងដាក់ឱ្យជ្រូកស៊ីនៅពេលដំណាលគ្នា ។ ការដាក់ឱ្យវាស៊ីដំណាលគ្នាជាប្រយោជន៍



មួយដើម្បីកុំឱ្យវាដណ្តើមគ្នាស៊ី និងជៀសវាងនូវគ្រោះថ្នាក់ផ្សេងៗ ដែលអាចបណ្តាលឱ្យជ្រូកមានរបួស ។ ម្យ៉ាងទៀត ជាប្រយោជន៍ធ្វើឱ្យវាប្រឹងស៊ីចំណីដោយស្ងប់ស្ងៀម ។

កាកសំណល់ផ្ទះបាយត្រូវតែចម្អិនសិន មុននឹងផ្តល់ឱ្យជ្រូកស៊ី ជាពិសេសសំរាប់ជ្រូកចាប់ពី ៤០ ទៅ ៨០ គីឡូក្រាម ។ ជ្រូកដែលមានទំងន់ក្រោមនេះ គួរតែកុំឱ្យវាស៊ី ព្រោះវាអាចបណ្តាលឱ្យមានជំងឺរាក ។ គេអាចប្រើពោត ជាចំណីដែលផ្តល់ថាមពលដល់ជ្រូកសាច់ផងដែរ ដោយក្នុងនោះគេត្រូវលាយពោតឱ្យបានច្រើនបំផុតត្រឹម ៥០ ភាគរយ នៃចំណីដែលជ្រូកត្រូវស៊ីសរុប ។ ក្រៅពីនេះអ្នកអាចផ្តល់បន្លែស្រស់បន្លែមរហូតដល់ ៥០ ភាគរយនៃរបបចំណីដែលឱ្យ ជ្រូកស៊ី ដូចជា ត្រកូន ផ្លែ ស្លឹកកន្ទំថេត ចក ស្លឹកដំឡូងជា ... ។

**១.៧. ទឹក**

ទឹកជាកត្តាចាំបាច់បំផុតសំរាប់ជ្រូក ។ ប៉ុន្តែក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកជាលក្ខណៈគ្រួសារនៅកម្ពុជា គេពុំសូវយកចិត្ត ទុកដាក់ឡើយ ។ ការខ្វះទឹកស្អាតជាកត្តាចំបងមួយធ្វើឱ្យការលូតលាស់របស់ជ្រូកមានកំរិតទាប ពិសេសនៅតំបន់ក្តៅ ។ តំរូវការទឹកអាស្រ័យទៅតាមអាយុជ្រូក ប្រភេទចំណី និងសីតុណ្ហភាពតំបន់ ។ ប្រភពទឹកស្អាតមានសារៈសំខាន់ ធ្វើឱ្យសត្វមានសុខភាពល្អ ។ ត្រូវផ្តល់ទឹកស្អាតក្នុងស្លឹក ទឹកស្អាតដាច់ដោយឡែកដល់ជ្រូកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ និងគ្រប់ ពេលវេលា ។ បើអាចធ្វើទៅបានយើងអាចសង់ក្បាលរូប៊ីណេក្នុងទ្រុងឱ្យវាផឹកដោយខ្លួនឯង ។

**តារាងទី ៤ : បរិមាណទឹកដែលជ្រូកត្រូវការប្រចាំថ្ងៃ**

ជ្រូកទំងន់	តំរូវការទឹកក្នុង១ថ្ងៃ
២៥ គីឡូក្រាម	៤ លីត្រ
៥០ គីឡូក្រាម	៦ លីត្រ
៦៥ គីឡូក្រាម	៨ លីត្រ
១០០ គីឡូក្រាម	១០ លីត្រ
១២០ គីឡូក្រាម	១២ លីត្រ

**១.៨. ការថែទាំនិងធ្វើអនាម័យ**

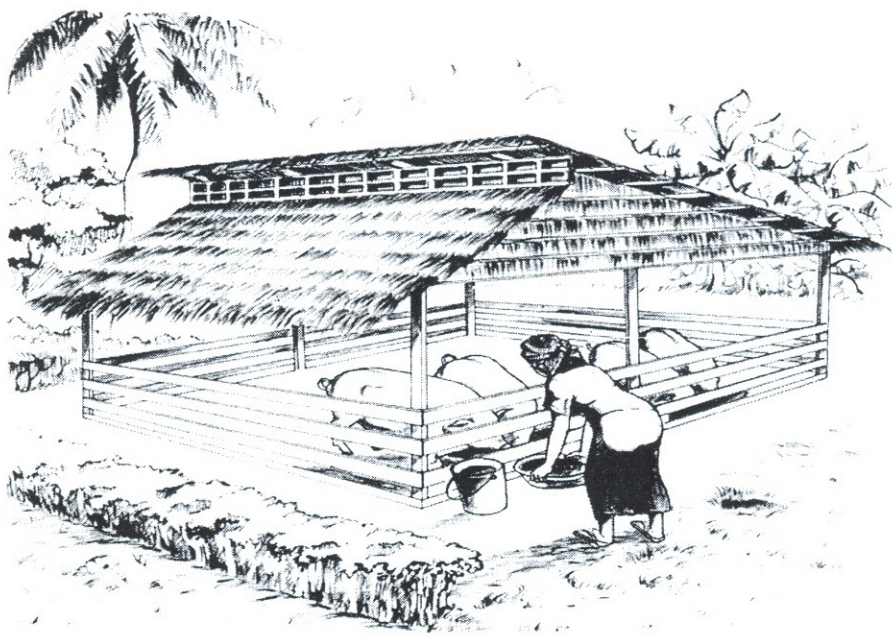
ការធ្វើអនាម័យគឺជាកត្តាព្រឹក្សាចំបងក្នុងការចិញ្ចឹមសត្វ ។ គំនិតខ្លះយល់ថា ពិចម្ភជាតិជ្រូកគឺជាសត្វក្រខ្លក់ ចូលចិត្តដេកត្រាំភក់ ទ្រុឌក្រខ្លក់ ។ នេះគឺជាការយល់ខុសមួយព្រោះវាឱ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាព និងការលូតលាស់ របស់សត្វ ។

ការដែលពុំបានដុសលាងជ្រូក និងសំអាតទ្រុងអោយបានទៀងទាត់ជាកត្តាមួយងាយស្រួលធ្វើឱ្យជ្រូកកើតនូវ ជំងឺលើស្បែកដូចជា រមាស់ ឃ្នង់ និងមានចៃជាដើម ។ ការដុសលាងស្លឹកចំណីពុំបានដិតដល់ជាហេតុធ្វើឱ្យចំណីផ្ទុម

ជាប់នឹងស្នូកធ្វើឱ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាពរបស់សត្វ ។ អ្នកគួរប្រើស្នូកទឹកដាច់ដោយឡែក និងដាក់ទឹកស្អាតឱ្យជ្រកក៏ កជា ប្រចារណ៍សង្រ្គោះការឱ្យជ្រកក៏ កទឹក ៨ ក ត្រពាង ជាប្រភពចម្បងជងវិវាស៊ីតេង ។

**ចំណុចសំខាន់ៗក្នុងការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រក :**

- ទ្រុងជ្រកត្រូវស្អាត ស្អាត មានខ្យល់អាកាសចេញចូល និងស្ងប់ស្ងាត់
- ទ្រុងសើមក្រខ្វក់ជាហេតុធ្វើឱ្យជ្រកងាយកើតជងវិវាស៊ីតេង ។
- ឧសណ៍ រាសកើបលាមក លាងសម្អាតទ្រុងយ៉ាងតិចក្នុង១ ថ្ងៃ ម្តង
- ដុសលាងជ្រកឱ្យ រាសទេងទាត់ជាកត្តាមួយបង្កើនសុខភាពសត្វ និងអាចកាត់បន្ថយជងវិវាស៊ីតេង ។
- លាងសម្អាតស្នូកទឹក ស្នូកចណីឱ្យ រាសទេងទាត់
- ដាក់ទឹកស្អាតនៅក្នុងស្នូកជាប្រចារណ៍សង្រ្គោះ
- ពេលមានជ្រកឈឺត្រូវប្រញាប់ប្រញាល់បំបែកចេញពីហ្វូង ។



រូបភាពទី ៨: ការថែទាំជ្រក និងធ្វើអនាម័យបានល្អ

**១.៩. ប្រការដែលត្រូវអនុវត្តដើម្បីចិញ្ចឹមជ្រកឱ្យបានល្អខ្ពស់**

កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលក់លាស់របស់ជ្រករួមមាន ពេល ទ្រុង ចណី និងទឹក របេសចិញ្ចឹម ការរែ ទា និងធ្វើអនាម័យ ការការពារ និងព្យា រាស ។

**ក. ពូជ**

ត្រូវជ្រើសរើសពជឱ្យ រាសត្រឹមត្រូវដោយពិនិត្យមេនិង ឱ្យ រាសច្បាស់លាស់ ។ កន្លែងដែលលក់សំរាប់ការចិញ្ចឹម យកសាច់មានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម :



- មានសុខភាពល្អ រហ័សរហួន កន្ទុយបក់ចុះឡើងចូលចិត្តស៊ីចំណី
- ស្បែកស្មើ ហើយរលោងស្មើល្អ
- ស្មា និងទ្រូងធំទូលាយ ខ្លួនធំវែង ខ្នងព្រែក ឬកោងបន្តិច
- ជើងទាំងបួនត្រង់ ភ្លៅធំមាំ ត្រគាកទូលាយ ថ្ពាល់ទាំងសងខាងធំស្មើ
- ផ្តាច់ដោះយ៉ាងតិច អាយុ ៤៥ថ្ងៃ ។

ទំលាប់ប្រឆាកសិករ	ការវែកសំអ
<p>- កសិករជាច្រើនពុំបានជ្រើសរើសកូនជ្រូកដូចលក្ខណៈខាងលើឡើយ</p> <p>- ទិញជ្រូកយកមកចិញ្ចឹមដោយពុំដឹងពីប្រភពច្បាស់លាស់ ហើយមានកសិករជាច្រើនទិញជ្រូកដែលដឹកតាមកង់ ម៉ូតូយកមកចិញ្ចឹម ។</p>	<p>- គួរជ្រើសរើសកូនជ្រូកដែលមានលក្ខណៈដូចខាងលើ ព្រោះកសិករជ្រើសរើសកូនជ្រូកមិនល្អយកមកចិញ្ចឹមធ្វើឱ្យគាត់ចិញ្ចឹមក្រធំ ឬជួបបញ្ហាផ្សេងៗ</p> <p>- គួរទិញជ្រូកតាមភូមិយកមកចិញ្ចឹម និងដឹងពីប្រវត្តិមេបាច្បាស់លាស់ ។ ជ្រូកដែលយើងទិញដោយ ពុំដឹងពីប្រភពច្បាស់លាស់អាចយកចេញពីតំបន់ផ្ទះជំងឺហើយកូនជ្រូកអាចមានផ្ទុកមេរោគផ្សេងៗ ។ ម្យ៉ាងទៀតកូនជ្រូកដែលដឹកតាមកង់ម៉ូតូ ធ្វើឱ្យវាបាក់កំលាំងចុះខ្សោយដែលជាកត្តាកាត់បន្ថយការលូតលាស់របស់សត្វ ។</p>

**ខ. ទ្រុឌ**

ទ្រុឌល្អ និងមានអនាម័យត្រឹមត្រូវ អាចជួយកាត់បន្ថយនូវជំងឺឆ្លងផ្សេងៗ ។

ទំលាប់ប្រឆាកសិករ	ការវែកសំអ
<p>- កសិករជាច្រើនធ្វើទ្រុឌពុំបានរឹងមាំ ពុំមានប្រក់ដំបូលត្រឹមត្រូវ និងពុំមានលក្ខណៈបច្ចេកទេសសមស្រប</p>	<p>- ត្រូវធ្វើទ្រុឌឱ្យបានរឹងមាំ មានប្រក់ដំបូល ត្រឹមត្រូវមានម្លប់ និងខ្យល់ ចេញចូលបានល្អ និងមានប្រព័ន្ធសំរាប់បង្ហូរកាកសំណល់ចេញក្រៅ ។ ទ្រុឌក្តៅ និងពុំមានលក្ខណៈបច្ចេកទេសត្រឹមត្រូវធ្វើឱ្យជ្រូកលូតលាស់មិនបានល្អ ។ កំរាលស៊ីម៉ង់ត៍ត្រូវធ្វើជំរាលដែលងាយស្រួលបង្ហូរកាកសំណល់ទៅក្នុងរណ្តៅសំរាប់</p>

<p>- ទ្រុឌទ្រោមភាគច្រើនមានភាពកខ្វក់ ។</p>	<p>ធ្វើជីកំប៉ុស្តិ៍ ។</p> <p>- ទ្រុឌទ្រោមស្ងួតដើម្បីរាំងស្ងាត់នូវការរីកលូតលាស់នៃមេរោគផ្សេងៗ</p> <p>- ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកដាក់ទ្រុឌត្រូវមានកន្លែងគ្រប់គ្រាន់សំរាប់សត្វ ហើយត្រូវមានស្នូកគ្រប់គ្រាន់បើពុំនោះទេវានឹងជះឥទ្ធិពលអាក្រក់ បណ្តាលឱ្យជ្រូកដែលខ្សោយទទួលបានចំណីពុំបានគ្រប់គ្រាន់ ។</p>
---	---

**គ. ចំណីនិងទឹក**

ការផ្តល់ចំណីច្រើនប្រភេទ និងមានគុណភាពល្អធ្វើឱ្យជ្រូកលូតលាស់រហ័ស ផ្តល់ទឹកស្អាតជាប្រចាំជាកត្តាមួយជួយដល់ការលូតលាស់របស់ជ្រូក ។

ទំណប់របស់ប្រធានកសិករ	ការណែនាំ
<p>- កសិករផ្តល់ចំណីឱ្យជ្រូកមិនបានច្រើនមុខភាគច្រើនឱ្យជ្រូកស៊ីតែកន្តក់ និងដើមចេក ។</p>	<p>- ត្រូវប្រើចំណីដែលមានគុណភាពល្អ និងច្រើនមុខដោយ មានលាយបន្លែបៃតងផង ។ ព្រោះចំណីច្រើនប្រភេទជួយ ផ្តល់សារធាតុចិញ្ចឹមបានគ្រប់គ្រាន់ធ្វើឱ្យជ្រូកលូតលាស់លឿន ។</p> <p><b>ចំណីថាមពល ចំណីថាមពល</b> រួមមាន អង្ករ កន្តក់ ពោត ធញ្ញជាតិ ដំឡូងជ្វា កាកដូង ខ្លាញ់ ព្រលឹត ត្រកួន ផ្លែឈើ ពពុះស្ករត្នោត ។ល ។</p> <p><b>ចំណីផ្តល់ជាតិសាច់ (ប្រូតេអ៊ីន)</b> ដូចជា បាយស្រោកនំថេត សណែក ត្រី កាកសំណល់ត្រី កំពឹស ខ្យង ខ្មៅ ជំនួន សត្វល្អិត ក្តាម ។ល ។</p> <p><b>ចំណីផ្តល់វីតាមីន</b> ដូចជាសំបកផ្លែឈើ ផ្លែឈើបន្លែបៃតង ស្មៅ ពោតក្រហម ល្ពៅ ការ៉ុត ។ល ។</p> <p>សំរាប់ការលូតលាស់របស់ឆ្កីង (<b>ចំណីផ្តល់សារធាតុរ៉ែ</b>) ចំណីនេះរួមមាន ខ្យង ខ្មៅ ត្រី អំបិល ម្សៅឆ្កីង ។ល ។</p>



<p>- ពុំដាក់ទឹកឱ្យជ្រូកផឹកជាប្រចាំ គាត់ច្រើនឱ្យជ្រូក ផឹកនៅ ពេលឱ្យបាយ កសិករខ្លះលែងឱ្យជ្រូក ផឹកទឹក ថ្នុក អូរ ។ល ។</p> <p>- កសិករខ្លះពុំមានស្នូកត្រឹមត្រូវសំរាប់ជ្រូកនិងឱ្យ ជ្រូកស៊ី មិនទៀងទាត់ ។</p>	<p>ដូច្នេះកសិករគួរលាយចំណីជ្រូក ដោយមាន ប្រភេទចំណីទាំង ៤ ក្រុម ដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ បញ្ចូលគ្នា ដើម្បីកុំឱ្យខ្វះសារធាតុសំរាប់ការលូតលាស់ របស់ជ្រូក ។</p> <p>- ទឹកមានសារៈសំខាន់ណាស់សំរាប់ការលូតលាស់ធំ ធាត់របស់ជ្រូក ជាពិសេសមេបំបៅកូនត្រូវការទឹក ច្រើន (២៥លីត្រ/ថ្ងៃ) ត្រូវប្រើស្នូកទឹកដោយឡែក ឬប្រើក្បាល រ៉ូប៊ីណេដោយដាក់ទឹកស្អាតឱ្យជ្រូកផឹកជា ប្រចាំ ។ ការលែងឱ្យជ្រូកផឹកទឹកមិនស្អាត ដូចជា ថ្នុក អូរ ...ជាហេតុនាំឱ្យឆ្លងមេរោគ និងជំងឺផ្សេងៗ ។</p> <p>- គួរផ្តល់ចំណី ៣ ពេលក្នុង ១ថ្ងៃ និងទៀងទាត់ ពេលវេលាដើម្បីវារហ័សធំ ។</p>
--	--

**២. របៀបចិញ្ចឹម**

ត្រូវចិញ្ចឹមជ្រូកដាក់ទ្រុងគ្រប់រដូវ ទាំងប្រាំង និងវស្សា ។

<b>ទំនាច់ប្រឆាំងកសិករ</b>	<b>ការកែលម្អ</b>
<p>- កសិករភាគច្រើនចិញ្ចឹមជ្រូក ចង នៅរដូវវស្សា និងលែងនៅរដូវប្រាំង ។</p>	<p>- ត្រូវចិញ្ចឹមដាក់ទ្រុងគ្រប់រដូវ ។ ការចិញ្ចឹមចងកាត់ បន្ថយនូវការលូតលាស់របស់ជ្រូក ព្រោះវាអាចធ្វើឱ្យ ជ្រូក រហូសត្រង់កន្លែងចង ឬធ្វើឱ្យវាតប់ប្រមល់ ។ល ។ ការចិញ្ចឹមលែងងាយធ្វើឱ្យជ្រូកឆ្លងជំងឺផ្សេងៗ ដែលជា កត្តា ធ្វើឱ្យវាមិនធំធាត់ និងអាចបណ្តាលឱ្យងាប់ទៀត ផង ។</p>

**៦. ការដៃទាំនិងធ្វើអនាម័យ**

ការធ្វើអនាម័យគឺជាកាតព្វកិច្ចចម្បងក្នុងការចិញ្ចឹមសត្វ ។

ទំលាប់ប្រឆាំងសិករ	ការកែលម្អ
<p>- កសិករភាគច្រើនដុសលាងជ្រូក សំអាតទ្រូង និង កើបលាមក ពុំបានទៀងទាត់ ។</p> <p>- លាងស្នូកចំណីមិនបានទៀងទាត់ ។</p>	<p>- ត្រូវដុសលាង សំអាតទ្រូង និងកើបលាមកឱ្យបាន ទៀងទាត់ពី ២-៣ដង ក្នុង ១ថ្ងៃ ។ ការដែលគ្មាន អនាម័យ ងាយធ្វើឱ្យជ្រូកកើតជំងឺផ្សេងៗ និងរោគសើរ ស្បែក ដូចជា រមាស់ ឃ្នង់ អង្ករ ។ល។</p> <p>- ត្រូវដុសលាងស្នូកចំណីឱ្យបានទៀងទាត់ និងស្អាតជា និច្ច (២-៣ដង/ថ្ងៃ) ។ ការដុសលាងស្នូកមិនបានស្អាត នាំឱ្យចំណី ដែលសល់ជាប់នឹងស្នូកទៅជាផ្ទះផ្ទុរ ធ្វើឱ្យ ចំណីថ្លីឆាប់ខូច និងប៉ះពាល់ដល់សុខភាពសត្វ អាច បណ្តាលឱ្យជ្រូករាកជាដើម ។</p>

**៦. ការពារជំងឺ**

ការការពារជំងឺគឺជាកត្តាចម្បងមួយក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ។

ទំលាប់ប្រឆាំងសិករ	ការកែលម្អ
<p>- កូនជ្រូកដែលទិញមកចិញ្ចឹមឆាប់បញ្ចូលទៅក្នុង ក្រុមជាមួយជ្រូកដទៃទៀត</p> <p>- ជ្រូកដែលឈឺមិនឆាប់បំបែកចេញពីហ្វូងភ្លាម ។</p>	<p>- មុននឹងបញ្ចូលកូនជ្រូកដែលទើបទិញជាមួយជ្រូក ដទៃទៀត ត្រូវដាក់វាដោយឡែក និងឃ្នាំមើលវា ប្រហែល ២ សប្តាហ៍សិន ។ ការឃ្នាំវាដោយឡែក មានសារៈសំខាន់ណាស់ ព្រោះកូនជ្រូក ដែលទើបទិញ មកអាចផ្ទុកមេរោគ ឬជំងឺផ្សេងៗ ដែលអាចចំលង ទៅជ្រូកដទៃទៀតក្នុងក្រុម ។</p> <p>- បើសង្ស័យថាមានជ្រូកណាមួយឈឺក្នុងក្រុមត្រូវ បំបែកវាចេញដោយរួសរាន់ព្រោះវាអាចចំលងជំងឺដល់ សត្វដទៃទៀត ។ ត្រូវកប់ ឬដុតជ្រូកដែលឈឺងាប់ឱ្យ ឆាប់រហ័សនឹងឆ្ងាយពីមនុស្ស សត្វ និងប្រភពទឹក ព្រោះ វាជាប្រភពនៃការចំលងមេរោគ ។ ក្នុងតំបន់ដែល ផ្ទះជំងឺឆ្លងត្រូវចាក់វ៉ាក់សាំងការពារជាការចាំបាច់ ។</p>



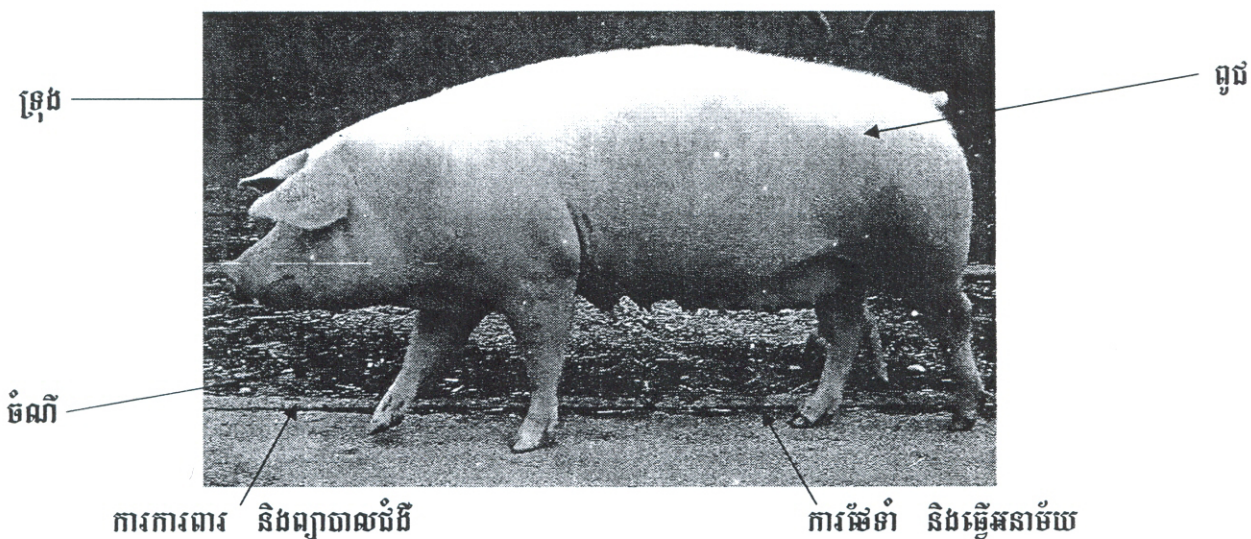
## ជំពូកទី២

### បច្ចេកទេសសាមញ្ញក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកមេ

#### ២.១. កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់ជ្រូក

##### កត្តាធម្មជាតិសំខាន់ៗដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់ជ្រូក

- ប្រភពពូជ
- ចំណីនិងបច្ចេកទេសនៃការផ្តល់ចំណី
- របៀបចិញ្ចឹមនិងប្រភេទទ្រុង
- ទីតាំងរបស់ទ្រុងនិងខ្យល់អាកាសក្នុងទ្រុង
- ជំងឺ ការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យ
- ការការពារ និងព្យាបាលជំងឺ ។



រូបភាពទី ១: កត្តាដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់ជ្រូក

#### ២.២. ការជ្រើសរើសពូជ

##### ក. ពូជជ្រូកសំខាន់ៗនិងប្រភពពូជ

ពូជជ្រូកដែលកសិករនិយមចិញ្ចឹមរួមមាន ពូជកណ្តុរ យ៉កសៀ ហៃណាំ ឡេនរ៉ុស ខុយរ៉ុក និងកូនកាត់ ។ ពូជកណ្តុរគឺជាពូជក្នុងស្រុក មានការលូតលាស់យឺត ចិញ្ចឹមក្រចំ តែមិនរើសចំណី ធននឹងអាកាសធាតុ និងជំងឺ ។ ពូជយ៉កសៀ ហៃណាំ ឡេនរ៉ុស និងខុយរ៉ុក ជាពូជនាំចូលពីបរទេសមានការលូតលាស់រហ័សជាងពូជក្នុងស្រុក ប៉ុន្តែមិនសូវ

ធននឹងអាកាសធាតុ ងាយរងនូវជំងឺ និងច្រើនរើសចំណី ។ សំរាប់រយៈពេលចិញ្ចឹមស្មើគ្នា ជាទូទៅពូជជ្រូកនាំចូល លូតលាស់លឿនជាងពូជក្នុងស្រុក ។ ការទិញពូជជ្រូកតាមទីផ្សារ តាមកង់ ឬតាមម៉ូតូ យកមកចិញ្ចឹមជាការប្រថុយ ប្រធានខ្លាំងបើប្រៀបធៀបទៅនឹងពូជដែលគាត់រើសនៅតាមភូមិ ។ កូនជ្រូកដែលគេដឹកយកមកលក់ច្រើនជួបបញ្ហា យកល្អយើងគួរជ្រើសរើសពូជតាមភូមិមកចិញ្ចឹមទើបប្រសើរជាង ។

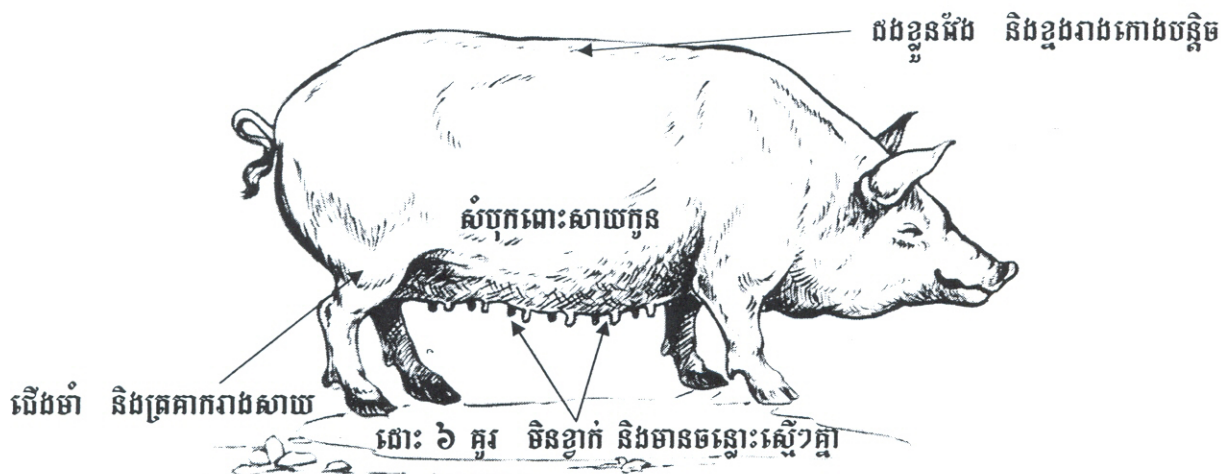
**ខ. របៀបជ្រើសរើសកូនជ្រូកទុកធ្វើមេពូជ**

ពូជជាកត្តាមួយយ៉ាងសំខាន់ ដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់ធំធាត់របស់ជ្រូក និងរយៈពេលនៃការ ចិញ្ចឹម ។ ចំពោះពូជបរទេស ទាមទារនូវការចិញ្ចឹមឱ្យបានត្រឹមត្រូវតាមបច្ចេកទេស វាធំធាត់លឿនដោយចំណាយ បរិមាណចំណីតិច ប៉ុន្តែត្រូវចំណាយថវិកាច្រើន ព្រោះជាទូទៅចំពោះពូជនេះគេច្រើនប្រើចំណី ដែលមានលក់នៅលើទី ផ្សារ ។ ដូចនេះសំរាប់បងប្អូនប្រជាកសិករយើងដែលចិញ្ចឹមជ្រូកលក្ខណៈគ្រួសារ ហើយមិនបានឱ្យចំណីត្រឹមត្រូវ និង ថែទាំដិតដល់នោះ គួរចិញ្ចឹមពូជជ្រូកក្នុងស្រុកវិញ ព្រោះវាធន់ទៅនឹងជំងឺ ហើយស៊ីចំណីមិនសូវរើស ។

មុននឹងជ្រើសរើសយកកូនជ្រូកមកចិញ្ចឹម ត្រូវស្គាល់ពីប្រវត្តិមេបាឱ្យបានច្បាស់លាស់សិន អ្នកចិញ្ចឹមយកល្អ គួរទិញកូនជ្រូកពីអ្នក ដែលចិញ្ចឹមមេជ្រូកដែលយើងស្គាល់ច្បាស់ ។ គួរជៀសវាងការទិញកូនជ្រូកដែលដឹកតាមកង់ម៉ូតូ មកចិញ្ចឹម ។ មេជ្រូកដែលល្អត្រូវមានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម :

- ស្មាទូលាយ កវែងបន្តិច ដងខ្លួនវែង ខ្នងរាងកោងបន្តិច (រាងដូចផ្ទះ)
- ជើងមាំ ទំហំទ្រូងធំទូលាយ និងត្រគាករាងសាយ
- ដោះមានចំនួនយ៉ាងតិច ៦ គូ ហើយដោះនិមួយៗមានលក្ខណៈល្អ មិនខ្ជាក់ មានចន្លោះស្មើគ្នា និងចុង ដោះត្រឹមត្រង់ស្មើ មានទឹកដោះគ្រប់គ្រាន់សំរាប់កូន (តាមដានមេរបស់វា)
- មិនជ្រើសរើសជ្រូកមេ ដែលមានខ្នងអែន ឬជើងសំប៉ែត
- មានសំបុកពោះនិងភាពសាយកូន (ក្នុងមួយសំបុកលើសពី១០) ពូជដែលពុំធ្លាប់មានជំងឺលាក់ដោះនិង រលូតកូន (តាមដានមេរបស់វា)
- អាយុ ៨ ខែ មានទំងន់ ៦០ ទៅ ១០០ គីឡូក្រាម និងមានសុខភាពល្អ
- កូនជ្រូកនៅពេលផ្តាច់ដោះក្នុងអាយុ ៦០ ថ្ងៃ មានទំងន់ ១៥ គីឡូក្រាម ក្នុង ១ ក្បាល
- ពូជស្នូតទឹកដោះផ្អែម ៤៥ថ្ងៃ ១០គីឡូក្រាម
- ពូជឈឺព្យាបាលជាហើយក៏មិនទុកពូជដែរ ។





**២.៣. របៀបលាយចំណីនិងផ្គត់ផ្គង់ចំណីជ្រូក**

**ក. របៀបលាយចំណី**

ក្នុងការលាយចំណីយើងជ្រើសរើសយកប្រភេទចំណី ដែលកសិករអាចរកបាននៅតាមភូមិរបស់គាត់ ឬជាចំណី ដែលកសិករងាយរក និងចំណាយអស់តិចតួច អ្នកគួរលាយចំណីជ្រូកឱ្យបានគ្រប់ជ្រុងជ្រោយធានាទាំងគុណភាព និង បរិមាណចាំបាច់សំរាប់ការធំធាត់របស់ជ្រូក ពិសេសត្រូវផ្សំប្រភេទចំណីទាំង ៤ ដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ ។

**តារាងទី១ : របៀបផ្សំចំណីសំរាប់កូនជ្រូក និងជ្រូកជំទង់**

ប្រភេទចំណី (ក្នុង ៥ គីឡូក្រាម ចំណីផ្សំ)	កូនជ្រូក	ជ្រូកជំទង់
- កន្ទក់	១ គីឡូក្រាម	១.២ គីឡូក្រាម
- ពោត (កិន)	១.៨ គីឡូក្រាម	១.៧ គីឡូក្រាម
- សណ្តែក (សៀង...) ឬកាកសណ្តែក	១ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- ត្រី កាកសណ្តែកត្រី ឬម្សៅត្រី	១ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- កាកដូង	១ គីឡូក្រាម	០.២ គីឡូក្រាម
- ជាតិផ្អែម ឬទឹកស្ករ	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម
- ម្សៅខ្យង ឬខ្យង ខ្មៅ កំពិស....	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម
- អំបិល	០.០២៥ គីឡូក្រាម	០.០២៥ គីឡូក្រាម

**ចំណាំ :** អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន ចក កន្ទំថេត ផ្លែ ។ល ។

**តារាងទី២ : ចំណីសំរាប់ជ្រូកមេនិងកូនជ្រូកផ្គាំផ្គង**

ប្រភេទចំណី (ក្នុង ៥ គីឡូក្រាម ចំណីផ្សំ)	មេជ្រូក	ជ្រូកដំបូង
- ពោត	១.៦ គីឡូក្រាម	១.២ គីឡូក្រាម
- កន្ទក់	២.២ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- ត្រី ឬម្សៅត្រី	០.៥ គីឡូក្រាម	១.២ គីឡូក្រាម
- សណ្តែក (សៀង...) ឬកាកសណ្តែក	០.៧ គីឡូក្រាម	១.៥ គីឡូក្រាម
- សំបកខ្យង ឬខ្យង ខ្នៅ កំពិស....	០.០៥ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម
- អំបិល	០.០២៥ គីឡូក្រាម	០.០២៥ គីឡូក្រាម

**ចំណាំ :** អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន ចក កន្ទំថេត ផ្លែ ។ល។

អំបិលពី៦ ទៅ ៩ ភាគរយ ក្នុងរបបចំណីបណ្តាលឱ្យជ្រូកពុល ជាពិសេសច្រើនជួបប្រទះញឹកញាប់ចំពោះការផ្តល់ទឹកមិនបានគ្រប់គ្រាន់ ។ អំបិលពី ០.៥ ទៅ ២ ក្រាម ក្នុងមួយគីឡូក្រាម ចំណីធ្វើឱ្យជ្រូកពុលងាប់ ។ ដូច្នេះជ្រូកជាសត្វងាយរងនូវការពុលពីអំបិល ។

**តារាងទី៣ : របៀបផ្គាំចំណីសំរាប់កូនជ្រូក ជ្រូកមេ និងជ្រូកបា**

ប្រភេទចំណី (ក្នុង ៥ គីឡូក្រាម ចំណីផ្សំ)	១ ខែកន្លះទៅ ២ ខែកន្លះ	មេឆើម	មេបំបៅកូន	មេ បូបា
- ចុងអង្ករ ឬ កំទេចពោត	១.០ គីឡូក្រាម	១.២ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម	១.៨ គីឡូក្រាម
- កន្ទក់	១.៥ គីឡូក្រាម	២.២ គីឡូក្រាម	២ គីឡូក្រាម	២.៥ គីឡូក្រាម
- ត្រី ឬម្សៅត្រី	១.៣ គីឡូក្រាម	០.៥ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម	០.៥ គីឡូក្រាម
- សណ្តែក (សៀង...) ឬកាកសណ្តែក	១.៦ គីឡូក្រាម	០.៥ គីឡូក្រាម	១.០ គីឡូក្រាម	១ គីឡូក្រាម
- អំបិល	០.០២៥ គីឡូក្រាម	០.០៥ គីឡូក្រាម	០.០៥ គីឡូក្រាម	០.២ គីឡូក្រាម
- សំបកខ្យង ឬខ្យង ខ្នៅ កំពិស..	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម	០.១ គីឡូក្រាម

អ្នកអាចឱ្យជ្រូកស៊ីបន្ថែមនូវបន្លែបៃតង ដូចជា ត្រកូន ចក កន្ទំថេត ផ្លែ ។ល។

**ខ. របៀបផ្គាំចំណី**

គេត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យជ្រូកជារៀងរាល់ថ្ងៃ និងទៀងទាត់ពេលវេលា ដោយប្រើស្លឹកចំណីឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ការដាក់ចំណីក្នុងស្លឹកឱ្យជ្រូកស៊ីជាកត្តាមួយមិនខ្លះខ្លាយចំណី និងអាចធានាបាននូវសុខភាពរបស់ជ្រូកបានទៀតផង ។ ការដែល



ឱ្យជ្រួតជ្រាបឱ្យស្របចំណីពាសវាលពាសកាលជាកត្តាមួយដែលធ្វើឱ្យជ្រួតងាយចំលងជំងឺ និងប៉ារ៉ាស៊ីតផ្សេងៗ ឬអាចបណ្តាលឱ្យជ្រួតចង្រៃទៅតែផង ។

**☞ ការផ្តល់ចំណីសំរាប់មេជ្រូកចំបៅកូន**

ក្រោយពេលកើតកូនរួចគេផ្តល់ចំណីសំរាប់មេជ្រូកចំបៅកូនកើនឡើងជាលំដាប់រហូតដល់សប្តាហ៍ទី២ ។ ក្រោយកើតកូនរួចពី ២ ទៅ ៣ ថ្ងៃទើបឱ្យមេជ្រូកស៊ី ប៉ុន្តែមិនឱ្យស៊ីចំណីច្រើនពេកទេ ព្រោះអាចធ្វើឱ្យវាផលិតទឹកដោះច្រើនជ្រុល បណ្តាលឱ្យមានការរំលាយអាហាររបស់កូនជ្រូក ។ បើចង់ឱ្យមេជ្រូកផលិតទឹកដោះបានល្អ ចាំបាច់ត្រូវផ្តល់ចំណីដែលមានជាតិ ( ដូចជាផលិតផលបានមកពីស្រូវ ពោត សណ្តែក ។ ល។ ) ប្រហែល ៩០ ភាគរយ និងអាហារប្រូតេអ៊ីន ប្រហែល ២០ ភាគរយ ។ ក្រៅពីនេះគេអាចផ្តល់អាហារបៃតង និងស្មៅខ្ចីបន្ថែមដល់មេជ្រូក ។ ត្រូវផ្តល់ទឹកស្អាតជាប្រចាំ និងគ្រប់គ្រាន់ដល់មេជ្រូក ។ បើផ្តល់ទឹកឱ្យមេជ្រូកមិនគ្រប់គ្រាន់ធ្វើឱ្យវាផលិតទឹកដោះតិច ។ គួរបន្ថយចំណីរបស់មេជ្រូក ប្រហែល ១សប្តាហ៍មុនពេលផ្តាច់ដោះ ដើម្បីបន្ថយការបញ្ចេញទឹកដោះ និងជៀសផុតពីការរលាកដោះ ។

**ការផ្តល់ចំណីឱ្យជ្រូកមេក្នុង ១ថ្ងៃ :**

- ក្រោយថ្ងៃដាក់បារូច ៣ថ្ងៃ ឱ្យចំណីស៊ីពី ១-១.៥ គីឡូក្រាម
- ១ ខែមុនកើត ឱ្យចំណីស៊ី ២.៥-៣ គីឡូក្រាម
- ក្រោយកើតកូនបាន ១ ថ្ងៃ ឱ្យចំណី ១ គីឡូក្រាម
- ក្រោយកើតកូនបាន ២ ថ្ងៃឱ្យចំណី ២ គីឡូក្រាម
- ក្រោយកើតកូនបាន ៣ ថ្ងៃឱ្យចំណី ៣ គីឡូក្រាម
- ក្រោយកើតកូនបាន ៤ ថ្ងៃ រហូតដល់បាន ១ សប្តាហ៍ ឱ្យចំណី ៤ គីឡូក្រាម
- ក្រោយថ្ងៃដាក់បារូចរហូតដល់ ១ខែមុនពេលកើតកូន ឱ្យចំណីស៊ីពី ២.៥ ទៅ ៣ គីឡូក្រាម ។

**ចំពោះមេជ្រូកខ្វះទឹកដោះ**

- បង្កើនចំណីប្រូតេអ៊ីនបន្ថែម ដូចជាសណ្តែកស្បែង
- ចាក់ថ្នាំ ទីរ៉ូស៊ីន ២អំពូល ក្នុងរយៈពេល ៣ថ្ងៃ ចាក់សាច់ដុំឬឈាមថ្នាំនេះ ១០០ មីលីក្រាម ជាមួយចំណី ។

**☞ ការផ្តល់ចំណីដល់កូនជ្រូកនៅលើដោះ**

ចំពោះកូនជ្រូក ទំងន់របស់វាពេលកើត និងការលូតលាស់ក្នុងរយៈពេលបៅដោះមានសារៈសំខាន់ណាស់ ។ ទន្ទឹមនឹងនេះ កិរិតនៃការផ្តល់ចំណីដល់មេ និងចំនួនកូនជ្រូកកើតក៏អាចមានឥទ្ធិពលទៅលើការលូតលាស់របស់កូនជ្រូកដែរ ។

ការបាត់បង់កូនជ្រូកគឺជាទូទៅមានចំពោះកូនជ្រូកដែលមានទំងន់ស្រាល ។ ទឹកដោះដំបូង (ទឹកដោះព្រៃ) មានសារៈសំខាន់ណាស់សំរាប់កូនជ្រូកដែលទើបកើត ។ កូនជ្រូកត្រូវតែទទួលទឹកដោះនេះឱ្យបានរួសរាន់ជាទីបំផុត ព្រោះវាសំបូរទៅដោយសារធាតុចិញ្ចឹមផ្សេងៗ ពិសេសសារធាតុសំរាប់ប្រឆាំងនឹងជំងឺ (អង់ទីប៊ីយ៉ូ) ។ ការផ្តល់ទឹក ដោះនេះ (ទឹកដោះដំបូង ឬទឹកដោះព្រៃ) មានកំរិតអតិបរិមា គឺនៅក្នុង ១ម៉ោងដំបូង ។

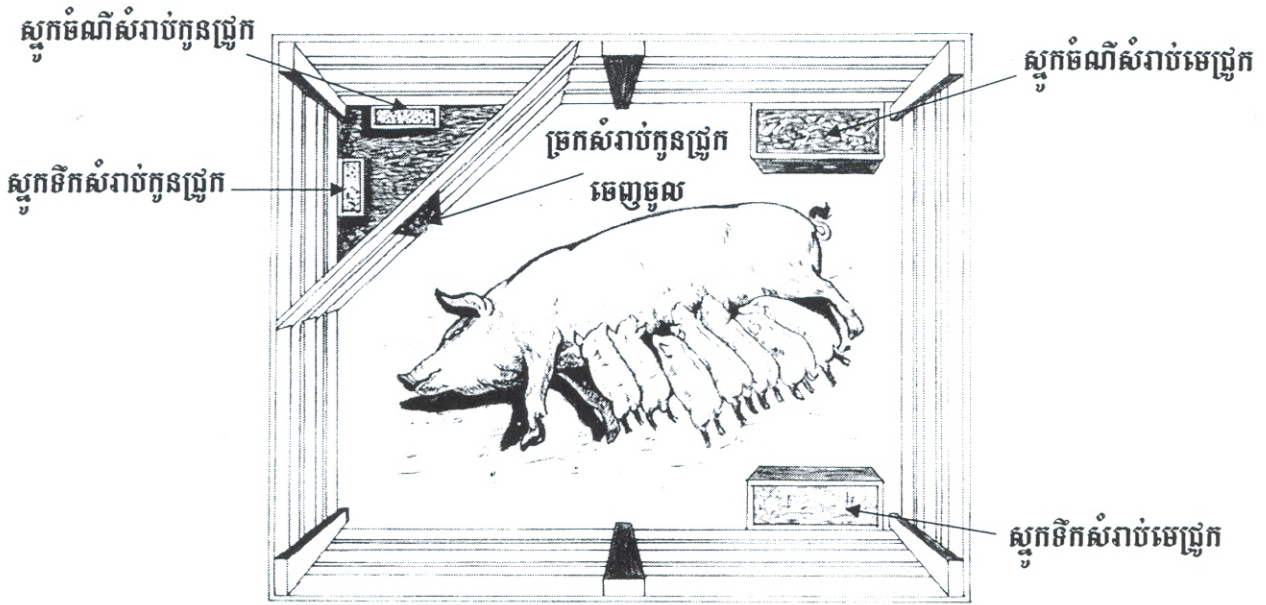
កូនជ្រូកអាចទទួលទឹកដោះបានគ្រប់គ្រាន់ពីមេរបស់វាពិសេសក្នុងសប្តាហ៍ទី១ បន្ទាប់ពីនេះមេជ្រូកផ្តល់ទឹកដោះឱ្យកូនរបស់វាពុំបានអតិបរិមាទៀតឡើយ ។ ដូច្នេះ ត្រូវផ្តល់ចំណីបន្ថែមដល់កូនជ្រូកឱ្យបានទាន់ពេលវេលា ។ ការផ្តល់ចំណីឱ្យកូនជ្រូកកំពុងបោះដោះ គឺធ្វើឱ្យវាស្តាប់នឹងការទទួលអាហាររឹង និងធ្វើឱ្យវាស្ងួតលាស់ឆាប់រហ័សទៀតផង ហើយអ្នកមិនមានការព្រួយបារម្ភក្រោយពេលផ្តាច់ដោះ ។ ម្យ៉ាងទៀតត្រូវដាក់ដាច់ដោយឡែកពីមេដោយមានរបាំងព័ទ្ធជុំវិញធ្វើឱ្យមេជ្រូកមិនអាចចូលស៊ីបាន ។

ចំណីគ្រឹះ (ចាំបាច់) សំរាប់កូនជ្រូក គឺជាចំណីដែលផ្តល់ថាមពល និងចំណីផ្តល់ជាតិប្រូតេអ៊ីន (ជាតិសាច់) ហើយចំណីត្រូវមានគុណភាពល្អ ។ ចំណីដែលផ្តល់ជាតិសាច់ច្រើនសំរាប់កូនជ្រូក មានដូចជា ម្សៅទឹកដោះ ម្សៅត្រី ។ល។ ចំណែកឯអាហារគ្រឹះសំរាប់ផ្តល់ថាមពលដល់កូនជ្រូកបោះដោះមាន បបរ (អង្ករ) និងអាហារជាតិខ្លាញ់ ។ ដើម្បីឱ្យកូនជ្រូកស៊ីចំណីបានច្រើន គេលាយជាតិស្ករក្នុងចំណីប្រហែល ៥ ភាគរយ ឬជាតិផ្អែម ១៥០ មីលីក្រាមក្នុង ១ គីឡូក្រាម ចំណីដែលបានលាយ ។

**តារាងទី ៤ : បរិមាណចំណីសំរាប់កូនជ្រូក ក្នុង ១ថ្ងៃ**

អាយុកូនជ្រូក	បរិមាណចំណី
៣ ទៅ ៤ សប្តាហ៍	០.០៥ គីឡូក្រាម
៥ ទៅ ៦ សប្តាហ៍	០.១០ គីឡូក្រាម
៧ ទៅ ៨ សប្តាហ៍	០.៤០ គីឡូក្រាម
៩ ទៅ ១០ សប្តាហ៍	០.៨០ គីឡូក្រាម
១១ ទៅ ១២ សប្តាហ៍	១ គីឡូក្រាម





**រូបភាពទី ២: ទ្រុងជ្រូកសាមញ្ញសំរាប់មេបំបៅកូនដោយមានរបាំងជំនួយវិញសំរាប់ដាក់ចំណីឱ្យកូនជ្រូក**

**ការផ្តល់ចំណីដល់កូនជ្រូកផ្តាច់ដោះ**

ពេលវេលាចាំបាច់ក្នុងការផ្តាច់ដោះគឺនៅសប្តាហ៍ ទី ៥ ។ នៅពេលនេះកូនជ្រូកមានទំងន់ប្រហែលពី ៩ ទៅ ១០ គីឡូក្រាម ក្នុង ១ក្បាល ហើយមានកំលាំងខ្លាំងគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការស៊ីចំណី បន្ទាប់ពីសប្តាហ៍ទី ៥ មកការផ្តល់សារធាតុផ្សេងៗ តាមទឹកដោះពុំមានសារៈសំខាន់ខ្លាំងទៀតទេ ព្រោះគុណភាពទឹកដោះធ្លាក់ចុះខ្លាំងនៅក្នុងកំឡុងពេលនេះ ។ តាមរយៈការផ្តាច់ដោះទាន់ពេលវេលា ធ្វើឱ្យម្តាយជ្រូកមិនចុះស្គម និងនៅមានកំលាំងខ្លាំង ព្រោះការបាត់បង់ទំងន់ច្រើនអាចពន្យារពេលនៃការរកឈ្នួលរបស់មេជ្រូក ។ ចំណីដែលផ្តល់ឱ្យកូនជ្រូកនៅពេលផ្តាច់ដោះ គឺជាចំណីដែលវាធ្លាប់ស៊ីនៅពេលបៅដោះ ធ្វើយ៉ាងនេះដើម្បីកុំឱ្យកូនជ្រូកមានការលំបាកក្នុងការផ្លាស់ប្តូរចំណី ។ ទោះជាយ៉ាងណាក៏ដោយការប្តូរចំណីត្រូវប្រព្រឹត្តឡើង ១ សប្តាហ៍មុនការផ្តាច់ដោះ ។ ចំណីនេះត្រូវបានផ្តល់ឱ្យកូនជ្រូកទៅទៀតរហូតត្រូវចិញ្ចឹមជាជ្រូកសាច់ ។

ត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យកូនជ្រូកពី ៣ ទៅ ៤ដងក្នុង១ ថ្ងៃ និងទៀងទាត់ពេលវេលាដោយប្រើចំណីច្រើនជាងកូនជ្រូកដែលទិញយកមកចិញ្ចឹម (ទិញតាមផ្សារ ឬតាមកង) មានការលំបាកក្នុងការផ្តល់ចំណីជាងកូនជ្រូកដែលទិញតាមភូមិ ព្រោះយើងពុំដឹងអំពីចំណីដែលផ្តល់ឱ្យវាមុនពេលទិញ ។ កូនជ្រូកដែលមានទំងន់ប្រហែលគ្នាគួរបញ្ជូលវាទៅក្នុងក្រុមតែមួយ ។ បើមិនដូច្នោះទេ កូនជ្រូកដែលតូចជាងគេមានការលំបាកក្នុងការស៊ីចំណី យើងគួរផ្តល់ចំណីឱ្យកូនជ្រូកនៅពេលស្របគ្នា ។

**២.៤. ទឹក**

ទឹកជាកត្តាចាំបាច់បំផុតសំរាប់ជ្រូក ។ ប៉ុន្តែក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកជាលក្ខណៈគ្រួសារនៅកម្ពុជាគេពុំសូវយកចិត្តទុកដាក់ឡើយ ។ ការខ្វះទឹកស្អាតជាកត្តាចំបងមួយធ្វើឱ្យការលូតលាស់របស់ជ្រូកមានកំរិតទាប ពិសេសនៅតំបន់ក្តៅ ។ តំរូវការទឹកអាស្រ័យទៅតាមអាយុជ្រូក ប្រភេទចំណី និង សីតុណ្ហភាពតំបន់ ។ ប្រភពទឹកស្អាតមានសារៈសំខាន់ធ្វើឱ្យសត្វមានសុខភាពល្អ ។ ត្រូវផ្តល់ទឹកស្អាតក្នុងស្នូកទឹកស្អាតដាច់ដោយឡែកពីស្នូកចំណីដល់ជ្រូកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ និងគ្រប់ពេលវេលា ។ ជាការល្អយើងអាចសង់ក្បាលរ៉ូប៊ីណេ ក្នុងទ្រុងឱ្យវាផឹកដោយខ្លួនឯងបើអាចធ្វើបាន ។

**តារាងទី ៥ : បរិមាណទឹកដែលត្រូវការប្រចាំថ្ងៃ**

ប្រភេទជ្រូក	តំរូវការទឹកក្នុង ១ ថ្ងៃ
- មេជ្រូកដើម	១៥ លីត្រ
- មេជ្រូកបំបៅកូន	២៥ លីត្រ
- កូនជ្រូកទើបផ្តាច់ដោះ	២ លីត្រ

**២.៥. សំបុកកូនជ្រូក**

កូនជ្រូកដែលកើតភ្លាមត្រូវការផ្តល់កំដៅជាបន្ទាន់ ព្រោះស្បែករបស់វាស្ទើងហើយមានជាតិខ្លាញ់តិច ។ ដូចនេះកត្តាដែលរក្សាសុខភាពរបស់កូនជ្រូកឱ្យបានល្អ គឺត្រូវផ្តល់កំដៅឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់និងជៀសវាងការខ្វះថាមពល ដល់កូនជ្រូក ។ ដើម្បីឆ្លើយតបនឹងបញ្ហានេះ យើងត្រូវធ្វើសំបុកកូនជ្រូកទុកជាមុន ដើម្បីជៀសវាងការខាតបង់ របស់កូនជ្រូក (អាចបណ្តាលឱ្យកូនជ្រូកងាប់) ។ ចំបើមានតួនាទីសំខាន់ជួយផ្តល់កំដៅដល់កូនជ្រូកទប់ទល់ នឹងភាពត្រជាក់ បឺតជាតិសំណើម និងបំបាត់ក្លិនស្អុយ ហើយអាចជាឧបករណ៍សំរាប់កូនជ្រូកលេងផង ។ ម្យ៉ាងទៀត ចំបើងក៏បង្កលទ្ធភាពដល់មេជ្រូកក្នុងការកាច់សំបុកផងដែរ ។

**តារាងទី៦ : ទំំងទ្រុំងសំរាប់ជ្រូក១ក្បាល**

ប្រភេទជ្រូក	ទំំងទ្រុំងគិតជាម៉ែត្រក្រឡា
- មេជ្រូកបំបៅកូន	៩ទៅ១០ ម៉ែត្រក្រឡា ដោយមានសំបុកកូនជ្រូកផង
- ជ្រូកបា	៦ ម៉ែត្រក្រឡា
- ជ្រូកមេ	៤ ម៉ែត្រក្រឡា
- មេជ្រូកដើម	៤ ម៉ែត្រក្រឡា
- ជ្រូកសាច់	១.៥ ម៉ែត្រក្រឡា ។



**២.៦. ការបង្កាត់ពូជ**

ភាពពេញវ័យ (រកឈ្មោះលើកទី១) របស់មេជ្រូកខុសគ្នាទៅតាមពូជ ការបំប៉នចំណី ការថែទាំ និងកត្តាអាកាសធាតុ ។ល។ ការរកឈ្មោះជាលើកដំបូងអាចកើតមានឡើងមុនពេលជ្រូកមានអាយុពី ៦ ទៅ ៧ខែ ។ ជាការល្អយើងគួររង់ចាំឱ្យមេជ្រូកមានអាយុ ៨ខែសិន។ បើមេជ្រូកក្មេងពេកហើយគេយកវាទៅបង្កាត់ធ្វើឱ្យវាមានការលូតលាស់យឺត និងមិនអាចលូតលាស់ដល់កំរិត និងអាចបណ្តាលឱ្យមានបញ្ហានៅពេលបង្កើតកូន ។ ពេលវេលាល្អសំរាប់បង្កាត់ជ្រូកគឺនៅថ្ងៃទី ២ នៃការរកឈ្មោះ ។ ក្នុងករណីមេជ្រូកនៅតែរកឈ្មោះរហូតដល់ថ្ងៃទី ៣ គេត្រូវបង្កាត់វាជាថ្មីម្តងទៀត ។

**តារាងទី ៧ : តារាងនៃការពាក់ឈ្មោះឱ្យមេជ្រូក**

កំឡុងពេលនៃការរកឈ្មោះ ដំបូងរបស់មេជ្រូក មិនឱ្យជ្រូកបាឡើងពាក់ ឬសង្កត់ខ្នងវាទេ	ពេលវេលាពិតប្រាកដនៃការ រកឈ្មោះរបស់មេជ្រូក មេជ្រូកព្រមឱ្យជ្រូកបាឡើងពាក់ បើគេសង្កត់ខ្នង វាសង្ឃឹមស្ងៀម			កំឡុងពេលចុងក្រោយនៃការ រកឈ្មោះរបស់មេជ្រូក មេជ្រូកមិនព្រមឱ្យជ្រូកបាឡើង ពាក់ ពេលសង្កត់ខ្នងវានៅមិន ស្ងៀម
	ថ្ងៃទី ១ ពេលព្រឹក ពេលល្ងាច	ថ្ងៃទី២ ពេលព្រឹក ពេលល្ងាច	ថ្ងៃទី៣ ពេលព្រឹក ពេលល្ងាច	
អាប័បង្កាត់ពេក	ពេលសំរាប់ បង្កាត់ល្អ	ពេលសំរាប់ បង្កាត់ល្អណាស់	ពេលសំរាប់ បង្កាត់ល្អ	យឺតពេលសំរាប់បង្កាត់
ទទួលលទ្ធផលមិនល្អ	ទទួលលទ្ធផល- ផលល្អ	ទទួលលទ្ធផល ល្អណាស់	ទទួលលទ្ធផល- ផលល្អ	ទទួលលទ្ធផលមិនល្អ

មានកត្តាជាច្រើនដែលមានឥទ្ធិពលទៅលើភាពពេញវ័យរបស់ជ្រូកបា ដូចបានរៀបរាប់ចំពោះជ្រូកមេខាងលើ ។ ជាទូទៅជ្រូកឈ្មោះពេញវ័យលឿនជាងមេជ្រូក ប្រហែលមួយខែ ។ ជាការល្អចូរកុំបង្កាត់ជ្រូកបាដែលមានអាយុក្រោម ៨ខែ ។ បើវាមានភាពលូតលាស់លឿនគេអាចបង្កាត់ជ្រូកបានោះម្តងម្កាល ប៉ុន្តែការបង្កកំណើតមានកំរិតទាប ហើយអាចមានកូនតិចតួចក្នុង ១ សំបុក ។ ចំពោះជ្រូកបាដែលមានអាយុក្រោម ១ឆ្នាំ គេមិនគួរឱ្យពាក់មេលើសពី ៣ដង ក្នុង ១សប្តាហ៍ឡើយ ។

**ក. ការសំគាល់មេជ្រករកឈ្មោល**

- o ប្រដាប់បន្តពូជរបស់មេជ្រករីកឡើងធំ ពណ៌ក្រហម ២ ទៅ ៣ ថ្ងៃ មុនពេលរកឈ្មោល
- o មានទឹកអំលិលហូរចេញមកក្រៅ
- o មេជ្រកនៅមិនស្ងៀម
- o ឡើងពាក់ជ្រកដទៃ បើជ្រកឡើងពាក់វា វានៅស្ងៀម
- o បើគេយកដៃសង្កត់លើខ្នងរបស់មេជ្រក នោះវានៅឈរស្ងៀម ។

ការរកឈ្មោលពន្យារពេលដល់ ២៤ ម៉ោង បន្ទាប់មកមេជ្រកមិនចង់នៅជិតជ្រកបាទៀតទេ ចំពោះមេជ្រកខ្លះ ក្រោយពីកើតកូនរួចវាមិនឆាប់រកឈ្មោលទៀតទេ ។ ចំពោះបញ្ហានេះមានវិធីមួយចំនួនដែលជួយដល់មេជ្រកឱ្យឆាប់រកឈ្មោល :

- o ឱ្យមេជ្រកមើលឃើញជ្រកបា ឬដាក់ជិតទ្រុងជ្រកបា
- o យកទឹកនោមជ្រកឈ្មោលស្រោចលើទ្រុងរបស់មេជ្រក ( រាល់ព្រឹកពី ៣ ទៅ ៥ ថ្ងៃ )
- o យកធាងល្អុងស្រស់មកសុលប្រដាប់បន្តពូជមេជ្រករៀងរាល់ព្រឹក ពី ៣ ទៅ ៥ ថ្ងៃ
- o កិនគ្រាប់ឈូកកន្លះគីឡូក្រាម លាយជាមួយចំណីស្លូតប្រហែល ១០ គីឡូក្រាម ( ឱ្យជ្រកស៊ី ២ ដង ក្នុង ១ ថ្ងៃ រយៈពេលពី ៥ ទៅ ៧ ថ្ងៃ ) ។

មេជ្រកដែលធាត់ពេកអាចបណ្តាលឱ្យគ្មានគភ៌ ( ងើម ) ដូច្នេះត្រូវបន្ថយចំណីវា ។ ក្នុងកំឡុងពេល ២៤ ម៉ោង នៃពេលរកឈ្មោលគេអាចដាក់បាបាន ២ដង នៅចន្លោះ ១២ ម៉ោងម្តង ។ យកល្អកុំបង្កាត់នៅពេលថ្ងៃត្រង់ ឬថ្ងៃក្តៅ ។

**មេជ្រកមិនងើមអាចបណ្តាលមកពី :**

- o មិនបានប្រុងប្រយ័ត្នក្នុងកំឡុងពេលមេជ្រករកឈ្មោល
- o មេជ្រកធាត់ពេក
- o វដ្តរកឈ្មោលដំបូងរបស់មេជ្រក
- o ជ្រកបាក្មេងពេក ( អាយុក្រោម ៨ខែ )
- o ជ្រកបាមិនល្អ ឬពាក់មេច្រើនពេកក្នុង ១សប្តាហ៍ ( ពាក់មេច្រើនជាង ៥ដង ក្នុង១សប្តាហ៍ )

**ខ. ការផ្គត់ផ្គង់មេជ្រកងើម**

**☞ ការសំគាល់មេជ្រកងើម**

មេជ្រកដែលងើមគេអាចសំគាល់បានដូចខាងក្រោម :

- o មេជ្រកមិនរកឈ្មោលទៀតទេ ក្រោយពីដាក់ឈ្មោលបានពី ១៩ ទៅ ២១ ថ្ងៃ
- o មេជ្រកមិនចូលចិត្តនៅក្បែរជ្រកបា



- មានចរិតស្ងៀមស្ងាត់ និងមានដំណើររាងឆ្មន់
- ដោះរបស់មេជ្រូកឡើងតឹង ហើយរឹកធំ
- ជ្រូកស៊ីច្រើន ដេកច្រើន ខ្លួនរីកធំ ស្បែក និងរោមរបស់វាកាន់តែរលោង ។

**ការធ្វើទាំងមេជ្រូកក្នុងរយៈពេលទី២**

- ជាការល្អមុនពេលកើតកូន ១សប្តាហ៍ ត្រូវបន្ថយចំណីដែលសំបូរជាតិសាច់ ( ឃ្មុតអ៊ុន ) ព្រោះវាអាចធ្វើឱ្យមេជ្រូកមានជំងឺរលាកដោះ រលាកស្បូន និងជំងឺខ្លះទឹកដោះក្រោយពេលកើត ។
- ត្រូវផ្តល់បន្លែបៃតងច្រើន និងទៀងទាត់ឱ្យមេជ្រូកស៊ី ដើម្បីជៀសវាងការទល់លាមក និងបន្ថយជាតិខ្លាញ់ក្នុងខ្លួនរបស់វា ទាំងនេះអាចធ្វើឱ្យមេជ្រូកងាយស្រួលក្នុងការបង្កើតកូន ។
- ត្រូវបំបែកមេជ្រូកដើមចេញពីជ្រូកដទៃទៀត ត្រូវចិញ្ចឹមវាដាក់ក្នុងទ្រុងស្អាត និងស្ងួត មានអនាម័យត្រឹមត្រូវ ទ្រុងមានខ្យល់ចេញចូលល្អ និងមិនក្តៅពេក ។ មុននឹងយកមេជ្រូកទៅដាក់ក្នុងទ្រុងនោះ ត្រូវសំលាប់មេរោគជាមុនសិន ដោយបាចកំបោរ ឬស្រោចទឹកក្តៅកំពុងពុះទៅលើទ្រុងទាំងមូល ។
- ដើម្បីជៀសវាងការឆ្លងព្រូនពីមេទៅកូនទើបកើត ត្រូវធ្វើការបញ្ចុះព្រូនមេជ្រូក ទំលាក់ព្រូននៅសប្តាហ៍ទី ២ ឬទី ៣ ។ ត្រូវដុសលាងមេជ្រូកឱ្យបានទៀងទាត់ ដើម្បីជៀសវាងពួកបាក់តេរីស៊ីតខាងក្រៅ ។
- គួរជៀសវាងការដឹកមេជ្រូកដើមទៅឆ្ងាយ ដេញចាប់វាឬធ្វើឱ្យផ្អើល ព្រោះវាអាចធ្វើឱ្យមេជ្រូករលូតកូន ។
- ឱ្យមេជ្រូកដើមធ្វើចលនាឱ្យបានច្រើន ។
- នៅក្នុងកំឡុងពេលដើម ៤ សប្តាហ៍ចុងក្រោយ គួរផ្តល់ជាតិដែកបន្ថែមដល់មេជ្រូកជារៀងរាល់ថ្ងៃ ( គេអាចប្រើថ្នាំលាយក្នុងចំណីរបស់វា ឬផ្តល់វត្ថុជាតិដែលសំបូរជាតិដែក ដូចជាត្រកូន ជាដើម ) ។

**គួរកត់សំគាល់ថា :** ជាតិដែកបំរុងនៅក្នុងខ្លួនរបស់កូនជ្រូកមានតិចនៅពេលកើត ប្រហែលមួយភាគបីនៃជ្រូកធំម្យ៉ាងទៀតទឹកដោះមេជ្រូកមានជាតិដែកដ៏តិចតួចបើធៀបទៅនឹងតំរូវការរបស់កូនជ្រូក ។

- កត់ត្រាឱ្យបានច្បាស់លាស់នូវថ្ងៃបង្កាត់ ហើយបង្កាត់ជាមួយជ្រូកបាណា និងថ្ងៃខែដែលជ្រូកត្រូវកើតកូន ។ល។ ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការរៀបចំកន្លែងសំរាប់មេជ្រូក និងកូនរបស់វា ( ធ្វើសំបុកសំរាប់កូន )
- ពី ២ ទៅ ៣ ថ្ងៃ មុនពេលកើតកូនត្រូវបន្ថយចំណីរបស់មេជ្រូក ហើយនៅថ្ងៃកើតកូនមិនត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យវាស៊ីទេ ព្រោះវាអាចបណ្តាលឱ្យមេជ្រូកមានការលំបាកក្នុងពេលកើតកូន ។

**ការសំគាល់មេជ្រូកជិតកើតកូន**

- មេជ្រូកនៅមិនស្ងៀម ដើរចុះឡើង ខំកកេរជញ្ជាំង
- ជ្រូកកាច់សំបុក ដោយខាំចំបើង ស្មៅ ក្នុងទ្រុង ឈ្នួសឈ្នួលកៀនទ្រុង
- ដោះធំក្រហម ជួនកាលមានចេញទឹកដោះបើយើងច្របាច់វា

**បើមេជ្រូកកើតកូនមិនរួច អាចបណ្តាលមកពីមូលហេតុដូចខាងក្រោម :**

- កូនជ្រូកស្ថិតនៅទីតាំងមិនធម្មតា
- មេជ្រូកធាត់ពេក(ចុះខ្លាញ់) មេជ្រូកស្គមពេកធ្វើឱ្យវាខ្សោយ ឬមេជ្រូកមិនមានត្រភាករាងសាយត្រកៀក តូចចង្អៀត ដែលធ្វើឱ្យមេជ្រូកពិបាកបង្កើតកូន ។
- មេជ្រូកទល់លាមកដែលធ្វើឱ្យលាមករឹង ហើយសង្កត់ទៅលើផ្លូវបង្កើតកូនបណ្តាលឱ្យរួមតូច ។ នៅពេល ជួបប្រទះបញ្ហានេះអ្នកត្រូវ :
  - ដំបូងអ្នកត្រូវកាត់ក្រចកដៃខ្លួនឯង លាងសំអាត រួចហើយលាបដៃនឹងសាប៊ូ ប្រេងឆា ឬខ្លាញ់ បន្ទាប់មកលូកដៃទៅក្នុងប្រដាប់បន្តពូជរបស់មេជ្រូក ហើយស្ទាបរកទីតាំងរបស់កូន ជ្រូក (ជាធម្មតា កូនជ្រូកកើតចេញក្បាលមកមុន)
  - បើកូនជ្រូកធំមិនអាចកើតចេញមករួចត្រូវទាញវាបន្តិចម្តងៗឱ្យស្របទៅនឹងចង្វាក់ខំប្រឹងរបស់មេជ្រូក
  - បើជួបបញ្ហាបែបនេះហើយអ្នកមិនអាចធ្វើបានចូរហៅពេទ្យសត្វឬអ្នកដែលមានបទពិសោធន៍ឱ្យជួយ
  - ក្រោយពេលមេជ្រូកកើតកូនអស់ ហើយសុកមិនព្រមធ្លាក់អ្នកអាចប្រើថ្នាំ ( អុកស៊ីតុស៊ីន ) ចាក់សាច់ ដុំកំរិត ១០ ទៅ ២០ អ៊ុយអ៊ី (UI) សំរាប់មេជ្រូក ១ក្បាល ។ ក្រោយពីចាក់ថ្នាំនេះ រយៈពេលពី ១៥ ទៅ ៣០ នាទី បើសុកនៅតែមិនទាន់ធ្លាក់ អ្នកអាចចាក់ម្តងទៀតបាន ។ គេអាចប្រើថ្នាំចាក់សរសៃ ដូចជា ក្លុយកូណាដីកាល់ស្យូម (Gluconate de calcium) ក្នុងកំរិតពី ២០ ទៅ ៥០ សេសេ (CC)
  - ពេលខ្លះយើងអាចត្រៀមថ្នាំខាងលើ ចាក់មុនកើតក្រោយពេលបែកទឹកដោះ ដើម្បីឱ្យកូនកើតលឿន ហើយសុកធ្លាក់ ។ ក្រោយពេលសុកធ្លាក់ និងកូនកើតអស់ត្រូវចាក់ម្តងទៀត ដើម្បីសំអាតឈាមក្នុង ស្បូន ។

**ក្នុងករណីនេះគេអាចប្រើថ្នាំបូរាណបូចខាងក្រោម**

- ដោយយកស្លឹកម្លូ ៣សន្លឹកកិនលាយជាមួយទឹកចំណុះ ១ពែង បន្ទាប់មកច្រោះវារួចហើយបញ្ជូកមេជ្រូក ។ បើសុកនៅតែមិនទាន់ធ្លាក់គេអាចបញ្ជូកវាចន្លោះ ២ម៉ោងម្តង ។
- បុកខ្ទឹមសស្ងួត ៧ កំពិស ម្រេចស្ងួត ៧គ្រាប់ ខ្លីស្រស់ ៧ចំណិត និងត្រួយកប្បាស ៧សន្លឹក ។ បុកវាបញ្ចូល គ្នាឱ្យម៉ដ្ឋ រួចលាយនឹងស្រាសកន្លះពែងបន្ទាប់មកបញ្ជូកមេជ្រូក ។ បើលើកទីមួយមិនបានសំរេចត្រូវ បញ្ជូកវាជាលើកទី ២ ។ ក្នុងករណីព្យាបាលដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ ហើយសុកនៅតែមិនធ្លាក់អ្នកត្រូវ លូកដៃទាញផ្ទះៗ បន្តិចម្តងៗទៅតាមចង្វាក់ដែលមេជ្រូកខំប្រឹង ។



## ២.៧. ជំងឺឆ្កាបជួរម្រងចំពោះមេជ្រូក

### ក. ជំងឺរលូតកូន

ជំងឺនេះបង្កឡើងដោយមេរោគម្យ៉ាង និងអាចកើតមានឡើងចំពោះ គោ ពពែ ច្រៀម ...ប៉ុន្តែក្នុងកំរិតស្រាល ជាងកើតនៅលើជ្រូក ។ មេរោគដែលបណ្តាលឱ្យកើតជំងឺនេះអាចរស់នៅក្នុងស្បូនជាច្រើនខែ ក្នុងករណីមេជ្រូកធ្លាប់ រលូតកូននោះមេរោគអាចរស់នៅក្នុងស្បូនពី ២ទៅ៣ឆ្នាំ ។

### រោគសញ្ញា

ក្រោយពីមេរោគចូលទៅក្នុងជ្រូកប្រហែល ពី ១ទៅ ២សប្តាហ៍ នោះវានឹងលេចចេញនូវរោគសញ្ញា :

- ជ្រូកក្តៅខ្លួន កំដៅឡើងចុះមិនធម្មតា ជ្រូកមិនស៊ីចំណី
- ជ្រូកឈឺជើងពិបាកដើរ ( យ៉ាងយូរ ៣សប្តាហ៍ព្រោះមេរោគផ្តុំនៅសន្លាក់ឆ្អឹង និងនៅលើប្រដាប់បន្តពូជ)
- មេជ្រូកមិនមានកូន
- ប្រហែល ៣ សប្តាហ៍ ក្រោយដាក់ឈ្មោលមេជ្រូករលូតកូន ។

**ចំណាំ:** ចំពោះជ្រូកបាមេរោគរាតត្បាតនៅត្រង់កន្លែងសន្លាក់ឆ្អឹង និងនៅលើប្រដាប់បន្តពូជ ។ មេរោគនេះរស់ នៅលើប្រដាប់បន្តពូជជ្រូកបាអស់មួយជីវិត ហើយអាចចំលងទៅគ្រប់មេជ្រូកដែលវាពាក់ ។ ជ្រូកបាដែលមាន មេរោគ នេះមានលេចចេញរោគសញ្ញាហើយសន្លាក់ឆ្អឹង និងហើមពងម្ខាង ។

### ការការពារ

- បើសង្ស័យថាជ្រូកកើតជំងឺនេះត្រូវដាក់វាដាច់ដោយឡែក
- កូនជ្រូករលូតត្រូវកប់ឱ្យឆ្ងាយពីមនុស្ស សត្វ ប្រភពទឹក ឬដុតចោល
- លាងសំអាតទ្រូង ស្តុកទឹក ស្តុកចំណី ដោយប្រើទឹកកំបោរ ឬទឹកក្រូស៊ីល ( Crecyl 4%)
- បន្ទាប់មកទុកទ្រូងឱ្យនៅទំនេរប្រហែល ១សប្តាហ៍ ។

### ការព្យាបាល

- **ស្ត្រេបតូមីស៊ីន** (Streptomycine) ពី ១៥ ទៅ ២០ មីលីក្រាម សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម
- **តេរ៉ាមីស៊ីន** (Terramycine) ក្នុងកំរិតពី១៥ ទៅ ២០ មីលីក្រាម សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម
- **អូរេអូមីស៊ីន** (Aureomycine) ១ក្រាមក្នុងកូនជ្រូក ១ក្បាល ។

### ខ. ជំងឺរលាកដោះ

ជំងឺនេះបណ្តាលមកពីបាក់តេរី មុខរបួសភាគច្រើនបណ្តាលមកពីផ្ទៃកូនជ្រូក ឬសត្វល្អិតខាំ ។ល។

**រោគសញ្ញា**

- ដោះមេជ្រូកហើមឡើងក្រហម
- មានស្នាមរលូស ឬដំបៅនៅលើកន្សោមដោះ
- ដោះដែលឈឺមិនចេញទឹកដោះ
- មេជ្រូកគ្រុន (ក្តៅដង្កក់...) ។

**វិធានការណ៍ការពារ**

- ទ្រុឌជ្រូកត្រូវលាងស្អាតជានិច្ច ហើយខាំដេងៗពិគ្គាតាមកំលាំងតូច និងធំ
- ត្រូវមានកំរាលពីក្រោមឱ្យបានល្អ
- កាច់ឆ្មេញកូនជ្រូក ។

**ការព្យាបាល**

មុនព្យាបាលអ្នកត្រូវយកសាប៊ូលាងដោះឱ្យបានស្អាតសិន ត្រូវច្របាច់ទឹកដោះពីដោះឈឺចោល ។

- គួរបំបែកមេចេញពីកូនកុំឱ្យពៅ
- បបរឱ្យកូនជ្រូកស៊ី
- បើអាចធ្វើទៅបានឱ្យកូនជ្រូកពៅដោះមេផ្សេង បុកស្លឹកម្លូស្រស់ពី ៥ ទៅ ១០ សន្លឹករួចច្របាច់យកទឹកមកលាយជាមួយស្លឹកត្របែកពី ៤ ទៅ ៥ សន្លឹក និងស្លឹកថ្នាំពី ៥ ទៅ ១០ សន្លឹក ដែលបានចិញ្ច្រាំហើយដោយយកមកបិទលើដោះឈឺ ព្យាបាល ១ដងក្នុង១ថ្ងៃ ដោយរុំ វារហូតដល់លែងឃើញស្នាមក្រហម ។

**គ. មេជ្រូកខ្លះទឹកដោះ**

មេជ្រូកខ្លះទឹកដោះឱ្យកូនពៅអាចបណ្តាលមកពីបញ្ហាជាច្រើនដូចជា :

- ចំណីដែលផ្តល់ឱ្យមេជ្រូកស៊ីខ្លះជាតិសាច់ ឬប្រូតេអ៊ីន និងខ្លះជាតិប៊ែរ ក្នុងការបង្កើតទឹកដោះ
- ឱ្យមេជ្រូកស៊ីចំណីពិបាករំលាយ មេជ្រូកទល់លាមក
- ដាក់មេជ្រូកក្នុងទ្រុងចង្អៀត ស្តុះស្តាប់ ពុំមានខ្យល់ចេញចូល
- ពេលកើតកូនសុកឆ្នាក់មិនអស់ និងពេលកូនកំពុងពៅមេជ្រូកស្តុះឡើង
- មេជ្រូករលាកដោះ រលាកស្បូន
- មេជ្រូកផ្អើលខ្លាំង ។

**រោគសញ្ញា**

- មេជ្រូកឱ្យកូនពៅតែមួយភ្លែត
- កូនជ្រូកពៅមិនឆ្អែត ចុះស្តុម ស្បែកយារ ។



**ការការពារ**

- ការពារកុំឱ្យមេជ្រូកទល់លាមក
- ការពារ និងព្យាបាលជំងឺសុកញាក់មិនអស់ រលាកដោះ រលាកស្បូន
- ទ្រុឌត្រូវធ្វើឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលល្អ និងស្ងប់ស្ងាត់
- ចំណីដែលផ្តល់ឱ្យមេជ្រូកត្រូវមានជាតិប្រូតេអ៊ីន (ជាតិសាច់) និងជាតិវី គ្រប់គ្រាន់ ។

**ការព្យាបាល**

ប្រើថ្នាំ ប៊ូស្តហ៊ីប៊ូហ្វី (Post-hypophyse) ចាក់សើរស្បែក ២០ អ៊ុយអ៊ី (UI) ចែកជា ៤ដង ចាក់ម្តង ៥ អ៊ុយអ៊ី (UI) ក្នុង១ថ្ងៃ ។

ថ្នាំចាក់ឱ្យមេជ្រូកមានទឹកដោះច្រើន :

- ទីរ៉ូស៊ីន (Thyrosine) ប្រើក្នុងកំរិត ២ សេសេ (cc) ១ថ្ងៃចាក់ម្តង ចាក់ពី ២ ទៅ ៣ថ្ងៃ
- ប្រឡាក់ទីន ឬហ្គាឡាក់ទីន (Prolactine ឬ Galactine) ក្នុង ១ថ្ងៃចាក់ពី ៥០ ទៅ ១០០ អ៊ុយអ៊ី (UI) ចាក់ពី២ ទៅ៣ ថ្ងៃ ។

ព្យាបាលមេ ដែលឱ្យកូនចៅ : ប្រឡៅពពែ ២ក្រាម ចាក់ស្តុក ២ក្រាម ទឹក ៤ លីត្រ ស្មារឱ្យជ្រូកមេផឹក រយៈពេល ១ ថ្ងៃ នោះមេជ្រូកឡើងឱ្យកូនចៅ ។

# ជំពូកទី៣

## ជំងឺធ្លាប់ជួបប្រទះក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក

### ៣.១. ជំងឺជ្រូក

ជំងឺជាបញ្ហាមួយដែលធ្វើឱ្យកសិករមានការភ័យខ្លាចជាងគេក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ។ កសិករដែលចិញ្ចឹមជ្រូកសុទ្ធតែធ្លាប់បាត់បង់ជ្រូករបស់គាត់ដោយសារជំងឺ ។ ដំណោះស្រាយរបស់កសិករក្នុងការព្យាបាលជ្រូក គឺអាស្រ័យទៅតាមលទ្ធភាពដែលគាត់មានគឺ គាត់ប្រើឱសថបុរាណ ទិញថ្នាំពីផ្សារជិតៗភូមិ ឬទិញពីអ្នកដែលដើរលក់តាមភូមិ ឬក៏ហៅបសុពេទ្យមកព្យាបាលសត្វរបស់គាត់ ។

លក្ខណៈសំគាល់សំខាន់ៗនៅពេលជ្រូកឈឺ :

- សញ្ញាដំបូងដែលកត់សំគាល់ថាសត្វឈឺ គឺវាមិនស៊ីចំណីអាហារ
- ជ្រូកដែលឈឺពុំមានភាពរហ័សរហួនទេ មានភាពឆ្ងល់ មិនចង់ធ្វើចលនា មានភាពខ្សោយ ហើយមានដំណើរទ្រុតទ្រោត
- បើលាមករឹងនោះបង្ហាញថាជ្រូកគ្រុនក្តៅ
- បើលាមករាវ ឬរាកអាចបណ្តាលមកពីព្រូនក្នុងពោះរៀន ឬអាចបណ្តាលមកពីការផ្លាស់របបអាហារលឿនពេក ឬក៏អាចបណ្តាលមកពីជាតិពុលផ្សេងៗ
- ការដកដង្ហើមញាប់ (ហត់) តឿក ក្អក ក្រដាស់ ទាំងនេះបង្ហាញពីភាពមិនប្រក្រតីរបស់សត្វ
- សត្វដែលមានសុខភាពល្អ មានភ្នាសស្លើង (ស្រទាប់ខាងក្នុងរបស់មាត់ ច្រមុះ ផ្នែកខាងក្នុងរបស់ត្របក ភ្នែក) ពណ៌ផ្កាឈូក ។ សត្វឈឺមានភ្នាសស្លើងពណ៌ផ្សេងពីនេះ មានភាពស្លេកស្លាំង ឬពណ៌លឿង
- ពេលខ្លះគេសង្កេតឃើញ សន្លាក់ ឬ អវៈយវៈ ហើមរឹង ធ្វើឱ្យសត្វពិបាកធ្វើចលនា ។

### ៣.២. ជំងឺកូនជ្រូក

#### ក. ជំងឺរាកកូនជ្រូក

កើតមានឡើងពិសេសនៅថ្ងៃដំបូង ក្នុងអាយុពី ២ទៅ៣សប្តាហ៍ និងនៅពេលផ្តាច់ដោះ ។ កូនជ្រូកកើតជំងឺរាក អាចបណ្តាលឱ្យងាប់ក្នុងរយៈពេលពី ២ទៅ៤ថ្ងៃ ។ រោគសញ្ញា និងមូលហេតុដែលបណ្តាលឱ្យមានជំងឺនេះគឺ :

#### រោគសញ្ញា

- ជ្រូករាក លាមកមានពណ៌លឿងលាយពពុះ និងមានលាយឈាម
- ខ្សោះជាតិទឹក ច្រមុះស្ងួត នោមតិច ស្បែកយាវ ស្បែកកន្ទួលក្រហម ។



**មូលហេតុដែលបណ្តាលអោយជ្រកមាន :**

- ភាគច្រើនបង្កឡើងដោយចំណីខ្លះអនាម័យ បណ្តាលមកពីបាក់តេរី ឬ វីរុស នៅក្នុងចំណីនោះ
- ដាក់ចំណីដែលផ្ទុកមេជ្រកស៊ីធ្វើឱ្យមេជ្រកមានជំងឺ ជាហេតុធ្វើឱ្យមានការបម្រែបម្រួល ទឹកដោះមេជ្រកនៅពេលកូនជ្រកបោបណ្តាលឱ្យវាវាក
- ចំណីដែលមានផ្ទុកបាក់តេរី ឬផ្សិត អាចបណ្តាលឱ្យកូនជ្រកវាក
- អាចបណ្តាលមកពីចំណីអាហារមិនស្អាត ឬប្តូរចំណីលឿនពេក
- អាចបណ្តាលមកពីព្រួន
- ផ្តល់ចំណីដល់កូនជ្រកលើសលុប បន្ទាប់ពីខ្លះចំណីកន្លងមក ។

**ការការពារជំងឺរាកកូនជ្រក**

- ចំណី និងទឹកត្រូវស្អាតជានិច្ច ជៀសវាងការដាក់ចំណីផ្ទុម
- ប្តូរចំណីកូនជ្រកត្រូវធ្វើឡើងជាសន្សឹម
- ត្រូវសំអាតទ្រុងឱ្យបានហ្មត់ចត់ និងទៀងទាត់រាល់ថ្ងៃ
- ជៀសវាងការផ្តល់ចំណីច្រើនលើសលុបដល់កូនជ្រក
- ថែរក្សាមេជ្រកឱ្យមានសុខភាពល្អ
- បំបែកជ្រកឈឺពីជ្រកជា ដាក់ដោយឡែកពីគ្នា
- លាយចំណីដល់កូនជ្រកដែលមានកំរិតលាយអតិបរមា ។

**ចំណាំ :**

- ជាតិសរសៃក្នុងចំណី ១០ ភាគរយ អាចបំបាត់នូវជំងឺរាករបស់កូនជ្រក
- នៅពេលរាកអាចលាយចំណីដែលមានជាតិសរសៃច្រើន ដូចជា កន្ទក់ ពី ៣០ ទៅ ៤០ ភាគរយ ។

**★ ការព្យាបាលជំងឺរាកកូនជ្រក ដោយផ្ទាំងព័រកូដាតិ**

របៀបទី១ :

- ស្មៅស្លឹក និងមែកទទឹមស្រស់ ១ គីឡូក្រាម ជាមួយទឹក ៣ លីត្រ ស្មៅរងាស់យក ២លីត្រ
- បញ្ជាក់ជ្រកឈឺកន្លះលីត្រ ៣ ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ រយៈពេល ពី ២ទៅ ៥ថ្ងៃ ។

របៀបទី២ :

- ស្មៅស្លឹកត្របែក ១ គីឡូក្រាម ជាមួយទឹក ៣លីត្រ ចំរាញ់យក ២ លីត្រ ទុកឱ្យត្រជាក់រួចច្រោះ
- បញ្ជាក់ជ្រកឈឺកន្លះលីត្រ ៣ ដងក្នុងមួយថ្ងៃ រយៈពេល ២ទៅ៣ថ្ងៃ ។



រូបទី ១: ការផ្សំឱសថចូរាណាដោយប្រើស្លឹកត្រឡប់សំរាប់ព្យាបាលជំងឺរាកកូនជ្រូក

របៀបទី៣ :

- ចំអិនស្លឹកទឹកដោះកន្លះគីឡូក្រាម ជាមួយទឹក ១លីត្រ ទុកឱ្យត្រជាក់រួចច្រោះ
- បញ្ជាក់ជ្រូកឈឺ ១ពេង ក្នុងមួយថ្ងៃ រយៈពេលពី ១ទៅ ៣ថ្ងៃ ។

★ ការព្យាបាលជំងឺរាកកូនជ្រូកតាមវិធីផ្សេងទៀត

គេអាចប្រើថ្នាំដែលទិញលើទីផ្សារ ឬពីពេទ្យសត្វសំរាប់ព្យាបាលជំងឺរាកកូនជ្រូក ដូចជា:

- **តេត្រាស៊ីគ្លីន** (Tetracycline) សំរាប់ជ្រូកទំងន់ប្រហែល ១០គីឡូក្រាម លាយក្នុងចំណី ឬឱ្យលេបផ្ទាល់ម្តង ១គ្រាប់ក្នុងចំណីឬឱ្យលេបផ្ទាល់ម្តង ១គ្រាប់ ក្នុង ១ថ្ងៃ ២ដង
- **អុកស៊ីតេត្រាស៊ីគ្លីន** (Oxytetracycline 10%) ១០ ភាគរយជាថ្នាំចាក់ស្រាច់ដុំក្នុងកំរិត ១មីល្លីលីត្រ សំរាប់ ជ្រូកទំងន់ ១០ គីឡូក្រាម ព្យាបាលយ៉ាងតិច ៣ ថ្ងៃ ក្នុង ១ថ្ងៃម្តង
- **ស៊ុលហ្វា** (Sulfa 33 %) ៣៣ភាគរយជាថ្នាំចាក់ក្រោមស្បែកកំរិត ១.៥ ទៅ ៣ មីល្លីលីត្រ ព្យាបាល ក្នុងរយៈពេល ៣ ទៅ ៥ ថ្ងៃ ក្នុង ១ថ្ងៃម្តង ។

ខ. ជំងឺខ្លះជាតិដែក

ជំងឺដែលកើតមានឡើងជាញឹកញាប់ចំពោះកូនជ្រូក ពិសេសចំពោះកូនជ្រូកដែលមានអាយុពី ២ទៅ ៣ សប្តាហ៍ ។ ជំងឺនេះធ្វើឱ្យកូនជ្រូកពុំមានសុខភាពល្អ បន្ថយការលូតលាស់របស់វា និងបណ្តាលឱ្យយើងខាតបង់ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ។ គួរកត់សំគាល់ថា ជាតិដែកបំរុងនៅក្នុងខ្លួនរបស់កូនជ្រូកមានតិច នៅពេលកើតប្រហែលមួយភាគបីនៃជ្រូកធំ ។ ម្យ៉ាងទៀតទឹកដោះមេជ្រូកមានជាតិដែកដ៏តិចតួចបើធៀបទៅនឹងតំរូវការរបស់កូនជ្រូក ។

**រោគសញ្ញា**

- ចុងច្រមុះ អណ្តាត ភ្នែកស្លេក ( ធម្មតាពណ៌ផ្កាឈូក)



- កូនជ្រូកមិនស៊ីចំណី សុខភាពទ្រុឌទ្រោម ហើយមិនរហ័សរហួន និង រញ្ជីរញ្ជ័រ ។

**មូលហេតុ**

បណ្តាលមកពីកង្វះជាតិដែក និងជាតិស្ពាន់ដែលជាសារធាតុចាំបាច់ក្នុងការបង្កើតឈាម ។

**ការការពារជំងឺខ្វះជាតិដែក**

- នៅក្នុងកំឡុងពេលងើម ៤ សប្តាហ៍ចុងក្រោយគួរផ្តល់ជាតិដែកបន្ថែមដល់មេជ្រូកជារៀងរាល់ថ្ងៃ
- ត្រូវផ្តល់ជាតិដែកឱ្យកូនជ្រូកយឺតបំផុតនៅពាក់កណ្តាលសប្តាហ៍ទី ១ ក្រោយពេលកើត ។

**ការព្យាបាលជំងឺខ្វះជាតិដែក ( តាមទំលាប់ )**

- កសិករមួយចំនួនប្រើដីក្រហមឱ្យកូនជ្រូកស៊ី
- ឱ្យស៊ីរុក្ខជាតិមួយចំនួន ដែលសំបូរទៅដោយជាតិដែក ដូចជាត្រកូន ស្លឹកផ្លែ បាស កន្ទំថេត ដំឡូងមី ។ ល ។

★ **ការព្យាបាលជំងឺខ្វះជាតិដែកដោយប្រើរុក្ខជាតិ**

របៀបទី១ :

- បុកស្លឹកម្រះស្រស់ ៨០ ក្រាម លាយទឹក ៥ ទៅ ១០ មីល្លីលីត្រ ហើយពូតយកទឹកបន្ទាប់មកយកស្បែកច្រោះវា
- យកទឹកថ្នាំដាក់ក្នុងក្រឡដែលគ្មានគំរូប រួចដាក់ហាលក្រោមពន្លឺថ្ងៃ
- បញ្ជាក់កូនជ្រូកអាយុ ៤ ទៅ ៥ ថ្ងៃមួយទៅតាមកំរិតផ្សំខាងលើ
- បើធ្វើទុកយូរត្រូវដាក់ក្នុងដប រួចទុកនៅកន្លែងត្រជាក់ហើយស្ងួត ។



រូបទី ៣: ការផ្សំឱ្យសមចម្បាណដោយប្រើស្លឹកម្រះសំរាប់ព្យាបាលជំងឺខ្វះជាតិដែក

របៀបទី២ :

យកដីតដួទៅដាក់ក្នុងធុងមួយសំរាប់ទុកឱ្យកូនជ្រូកស៊ី ។

ការផ្សំរុកជាតិ :

យកទឹកប៉េងបោះ ១ ស្លាបព្រាបាយបញ្ជូកកូនជ្រូកផឹក ២ដង ក្នុងមួយសប្តាហ៍ នៅពេលដែលកូនជ្រូក អាយុបាន ១ ទៅ ២ថ្ងៃ និងបន្ត ផ្តល់ឱ្យដល់ជ្រូកមានអាយុ ៤ សប្តាហ៍ ។

**ចំណាំ:** កូនជ្រូកដែលកើតជំងឺខ្លះជាតិដែកមិនអាចលូតលាស់បានល្អ ហើយកូនជ្រូកច្រើនងាប់ បើសិនជាគេមិនផ្តល់ ជាតិដែកឱ្យវាបានទាន់ពេលវេលា ( ពិសេសនៅក្នុងអាយុ ១ សប្តាហ៍)

❖ **ការព្យាបាលជំងឺខ្លះជាតិដែកតាមស័បផ្សំទៀត**

ក្រៅពីថ្នាំបូរណាកសិករអាចទិញថ្នាំសំរាប់ព្យាបាលជំងឺខ្លះជាតិដែកនៅលើទីផ្សារ ឬទិញពីពេទ្យសត្វ ដូចជា : **ហ្វេរ៉ូដិច** (Ferrodex) ជាថ្នាំចាក់សាច់ដុំ កំរិត ២ មីលីលីត្រសំរាប់កូនជ្រូក ១ ក្បាលនៅ ពេលកូនជ្រូក អាយុលើស ៣ ថ្ងៃ និងត្រូវចាក់ម្តងទៀតនៅអាយុ ៣សប្តាហ៍ ។

**គ. ជំងឺគេតាណូស**

ជំងឺនេះច្រើនកើតនៅលើកូនជ្រូកជាងជ្រូកជំទង់ និងជ្រូកធំ ហើយច្រើនកើតនៅលើជ្រូកទើបក្រៀវ ឬមានស្នាមរបូស ។ ជ្រូកកើតជំងឺនេះច្រើនងាប់ក្នុងរយៈពេលពី ៤ ទៅ ៥ថ្ងៃ ។ ជំងឺនេះមិនច្រឡំនឹងជំងឺដទៃ ទៀតទេ ។

**រោគសញ្ញា**

- រីងសាច់ដុំ បន្ទាប់មករីងពេញខ្លួនតែម្តង ជ្រូកចំកោងខ្លង
- ជ្រូករីងថ្កាម
- ផ្នែករីងកំរើកមិនរួច ប្រស្រីក្រឡាប់ចុះឡើង
- ជ្រូកដកដង្ហើមដង្ហក់ កំដៅក្នុងខ្លួនពី ៤០-៤១ អង្សាសេ ។

**មូលហេតុ**

- បង្កឡើងដោយមេរោគម្យ៉ាងដែលរាតត្បាតចូលទៅក្នុងខ្លួនសត្វតាមមុខរបូសជ្រៅ
- កូនជ្រូកកើតជំងឺនេះច្រើនបណ្តាលមកពីការក្រៀវ
- ឆ្លងតាមរន្ធផ្ទិតក្រោយពេលកើត ។

**ការការពារ**

- លាងសំអាតផ្ទិតកូនជ្រូកទើបកើត
- លាងសំអាតកន្លែងក្រៀវ



- លាងសំអាតកន្លែងដែលមានរបួស បន្ទាប់មកចាក់ថ្នាំ
  - ចាក់ ប៉េនីស៊ីលីន (Penicilline) ក្នុងកំរិត ១០០០០ អ៊ុយអ៊ី (UI) សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១ គីឡូក្រាម
  - ចាក់សេរ៉ូម អង្គុទីតេតានិច (Serum antitetanique) ក្នុងកំរិត ពី ២០០០០ ទៅ ១០០០០០ អ៊ុយអ៊ី (UI) ចាក់សើរស្បែក
  - អាណាតុកស៊ីន អង្គុទីតេតានិច (Anatoxine Antetanique) ពី ៣ទៅ ៥ សេសេ (cc) ។

**ការព្យាបាល**

បើជំងឺនេះស្ថិតក្នុងសភាពមិនធ្ងន់ធ្ងរ យើងអាចប្រើថ្នាំដូចខាងក្រោម :

- ប៉េនីស៊ីលីន (Penicilline) ក្នុងកំរិត ២០០០០ អ៊ុយអ៊ី (UI) សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម
- ត្រេបតូមីស៊ីន (Streptomycine) ២០ មីលីក្រាម ក្នុងទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម
- តេរ៉ាមីស៊ីន (Terramycine injectable solution) ពី ២ ទៅ ៤ សេសេ (cc) ក្នុងទំងន់ជ្រូក ៤៥ គីឡូក្រាម (ចាក់១ដងមិនត្រូវអោយលើសពី ១០ សេសេ)
- សេរ៉ូមអង្គុទីតេតានិច (Serum antitetanique) ពី ១០ ទៅ ៤០ សេសេ ជំងឺនេះធ្វើឱ្យជ្រូកប្រកាច់ដូច្នោះ ដើម្បីទប់ស្កាត់យើងត្រូវចាក់ ឡាហ្សាទីល (Largatil) ឬហ្គាដេណាល់ (Gardenal) ក្នុង ១ថ្ងៃចាក់ ៣ដង
  - ជ្រូកតូចចាក់ ១ ដងពី ១ទៅ ២សេសេ
  - ជ្រូកធំចាក់ ១ ដងពី ៤ សេសេ ។

**៣.៣. ជំងឺសំខាន់ៗដែលជួបប្រទះក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក**

**ក. ជំងឺប៉េស្ត**

ជំងឺប៉េស្តគឺជាជំងឺឆ្លងដ៏កាចសាហាវមួយ អាចរីកសាយភាយពីកន្លែងមួយទៅកន្លែងមួយផ្សេងទៀតយ៉ាងឆាប់រហ័ស។ បើវាកើតក្នុងតំបន់ណាហើយ វាបណ្តាលឱ្យជ្រូកងាប់ផុតពូជក្នុងរយៈពេលដ៏ខ្លីពី ១ ទៅ ២ថ្ងៃ ឬអាចងាប់ក្នុងរយៈពេលពី ៥ ទៅ ១០ថ្ងៃ។

**រោគសញ្ញា**

- ជ្រូកគ្រុនក្តៅខ្លាំងសីតុណ្ហភាពក្នុងខ្លួនពី ៤១ ទៅ ៤២ អង្សាសេ (ធម្មតាពី ៣៨ ទៅ ៣៩.៥) ហើយជ្រូករងាញ់រ
- ជ្រូកមិនស៊ីចំណី ភ្នែកឡើងក្រហម
- រលាករន្ធច្រមុះ និងមានទឹកសំបោរខាប់
- ទល់លាមក ឬរាកពណ៌លឿងប្រផេះ ក្អួតចង្កោរ
- ក្រោយជ្រូកងាប់ ( វះពោះឃើញថ្លើមពណ៌ស ស្លុតសដុំ ត្រូវយកទៅកប់ចោល ឬយកចេញពីទ្រុង)

- ជ្រូកហើមក (ក មុខ និងច្រមុះហើមឡើងលិប) ពិបាកដកដង្ហើម ដង្កក់
- ជ្រូកក្អកញឹក ហើយមានទឹករំអិលហូរចេញពីច្រមុះ
- ជ្រូកមានដំណើរទ្រេតទ្រោត សុខភាពរបស់សត្វចុះខ្សោយយ៉ាងខ្លាំង
- នៅលើស្បែករបស់ជ្រូកមានលេចចេញនូវស្នាមជាំពណ៌ខៀវ ពិសេសនៅម្តុំត្រចៀក ក ច្រមុះ ពោះ និងភ្នៅផ្នែក ខាងក្នុង ។

**ការការពារ**

- មិនត្រូវដាក់ជ្រូកក្នុងទ្រុងចង្អៀតពេក ឬក្តៅពេក ។ល។
- ដុសលាងជ្រូក ទ្រុងជ្រូក ស្តុកចំណីឱ្យបានទៀងទាត់ និងស្អាតជានិច្ច
- ត្រូវបំបែកជ្រូកឈឺចេញពីទ្រុង
- ចាក់ថ្នាំការពារជំងឺសាទឹកឱ្យបានទៀងទាត់ ។ ថ្នាំសំរាប់ចាក់ការពារជំងឺសាទឹកមានដូចជា៖
  - **សេរ៉ូម ប៉ាស្ទ័រវេឡា** (Serum Pasteurella) សំរាប់ចាក់ស្បែក ឬចាក់សរសៃក្នុងកំរិត ០.៥០មីលីលីត្រ សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម
  - **ស្រ្តេបតូមីស៊ីន** (Streptomycine) ឬ**តេរ៉ាមីស៊ីន** (Terramycine) ក្នុងកំរិតពី ១៥ ទៅ ២០មីលីក្រាម សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម

**ការព្យាបាល**

- **អុកស៊ីគ្លីន** (Oxyclin) ជាថ្នាំចាក់សាច់ដុំកំរិត ១មីលីលីត្រក្នុង ១ថ្ងៃចាក់ម្តងរយៈពេលព្យាបាល ពី ៣ ទៅ ៥ថ្ងៃ
- **សូតាប៉ែន** (Shotapen) ជ្រូកមានទំងន់ ១០គីឡូក្រាមចាក់ ១មីលីលីត្រ ចាក់ក្នុងសាច់ដុំ ឬ ក្រោមស្បែកក្នុង ៣ថ្ងៃចាក់ម្តង
- **ស្រ្តេបតូមីស៊ីន** (Streptomycine) ចាក់ក្នុងកំរិតពី ១៥ ទៅ ២០មីលីក្រាមសំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម ក្នុង ១ថ្ងៃ ចាក់ ២ដង ព្យាបាលក្នុងរយៈពេលពី ៣ ទៅ ៤ថ្ងៃ
- **តេរ៉ាមីស៊ីន** (Terramycine) ចាក់ក្នុងកំរិតពី ១០ ទៅ ១៥មីលីក្រាមសំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម ចាក់ពី ៣ ទៅ ៤ថ្ងៃ ។

**គ. ជំងឺកញ្ជ្រិល**

ជាជំងឺឆ្លងរាតត្បាតមួយ ច្រើនកើតនៅលើជ្រូកមានអាយុពី ៣ ខែ ឡើងទៅ ហើយក្រោយពីកើតជំងឺនេះបាន ៦ ថ្ងៃ បណ្តាលឱ្យសត្វងាប់ច្រើន។ គេសង្កេតឃើញជំងឺកញ្ជ្រិលកើតមានជាញឹកញាប់នៅរដូវក្តៅ ឬនៅពេលផ្លាស់ប្តូរ អាកាសធាតុ ។



**រោគសញ្ញា**

- ជ្រួតគ្រុនក្តៅ សីតុណ្ហភាពឡើងដល់ ៤១-៤២អង្សាសេ
- ជ្រួតមិនស៊ីចំណី ចុះខ្សោយ ដកដង្ហើមញាប់
- ជ្រួតពិបាកធ្វើចលនា រឹងជើង (រលាកសន្លាក់ជើង)
- មានពណ៌ស្វាយលាយក្រហមបន្តិចនៅត្រង់ត្រចៀក ច្រមុះ ពោះ
- នៅលើស្បែកមានស្នាមកន្ទួលក្រហមជាពេញខ្លួន ដែលកន្ទួលនេះអាចបកចេញបាន ក្នុងករណីជំងឺឈានចូលរ៉ាំរ៉ៃយូរ ។

**ការការពារ**

- សំអាតជ្រួត និងទ្រូងឱ្យបានទៀងទាត់ និងស្អាតជានិច្ច
- ត្រូវចាក់ថ្នាំការពារជំងឺឱ្យជ្រួតចាប់ពីអាយុ ៣ខែឡើងទៅ
- ជ្រួតដែលទិញមកថ្មីត្រូវដាក់ឆ្ងាយពីជ្រួតដទៃយ៉ាងតិច ២សប្តាហ៍
- បំបែកសត្វឈឺចេញពីសត្វជា ។

**ចំពោះការចាក់ថ្នាំការពារជំងឺកញ្ជិលប្រព្រឹត្តទៅជាពីរដំណាក់កាល:**

ចាក់លើកទី១: ប្រើវ៉ាក់សាំង លាយជាមួយ សេរ៉ូម

- សំរាប់ជ្រួតទំងន់តិចជាង ៥០ គីឡូក្រាមប្រើវ៉ាក់សាំង ០.៥ សេសេ លាយ សេរ៉ូម ៥ សេសេ
- សំរាប់ជ្រួតទំងន់លើសពី ៥០ គីឡូក្រាមបង្កើនថ្នាំខាងលើ ១ សេសេ ក្នុងកំណើនទំងន់ ១០ គីឡូក្រាម ។

ចាក់លើកទី២: ត្រូវធ្វើឡើងក្រោយចាក់លើកទី១ បាន ១០ថ្ងៃ ។ ចាក់វ៉ាក់សាំង ០.៥សេសេ សំរាប់ជ្រួត ១ក្បាល ។ ប្រសិទ្ធិភាពរបស់ថ្នាំមានរយៈពេល ៦ខែ ។ ចំពោះជ្រួតដែលសង្ស័យថាឈឺ ដំបូងត្រូវព្យាបាលវាដោយ សេរ៉ូម បន្ទាប់មកទើបចាក់ថ្នាំការពារ ។ ក្នុងការចាក់វ៉ាក់សាំង ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នចំពោះមេជ្រួត ពិសេសមេជ្រួតដែល កើតកូនបានពី ១០ ទៅ ២៥ថ្ងៃ ទើបអាចចាក់វ៉ាក់សាំងការពារកញ្ជិលបាន ។

**ការព្យាបាល**

- **បេនីស៊ីលីន (Pénicilline)** ចាក់ក្រោមស្បែកក្រោយត្រចៀក មានកំរិតដូចខាងក្រោម:
  - ៣មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រួតទំងន់ពី ២៥ ទៅ ៥០គីឡូក្រាម
  - ៥មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រួតទំងន់ពី ៥០គីឡូក្រាមឡើងទៅ
  - ចាក់ ២ដងក្នុង ១ថ្ងៃ ព្យាបាលរយៈពេល ៣ ទៅ ៥ថ្ងៃយ៉ាងយូរ ១សប្តាហ៍ ។

- **ប៉េនីស៊ីលីន** (Pénicilline) ១ដប លាយ **ស្ត្រីបតូមីស៊ីន** (Streptomycine) ១ដប ចាក់សាច់ដុំ ២ដងក្នុង ១ថ្ងៃមានកំរិតដូចខាងក្រោម៖
  - ២.៥ ទៅ ៣មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ពី ៣០ ទៅ ៥០គីឡូក្រាម
  - ៣.៥ ទៅ ៥មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ពី ៦០ ទៅ ១០០គីឡូក្រាម ។
- **អូរ៉េអូមីស៊ីន**(Auréomycine) ឬ **ទីហ្វូមីស៊ីន**(Tifomycine) ពី ១០ ទៅ ២០មីលីក្រាម ក្នុងទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម ។

**ឃ. ជំងឺអុតក្លាម**

ជំងឺនេះជាជំងឺឆ្លង អាចឆ្លងតាមរយៈការប៉ះពាល់ រវាងជ្រូកឈឺ និងជ្រូកជា និងអាចចំលងពីសំភារៈដែលមាន ប្រឡាក់មេរោគនេះ ។

**រោគសញ្ញា**

- ជ្រូកត្រូវមិនស៊ីចំណី
- មានស្នាមពងបែក ឬពងខ្ទះ នៅមាត់ ច្រមុះ ជើង និងលើដោះ
- ជ្រូកពិបាកដើរដោយសារដំបៅនៅលើជើង ជ្រូកដើរដោយជង្គង់ ហើយក្រកេជើង
- ជ្រូកហៀរទឹកមាត់
- ជ្រូកក្រិន លូតលាស់យឺត ។

**ការការពារ**

- ចាក់វ៉ាក់សាំងឱ្យបានទៀងទាត់
- បំបែកជ្រូកឈឺចេញពីជ្រូកជាដោយដាក់ទ្រុងដោយឡែកពីគ្នា
- សំលាប់មេរោគនៅក្នុងទ្រុង និងបរិវេណជុំវិញទ្រុង ។

**ការព្យាបាល**

ពុំមានការព្យាបាលទេ គេគ្រាន់តែអាចជួយព្យាបាលដំបៅតែប៉ុណ្ណោះ តែមិនអាចសំលាប់មេរោគដែល បង្កជំងឺនេះបានទេ ។ ក្នុងករណីនេះគេអាចប្រើថ្នាំដូចខាងក្រោម៖

- **មេទីឡានខៀវ** ឬ **តាំងទីអ៊ីយ៉ុង** ៥ ភាគរយ ជូតលាបសំអាតលើពងខ្ទះ និងក្រហមប្រាមនៅលើ ស្បែក
- **ការព្យាបាលតាមបែបបូរាណ**៖ គេអាចយកដើមឈ្មៅតស្មោរវងាស់ក្នុងទឹក ១ លីត្ររួចយក ក្រណាត់ស្អាត ជ្រលក់ ទឹកនេះដុសពេញខ្លួនសត្វរហូតដល់ដំបៅជា ។



**ចំណាំ:** ក្នុងករណីរលាកសន្លាក់ជើងរ៉ាំរ៉ៃ ប្រើថ្នាំ **បេតាមេតាហ្សូន** (Betamethasone) ក្នុងកំរិតពី ២ ទៅ ៥មីលីក្រាម ចាក់ដាក់នៅក្រោមកន្លែងសន្លាក់ដែលឈឺ ក្នុង ១ថ្ងៃចាក់ម្តង ។

**ង. ជំងឺក្លេរូសលាមក**

ជំងឺនេះអាចបណ្តាលមកពីចំណីដែលផ្តល់ឱ្យជ្រូកមានជាតិសរសៃច្រើនពេក ជ្រូកមិនសូវធ្វើចលនា ។ល។

**រោគសញ្ញា**

- ជ្រូកតប់ប្រមល់ពិបាកដុះ ពេលដុះម្តងៗលាមកតិច
- លាមកជាដុំរឹងតូចៗ ដូចលាមកពពែ ជួនមានសំបោរពណ៌សព័ទ្ធជុំវិញ ឬមានឈាម
- ជ្រូកមិនសូវស៊ីចំណី ។

**វិធានការការពារ**

- ផ្តល់ទឹកស្អាតឱ្យជ្រូកផឹកជាប្រចាំ
- ឧស្សាហ៍ផ្តល់បន្លែស្រស់ឱ្យជ្រូកស៊ី (ដូចជា ត្រកូន ផ្លែ ស្លឹកដំឡូងជា...)។
- ធ្វើទ្រុឌឱ្យទូលាយដើម្បីឱ្យសត្វអាចធ្វើចលនា ។

**ការព្យាបាល**

- ដាក់អំបិល ១ក្តាប់លាយជាមួយចំណីឱ្យស៊ី ដើម្បីលាមកជ្រាយ
- យកផ្លែអំពិលទុំកន្លះកូរ (យកគ្រាប់ និងសំបកចេញ) រួចដាក់បញ្ចូលទៅក្នុងទ្រូលលាមក ។ ធ្វើដូច្នោះរាល់ ៦ ម៉ោងម្តង ពី ២ ទៅ ៣ ថ្ងៃរហូតដល់ជ្រូកឈប់ក្លេរូស ។
- ឱ្យជ្រូកស៊ីត្រកូន ឬស្លឹកដំឡូងជាពី ២ ទៅ ៣ បាច់ដោយឱ្យស៊ីពី ២ ទៅ ៣ ដង ក្នុង ១ថ្ងៃ។
- ស្លឹកអំពិលទឹកបុកឱ្យម៉ដ្ឋ លាយអំបិលបន្តិច រួចដាក់ឱ្យជ្រូកស៊ី។ ឱ្យស៊ីពី ១ ទៅ ២ ដង ក្នុង ១ថ្ងៃ រហូតដល់ជ្រូកបាត់ក្លេរូស ។
- ឱ្យជ្រូកផឹកប្រេងល្អុងខ្មែរ ពី ៣០ ទៅ ៦០ក្រាម ។ បើជ្រូកមិនសូវស៊ីចំណី គេអាចប្រើទឹកខ្មេះពី ១ ទៅ ២ ស្លាបព្រាបាយលាយជាមួយទឹកស្ករ រួចឱ្យជ្រូកផឹក ។
- ប្រើថ្នាំបញ្ចុះ **សូដ្យូមស៊ុលហ្វាត** (Na<sub>2</sub>SO<sub>4</sub> ឬ MgSO<sub>4</sub>) ឬ **ម៉ាញ៉េស្យូមស៊ុលហ្វាត** ជាថ្នាំមេរ្យាត្រូវដាក់ទឹកបន្តិច ដើម្បីឱ្យផ្ទាំរលាយរួចទើបបញ្ជូកជ្រូក ។
- គេអាចប្រើថ្នាំចាក់ **ស្ត្រេបតូមីស៊ីន** (Streptomycine) ឬ **បេនីស៊ីលីន** (Penicilline) ម្យ៉ាងទៀតគេអាចលាយ ថ្នាំទាំង ២មុខនេះចូលគ្នា។ ក្នុង ១ថ្ងៃ ចាក់ ២ដង (ព្រឹក និងល្ងាច) ចាក់ក្នុងរយៈពេល ៣ថ្ងៃ។ **ស្ត្រេបតូមីស៊ីន** ត្រូវប្រើ ២០មីលីក្រាម សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម។ **បេនីស៊ីលីន** ២០.០០០ អ៊ុយអ៊ី (UI) សំរាប់ទំងន់ជ្រូក ១គីឡូក្រាម ។

**ច. ជំងឺចុងអង្ករ**

ជំងឺចុងអង្ករ ឬគីស្តបណ្តាលមកពីជ្រូកស៊ីប៉ះលាមកមនុស្ស ឬសត្វដែលមានផ្ទុកពងតេនញ៉ា។ ពងតេនញ៉ាជ្រៀតចូលទៅក្នុងពោះវៀនជ្រូក រួចបញ្ជូនបន្តទៅប្រព័ន្ធលាម ចូលទៅក្នុងសាច់ដុំ ហើយលូតលាស់ជាកូនឡាវ ( កូនដង្កូវ ) ទីបញ្ចប់ក្លាយជាចុងអង្ករ ឬគីស្ត។ មនុស្សកើតជំងឺនេះតាមរយៈការបរិភោគសាច់ជ្រូកផ្ទុកដោយគីស្ត ដែលចំអិនមិនបានល្អ។

**រោគសញ្ញា**

លេចចេញគ្រាប់ចុងអង្ករតូចៗ ( គីស្ត ) នៅគល់អណ្តាត យើងអាចឃើញជ្រូកកើតជំងឺនេះ ដោយទាញអណ្តាតជ្រូកចេញមកក្រៅ ហើយយកក្រណាត់ស្អាតជូតគល់អណ្តាតឱ្យស្ងួតរួចយកដៃលូកស្ទាបសើរៗលើគល់អណ្តាតនោះ ដើម្បីរកមើលគ្រាប់គីស្ត។

**ការការពារ**

- ចិញ្ចឹមជ្រូកដាក់ទ្រុងនិងធ្វើអនាម័យក្នុងទ្រុង និងបរិវេណឱ្យបានស្អាតល្អ
- បំបែកជ្រូកឈឺចេញ កុំដាក់នៅក្នុងទ្រុងជាមួយសត្វដទៃទៀត
- មនុស្សត្រូវបរិភោគសាច់ ដែលចំអិនឱ្យបានឆ្អិតល្អ និងត្រូវបន្ទោរបង់ក្នុងបង្គន់អនាម័យ ។

**ការព្យាបាល**

យកគ្រួយពោតស្រស់ចំនួន ៥ ទៅ ១០ សន្លឹក ស្ទោរជាមួយទឹក ១ ពែងក្នុងរយៈពេលពី ៥ ទៅ ១០ នាទី រួចយកទឹកនេះ បញ្ជូកជ្រូកពី ២ ទៅ ៣ដង ក្នុង ១ សប្តាហ៍ ( ករិតប្រើពី ៣ ទៅ ៥ មីលីលីត្រសំរាប់ជ្រូកទំងន់ ១០ គីឡូក្រាម ) ។ បន្ទាប់ពីព្យាបាលបាន ១ សប្តាហ៍ មកត្រូវត្រួតពិនិត្យមើលតើ គីស្ត រលុបបាត់ ឬមិនទាន់រលុប។ បើគីស្តមិនទាន់ រលុបត្រូវបន្តការព្យាបាលពី ២ ទៅ ៣ដងទៀតក្នុងរយៈពេល ១ សប្តាហ៍។

**គ. ជំងឺព្រួន**

ជំងឺនេះអាចឆ្លងរាលដាលខ្លាំងទៅលើជ្រូកគ្រប់វ័យ ហើយធ្វើឱ្យជ្រូកលូតលាស់យឺត ជាហេតុបណ្តាលឱ្យការចិញ្ចឹមខាតបង់ទាំងពេលវេលា និងថវិកា។ ជ្រូកដែលកើតព្រួនច្រើនបណ្តាលឱ្យងាប់។

**រោគសញ្ញា**

- ជ្រូកស៊ីចំណីច្រើន តែលូតលាស់យឺត ក្នុងករណីធ្ងន់ធ្ងរជ្រូកមិនសូវស៊ីចំណី
- ជ្រូករាកជាញឹកញាប់ ហើយលាមកមានលាយព្រួន
- ជ្រូកស្លេកស្លាំង ស្រកទំងន់
- ជ្រូកក្អកញឹក
- រោមជ្រូករាងស្រអាប់ ។



**ការការពារ**

- ត្រូវចិញ្ចឹមជ្រូកដាក់ទ្រុង និងដុះលាងទ្រុងឱ្យបានស្អាតជានិច្ច
- ធ្វើការទំលាក់ព្រួនយ៉ាងតិចរៀងរាល់ ៣ខែម្តង
- មុនពេលព្យាបាល ឬដាក់ចំណីឱ្យជ្រូកត្រូវដុះលាងដៃឱ្យបានស្អាត

**ការព្យាបាល**

- **ឡីវ៉ាមីសុល (Levamisol)** ជាថ្នាំចាក់សាច់ដុំក្នុងកំរិត ០.៥មីលីលីត្រ ចាក់ម្តងសំរាប់ទំលាក់ព្រួនម្តង
- ចាក់ អ៊ីរីមីច ១ សេស សំរាប់ជ្រូក ២០ គីឡូក្រាម
- **ព្យាបាលតាមវិធីបច្ចុប្បន្ន:** កិនផ្លែម៉ាក្សីចាស់ៗហើយស្រស់ចំនួន ៣០០ក្រាម (ឬ ៣ខាំ) លាយទឹកកន្លះលីត្របន្ទាប់មកថែម អំបិល ៣ស្លាបព្រា រួចច្រោះវា ហើយយកទឹកនេះឱ្យជ្រូកផឹកក្នុងកំរិត ១ស្លាបព្រាសំរាប់ ១គីឡូក្រាម នៃទំងន់ជ្រូក បញ្ជាក់តែម្តងសំរាប់ការទំលាក់ព្រួនម្តង (សំរាប់ទំលាក់ព្រួនក្នុងស្ងួត) ។
- បុកផ្លែស្លាទុំ ឬចំណិតស្លាហាលស្ងួត លាយទឹកបន្តិច ហើយច្រោះយកទឹកនេះ រួចបញ្ជាក់ជ្រូកក្នុងកំរិត ១៥មីលីក្រាមនៃទំងន់ផ្លែស្លាស្ងួតសំរាប់ ៥០គីឡូក្រាមទំងន់ជ្រូក ថ្នាំនេះសំរាប់ទំលាក់ព្រួនក្នុងពោះវៀន ។

**ចំណាំ:** ជំងឺនេះបង្កដោយជ្រូកផឹកទឹក ឬស៊ីចំណីដោយពងព្រួន (ពិសេសចំពោះជ្រូកដែលព្រលែងពាសវាលពាសកាល) ។

**ជ. ជំងឺអង្កែ**

អង្កែ ឬរមាស់ជាជំងឺសើរស្បែក ។ ជំងឺនេះកើតមានជាញឹកញាប់ និងធ្ងន់ធ្ងរចំពោះជ្រូកបើយើងមិនបានដុះលាងវាឱ្យបានដិតដល់ ។ ជំងឺអង្កែអាចឆ្លងពីសត្វមួយទៅសត្វមួយទៀតយ៉ាងលឿនបំផុត ។

**រោគសញ្ញា**

- ជ្រូកកើតជំងឺនេះរមាស់ខ្លាំង ធ្វើឱ្យវាត្រជុះសនឹងសសរ ឬទ្រុងដែលអាចធ្វើឱ្យមានរបួសហូរឈាម
- នៅលើដងខ្លួនជ្រូកមានក្រមរ ឬនៅគុម្ពត្រចៀក
- ជ្រូកកើតជំងឺនេះចុះស្តុម មិនសូវស៊ីចំណី និងមិនសូវដេក
- ក្នុងករណីធ្ងន់ធ្ងរស្បែកឡើងក្រាស់បែកក្រហែង ហើយស្បែកទៅជាស្កុយ និងមានហូរទឹករងៃ ។

**ការការពារ**

- ត្រូវបំបែកជ្រូកកើតអង្កែចេញពីជ្រូកដទៃ
- ចំពោះជ្រូកទើបទិញមកចិញ្ចឹមត្រូវឃុំវាដាច់ដោយឡែកពីជ្រូកដទៃយ៉ាងតិច ១០ ថ្ងៃ
- ត្រូវធ្វើអនាម័យឱ្យបានទៀងទាត់ ដូចជា ឧស្សាហ៍ដុសលាងជ្រូក និងទ្រុឌឱ្យបានដិតដល់ ។

**ការព្យាបាល**

- ដុសលាងជ្រូកដោយប្រើទឹកក្តៅឧណ្ហៗ ឬដុសលាងវាខ្លាំងៗដោយប្រើសាប៊ូ
- ប្រើថ្នាំ **អ៊ីមីច** ជាថ្នាំចាក់ក្រោមស្បែកក្នុងកំរិតដូចខាងក្រោម៖
  - ០.១៥មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ ៥ គីឡូក្រាម
  - ០.៣០មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ ១០ គីឡូក្រាម
  - ០.៦០មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ ២០ គីឡូក្រាម
  - ១.៥០មីលីលីត្រ សំរាប់ជ្រូកទំងន់ ៥០ គីឡូក្រាម ។

**ឈ. ជ្រូកអន់ចាយ**

**រោគសញ្ញា**

ជ្រូកមិនចង់ស៊ីចំណី ជ្រូកស្លោរៗ ។

**មូលហេតុ**

- មានការឈឺចាប់កន្លែងណាមួយ
- ជ្រូកគ្រុន
- ជ្រូកចុះខ្សោយកំលាំង
- ជ្រូកមានព្រូន ឬ ថែ
- ជ្រូកឈឺមាត់
- ចំណីមិនសូវមានគុណភាព ។

**ការការពារ**

- ជៀសវាងការប្តូរចំណីស្ទើរពេក
- ធ្វើការទំលាក់ព្រូនជ្រូកឱ្យបានទៀងទាត់
- ធ្វើទ្រុឌឱ្យបានល្អ ធ្វើអនាម័យឱ្យបានទៀងទាត់ និងស្អាតជានិច្ច
- ចាក់ថ្នាំការពារឱ្យបានទៀងទាត់ ។



**ការព្យាបាលតាមបែបបូរាណ**

- លាយទឹកស្ករកន្លះកែវ និងចំណី ១គីឡូក្រាម ចែកជា ៣ចំណែក ហើយឱ្យវាស៊ីពី ២ ទៅ ៣ដងក្នុង ១ថ្ងៃរយៈពេល ពី ២ ទៅ ៣ថ្ងៃ។ គេអាចប្រើអំបិលមួយកូនស្លាបព្រាកាហ្វេ ជំនួសពពុះស្ករ (ទឹកស្កររង្ស) និងស្ករត្នោត ២ ស្លាបព្រាបាយ ឬទឹកត្រី ១ ស្លាបព្រា លាយនឹងចំណីវិភាគ ១គីឡូក្រាម។ ចែកចំណីជា ៣ ចំណែក ហើយឱ្យវាស៊ី ២ ទៅ ៣ ដងក្នុង ១ ថ្ងៃ រយៈពេល ពី ២ ទៅ ៣ថ្ងៃ។
- បញ្ជាក់ពងទា ឬពងមាន់ ៣គ្រាប់ដែលលាយនឹងទឹកស្ករកន្លះកែវ ២ ទៅ ៣ដងក្នុង ១ថ្ងៃ។
- ឱ្យជ្រូកស៊ីត្រួយដំឡូងជាស្រស់ ១ប៉ាច់តូច ២ ទៅ ៣ ដងក្នុង ១ថ្ងៃ រយៈពេល ២ថ្ងៃ។

**៣.២. ការការពារជំងឺ**

ក្រៅពីការថែទាំ និងធ្វើអនាម័យ ការការពារជំងឺគឺជាកត្តាចំបងមួយក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ជាទូទៅការការពារជំងឺ ចំណាយថវិកាតិចជាងការព្យាបាលនៅពេលដែលជ្រូកឈឺ។ ថ្នាំការពារមានន័យថា ជាថ្នាំមានប្រសិទ្ធិភាពការពារជ្រូក មិនឱ្យកើតជំងឺ។

**តារាង ១: ការចាក់ថ្នាំការពារជំងឺកូនជ្រូកទើបទិញមកចិញ្ចឹម**

រយៈពេល	ការបង្កាំងទុក	ចាក់ថ្នាំមានជាតិដែក	ការពារជំងឺបេតូ	ការពារជំងឺសាទឹក	ការពារជំងឺសាល់ម៉ូណេឡូស	ការទំលាក់ព្រួន
៧-១០ថ្ងៃ	<b>បង្កាំងទុក</b>					
១ថ្ងៃក្រោយ		<b>ចាក់ជាតិដែក</b>				
២ថ្ងៃក្រោយ			<b>ចាក់១កំរិត</b>			
១សប្តាហ៍ក្រោយ				<b>ចាក់១កំរិត</b>		
៥-៧ថ្ងៃក្រោយ					<b>ចាក់១កំរិត</b>	
១០ថ្ងៃក្រោយមក						<b>ទំលាក់ព្រួន</b>

**ចំណាំ:** ត្រូវទំលាក់ព្រួនរៀងរាល់ ៣ខែម្តង និងត្រូវចាក់ថ្នាំការពារជំងឺឡើងវិញឱ្យបានទៀងទាត់។

**តារាង ២: ការចាក់ថ្នាំការពារជំងឺផ្លូវ**

អាយុកូនជ្រូក	ចាក់ថ្នាំមានជាតិដែក	ប្រៀវកូនជ្រូកឈ្មោល	ការពារជំងឺប៊េស្ត	ការពារជំងឺសាទឹក	ការពារជំងឺសាល់ម៉ូណេឡូស	ការទំលាក់ព្រួន
៣ថ្ងៃ	<b>១០០ក្រាម ឬ ២មីលីលីត្រ</b>					
១៥-២១ថ្ងៃ		<b>ប្រៀវ</b>				
៤០ថ្ងៃ			<b>ចាក់១កំរិត</b>			
៤៥ថ្ងៃ				<b>ចាក់១កំរិត</b>		
៥០ថ្ងៃ					<b>ចាក់១កំរិត</b>	
៦០ថ្ងៃ						<b>ទំលាក់ព្រួន</b>

**តារាង ៣: ការចាក់ថ្នាំការពារមេផ្លូវ និងបាគ្រប់អាយុបង្កាត់ ៣សប្តាហ៍មុននឹងបង្កាត់**

រយៈពេល	ការពារជំងឺប៊េស្ត	ការពារជំងឺសាទឹក	ការពារជំងឺសាល់ម៉ូណេឡូស	ការទំលាក់ព្រួន
សប្តាហ៍ដំបូង				<b>ទំលាក់ព្រួន</b>
១សប្តាហ៍ក្រោយ	<b>ចាក់១កំរិត</b>			
១សប្តាហ៍ក្រោយមកទៀត		<b>ចាក់១កំរិត</b>		
១សប្តាហ៍ចុងក្រោយ			<b>ចាក់១កំរិត</b>	



# ជំពូកទី ៤

## បទពិសោធន៍ជាក់ស្តែងរបស់កសិករក្នុងការចិញ្ចឹម និងព្យាបាលជ្រូក

### ៤.១. បទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺអុតក្តាមលើសត្វជ្រូក

ជំងឺអុតក្តាមជាជំងឺមួយប្រភេទ ដែលតែងតែកើតមានលើសត្វជ្រូក ជាពិសេសនៅរដូវក្តៅ។ នៅពេលមានជំងឺនេះកើតឡើងកសិករតែងព្យាបាលជ្រូករបស់គាត់តាមវិធីផ្សេងៗទៅតាមតំបន់។ អុតក្តាមជាជំងឺឆ្លងអាចឆ្លងតាមរយៈការប៉ះពាល់រវាងជ្រូកឈឺ និងជ្រូកជា និងអាចចម្លងពីសម្ភារៈដែលមានជាប់មេរោគនេះ។ ជាក់ស្តែងលោកអ័រ ង៉ែត ប្អូន អាយុ ៦០ឆ្នាំ ជាកសិករសហការជាមួយអង្គការ សេដាក រស់នៅភូមិត្រពាំងធ្នង់ ស្រុកសំរោង ខេត្តតាកែវ។ គាត់មានបទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺអុតក្តាមលើសត្វជ្រូក។ បទពិសោធន៍នេះគាត់ចេះពីដូនតាគាត់មក។ រោគសញ្ញាវិធីផ្សំថ្នាំ និងព្យាបាលបង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម :

១. រោគសញ្ញា: ជ្រូកកើតជំងឺអុតក្តាមមានរោគសញ្ញាដូចខាងក្រោម :

- ជ្រូកមិនស៊ីចំណីអាហារ ហៀរទឹកមាត់ អន់បាយ និងឡើងកំដៅ
- ចេញស្នាមកន្ទួលក្រហម ឬដំបៅលើជើងមានស្នាមពងបែក ឬពងខ្លះនៅមាត់ ច្រមុះ ជើង និងនៅលើដោះ
- ជ្រូកអាចរីងផ្នែកខាងក្រោយពិបាកដើរ ដោយសារដំបៅនៅលើជើងជ្រូកដើរដោយជង្គង់ ( ជ្រូកកើតជំងឺនេះក្រិនលូតលាស់យឺត ) ។

### ២. វិធីផ្សំ និងព្យាបាល

ដើម្បីព្យាបាលសត្វ គាត់ប្រើធាតុផ្សំដូចខាងក្រោម :

#### ក. ធាតុផ្សំ

- ក្តាមធំ ១ បើតូចយក ២ និងទំពាំង ឬខ្លែងទំពាំង ឬស្សីស្រុក ( ៧ ខ្លែង ឬទំពាំងមួយកាត់យក ៧ កង់ )
- ទំពាំង ឬខ្លែងទំពាំង ឬស្សីព្រៃ ( ៧ ខ្លែង ឬទំពាំងមួយកាត់យក ៧ កង់ )
- ប្រហុក ៣ ទៅ ៤ ចង្កា និងទឹកកន្លះលីត្រ ។

#### ខ. វិធីផ្សំ

យកធាតុទាំង ៤ បុកបញ្ចូលគ្នាឱ្យម៉ដ្ឋ បន្ទាប់មកយកទឹកកន្លះលីត្រ ដាក់ចូលកូរច្របាច់ឱ្យចូលសាច់មួយ ឬច្របាច់ឱ្យចេញជាតិ ។

#### គ. វិធីប្រើ

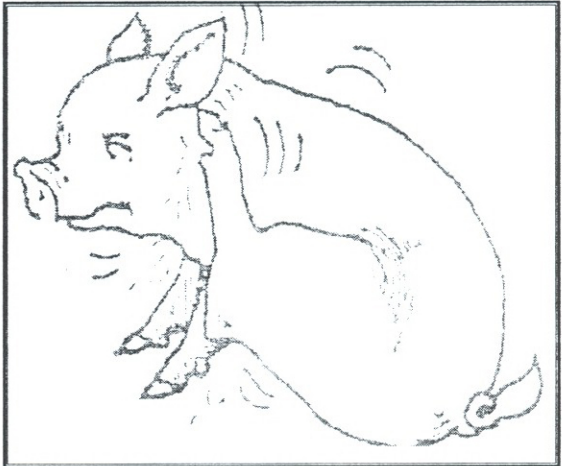
ទឹកថ្នាំដែលផ្សំរួចច្រកឱ្យសត្វផឹកកន្លះលីត្រ ទៅ ០.៧ លីត្រ ផ្សំម្តងបញ្ជូកឱ្យសត្វផឹកម្តង។ មួយថ្ងៃបញ្ជូកតែម្តងទេរហូតដល់រយៈពេល ៣ ទៅ ៤ថ្ងៃ ទើបសត្វជាសះស្បើយ អាស្រ័យលើជំងឺធ្ងន់ រីស្រាល បើស្រាល ១ ទៅ ២ ថ្ងៃអាច ជាហើយ ។

លោកពូអះអាងថា ថ្នាំនេះព្យាបាលជំងឺអុតក្តាមលើជ្រូកជាសះស្បើយ។ គាត់ប្រើថ្នាំនេះ ព្យាបាលជ្រូករបស់គាត់ និងបានផ្សព្វផ្សាយឱ្យអ្នកភូមិក្បែរផ្ទះគាត់ ឱ្យព្យាបាលជាសះស្បើយគ្រប់គ្នា ។ ប៉ុន្តែមិនទាន់បានផ្សព្វផ្សាយឱ្យបានទូលំទូលាយ ដើម្បីឱ្យកសិករទូទៅបានសាកល្បងឡើយ ។ ដូច្នេះសូមបងប្អូនកសិករ ដែលជួបប្រទះបញ្ហានេះសូមសាកល្បងតាមបទពិសោធន៍ខាងលើ ដើម្បីឱ្យដឹងថា តើមានប្រសិទ្ធិភាពយ៉ាងណា ។

**៤.២. វិធីព្យាបាលជំងឺកមរមាស់លើសត្វជ្រូក**

ជាទូទៅការចិញ្ចឹមជ្រូកដែលគ្មានការថែទាំ និងអនាម័យត្រឹមត្រូវតែងតែធ្វើឱ្យជ្រូកកើតជំងឺកមរមាស់។ រោគសញ្ញា និងការព្យាបាលជំងឺនេះបង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម :

**១. រោគសញ្ញា:** ជ្រូកដែលកើតជំងឺកមរមាស់ មានរោគសញ្ញាដូចខាងក្រោម :



**ទិដ្ឋភាពជ្រូកកើតជំងឺកមរមាស់**

- រមាស់ ជ្រូកអេះ ក្រចៅ ឬត្រដុះ
- ស្បែកជ្រួញ គ្រុតត្រើម និងរលាកស្បែក
- ជ្រុះរោម និងកន្លែងរលាត់មានខ្ទះ និងទឹករងៃ។

**២. មូលហេតុ**

ភាគច្រើនជំងឺនេះបណ្តាលមកពី បរាសិតក្នុងស្បែក (មេរោគ) ។ ជំងឺនេះឆ្លងយ៉ាងរហ័សបំផុតតាមការនៅជិតគ្នា និងប៉ះទង្គិចគ្នា ឬប៉ះរបស់របរប្រើប្រាស់។ ជំងឺនេះឆ្លងមកមនុស្សលឿនណាស់ ជាពិសេសប៉ះកន្លែង ដែលមានហូរទឹករងៃនៅពេលព្យាបាល។

**ក. វិធានការការពារ**

- បំបែកសត្វឈឺចេញ កុំដាក់ឱ្យនៅក្នុងទ្រុងជាមួយគ្នា
- អនាម័យទ្រុងឱ្យបានស្អាត
- ថែទាំជ្រូកឱ្យបានល្អ ហើយស្អាត ។

**ខ. របៀបព្យាបាល:** វិធីព្យាបាលជំងឺនេះ មានច្រើនរបៀបទៅតាមបទពិសោធន៍របស់កសិករទៅតាមតំបន់ និងប្រទេសនីមួយៗ ។

តាមបទពិសោធន៍របស់កសិករខ្មែរ គេដុតលាងដងដូងមួយ ហើយយកផេះវាលាយជាមួយប្រេងដូង ១ កែវ ។ យកទៅលាបលើកន្លែងរមាស់ ឬរលាត់ចេញទឹករងៃ ២ដង ក្នុង ១ថ្ងៃ រយៈពេល ៣-៥ ថ្ងៃ ។

**គ. របៀបធ្វើថ្នាំលាប**

លាយប្រេងឆា ឬប្រេងម៉ាស៊ីន ១ ភាគ នឹងទឹកកំបោរ (ដូសយកផ្នែកខាងលើ) ៣ ភាគ ហើយលាយជាមួយស្លឹកឫសំបក ឬឫសដង្ហិតស្រស់ ឬអាចលាយជាមួយគ្រាប់ទៀបស្ងួត ១ ភាគ ។ ត្រូវកូរទឹកវឹកល្បាយនេះឱ្យបានល្អ ។ យកល្បាយនេះលាបត្រង់កន្លែង ដែលវាអេះរលាត់ជៀសវាងលាបពេញខ្លួនទាំងអស់ ។ ១០ ថ្ងៃ ក្រោយអាចលាបម្តងទៀត (បទពិសោធន៍កសិករកម្ពុជា ហ្វីលីពីន ថ្ងៃ) ។



**៤.៣. វិធីព្យាបាលជំងឺកង្វះឈាមនៅលើកូនជ្រូក**

ការចិញ្ចឹមសត្វតែងជួបប្រទះនូវបញ្ហាផ្សេងៗ ។ យ៉ាងណាមិញជំងឺកង្វះឈាមលើកូនជ្រូក ជាបញ្ហាមួយធ្វើឱ្យសត្វមានសុខភាពមិនល្អ ស្គមស្គាំង បាក់កំលាំងអាចបណ្តាលឱ្យសត្វស្លាប់ដែលជាហេតុធ្វើឱ្យបាត់បង់នូវប្រាក់ចំណូល ។ ដូច្នេះខ្ញុំសូមបង្ហាញនូវរោគសញ្ញាវិធានការណ៍ការពារ និងព្យាបាលមួយចំនួន ដើម្បីកាត់បន្ថយបញ្ហានេះ ៖

**១. រោគសញ្ញា**

**កូនជ្រូកដែលកើតជំងឺនេះមានរោគសញ្ញាដូចខាងក្រោម ៖**

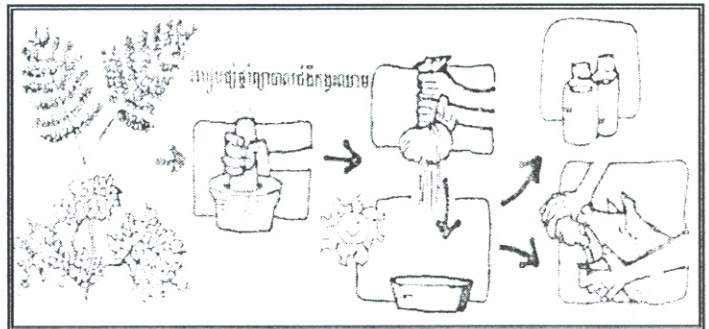
- សត្វមាន ចុងច្រមុះ អណ្តាត ភ្នែក ស្លេក ( ធម្មតាពណ៌ផ្កា ឈូក ) និងសត្វមិនស៊ីចំណី
- សត្វទ្រុឌទ្រោម មិនរហ័សរហួន និងសត្វមានស្ថានភាពរញ្ជិរញ្ជុំ បើសិនជាមិនព្យាបាលជំងឺនេះ ធ្វើឱ្យកូនជ្រូកងាយនឹងទទួលជំងឺដូចជា ជំងឺស្ងួត រាគរូស ។

**២. មូលហេតុ**

ជំងឺនេះច្រើនតែកើតមានឡើងនៅលើកូនជ្រូក ។ ជំងឺនេះអាចបណ្តាលមកពីកង្វះជាតិដែក ហើយតែងកើតមានឡើងនៅលើកូនជ្រូកអាយុ ១ អាទិត្យ ។

**៣. វិធានការណ៍ការពារ និងព្យាបាល**

ជំងឺនេះអាចការពារបានដោយឱ្យអាហារមានជីវជាតិដែកឬថ្នាំមានជាតិដែក ។ កសិករមួយចំនួនគេនិយមប្រើដីក្រហម ឱ្យកូនជ្រូកស៊ី ដើម្បីការពារជំងឺកង្វះជាតិដែក ក៏ប៉ុន្តែទន្ទឹមនឹងនេះ ក៏មានរុក្ខជាតិមួយចំនួនសំបូរជាតិដែកដែរ ។



**ការរៀបចំធ្វើថ្នាំផ្សំពីរុក្ខជាតិ**

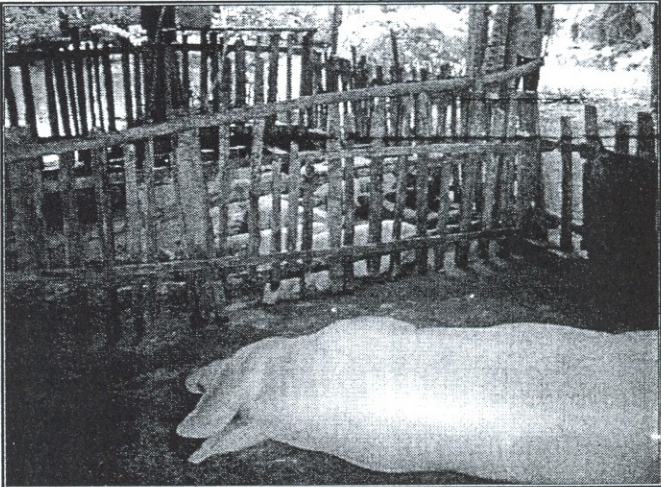
គេបុកស្លឹកម្រះស្រស់ ៤០ ក្រាមថែមទឹក ៥-១០ មីល្លីលីត្រ ហើយពូតយកទឹកបន្ទាប់មកយកស្បែកច្រោះវា ។ ដាក់ចូលក្នុងកែវ ឬក្រឡដែលគ្មានគំរុប ហើយដាក់ហាលក្រោមពន្លឺថ្ងៃរយៈពេល ១ ថ្ងៃ ។ បញ្ជូកឱ្យកូនជ្រូកអាយុ ៤-៥ ថ្ងៃ ដោយមួយថ្ងៃបញ្ជូកម្តង ។ បើចង់ធ្វើទុកឱ្យបានយូរត្រូវដាក់ក្នុងដបហើយទុកនៅកន្លែងត្រជាក់ហើយស្ងួត ។ បញ្ជូកតាមកំរិត ដូចគ្នាខាងលើ ។

### ៤.៤. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូក

លោកពូ ប្រាជ្ញ ពៅ អាយុ ៣៤ ឆ្នាំ ជាកសិករ និងជាពេទ្យសត្វម្នាក់រស់នៅភូមិត្រពាំងត្រៀម ឃុំសំពង់ជ័យ ស្រុក ជើងព្រៃ ខេត្តកំពង់ចាម មានបទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកមេ ព្រមទាំងចេះព្យាបាលថែមទៀតផង ។ ចំពោះបទពិសោធន៍ នេះ គាត់ចេះតាមតាមទំលាប់រួមផ្សំនឹងការមើលឯកសារពីអង្គការសេដ្ឋកិច្ច ។ បច្ចុប្បន្នលោកពូចិញ្ចឹមមេជ្រូក ១ ក្បាល មេក្រមុំ ២ ក្បាល និងជ្រូកសាច់ ចំនួន ៤ ក្បាល ។ ខាងក្រោមនេះជាបទពិសោធន៍របស់គាត់ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកមេ:

#### ១. របៀបជ្រើសរើសពូជជ្រូក

ពូជជ្រូក ដែលលោកពូទិញមកជាពូជជ្រូកមេកាត់ យ៉កសៀ ដោយទិញមកពីភូមិជិតខាង គឺភូមិឈូកស ។ ក្នុងការទិញនេះ គាត់ជ្រើសរើសយកជ្រូកញី ដែលមាន លក្ខណៈដូចជា:



ទ្រូងចិញ្ចឹមជ្រូក

- សុខភាពល្អ និងត្រជាក់ធំទូលាយ
- ជើងធំមាំត្រង់ និងខ្ពស់ល្អម ហើយភ្លៅធំមាំ
- មានដោះចំនួន ៦គូ ស្មើគ្នា ហើយដោះមិនខ្វាក់
- ខ្នងមាំ រាងកោង ស្មាទូលាយ ។ លក្ខណៈពិសេស របស់ពូជនេះ គឺមានត្រចៀកធ្លាក់ទៅមុខ សាច់ ក្រហមល្អ មិនសូវមានខ្លាញ់ ។ ចិញ្ចឹមរយៈពេល ៣-៤ ខែ អាចលក់បាន ។

#### ២. ទ្រូង

កន្លែងសង់ទ្រូង គឺក្បែរផ្ទះសង់ជាប់នឹងដី មានដំបូលធ្វើពីស្លឹក របងឈើ និងបាតចាក់សាបមានរាងទេរ ព្រម ទាំងមានកន្លែងបង្ហូរទឹកនៅពេលលាងទ្រូងចេញហើយទឹកនឹងហូរចូលរណ្តៅដាក់លាមក ។ ទ្រូងជ្រូកមានទំហំ ( បណ្តោយ ៨ ម៉ែត្រ x ទទឹង ២,៥ ម៉ែត្រ ) ដែលខណ្ឌជា ២ ផ្នែក មួយសំរាប់ដាក់មេជ្រូក និងមួយទៀត សំរាប់ដាក់កូនជ្រូក ។ នៅក្បែរទ្រូងមានស្រះទឹក និងសួនបន្លែដែលមានដាំត្រកូន ត្រាវ និងរុក្ខជាតិផ្សេងទៀត ដែលងាយស្រួលក្នុងការផ្តល់ ទឹក និងត្រកូនឱ្យជ្រូកស៊ី ។

#### ៣. ចំណី និងទឹក

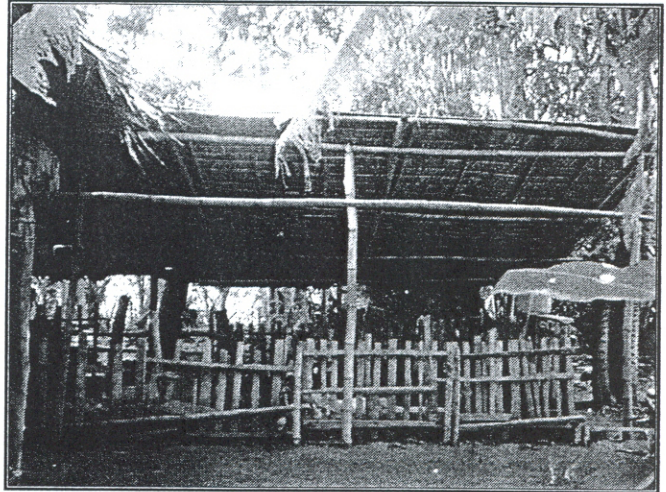
ប្រភេទចំណីនេះអាស្រ័យតាមរដូវផងដែរ ដោយនៅរដូវវស្សាសំបូរត្រី ក្តាម និងបន្លែ គាត់លាយចំណីដែល មានដូចជា កន្ទក់ សណ្តែកសៀង ត្រី ក្តាម និងបន្លែត្រកូន កំពឹងពួយជាដើម ។ ចំណែកនៅរដូវប្រាំងវិញ គាត់លាយ តែកន្ទក់ ត្រកូន ឱ្យជ្រូកស៊ី ព្រោះខ្លះខាតចំណីផ្សេងៗទៀតរួមផ្សំនឹងត្រីផង ។ ចំពោះទឹកគឺផ្តល់ទឹកស្រះឱ្យផឹកព្រោះគាត់ មានស្រះទឹកនៅក្បែរទ្រូង ។

#### ៤. ការធុំទាំជ្រូក

ចំពោះការថែទាំ គាត់មានការយកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងលើមេជ្រូក ដែលមានផ្ទៃពោះ ព្រោះមេធុំតែងជួបបញ្ហា ក្តៅដង្កក់ ដូច្នេះគាត់ថែទាំដូចជា:

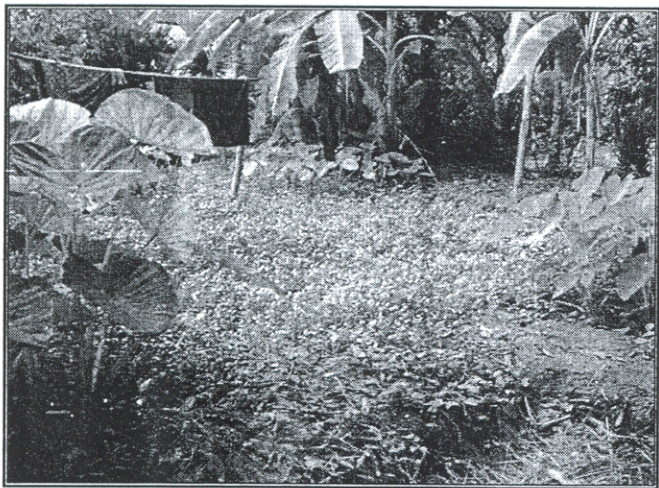


- ស្រោចទឹកលើខ្នុរនិងដាក់ទឹកឱ្យផឹកបានច្រើន
- តមអាហារដំណើបបាយស្រាខ្លោច  
ព្រោះធ្វើឱ្យក្តៅ និងមិនមានទឹកដោះ
- ផ្តល់អាហារបន្លែ ឱ្យច្រើនជាងកន្តក់ជៀសវាងការ  
ក្បៀនលាមក
- ការពារមិនឱ្យមេដើមប៉ះទង្គិចខ្លាំង  
នាំឱ្យរលូតកូន
- ដុសលាងសំអាតទ្រូងជាប្រចាំ ១ ថ្ងៃ ៣-៤ ដង
- ផ្តល់ចំណីឱ្យបានទៀងទាត់គ្រប់ពេល និងរាល់ថ្ងៃ
- នៅពេលជ្រូកកើតកូន ត្រូវយកក្រណាត់ជូតកូនឱ្យស្អាតដាក់ក្នុងកញ្ចៃ ដែលមានក្រាលចម្រើង ដើម្បីឱ្យមានភាព  
កក់ក្តៅ
- កាត់ធ្មេញទងផ្លិត និងដាក់ឱ្យបោទឹកដោះដំបូងដើម្បី ឱ្យកូនជ្រូកមានសុខភាពរឹងមាំ
- កូនជ្រូកអាយុបាន ៣-៤ ថ្ងៃ ត្រូវយ៉ាងកូនដាក់ផ្កាចំពីមេ ព្រោះខ្លាចមេជាន់ ។



**ទ្រូងចិញ្ចឹមជ្រូកមើលចំពីមុខ**

**៥. ចំណុចគួរកំណត់**



**បន្លែបំបៅធ្វើជាចំណីជ្រូក**

ដើម្បីឱ្យការចិញ្ចឹមបានល្អប្រសើរជាងនេះ  
គួរកែប្រែ ចំណុចមួយចំនួនដូចខាងក្រោម:

- គួរដាំបន្លែមប្រភេទចំណីជ្រូកផ្សេងទៀតមានដូចជា  
ឡូងមី កន្ទំថេត ដំឡូងជា
- ចំពោះទ្រូងត្រូវធ្វើឱ្យជិតមិនឱ្យសត្វដទៃទៀត  
ដូចជា មាន់ ទា ចូល ព្រោះវាអាចបង្កភាព  
កខ្វក់ និងឆ្លងមេ រោគដល់ជ្រូកបាន
- មិនគួរសង់ទ្រូងជិតផ្ទះពេកទេ ព្រោះវាអាច  
បណ្តាលឱ្យជះក្លិនលាមក ។

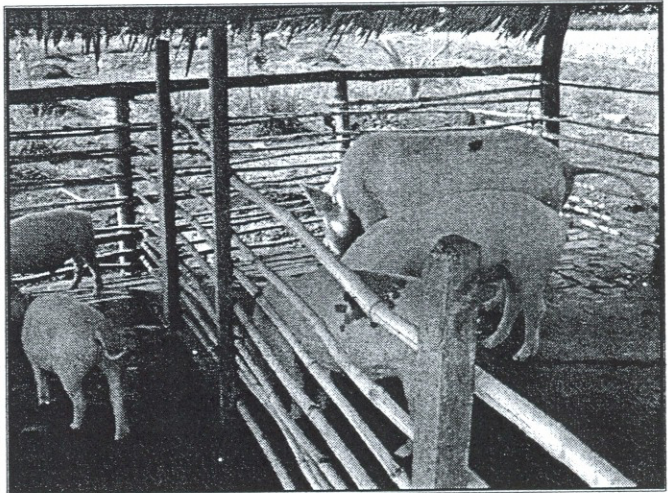
**សរុបមកបច្ចេកទេសសំខាន់ៗក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកមាន:**

- ជ្រើសរើសពូជជ្រូកចិញ្ចឹមឱ្យបានល្អ
- សង់ទ្រូងឱ្យមានទំហំសមស្រប និងមានដំបូលការពារកំដៅថ្ងៃ ភ្លៀង
- ផ្តល់ទឹក និងចំណីឱ្យបានទៀងទាត់ដោយមានលាយចំរុះ កន្តក់ ត្រី ក្តាម បន្លែ ។ល ។
- ថែទាំសំអាតជ្រូក និងទ្រូងជាប្រចាំ និងដាក់ជ្រូកមេ និងជ្រូកកូនខណ្ឌដាច់ដោយឡែកពីគ្នា
- យកចិត្តទុកដាក់ថែទាំលើមេជ្រូកមានផ្ទៃពោះដោយស្រោចទឹកឱ្យត្រជាក់ និងតមអាហារក្តៅ ។ល ។



**៤.៥. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកមេ**

លោកពូ អៀម រឹម ជាពេទ្យសត្វម្នាក់ រស់នៅភូមិឃ្នាយខាងត្បូង ឃុំដងទង ស្រុកដងទង ខេត្តកំពត មានបទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកមេព្រមទាំង ចេះព្យាបាលថែមទៀតផង ។ បទពិសោធន៍នេះគាត់ ចេះពីការរៀនសូត្រផ្នែកពេទ្យសត្វ និងដោយមាន ការរួមផ្សំពីការមើលឯកសារ តាមរយៈទស្សនាវដ្តី- កសិក របស់អង្គការ សេដាក។ បច្ចុប្បន្នលោកពូ ចិញ្ចឹម មេជ្រូក ១ ក្បាល និងជ្រូកសាច់ ៥ ក្បាល។ ខាងក្រោមនេះ ជាបទពិសោធន៍របស់គាត់ ក្នុងការ ចិញ្ចឹមជ្រូកមេ។



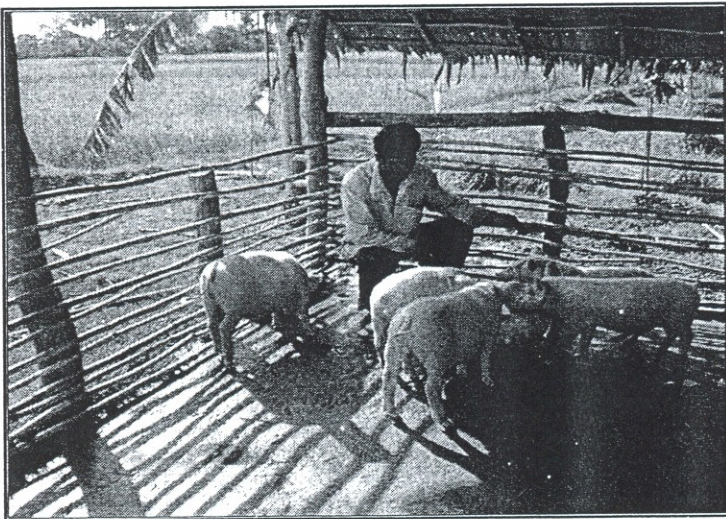
**ទិដ្ឋភាពនៃការចិញ្ចឹមជ្រូកក្នុងទ្រុង**

**១. របៀបជ្រើសរើសពូជជ្រូក**

ពូជជ្រូកដែលលោកពូទិញមកជាពូជជ្រូកមេថែ ដោយទិញមកពីភូមិជិតខាងគឺភូមិធំថ្មី។ ក្នុងការទិញនេះគាត់ ជ្រើសរើសយកជ្រូកញី ដែលមានសុខភាពល្អ ជើងមាំ ខ្ពស់ល្មម មានដោះច្រើន មិនខ្ទាក់ ខ្នងមាំរាងកោង និង ស្មាទូលាយ ។ លក្ខណៈពិសេសរបស់ជ្រូកនេះ គឺមានត្រចៀកធំ និងចិញ្ចឹមបានឆាប់ធំ ។

**២. ទ្រុង**

កន្លែងសង់ទ្រុង គឺនៅជាយភូមិចំងាយពីផ្ទះប្រហែល ១៥ ម៉ែត្រ ហើយមានដំបូលប្រក់ស្លឹក របងឈើ និងមាន ចាក់សាបបាតទ្រុងមានរាងទេរ ដើម្បីងាយស្រួលអាតទ្រុង។ ទ្រុងជ្រូកមានបណ្តោយ ៦ ម៉ែត្រ និងទទឹង ៣ ម៉ែត្រ ហើយ



**ទិដ្ឋភាពនៃការផ្តល់ចំណីជ្រូក**

ខណ្ឌជា ២ផ្នែកដែលមួយផ្នែកសម្រាប់ដាក់មេជ្រូក និងមួយទៀតសម្រាប់ដាក់ជ្រូកសាច់។ ក្រៅពីទ្រុង ចិញ្ចឹមជ្រូក គាត់បានធ្វើទ្រុងដើម្បីទុក ដាក់លាមក ជ្រូកសន្សំធ្វើជីដាក់ដំណាំ ។

**៣. ចំណីនិងទឹក**

ចំពោះការផ្សំចំណី គឺគាត់យកបាយលាយ ជាមួយកន្ទក់ និងមានដាក់ត្រកូនឱ្យស៊ីផងដែរ ។ ចំពោះទឹក គឺផ្តល់ទឹកអណ្តូងឱ្យផឹក ព្រោះគាត់មិន មានទឹកស្រះ ឬត្រពាំងប៉ុន្តែជ្រូករបស់គាត់មិនមាន បញ្ហាអ្វីឡើយ ។

**៤. ការថែទាំ**

ចំពោះការថែទាំ គាត់មានការយកចិត្តទុកដាក់ខ្លាំងណាស់ ពេលដែលមេជ្រូកមានផ្ទៃពោះ ព្រោះមេជ្រូកដែល ងើមតែងតែជួបប្រទះការដង្កាក់ ។ គាត់បានថែទាំដូចជា៖



- ស្រោចទឹកលើខ្លួនវាឱ្យបានច្រើន និងដាក់ទឹកឱ្យវាផឹកអោយបានច្រើន
- ឱ្យស៊ីបន្លែត្រកូនដើម្បីប្តូរជ្រូកឱ្យឆាប់ ធំធាត់
- ដុសលាងសម្អាតទ្រូងជាប្រចាំ ១ ថ្ងៃ ៣ ដង
- ឱ្យស៊ីចំណីឱ្យបានទៀងទាត់ ។

**៥. ចំណាប់អារម្មណ៍**

បន្ទាប់ពីបានកែលំអនូវបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមជ្រូកតាមកសិករផ្សេងៗមក លោកពូមានចំណាប់អារម្មណ៍ថា ការចិញ្ចឹមជ្រូកទទួលបានប្រាក់ចំណូលច្រើនបើយើងចេះជ្រើសរើសពូជមកចិញ្ចឹមបានល្អ ហើយជាពិសេស ការថែទាំអនាម័យ និងផ្តល់ចំណីចំរុះមានលាយបន្លែបៃតងផង នោះធ្វើឱ្យជ្រូកឆាប់ធំធាត់ និងមិនងាប់ ។

**សរុបមកបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមជ្រូកសំខាន់ៗមាន:**

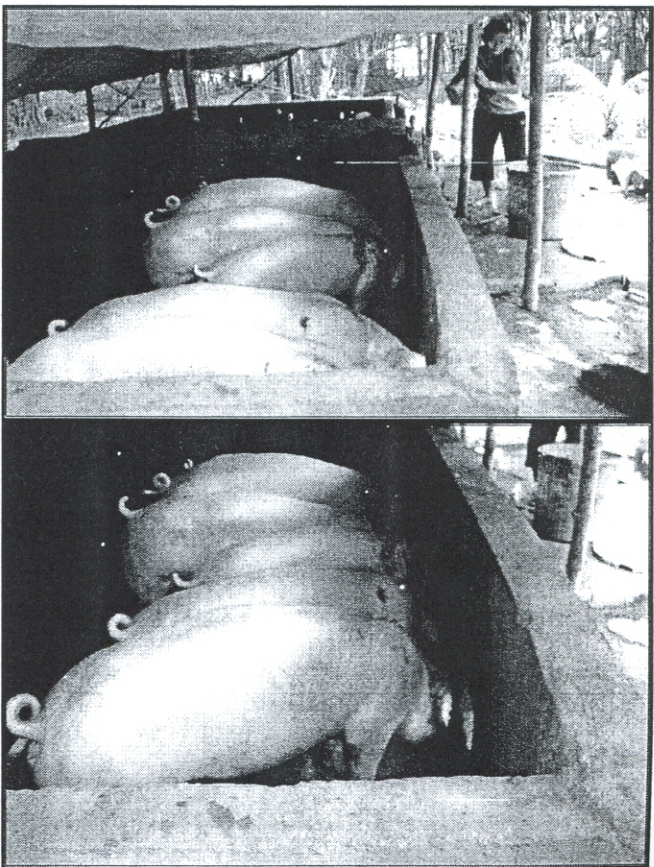
- ជ្រើសរើសពូជចិញ្ចឹមឱ្យបានល្អ
- សង់ទ្រូង ប្រក់ដំបូល និងចាក់សាប ដើម្បីឱ្យជ្រូករស់នៅស្រួល និងមានអនាម័យ
- លាយចំណីចំរុះមាន កន្ទក់ បាយ និងបន្លែស្រស់ដាក់ឱ្យជ្រូកស៊ី ផ្តល់ទឹកឱ្យផឹកឱ្យបានទៀងទាត់
- ថែទាំធ្វើអនាម័យជ្រូក និងទ្រូងរាល់ថ្ងៃ ។

**៤.៦. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកឆាប់ធំធាត់**

នៅខេត្តស្វាយរៀង កសិករភាគច្រើនចូលចិត្ត ចិញ្ចឹមជ្រូកតាមលក្ខណៈគ្រួសារ។ ជាក់ស្តែង កសិករ **ជាំ ថឹម** រស់នៅភូមិរោង ឃុំញរ ស្រុកកំពង់រោង ខេត្តស្វាយរៀង គាត់មានបទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកបានទទួលលទ្ធផលល្អដែលបទពិសោធន៍នេះមានបង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម :

**១. បច្ចេកទេសចិញ្ចឹម**

- ការជ្រើសរើសពូជ : ចំពោះពូជជ្រូកគាត់បានជ្រើសរើសពូជ យ៉កសៀ (ពូជកូនកាត់) ដែលគាត់ទិញមកពីកសិករ នៅក្នុងភូមិមានប្រភពច្បាស់លាស់ និងមានទំងន់ ១៥-២០ គីឡូក្រាម
- ការរៀបចំទ្រូង: ពីដំបូង គាត់រៀបចំទ្រូងធ្វើពីឫស្សី ប្រក់ស្លឹកត្នោត មានទំហំទទឹង ១,៥ ម៉ែត្រ បណ្តោយចំនួន ៤ ម៉ែត្រ សម្រាប់ជ្រូកចំនួន ៧ក្បាល។ នៅពេលជ្រូកធំគាត់បានពង្រីកទ្រូងធ្វើពីស៊ីម៉ង់ត៍ ចាក់បេតុងជញ្ជាំង កំពស់ ១ម៉ែត្រ ទទឹង ២ម៉ែត្រកន្លះ បណ្តោយ ៨ម៉ែត្រ និងដាក់បន្លែមជ្រូកចំនួន ៩ក្បាល សរុបជ្រូកដាក់ចិញ្ចឹមមាន ចំនួន ១៦ ក្បាល ។



**សកម្មភាពលាយចំណីជ្រូក**



- ការដាក់ចំណី : គាត់ដាក់ចំណីឱ្យជ្រូកស៊ីចំនួន ៣ ដងក្នុងមួយថ្ងៃ (ពេលព្រឹក ថ្ងៃត្រង់និងល្ងាច) ។ ប្រភេទចំណីដែលបានដាក់មានដូចជា បបរត្រាវ លាយជាមួយកន្ទក់មីដូ កន្ទក់ ពោត ក្រហម ទឹកត្រីប្រលាក់ ឬទឹកអំបិលបន្តិច ដើម្បីឱ្យជ្រូកស៊ីចំណីបានច្រើន និងផឹកទឹកបានច្រើនឆាប់ធំ ។ ក្នុងមួយថ្ងៃ គាត់ដាក់ចំណីឱ្យជ្រូកស៊ីប្រមាណជា

- កន្ទក់ចំនួន ៥០ គីឡូក្រាម
- ដើមត្រាវប្រមាណ ៥ គីឡូក្រាម
- កន្ទក់ពោត ៥០ គីឡូក្រាម
- ក.លត្រី ឬ កាកសំណល់ត្រីតាមមាន
- ទឹកដែលសល់ពីប្រឡាក់ក្បាលត្រី ។

- ការថែទាំ: ក្នុងការថែទាំគាត់ឧស្សាហ៍បាញ់ទឹកលាងជ្រូកឱ្យស្អាត ។ ការបាញ់ទឹកធ្វើឡើងចំនួន ៣ ដងក្នុង ១ថ្ងៃ នៅពេលព្រឹក ថ្ងៃត្រង់ និងល្ងាច ។ ប្រសិនបើជ្រូកមានជំងឺ គាត់បានរៀបចំជ្រូកដាក់ទ្រុង ដាច់ដោយឡែកពីគ្នា និងធ្វើការតាមដានជំងឺ និងព្យាបាលជំងឺ ។ ចំពោះកន្ទក់ពោតលាយកន្ទក់មីដូតាមឱ្យស៊ីនៅ ពេលព្រឹក ពេលថ្ងៃនិងល្ងាចឱ្យស៊ីបបរត្រាវ គាត់រៀបចំស្លុកវែងៗនៅជុំវិញទ្រុងទុកសំរាប់ដាក់ទឹកឱ្យជ្រូកផឹក ។



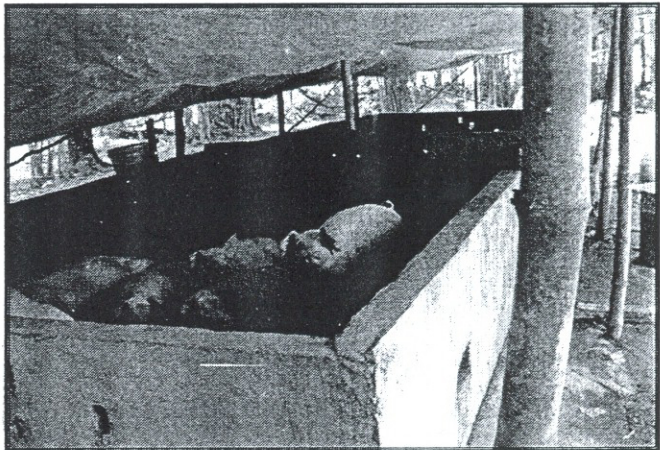
ទិដ្ឋភាពជ្រូកដាក់ចំណីនៅក្នុងទ្រុង

**២.លទ្ធផល**

តាមការថែទាំកន្លងមក ធ្វើឱ្យគាត់ទទួលបាននូវលទ្ធផលល្អ ។ ក្រោយចិញ្ចឹមរយៈពេល ៣ខែ ជ្រូកមានទំងន់ ៦៥ គីឡូក្រាម ហើយជ្រូកខ្លះទៀតមានទំងន់ដល់ ទៅ ៩០ គីឡូក្រាម ។ ចំពោះតម្លៃជ្រូក ក្នុង ១ គីឡូក្រាម ប្រមាណ ៧.០០០-៩.៣០០ រៀល ។ ជាក់ស្តែង គាត់លក់ជ្រូកចំនួន ១ ក្បាល បានចំនួន ៧០០.០០០ រៀល ។ ឥឡូវគាត់នៅសល់ជ្រូកចំនួនប្រមាណ ៦ ក្បាលទៀតកំពុងចិញ្ចឹមនៅក្នុងទ្រុង ។

**៣.ចំណាប់អារម្មណ៍**

ក្រោយពីទទួលបានលទ្ធផលគាត់មានចិត្តរីករាយណាស់ ព្រោះការចិញ្ចឹមពុំដែលជួបប្រទះបញ្ហា ។ ប្រាក់ចំណូល ដែលទទួលបានពីការចិញ្ចឹម គាត់អាចយកទៅចិញ្ចឹមគ្រួសារ ដោយមិនចាំបាច់ធ្វើចំណាកស្រុក ទៅកន្លែងផ្សេង ។



ទិដ្ឋភាពនៃការឱ្យចំណីជ្រូក



**៤.៧. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកធានាផលល្អ**



**ជ្រូកមេទើបកើតកូនរួច**

លោកពូ សាំង ចន្ទី ជាកសិកររស់នៅ ភូមិរមន់ ឃុំបឹងត្រាញ់ខាងជើង ស្រុកសំរោង ខេត្តតាកែវ គាត់មានបទពិសោធន៍ ក្នុងការ ចិញ្ចឹមជ្រូកតាមបច្ចេកទេសហើយ ដែលទទួល បាននូវផលចំណូលខ្ពស់ទៀតផង ។ បទ ពិសោធន៍នេះ គាត់ទទួលបានមកពីការបណ្តុះ បណ្តាលរបស់អង្គការ សេដ្ឋកិច្ច ដែលគាត់បាន សហការតាំងពីឆ្នាំ ២០០៤ មកម្ល៉េះ និងតាម រយៈការអានទស្សនាវដ្តីកសិករ ។ មុនពេលចូល សហការជាមួយគំរោង គាត់មានតែមេជ្រូក ចំនួន ៤ក្បាលតែប៉ុណ្ណោះ

តែបច្ចុប្បន្ន គឺមាន ជ្រូកសាច់ចំនួន ១៣ក្បាល ជំទង់ទុកពូជចំនួន ៣ក្បាលកូនចៅដោះចំនួន ៨ក្បាល និងជ្រូកមេមានចំនួន ៤ក្បាល។ ប្រាក់ចំណូលសុទ្ធ ដែលគាត់ទទួលបានក្នុង ១ឆ្នាំជាង ១០លានរៀល។ បទពិសោធន៍នៃការចិញ្ចឹម ជ្រូករបស់គាត់បង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម :

**១. ការជ្រើសរើសទីកន្លែងនិងការសាងសង់ទ្រុង**

ចំពោះការសាងសង់ទ្រុង គាត់បានជ្រើសរើស កន្លែង ដែលមានរាងទូល និងនៅជិតផ្ទះ ដើម្បីងាយ ស្រួលក្នុងការថែទាំ និងរក្សាបាននូវសន្តិសុខ។ ដោយ ឡែកការសាងសង់ទ្រុងគឺធ្វើយ៉ាងណាឱ្យសមស្របទៅ នឹងបរិមាណជ្រូក ដែលចិញ្ចឹមជៀសវាងការសង់តូច ពេក ហើយដាក់ជ្រូកចិញ្ចឹមមានចំនួនច្រើន ។ បើទ្រុង ជ្រូកមេ គាត់ធ្វើការខណ្ឌដាច់ពីគ្នា ០.៥ ម៉ែត្រ x ២



**ទិដ្ឋភាពទ្រុងចិញ្ចឹមជ្រូក**

ម៉ែត្រក្នុងមួយប្រឡោះសំរាប់ជ្រូកមួយក្បាល ។ ទ្រុងជ្រូកគាត់សង់បណ្តោយថ្លៃ ដើម្បីឱ្យមានខ្យល់ចេញចូល និងពន្លឺ គ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីឱ្យជ្រូកលូតលាស់ល្អ ។

**២. ការជ្រើសរើសពូជ**

ជ្រូកដែលលោកពូទុកចិញ្ចឹមធ្វើពូជក៏ ដូចជាជ្រូកសាច់ដែរគាត់បានធ្វើការជ្រើសរើសពូជ ដែលមានលក្ខណៈដូច ខាងក្រោម:

- រើសយកកូនជ្រូកណាដែលល្អជាងគេក្នុងប្លង់ ( ធំជាងគេ ជើងមាំ កូនចៅដោះនៅជួរមុខ)



- ជ្រើសរើសកូនជ្រូកសាទី២ ហើយយកកូនទី២ និងទី៣ ដែលមានក្រចកជើងស្មើគ្នា ពីមុខ ពីក្រោយ ដើម្បី ជៀសវាងការពិបាកក្នុងការឈរ
- បើជ្រើសរើសមេចិញ្ចឹមត្រូវយកមេជ្រូក ដែលមានដោះមិនខ្ជាក់ចាប់ពី៦គូ និងមានសំបុកពោះធំ ។



**៣. ចំណីនិងទឹក**

ចំពោះចំណីគាត់ផ្តល់ឱ្យក្នុងមួយថ្ងៃ ៣ ពេល ក្នុងបរិមាណ ៤ ទៅ ៥ គ.ក្រ ដោយប្រើប្រាស់ចំណី ដូចជាកន្ទក់ បាយស្រា ត្រកូន កាកសំណល់ផ្ទះបាយ និងបន្លែបន្លែ ដូចជាស្លាស្រស់ ត្រកៀតស្រស់ ត្រកៀតផ្កាប់ ស្លឹកផ្លែ ស្លឹកកន្ទំថេត ឬស្លឹកបាស ។ ក្រៅ ពីការផ្តល់ចំណីគ្រប់គ្រាន់ទាំងបរិមាណ និងគុណភាព លោកពូបានផ្តល់ទឹកឱ្យជ្រូកផឹក ជាប់រហូត ។

ក្រៅពីនេះគាត់បានធ្វើចំណីប្តូរសំរាប់បន្លែម ដែលមានធាតុផ្សំ និងរបៀបផ្សំដូចខាងក្រោម :

**ធាតុផ្សំ :** កំប្លោកហាលឱ្យស្រពាប់ ចំនួន ១០ គ.ក្រ ទឹក ១ លីត្រកន្លះ អំបិល ១ ខាំ ស្ករ ត្នោត កន្លះគ.ក្រ ។

**របៀបធ្វើ :** យកកំប្លោកហាន់ខ្លីៗ ហាលថ្ងៃឱ្យស្រពាប់ ២-៣ ម៉ោង លាយស្ករត្នោត ទឹក និងអំបិលឱ្យក្លាយ ជាល្បាយមួយរួចច្របល់ចូលគ្នាឱ្យសព្វល្អ ហើយផ្កាប់ទុកក្នុងពាងរយៈពេល ១-២ថ្ងៃ ដោយបង្ហើបឱ្យខ្យល់ចេញម្តង ។ រក្សាទុករយៈពេល១៥ថ្ងៃ ទើបអាចយកទៅប្រើបាន ។

**របៀបប្រើប្រាស់:** បន្លែមចំណីប្តូរផ្តល់ឱ្យជ្រូកស៊ី ដោយលាយជាមួយចំណីធម្មតា និងអាចឱ្យស៊ីសុទ្ធក៏បានក្នុង ករណី ដែលយើងធ្វើបានច្រើន ។

**៤. ការធ្វើអនាម័យនិងការវ៉ែនទាំ**

ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូកគាត់ធ្វើការថែទាំរាល់ថ្ងៃមានការបោសសំអាតទ្រុង ការស្រោចទឹកលើខ្លួនជ្រូកញឹកញាប់ ជា ពិសេសនៅរដូវប្រាំង និងការផ្តល់ចំណីទៀងទាត់ ។

- ដាក់ជ្រូកឱ្យនៅក្នុងទ្រុងដាច់ដោយឡែកពីគ្នា ដើម្បីការពារការខាំគ្នា ដែលបណ្តាលឱ្យជ្រូករបួស ឬរលូតកូន (ចំពោះមេដើម)
- ផ្តល់ចំណីឱ្យគ្រប់គ្រាន់ទឹកស្អាត ផ្តល់បន្លែបៃតងចម្រុះ និងចំណីប្តូរបន្លែម ជៀសវាងការដាក់ចំណីផ្ទុមឱ្យជ្រូកស៊ី
- ពេលជ្រូកមានផ្ទៃពោះការពារមិនឱ្យជ្រូក ហាក់លោតចេញពីទ្រុង
- ចិញ្ចឹមដាក់ទ្រុងមិនឱ្យដើរពាសវាលពាសកាល ដើម្បីការពារការឆ្លងជំងឺផ្សេងៗ ។



**៥. ចំណាប់អារម្មណ៍របស់កសិករ**

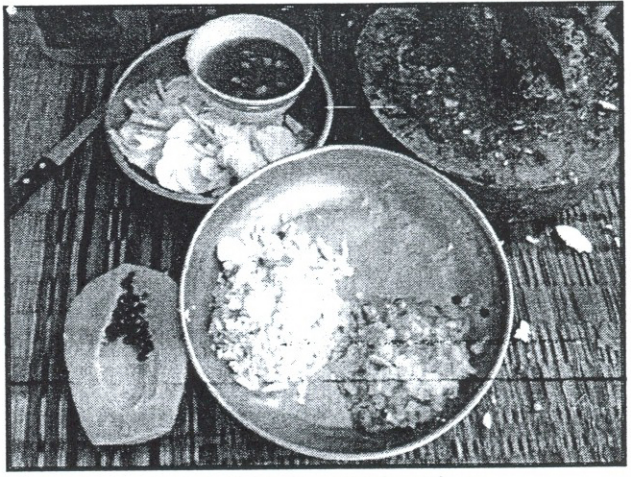
ជាបញ្ចប់ លោកពូមានចំណាប់អារម្មណ៍ថា តាំងពីចូលសហការជាមួយ សេដាក មកគាត់ទទួលបាននូវការ បណ្តុះបណ្តាលលើបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមជ្រូក ហើយបានយកទៅកែលម្អលើទំលាប់ចាស់ ដែលពីមុនការចិញ្ចឹមជ្រូកមិនបាន កាក់កប ជ្រូកឈឺច្រើន និងងាប់ច្រើន។ តែឥឡូវគាត់មានបទពិសោធន៍ច្រើន លើការចិញ្ចឹមជ្រូក ហើយទទួលបាន ជោគជ័យ និងប្រាក់ចំណូលច្រើន។ ដោយសារយើងបានយកចិត្តទុកដាក់មានការថែទាំ និងផ្តល់ចំណីចំរុះមានលាយ បន្លែបន្លែម និងការឱ្យទឹកជ្រូកផឹកគ្រប់គ្រាន់ និងធ្វើចំណីប្តូរលាយជាមួយចំណីឱ្យជ្រូកស៊ីទៀតនោះ វាធ្វើឱ្យការចិញ្ចឹម ជ្រូករបស់គាត់ធំធាត់លឿន និងមិនងាយកើតជំងឺព្រមទាំងទទួលបាននូវជោគជ័យទៀតផង ។

**៦. សរុបបច្ចេកទេសសំខាន់ៗលើការចិញ្ចឹមជ្រូក**

- ការជ្រើសរើសទឹកនៃចិញ្ចឹមលើដីទួលមិនលិចទឹក
- ធ្វើទ្រុង ប្រក់ដំបូល និង ចាក់ជាបេតុង ការពារភ្លៀងខ្យល់
- ខ័ណ្ឌទ្រុងដាក់ជ្រូកមួយៗឱ្យនៅដាច់ដោយឡែកពីគ្នាដើម្បីកុំឱ្យខាំគ្នា និងជ្រើសរើសពូជជ្រូកល្អមកចិញ្ចឹម
- ធ្វើចំណីប្តូរបន្លែម ផ្តល់ចំណីចំរុះ មានបន្លែ កន្ទក់ បាយ...និងទឹកឱ្យគ្រប់គ្រាន់
- ថែទាំ និងធ្វើអនាម័យលើជ្រូក និងទ្រុងឱ្យបានជាប្រចាំ ។

**៤.៨. បទពិសោធន៍ផ្សំចំណីបំប៉នសំរាប់ខ្មែរ**

កសិករ **ពេង ទី** រស់នៅភូមិព្រៃខ្លា ឃុំភក្តី ស្រុកបរសេដ្ឋ ខេត្តកំពង់ស្ពឺ ។ គាត់មានបទពិសោធន៍ ល្អក្នុង ការផ្សំចំណីបំប៉នសំរាប់ឱ្យជ្រូកស៊ី ដែលមាន គុណភាព ខ្ពស់ ធ្វើឱ្យជ្រូកធំឆាប់ឆាប់ ក្រោយពីបាន ផ្តល់ចំណីផ្សំ នេះរយៈពេលពី ១-២ ខែ ជ្រូកឡើង ទំងន់ពី ៨ ទៅ ១០ គ.ក្រ។ បទពិសោធន៍នេះគាត់ចេះ មកពីអង្គការសេដ្ឋកិច្ច ដែលបានចុះទៅបង្រៀន ដល់ ភូមិគាត់ នឹងគូបផ្សំជាមួយការអានទស្សនាវដ្តីកសិករ ផងដែរ ។ ចំពោះរបៀបផ្សំ និងលទ្ធផលមានបង្ហាញ ជូនដូចខាងក្រោម :



**វត្ថុធាតុដើមសំរាប់ផ្សំចំណីបំប៉ន**

**១. ធាតុផ្សំ**

ផ្លែឈើទុំ (ល្អុងទុំ ស្វាយទុំ ខ្នុរ ត្នោតទុំជាដើម) ចំនួន ៣ គ.ក្រ និងស្ករត្នោត ១ គ.ក្រ ។

**២. របៀបផ្សំ**

យកធាតុផ្សំទាំងអស់ទៅចិតឱ្យល្អិតៗ ឬចិតប្រាក់ឱ្យតូចយកទៅប្រឡាក់ជាមួយនឹងស្ករត្នោត រួចដាក់ចូលទៅក្នុង ពាងបិទគំរបពាងឱ្យជិត ផ្តាច់ទុករយៈពេល ១៥ថ្ងៃ ទៅ ៣០ថ្ងៃទើបអាចយកទៅប្រើប្រាស់បាន ។ ប៉ុន្តែក្នុងកំឡុងពេល រក្សាទុកគាត់បើកគំរប ១ថ្ងៃម្តងដើម្បីឱ្យថ្នាំឆាប់កាច់ ។

**៣. របៀបប្រើ**

ក្រោយពីរក្សាទុកបានរយៈពេល ៣០ថ្ងៃ ចំណីប្តូរកាច់ល្អ គេអាចយកវាទៅប្រើការបាន ។ ដោយប្រើក្នុង បរិមាណទឹកចំណីប្តូរ ២សេសេ លាយជាមួយទឹកធម្មតាចំនួន ១៥លីត្រ ។ របៀបនៃការប្រើមានពីរគឺ

- ១-អាចប្រើលាយជាមួយចំណី
- ២-ប្រើលាយទឹកសំរាប់ឱ្យជ្រូកផឹកជាប្រចាំថ្ងៃ



**ចំណីបំប៉នក្រោយពីផ្សំរួចមុននឹងយកទៅប្រើ**

**៤. លទ្ធផលក្រោយពីប្រើចំណីប្តូរ**

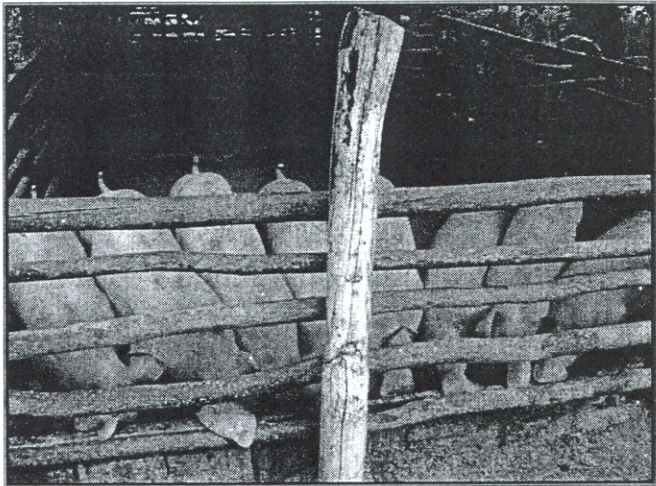
ក្រោយពីបានប្រើចំណីប្តូរនេះរយៈពេល ១ទៅ ២ខែ គាត់ សង្កេតឃើញ ជ្រូករបស់គាត់មានការលូតលាស់ធំឆាប់បានល្អ ។ លោកពូមានប្រសាសន៍បន្ថែមថា ចំណីផ្សំនេះមានប្រសិទ្ធិភាព ខ្ពស់រហូតដល់ ៨០ទៅ ៩០ភាគរយ ។ គាត់នឹងបន្តប្រើប្រាស់ទៀត ព្រោះធ្វើឱ្យសុខភាពជ្រូករបស់គាត់ ឆាប់ធំល្អ ។ គាត់នឹងផ្សព្វផ្សាយ

ដល់កសិករជិតខាង ឱ្យប្រើប្រាស់ចំណីផ្សំនេះ ដូចជាគាត់ ដែរ ។



**៤.៩. បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជ្រូកតាមវិធានដល**

លោក **ម៉ន ត្រៀម** ជាកសិកររស់នៅភូមិថ្មក ឫស្សី ឃុំសេដ្ឋី ស្រុកសាមគ្គីមានជ័យ ខេត្តកំពង់ឆ្នាំង។ គាត់មានបទពិសោធន៍ល្អ ក្នុងការចិញ្ចឹមជ្រូក ដោយប្រើចំណីផ្សំស្រេច ។ ក្រោយពីការប្រើអស់មួយរយៈមកឃើញថា ជ្រូកធំឆាប់លឿន។ ដែលបទពិសោធន៍នេះមានបង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម៖



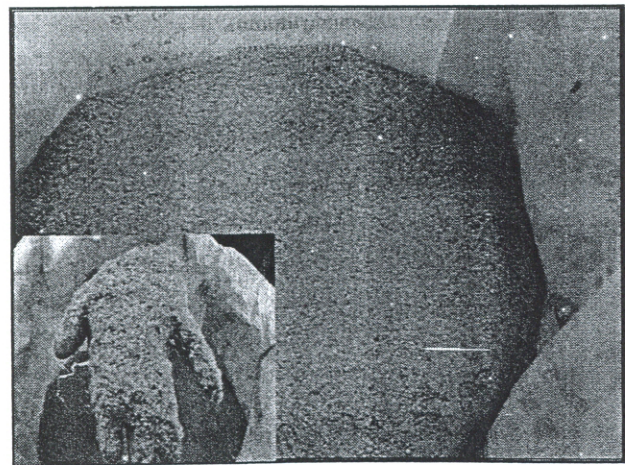
**ទិដ្ឋភាពជ្រូកកំពុងស៊ីចំណី**

**១. បច្ចេកទេសចិញ្ចឹម**

- ការជ្រើសរើសពូជ៖ ចំពោះពូជជ្រូកដែលលោកពូដាក់ចិញ្ចឹមនៅលើកទី ១ គាត់បានទិញពីអ្នកដើរលក់តាម កងតែក្រោយពីបានស្គាល់កសិដ្ឋានចិញ្ចឹមជ្រូកមក គាត់បានទៅទិញពីកសិដ្ឋានផលិតកូនជ្រូកផ្ទាល់ ។ មូលហេតុ ដែល គាត់សំរេចចិត្តទិញពូជពីកសិដ្ឋាន ដោយសារនៅសហគមន៍របស់គាត់មានរោងម៉ាស៊ីនផលិតចំណីដោយខ្លួនឯង ។

- ការរៀបចំទ្រុង ៖ ពីដំបូងគាត់រៀបចំទ្រុងធ្វើពីឫស្សី ប្រក់ស្លឹកត្នោតមានទំហំទទឹង ២.៥ ម៉ែត្រ បណ្តោយ ១០ ម៉ែត្រ សម្រាប់ជ្រូកចំនួន ១៤ ក្បាល ។ ទ្រុងជ្រូកគាត់ចាក់សាបពីក្រោម និងជញ្ជាំងធ្វើអំពីកូនឈើទំហំប៉ុនកំភួនជើង ដែលមានទទឹង ២.៥ ម៉ែត្រកន្លះបណ្តោយ ១០ ម៉ែត្រ ។ ក្នុងទំហំនេះគាត់បែងចែកចេញជា ៣ ទ្រុង ។ ទ្រុងបីនេះគាត់ធ្វើការបំបែកជ្រូកជាបី ដោយឡែកពីគ្នា គឺក្នុងទ្រុងនីមួយៗត្រូវដាក់ជ្រូក ដែលមានកំលាំងដូចគ្នាទំហំប៉ុនគ្នា ព្រោះងាយស្រួលផ្តល់ចំណី ប្រសិនបើយើងដាក់ចូលគ្នា ទាំងតូចទាំងធំធ្វើឱ្យជ្រូកណាតូចមិនអាចប្រជែងគេឈ្នះ ។

- ការដាក់ចំណី៖ គាត់ដាក់ចំណីឱ្យជ្រូកស៊ីចំនួន ៣ដងក្នុងមួយថ្ងៃ (ពេលព្រឹក ថ្ងៃត្រង់ និងល្ងាច) ។ ប្រភេទចំណីដែលបានដាក់ឱ្យជ្រូកស៊ីជាប្រភេទចំណីផ្សំស្រេច ចំនួន



**ចំណីផ្សំស្រេចផលិតដោយសេដ្ឋកម្មនៃប្រចាំភូមិ**

**វត្ថុធាតុដើមសំរាប់ផលិតចំណីផ្សំនេះមានដូចជា៖**

- កន្ទក់ពោត ៧៤ គ.ក្រ ត្រី ១៦ គ.ក្រ កន្ទក់អង្ករ ៥០ គ.ក្រ និងសណ្តែកសៀង ១៦ គ.ក្រ
- ដំឡូងមី ៨ គ.ក្រ អំបិល ២ គ.ក្រ និងម្សៅខ្នង ១ គ.ក្រ ។

កិនសារធាតុទាំងអស់ឱ្យម៉ដ្ឋ រួចយកច្របល់ចូលគ្នា ឱ្យ



សព្វច្រកដាក់បារក្នុងមួយបារ ៣០គ.ក្រ ។ ចំពោះការលាយចំណីឱ្យស៊ីជាប្រចាំថ្ងៃវិញ គាត់យកកន្ទក់មីដ៏ចំនួន ២ គ.ក្រ លាយជាមួយចំណីផ្សំស្រេច ២ គ.ក្រ បរិមាណនេះឱ្យស៊ីក្នុងមួយពេល ។ ដូច្នេះក្នុងមួយថ្ងៃបីពេលជ្រូកត្រូវការស៊ី ចំណីអស់ចំនួន ៦ គ.ក្រ ។ ក្រៅពីចំណីផ្សំខាងលើគាត់បាន ដាក់ចំណីស៊ីបន្ថែមទៀតមាន ដូចជាកន្ទក់ ពោត និងកន្ទក់ អង្ករ លាយគ្នាដាក់ឱ្យស៊ីពេលព្រឹក និងបបរត្រាវដាក់ឱ្យស៊ីនៅពេលល្ងាច ។

- ការថែទាំ: ក្នុងការថែទាំគាត់ឱ្យស្រាវជ្រាវបាញ់ទឹក លាងជ្រូកឱ្យស្អាត ។ ការបាញ់ទឹកធ្វើឡើង ចំនួន ២ ទៅ ៣ ដងក្នុងមួយថ្ងៃនៅពេលព្រឹកថ្ងៃត្រង់ និងល្ងាច ។

ប្រសិនបើជ្រូកមានជំងឺ គាត់បានរៀបចំជ្រូកដាក់ទ្រុងដាច់ដោយឡែកពីគ្នា និងធ្វើការតាមដាន និងព្យាបាល ជំងឺ ។

**២. សន្ទស័យ**

ចំពោះជ្រូកដែលចំនួន ១៥ក្បាល គាត់បានចិញ្ចឹមនេះគាត់មិនទាន់លក់បានទេតែតាមរយៈការចិញ្ចឹមជាក់ស្តែង គាត់សង្កេតឃើញថា ជ្រូកដែលគាត់កំពុងចិញ្ចឹមនេះមានការលូតលាស់លឿនជាងការចិញ្ចឹមលើកមុនៗ ដែលមិនបាន ឱ្យចំណីផ្សំស៊ី ។ ដូចនេះគាត់កត់សំគាល់ថា ការប្រើចំណីផ្សំ ដែលសហគមន៍របស់គាត់កំពុងអនុវត្តន៍រាល់ថ្ងៃនេះគឺអាច ផ្តល់ផលចំណេញច្រើនសំរាប់ អ្នកដែលចិញ្ចឹមជ្រូកជាលក្ខណៈគ្រួសារដូចគាត់ ។



ទិដ្ឋភាពនៃការដាក់ចំណីជ្រូកស៊ី



# ឱបស័កស្រី

# ធ្វើបដិមេស្រីកសិកម្មស្រូវ

យោងតាមការស្រាវជ្រាវ ៣៧៩

ថ្ងៃទី ១ មេប្រុកមិនចាញ់ឱបស័កស្រី



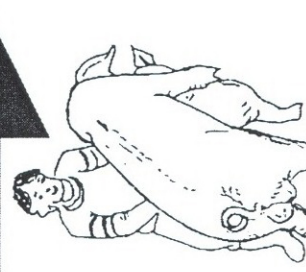
មេប្រុកខាំបាំងលើ និងអ្វីៗនៅក្បែរវា

ថ្ងៃទី ២ មេប្រុកអាចឱបស្រីនៅក្បែរ

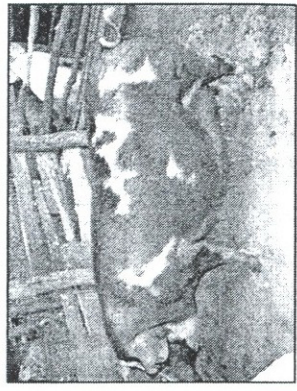


សង្កត់ខ្នងមេប្រុក ដើម្បីបានស្នាមពេលវេលាត្រឹមត្រូវឱ្យឱបស្រី

ថ្ងៃទី ៣ មេប្រុកឱបស្រី



- ចំណាំ :
- មេប្រុកកំណត់ថាជាមេដោយមិនបញ្ចេញសញ្ញាណរកញោល ២១ថ្ងៃ ក្រោយពេលដាក់រូប ។
  - កត់ត្រាថ្ងៃដាក់ជាដើម្បីបានថ្ងៃមេប្រុកកើតកូន ។



ដាគីណា ២ ដង (ត្រីក និងឈ្មាម) ធានា ឱ្យមេស្រីមាន កូនច្រើន ៥

សញ្ញាណផ្សេងទៀតនៃការរកញោល		
យោនីហើមជុំ	នៅមិនស្ងៀម	នោមញឹក
មិនសូវស្ងប់ស្ងាត់	ឡើងពាក់ជ្រូកដំបែង	ទឹកអំបិលហូរចេញតាមយោនី



# បង្កើនអត្រាពងកូនក្នុងមួយឆ្នាំ

ដើម្បីបង្កើនចំនួន អ្នកគ្រូគ្រងគ្រប់គ្រងមេជ្រូកដើម្បីបង្កើនអត្រាពងកូនឱ្យបាន ២,៣ដងក្នុងមួយឆ្នាំ



១៥៣ ថ្ងៃ

រយៈពេលផ្តាច់ដោះ = ៧-១០ ថ្ងៃ

រយៈពេលផ្តាច់ដោះ = ១១៤ ថ្ងៃ

រយៈពេលបំបៅដោះកូន = ៣០ ថ្ងៃ

ដើម្បីសំរេចជោគជ័យលើការងារនេះ អ្នក:

- មិនធ្វើឱ្យហួសថ្ងៃរក និងដាក់បា
- រកបាជ្រូកល្អសំរាប់បង្កាត់មេឱ្យបាន ២ដង (ចន្លោះ ៨-១២ម៉ោង)
- ផ្តល់ចំណីមានគុណភាព និងបរិមាណដល់ជ្រូកផ្សេងៗ និងបំបៅដោះកូន
- បង្កាត់កូនជ្រូកឱ្យស៊ីចំណីមានគុណភាពល្អនៅអាយុ ១០-១៥ ថ្ងៃ

ផ្តល់ត្រកូនឱ្យជ្រូកស៊ី

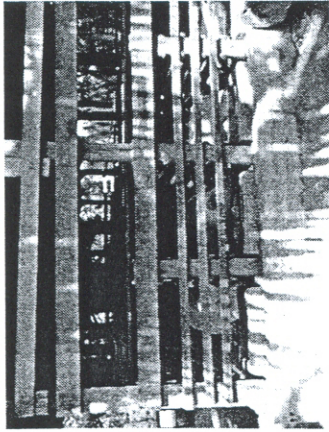
ឱ្យកូនជ្រូកស៊ី ៣-៤ដងក្នុង១ថ្ងៃ ដើម្បីឱ្យអាប័ធំ និងសុខភាពល្អ

លាយចំណីខ្លួន ឯងសំរាប់កូន ជ្រូក និងមេជ្រូក



# ការព័ទ្ធជាមធ្យមក្រសែង

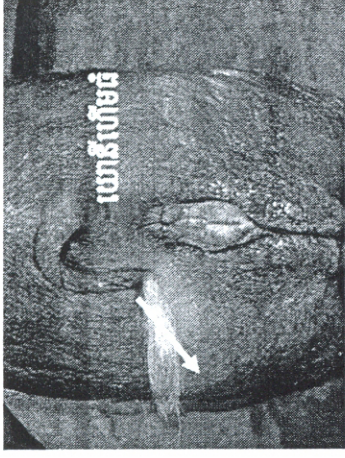
ជាក់មេជ្រូកដើមក្នុងទ្រុងមួយក្បាល



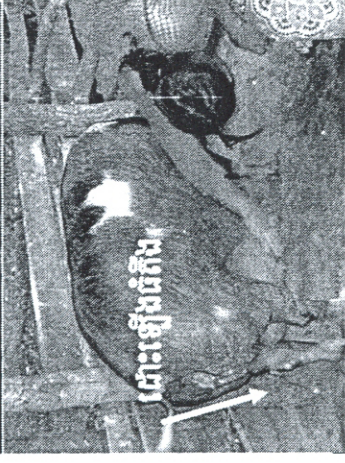
លាងយោនី និងក្រសោមដោះ  
មុនពេលកើតកូន ២-៣ថ្ងៃ



យកមេជ្រូកទៅទ្រុងកើតកូន ២សប្តាហ៍មុនកើតកូន



យោនីហើមជំ



ដោះឡើងវិញ

សញ្ញាណដល់ថ្ងៃកើតកូន

ចំណាំ:

- កាត់បន្ថយចំណី នៅពេលមេជ្រូកដើមធាត់ខ្លាំង តែត្រូវបន្ថែមចំណីប្រសិនបើសូម ។
- ចាក់ថ្នាំការពារជំងឺសាល់ម៉ូណេឡូស សារទឹក និងប៉េស្តូជ្រូក ។
- ចាក់ថ្នាំទំលាក់ប្រូនដល់មេជ្រូក ២ សប្តាហ៍មុនពេលកើតកូន ។
- មិនឱ្យចំណីមេជ្រូកស៊ីនៅថ្ងៃកើតកូន តែផ្តល់ទឹកគ្រប់គ្រាន់ ។



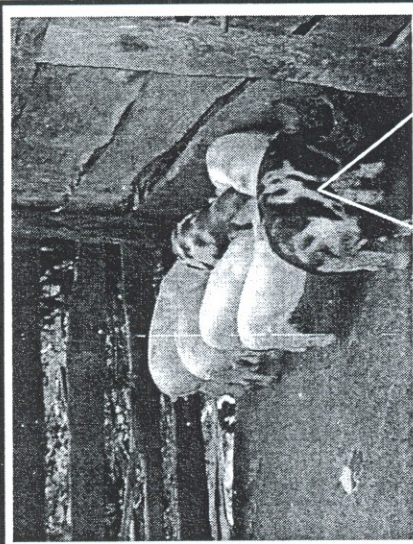
# ការវិនិច្ឆ័យនូវកំពុងជីវិត និង ក្រោយពេលកើត



សំអាតកូនជ្រូកដោយក្រណាត់ទន់  
ក្រោយកើតភ្លាម



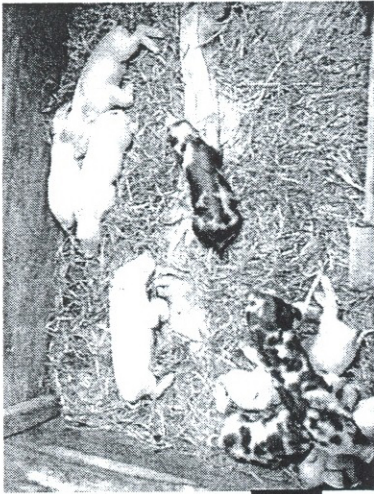
ចងចងដឹក ពាសម រួចកាត់ ០,៥សម  
ពីកន្លែងចង



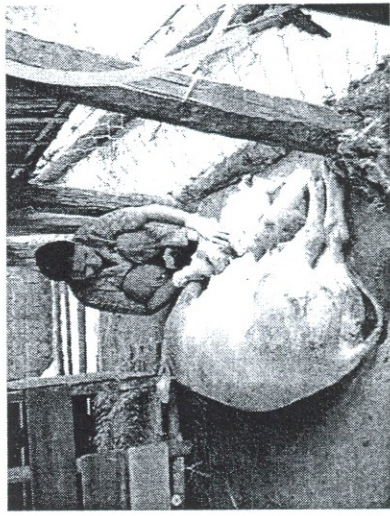
អនុវត្តតាមវិធីនេះ អ្នកទទួលបានកូនជ្រូកផ្តាច់  
ដោះច្រើន ហើយមានសុខភាពល្អ ។



កាត់ឆ្មេងទឹកដោះក្រោយកូនជ្រូកកើតភ្លាម



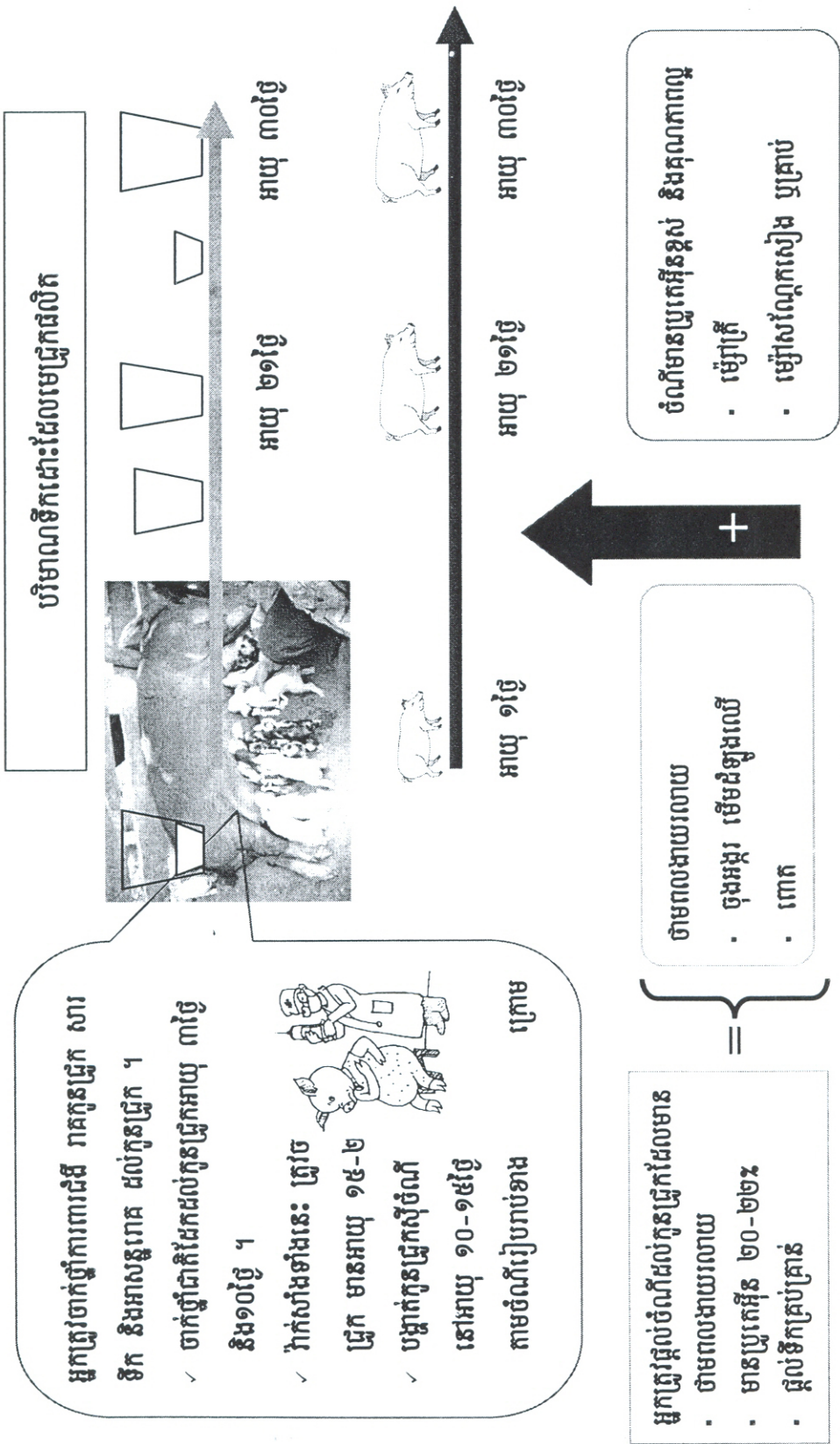
ទុកកូនជ្រូកក្នុងទ្រុងក្រោយចេញដោះរួច  
ចៀសវាងការដេកកិនដោយមេវា



ឱ្យកូនជ្រូកចេញដោះដំបូង ក្នុងរយៈពេល៤៨ម៉ោង  
ក្រោយកើត ។ កូនតូចឱ្យចេញដោះជូរមុខ ។



# ផ្លូវចំណី និងស្បែកស្រូវក្នុងការដាំដុះស្រូវដំណាំស្រូវ



# ព្រះគ្រូកសិកររាប់ស្បែកច្រើនបំផុតក្នុងក្រុម



## លក្ខណៈវិនិច្ឆ័យ

















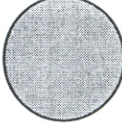



<b>កំលែ និងការរកទិញ</b> ✓ ងាយស្រួលរកនៅជនបទ ✓ ការចំណាយលើកូនជ្រូក			
<b>ការផ្តល់ចំណី និងជំនាក់</b> ចំណីមានគុណភាពខ្ពស់ កំណើនទម្ងន់ដោយផ្តល់ចំណីល្អ កំណើនទម្ងន់ដោយផ្តល់ចំណីកសិករ			
<b>ការថែទាំ</b> ✓ ឱកាសទទួលជំងឺ ✓ តម្រូវការប្រុងប្រយ័ត្ន ✓ តម្រូវការអនាម័យល្អ			
<b>ការលក់ដូរ</b> ✓ ទម្ងន់ពេញវ័យ ✓ បរិមាណខ្លាញ់ក្នុងសាច់ ✓ កំលែលក់ជ្រូករស់			
<b>ចំណាំ:</b> ពិន្ទុដែលបានដាក់ ផ្តល់ជាចំណាត់ថ្នាក់លើការល្អគ្រប់គ្រាន់ តម្រូវការ និងកំយន្តរាយ ។ ការល្អគ្រប់គ្រាន់ តម្រូវការ និងកំយន្តរាយ ទទួលបាន ១-២ពិន្ទុ ផ្ទុយទៅវិញ ការល្អគ្រប់គ្រាន់ តម្រូវការ និងកំយន្តរាយខ្ពស់ ទទួល ៥ ពិន្ទុ ។			

អ្នកត្រូវទិញស្បែករាប់ស្បែកច្រើនបំផុតក្នុងក្រុម ទៅក្នុងក្រុមអ្នក ឬក្នុងក្រុមខ្លួន ២





# តម្រូវការអាហារអរូបស្ថានសំរាប់ស្រ្តីក

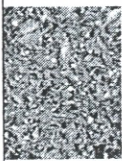



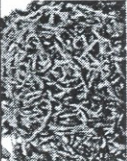















ប្រភេទស្រ្តីក	ចំណី	ប្លូតេអ៊ីន	ថាមពល	ជីវជាតិ - ប៊ែ
កូនស្រ្តីក		22 		
កូនស្រ្តីកផ្តាច់ដោះ		20-22 		
ស្រ្តីកសាច់		16-18 		
មេស្រ្តីកដើម		14-15 		
មេស្រ្តីកដើមដោះកូន		17-18 		













ចំណាំ:

- ទំហំរង្វង់មូល បង្ហាញពីបរិមាណ ។ ទំហំរង្វង់ធំ បង្ហាញពីបរិមាណច្រើន និងទំហំរង្វង់តូច បង្ហាញពីបរិមាណតិច ។



# ប្រភេទពាធនធានចំណី និងដីជាតិ

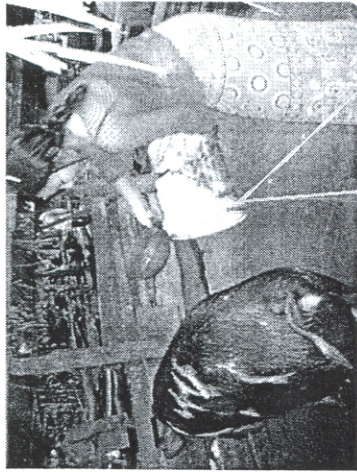
ចំណី-ប្រភេទពាធនធាន	ប្រភេទក្រី	ថាមពល	ជីវជាតិ-វី
 ត្រីច្រៀម			
 ជ័រឆ្នួន			
 ព្រៃកូន			
 ស្លឹកដំឡូងឈើ			
 ស្លឹកដំឡូងដី			

ចំណី-ប្រភេទពាធនធាន	ប្រភេទក្រី	ថាមពល	ជីវជាតិ-វី
 ស្រូវ			
 ទឹកប្រោក			
 មើមដំឡូងឈើ			

ទំហំនៃរង្វង់កំណាងឱ្យបរិមាណ ហើយទំហំនេះអាចធ្វើការប្រៀបតាមការប្រែប្រួលនៃប្រភេទចំណីនីមួយៗ ឬតាមការបញ្ឈប់នៃ ប្រភេទចំណីផ្សេងៗគ្នា ។

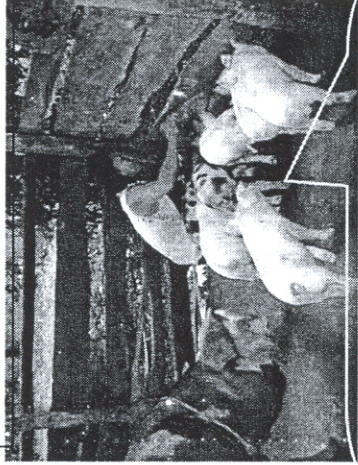


# ថែទាំជ្រូករបស់អ្នក



លាងជ្រូក និងសំអាតទ្រូង ២ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ

- ✓ មានទឹកសំរាប់ជ្រូកផឹកគ្រប់ពេលវេលា
- ✓ ប្រើស្លឹកសំរាប់ផ្តល់ចំណីឱ្យជ្រូក-មិនចាក់ចំណីនៅលើកំរាល ឬដី
- ✓ លាងសំអាតស្លឹកទឹក និងស្លឹកចំណី មុនឱ្យចំណីថ្ងៃ

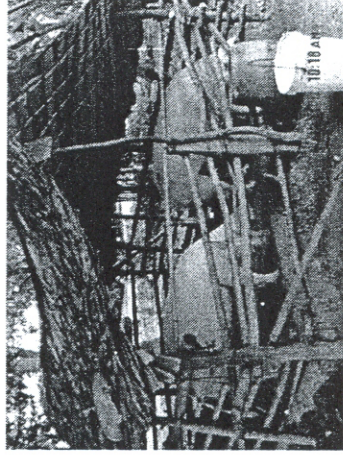


ផ្តល់ចំណី ៣-៤ដង ដល់កូនជ្រូក ១០-១៥គក្រ និង២-៣ដង ក្នុង១ថ្ងៃ ដល់កូនជ្រូកលើសពី ២៥គក្រ

- ◇ ជ្រូកអនុវត្តតាមការណែនាំខាងលើ
- ◇ ជ្រូកមានសុខភាពល្អ និងធំធាក់លឿន

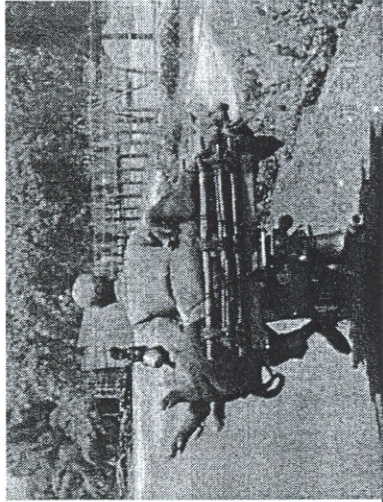


ការចាក់ថ្នាំការពារ ព្យាបាល និងសេវាកម្មផ្សេងទៀត ទាក់ទងពេទ្យសត្វកូមីរបស់អ្នក



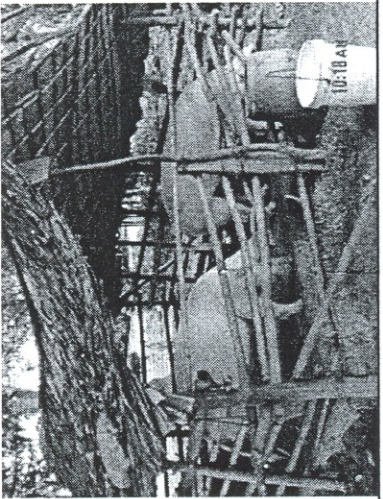
ចិញ្ចឹមជ្រូកក្នុងទ្រូង និងមានដបលូ

# លក់ជ្រូកឆ្នួតនូវពេលវេលាត្រឹមត្រូវ



ហេតុអ្វីបានជាត្រូវលក់ជ្រូកអ្នកនៅពេលមួយត្រឹមត្រូវ ?

ដោយសារជ្រូកលើស ៨០គក្រ នឹងបង្កើនខ្លាញ់ ច្រើន ធ្វើឱ្យអ្នកបង់ខាតប្រាក់ ប្រសិនបើអ្នកបន្តចិញ្ចឹមវា

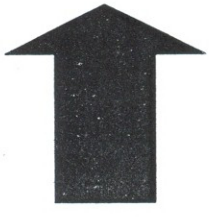


ហេតុអ្វីបានជាត្រូវលក់ជ្រូកអ្នកនៅពេលមួយត្រឹមត្រូវ ?

ព្រោះអ្នកផ្តល់បរិមាណចំណីដដែល ជ្រូកសាច់របស់អ្នក កើនទំងន់បាន ក៏ចក្ខុចណាស់

- ធ្វើដូចម្តេចទើបខ្ញុំដឹងពីពេលវេលា ត្រឹមត្រូវសំរាប់លក់ជ្រូក
- វិធីល្អឆ្លងជ្រូកអ្នក ១៥ថ្ងៃម្តង
- ពេលវាមានទំងន់ក្បែរ៨០គក្រ
- ប្រសិនបើអ្នកគ្មានជញ្ជីងទេ អ្នកយកម៉ែក្រសំពាក់វាសំវែង ហើយប្រើប្រាស់មន្ទីរខាងក្រោម សំរាប់ប៉ាន់ស្មានទំងន់ជ្រូក
- ជ្រូកសាច់ពូជក្នុងស្រុកអាចលក់ នៅទំងន់ ៥០-៦០គក្រ ។

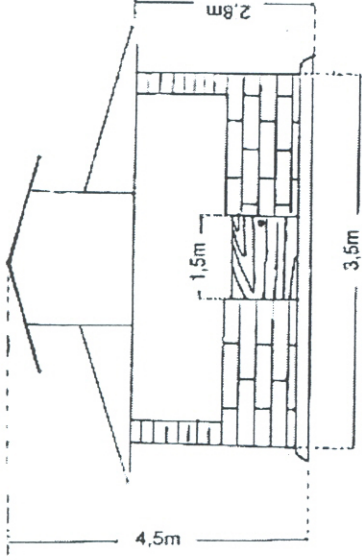
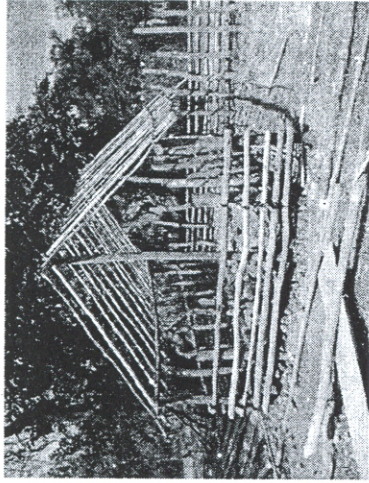
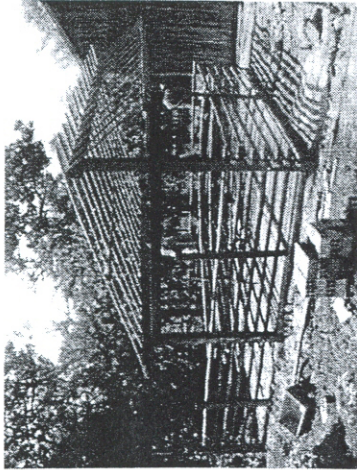
ក្រោយពីការវាស់វែង ប្រើរូបមន្ត នេះ សំរាប់ប៉ាន់ស្មានទំងន់ជ្រូក របស់អ្នក



$$\text{ទំងន់} = (\text{ទំហំទ្រូងកាំរ៉េ} \times \text{ប្រវែងដងខ្នងពីចន្លោះ ត្រចៀកទៅគុលកន្ទុល}) / ១៤៤០០$$



# ការសាងសង់ផ្ទះឌីជីថល



អ្នកអាចជ្រើសរើសគំរូផ្ទះឌីជីថលដែលមានកំរាលស៊ីម៉ង់ដើរម៉ង់ម៉ាស៊ីនរាប់ប្រាក់សាច់ និងឌីជីថល

អ្នកអាចសង់ទ្រុងមានជំហរពីរជាន់សំរាប់ការចិញ្ចឹមជ្រូកមេ លើស ១០ក្បាល ឬជ្រូកសាច់ ៤០ក្បាល

អ្នកសង់ទ្រុងដោយប្រើប្រាស់ការណែនាំខាងក្រោម

ប្រភេទជ្រូក	ទំហំ ម <sup>២</sup> / ក្បាល
ជ្រូកសាច់	០,៥-១
មេជ្រូកដើម	១,៥-២
មេជ្រូកបំបៅដោះកូន	៤-៦
កូនជ្រូកផ្កាចំដោះ	០,៣-០,៥
៣	៦-៨

ប្រើសំភារៈដែលមាននៅមូលដ្ឋានដើម្បីសង់ទ្រុងជ្រូកអ្នក ហើយជ្រើសរើសគំរូណាមួយដែលសមស្របទៅតាមអាកាសធាតុ និងប្រព័ន្ធផលិតកម្មជ្រូក ។ អ្នកត្រូវសង់ទ្រុងជ្រូកទៅតាមលក្ខខណ្ឌដូចខាងក្រោម៖

- សង់នៅលើទីខ្ពស់ដែលទឹកងាយហូរ និងមានខ្យល់ចេញចូលត្រឹមត្រូវ
- ទីកន្លែងសាងសង់ត្រូវចៀសវាងរាងកន្លីថ្ងៃក្តៅខ្លាំង ជាពិសេសនៅពេលថ្ងៃត្រង់
- មានទីធ្លាគ្រប់គ្រាន់សំរាប់គ្រប់គ្រងកាកសំណល់ និងលាមក ។



