e521

CEDAC

កសិករ
Farmer

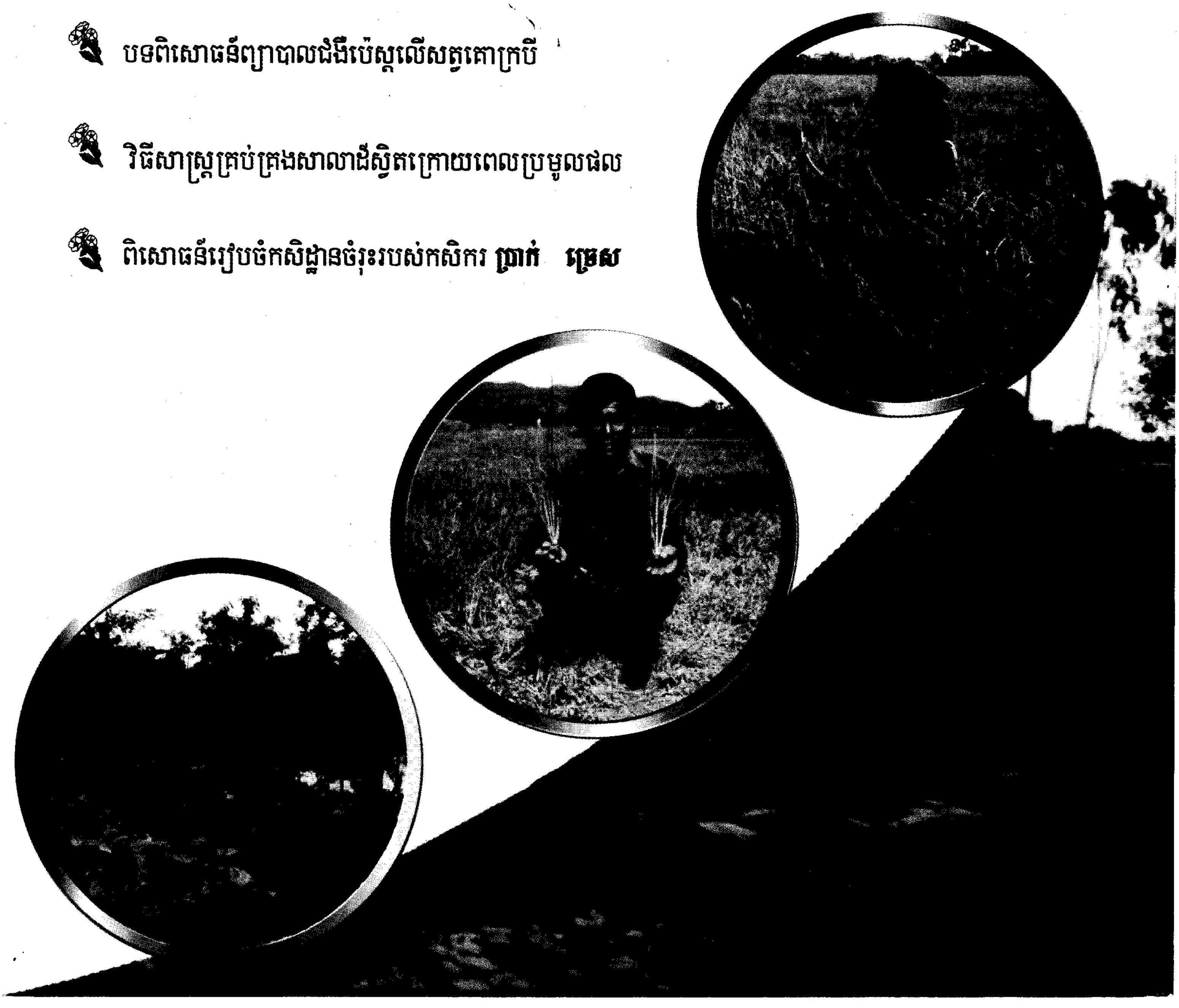
ទស្សនាវដ្តីប្រចាំខែ

ឆ្នាំទី ៥ លេខ ០៧ កក្កដា ២០០៣

ទស្សនាវដ្តីសំរាប់អភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មជាលក្ខណៈគ្រួសារនៅកម្ពុជា

Magazine for the Development of Family Agriculture in Cambodia

- ការសាកល្បងពិសោធន៍ដាំល្ហុងរបស់កសិករ **ផ្លន ផន**
- បទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺប៉េស្តលើសត្វគោក្របី
- វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងសាលាដីស្និតក្រោយពេលប្រមូលផល
- ពិសោធន៍រៀបចំកសិដ្ឋានចំរុះរបស់កសិករ **ប្រាក់ ច្រេស**



គណៈកម្មការនិពន្ធ

បណ្ឌិត យ៉ង សាំងកុមារ
លោក យឹម សុផាណ្ណា
អ្នកស្រី ពាន សុខា
លោក ប្រាក់ សេរីវឌ្ឍន៍
លោក សម វិទូ
លោក ហូរ ស្រេង
លោក សួន សេង

រួមចំណែកអត្ថបទលេខនេះ

អ្នកស្រី ពាន សុខា
អ្នកស្រី មាស និមល
បណ្ឌិត យ៉ង សាំងកុមារ
លោក ស៊ឹម សាមឿន
កញ្ញា ស៊ិន អង្គាសាធ
លោក សុ ផាផល
លោក ម៉ៅ វាសនា
លោក ឌុល ណារិន
លោក តាត់ សុខ
លោក អ៊ី ណារ៉ុន
លោក រាជ សុភាព
លោក ឡាង សេងហ៊ង
លោក លាស់ ជាឡេង

បោះពុម្ព និងចែកផ្សាយ

អ្នកស្រី ពាន សុខា
អ្នកស្រី មាស និមល
អ្នកស្រី គង់ លីនដា
កញ្ញា ព្រំ សោភណ្ឌ
លោក ស៊ិន ហៃល

បោះពុម្ពដោយ

រោងពុម្ពផ្ទើយ៍ទាស

ចំនួន ៤៥០០ ច្បាប់

មជ្ឈមណ្ឌលសិក្សានិងអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មកម្ពុជា (សេដាក/CEDAC)

មជ្ឈមណ្ឌលសិក្សានិងអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មកម្ពុជា ជាអង្គការមិនមែនរដ្ឋាភិបាលខ្មែរ ឯករាជ្យ មិនស្វែងរកកំរៃផលប្រយោជន៍បុគ្គល និងមិនពាក់ព័ន្ធគណបក្សនយោបាយ ។ "សេដាក" ត្រូវបានបង្កើតឡើងនៅឆ្នាំ ១៩៩៧ ក្នុងគោលបំណងចូលរួមចំណែកអភិវឌ្ឍន៍សង្គមកម្ពុជាមួយប្រកបដោយចីរភាព និងសមធម៌ ដែលប្រជាកសិករ និងអ្នកបរិភោគមានជីវិតរស់នៅប្រកបដោយភាពសប្បាយរីករាយ ។

សេដាក បានចាប់ដៃជាមួយកសិករ និងអ្នកពាក់ព័ន្ធដទៃទៀត ដើម្បីផ្តួចផ្តើមគំនិតអនុវត្ត និងគាំទ្រដល់គំរោង ឬសកម្មភាពដែលចូលរួមចំណែកដល់អធិបតេយ្យភាពស្បៀង និងការបង្កើនទូវគុណភាពនៃជីវិតរបស់ប្រជាកសិករ និង អ្នកបរិភោគ ដោយជាមួយគ្នានោះរក្សា និងបង្កើនទូវគុណភាពនៃធនធាន-ធម្មជាតិ និងការសហការគ្នាក្នុងសង្គម ។

កម្មវិធីបោះពុម្ពផ្សាយព្រឹត្តិបត្រកសិករ

ព្រឹត្តិបត្រកសិករ ត្រូវបានបោះពុម្ពផ្សាយជារៀងរាល់ខែដោយមជ្ឈមណ្ឌលយើង ចាប់តាំងពីខែមករា ឆ្នាំ ១៩៩៩ ក្នុងគោលបំណង :

- ☞ ចងក្រង និងកត់ត្រាទុកនូវរាល់ចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍ល្អៗ របស់កសិករពីតំបន់មួយ ផ្សព្វផ្សាយដល់កសិករនៅតំបន់ផ្សេងៗ ទៀត ដើម្បីធ្វើការសាកល្បងតាម
- ☞ ផ្តល់នូវបទពិសោធន៍ និងពត៌មានថ្មីៗ ដែលពាក់ព័ន្ធនឹងវិស័យកសិកម្មដល់កសិករ និងអ្នកបច្ចេកទេសផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម សំដៅពង្រីកចំណេះដឹងឱ្យបានទូលំទូលាយ
- ☞ ជាវេទិកាសំរាប់ពិភាក្សាលើបញ្ហាទាក់ទងទៅនឹងការអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មជាលក្ខណៈគ្រួសារ នៅកម្ពុជា ។

មាតិការអត្ថបទ

ផលិតកម្មដំណាំ

- ការសាកល្បងធ្វើស្រែ ប.វ.ស របស់កសិករ **ពាញ លក្ខិណា**... ២
- បទពិសោធន៍រៀបចំថ្នាលសំណាបរបស់កសិករ **ទុយ ផន** ៤
- ការសាកល្បងពិសោធន៍ដាំល្ហុងរបស់កសិករ **ជួន ជន**.......... ៦

ផលិតកម្ម និងការព្យាបាលសត្វ

- បទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺប៉េស្តលើសត្វគោក្របី.................. ៧

ទំព័រសុខភាព

- បញ្ហាសុខភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលកសិកម្ម...................... ៩
- ឱសថបុរាណព្យាបាលជំងឺក្អក.. ១០

ទិដ្ឋភាពស្រូវ ប.វ.ស នៅពេលទុំ

ទិដ្ឋភាពដើមល្ហុងរបស់កសិករ ជួន ជន

កសិដ្ឋានចំរុះរបស់កសិករ ប្រាក់ ច្រេស

វារីវប្បកម្ម និងនេសាទ

- ចរិតរស់នៅរបស់ត្រីកន្ធរ.. ១១

ការប្រមូល និងទុកដាក់ផលិតផល

- វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងសាលាជីស្វិតក្រោយពេល ប្រមូលផល ១៣

វេទិកាកសិករ

- បទពិសោធន៍រៀបចំកសិដ្ឋានចំរុះរបស់កសិករ **ប្រាក់ ច្រេស**.. ១៤

ពត៌មានទីផ្សារ

- តំលៃកសិផលលើទីផ្សារក្រុងភ្នំពេញ.............................. ១៨

ពីនេះពីនោះ

- ប្រការ ៩ យ៉ាង គួរជៀសវៀងចំពោះកុមារ.......................... ១៩

កំណាព្យ

- ចិញ្ចឹមមាន់តាមគោលការណ៍ធម្មជាតិឆាប់ធំធាត់ (ក្របក្រោយ)

អារម្ភកថា

មកដល់លេខនេះ ទស្សនាវដ្តីកសិករត្រូវបានបោះពុម្ពផ្សព្វផ្សាយចំនួន ៥៥ លេខ ហើយ ។ សរុបមក យើងបានផ្សព្វផ្សាយនូវបទពិសោធន៍ប្លែកៗ របស់កសិករបានចំនួនប្រមាណ ៣២៨ ករណី ដែលភាគច្រើន ជាអត្ថបទដែលផ្តោតទៅលើផលិតកម្មស្រូវ បន្លែ និងការចិញ្ចឹមសត្វ ។ល។ ក្នុងរយៈពេលប្រហែល ១ ឆ្នាំ កន្លងមកនេះ យើងបានបញ្ចូលនូវអត្ថបទទាក់ទងទៅនឹងការគ្រប់គ្រង និងទុកដាក់ផលិតផលក្រោយពេល ប្រមូលផលថែមទៀត ។

ជារៀងរាល់ឆ្នាំ បទពិសោធន៍របស់កសិករបានត្រូវចងក្រងជាកូនសៀវភៅ ដែលមានឈ្មោះថា "**មេរៀនពីកសិករ**" មកដល់ពេលនេះ យើងបានចងក្រងចំនួន ៤ ភាគហើយ ។ ដូចព្រឹត្តិបត្រកសិករដែរ កម្រងកូនសៀវភៅនេះកំពុងពេញនិយមពីសំណាក់អ្នកអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្ម និងបងប្អូនកសិករ។ យើងសង្កេត ឃើញថាកម្រងសៀវភៅនេះ កំពុងត្រូវបានថតចំលងដើម្បីចែកផ្សាយ និងលក់បន្តនៅបណ្តាខេត្តផ្សេងៗ ។

តាមរយៈការវាយតំលៃ ដែលបានធ្វើជារៀងរាល់ឆ្នាំ យើងបានទទួលនូវការអោយតំលៃខ្ពស់ពី សំណាក់អ្នកអាន ជាពិសេសពីសំណាក់បងប្អូនកសិករ ។ ទន្ទឹមនឹងនេះ យើងក៏បានទទួលនូវយោបល់មួយ ចំនួនដែលជាជំនួយយ៉ាងសំខាន់ក្នុងការកែលំអនូវទស្សនាវដ្តីនេះ ។

ជាលទ្ធផលជាក់ស្តែង គឺ កសិករជាច្រើនបានអនុវត្តតាមនូវបទពិសោធន៍ដែលផ្សព្វផ្សាយតាមរយៈ កសិករបានជោគជ័យ ។ ចំពោះកសិករដែលបានអនុវត្តបានជោគជ័យ យើងក៏បានព្យាយាមធ្វើការស្រាវជ្រាវ ដើម្បីធ្វើការចុះផ្សាយ ក្នុងគោលបំណងបង្កើតនូវភាពទុកចិត្តទៅលើគំនិតថ្មីៗ ។ ឧទាហរណ៍ជាក់ស្តែងក្នុង លេខនេះយើងឱ្យបានចុះផ្សាយនូវអត្ថបទទាក់ទងការអនុវត្តនូវគោលការ និងបច្ចេកទេសរបស់ប្រព័ន្ធ ប្រពលវប្បកម្មស្រូវតាមគោលការធម្មជាតិ និងបច្ចេកទេសក្នុងការដាំល្ហុង (ដែលជាគំនិតដើមរបស់កសិករ **ប្រាក់ ច្រេស**) ។

ដើម្បីបង្កើននូវគុណភាពរបស់ទស្សនាវដ្តីកសិករនេះឱ្យកាន់តែប្រសើរឡើង ទាមទាឱ្យមានការ សហការបន្ថែមទៀតពីបងប្អូនកសិករ និងភ្នាក់ងារ ឬអង្គការអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មក្នុងការចូលរួមចំណែកជា អត្ថបទស្តីអំពី ចំណេះដឹង និងបទពិសោធន៍ប្លែកៗ ក៏ដូចជាការជួយធ្វើការសាកល្បងនូវគំនិត ឬបទពិសោធន៍ដែលបានចុះផ្សាយ និងទស្សនាវដ្តី ។ នៅពេលបានសាកល្បងរួចរាល់ហើយ ការផ្តល់មកវិញ នូវពត៌មានទាក់ទងលទ្ធផលនៃការពិសោធន៍ (ល្អ ឬមិនល្អក៏ដោយ) និងអាចចូលរួមចំណែកសំខាន់ក្នុងការ បង្កើននូវគុណភាព និងភាពទុកចិត្តលើទស្សនាវដ្តីនេះដែរ ។

ជួសមុខក្រុមអ្នកនិពន្ធ យើងខ្ញុំសូមថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅចំពោះការសហការរបស់លោក អ្នក រយៈពេលកន្លងមក និងសូមស្វាគមន៍រាល់ការសហការទៅថ្ងៃមុខទៀត ។

បណ្ឌិត យ៉ង សាំងកុមារ

ផលិតកម្មជំណាះ

ការសាកល្បងធ្វើស្រែប្រពលវប្បកម្មតាមគោលការណ៍ធម្មជាតិរបស់កសិករ

ពាញ លក្ខិណា

ការធ្វើស្រែប្រពលវប្បកម្មតាមគោលការណ៍ធម្មជាតិ ដែលបានផ្សព្វផ្សាយដោយអង្គការសេដាក ត្រូវបានកសិករជាច្រើនទទួលយកទៅសាកល្បង និងអនុវត្តតាម ។ ឧទាហរណ៍ជាក់ស្តែង នៅឆ្នាំ ២០០១ ប្អូនស្រី **ពាញ លក្ខិណា** ដែលជាកសិកររស់នៅភូមិទង់នាគ ឃុំស្តៅកោង ស្រុកបាភ្នំ ខេត្តព្រៃវែង ។

ប្អូនស្រី ពាញ លក្ខិណាកំពុងច្រូតស្រូវរបស់គាត់

ក្រោយពីបានទទួលការបណ្តុះបណ្តាល និងផ្សព្វផ្សាយបច្ចេកទេស ប.វ.ស ពីអង្គការសេដាកមក ប្អូនស្រីបានសាកល្បងអនុវត្តលើស្រែ ១៨ អារ ។ ដោយការសាកល្បងដំបូងបានទទួលលទ្ធផលល្អ នៅឆ្នាំ ២០០២ គាត់បានពង្រីកធ្វើស្រូវតាម ប.វ.ស លើផ្ទៃដីសរុប ១ ហិកតា តែម្តង ។ ចំពោះបច្ចេកទេសដែលគាត់បានអនុវត្តមានបង្ហាញជូនដូចខាងក្រោម :

❊ ការរៀបចំដី : នៅពេលភ្ជួរ គាត់បានដាក់ជីធម្មជាតិទ្រាប់បាតចំនួន ៦០០ គីឡូក្រាម ដូចជា ស្លឹកអង្កាញ់ សំដីស្រូវ អង្កាម និងលាមកគោ ព្រមទាំងជីអ៊ុយរ៉េ ចំនួន ៣៥ គីឡូក្រាម ។

❊ ប្រភេទពូជ : ពូជដែលគាត់ប្រើ មានឈ្មោះថា ពូជស្រូវមហាផល ជាពូជស្រូវធ្ងន់ក្នុងស្រុក មិនប្រកាន់រដូវ អាយុ ៦ ខែកន្លះ ។

❊ ការជ្រើសរើសពូជ : មុនពេលសាប គាត់ជ្រើសរើសពូជដែលមានគ្រាប់ពេញ ថ្លោស គ្មានការបំផ្លាញពីជំងឺសត្វល្អិត ។ ក្នុងការសាប គាត់ប្រើពូជអស់ ២៦ គីឡូក្រាម ។

❊ ការសាប : ក្នុងការសាបគឺ គាត់ធ្វើថ្នាលធំ ប៉ុន្តែសាបស្តើង ។

✳ អាយុសំណាប : ស្ទូងសំណាបខ្ចីអាយុ ១៥ -២០ ថ្ងៃ ។ នៅពេលដកសំណាប គាត់បានដកមួយដើមៗ ដោយឥតបោកសំណាប និងមិនចងសំណាប ហើយដកភ្ជាមយកទៅស្ទូងភ្លាម ។

✳ ការស្ទូង : គាត់ស្ទូងនៅពេលព្រឹកព្រលឹមស្រាងៗ ឬពេលល្ងាចត្រជាក់ ។ ចំពោះការស្ទូង គឺគាត់ស្ទូងចាប់ ១ ដើមៗ ក្នុង ១ គុម្ព និងស្ទូងរាក់ៗ ចំងាយពីគុម្ពមួយទៅមួយ ប្រវែង ២ តឹក ។

✳ ការថែទាំ : គាត់ពុំសូវបានចុះដកស្មៅស្រូវទេ តែគាត់បានបញ្ចេញបញ្ចូលទឹកឱ្យល្មមតំរូវការលូតលាស់របស់ស្រូវ ។

ដោយសារមានទឹកជំនន់លិច ២ដង រយៈពេល ១ ខែកន្លះ ក្នុងដំណាក់កាលដែលស្រូវកំពុងលូតលាស់ធ្វើឱ្យមានការប៉ះពាល់ដល់ទិន្នផលស្រូវ ។ នៅលើផ្ទៃដី ១ ហិកតា គាត់ទទួលផលបាន ១៧១៦ គីឡូក្រាម ។ គាត់បានអះអាងថា ប្រសិនបើគ្មានទឹកជំនន់បំផ្លាញផលស្រូវរបស់គាត់ ទិន្នផលអាចបានប្រហែល ៣ តោន។ ប៉ុន្តែ ទោះបីយ៉ាងណាបើប្រៀបធៀបទៅនឹងការធ្វើតាមទំលាប់ចាស់ ដែលមិនមានទឹកជំនន់ គាត់ទទួលបានតែ ១២០០ -១៣២០ គីឡូក្រាមប៉ុណ្ណោះ ។

ជាសរុប គាត់ពុំបានធ្វើតាម ប.វ.ស ទាំងអស់ទេ មានចំណុចខ្លះធ្វើបានល្អ និងចំណុចខ្លះធ្វើមិនទាន់បានល្អ ដូចជា :

ចំណុចធ្វើបានល្អ	ចំណុចធ្វើមិនបានល្អ
- ជ្រើសរើសពូជដែលមានគ្រាប់ពេញល្អ	- នៅប្រើជីគីមីលាយខ្លះ
- ធ្វើបានពីដើមរដូវ នាំឱ្យស្រូវធន់នឹងទឹកលិច	- មិនបានបោចស្មៅបំផុសដី
- ដកសំណាប ១ ដើមម្តងៗ ថ្នមៗដោយមិនបោក និងមិនចង	- ធ្វើដីមិនបានរាបស្មើល្អនៅមាន ខ្ពស់ ទាបៗ
- សាបរង្វើល	- មិនបានជ្រើសរើសំណាបថ្លោសល្អ ស្មើគ្នា
- ដកសំណាបភ្លាមយកទៅស្ទូងភ្លាម	- ស្ទូងមិនបានត្រង់ជួល្អ
- ស្ទូងរាក់ៗ និងទាប់សំណាបស្ទូង ១ ដើមៗ	- ធ្វើថ្នាលសំណាបធំពេក
- ធ្វើដីភក់ៗ ដើម្បីស្ទូង	

ដោយមើលឃើញចំណុចខ្វះខាតច្រើននៅក្នុងបច្ចេកទេសនៃការធ្វើស្រែ ប.វ.ស ប្អូនស្រីបានសន្យាថា ទៅថ្ងៃមុខគាត់នឹងធ្វើការកែលំអនូវចំណុចខ្វះខាតទាំងនេះ ជាពិសេសឈប់ប្រើជីគីមីតែម្តង នឹងងាកមកខំសន្សំជីធម្មជាតិឱ្យបានច្រើន និងប្រើតែជីធម្មជាតិសុទ្ធ ដើម្បីឱ្យទិន្នផលបានខ្ពស់ជាងនេះ ។

ចាំ វាសនា

បទពិសោធន៍រៀបចំថ្នាលសំណាប

កសិករ **ឌុយ ផន** រស់នៅភូមិតាសួន ឃុំត្រពាំងធំខាងជើង ស្រុកត្រាំកក់ ខេត្តតាកែវ ។ ក្រោយពីអង្គការ សេដាក បានចុះផ្សព្វផ្សាយនូវបច្ចេកទេស ប.វ.ស មក លោកពូមានការចាប់អារម្មណ៍យ៉ាងខ្លាំង ហើយក៏បានធ្វើការសាកល្បងតាមលើផ្ទៃដី ២៤ អារ នៅឆ្នាំ ២០០១ ។ នៅឆ្នាំ ២០០២ គាត់បានពង្រីកមកលើផ្ទៃដីចំនួន ១,១០ ហិកតា ហើយទទួលបានផលចំនួន ១៦០ ថាំង ។ នៅឆ្នាំ ២០០៣ នេះ គាត់បន្តអនុវត្ត ប.វ.ស លើផ្ទៃដី ១,១៦ ហិកតា ទៀត ។ តាមការអះអាងរបស់គាត់ ការធ្វើសំណាបអោយបានថ្លោសល្អ និងរបៀបដកសំណាបស្ទូង ជាកត្តាមួយ ឬបច្ចេកទេសមួយដ៏សំខាន់ក្នុងប្រព័ន្ធប្រពលវប្បកម្មស្រូវតាមគោលការធម្មជាតិ។ ដូចនេះ យើងសូមចុះផ្សាយនូវបទពិសោធន៍របស់គាត់ដូចខាងក្រោម :

១. ការរៀបចំថ្នាល

រៀបចំភ្ជួរដីត្រឡប់ចុះឡើងឱ្យបាន ៣ សារ រួចហាលទុករយៈពេលមួយអាទិត្យ ទើបត្រឡប់វាម្តង ។ ការធ្វើដូចនេះ គឺអាចធានាឱ្យសំណាបមានការដុះលូតលាស់ល្អ និងមិនមានស្មៅ ។ លើកទីបួន គាត់ភ្ជួរត្រឡប់ម្តងទៀត ដើម្បីឱ្យដីកាន់តែម៉ដ្ឋភ្ជួរកាត់ជាថ្នាលតូចៗ ល្មម ដើម្បីធ្វើថ្នាលសំរាប់សាប ។ ថ្នាលដែលបានរៀបចំហើយត្រូវយកដីដែលពុកផុយ ដូចជា អង្កាម លាមកសត្វ កំប៉ុស្ត មករោយពីលើឱ្យសព្វ រួចយកចបកាប់ត្រឡប់ឱ្យសព្វជាមួយដី រួចកាយដីក្នុងថ្នាលឱ្យបានស្មើល្អ ។

២. ការជ្រើសរើសពូជ និងការត្រៀមពូជសាប

ការជ្រើសរើសពូជមានសារៈសំខាន់ណាស់ សំរាប់ធ្វើឱ្យសំណាបដុះមកថ្លោស និងលូតលាស់ល្អ ។ មុនសាប គាត់យកគ្រាប់ពូជទៅហាលថ្ងៃរយៈពេល ១ ម៉ោងកន្លះ (ហាលថ្ងៃស្រទន់ចាប់ពីម៉ោង ៩ ទៅ ១០:៣០ នាទី) ។ ព្រោះកាលណាហាលថ្ងៃក្តៅខ្លាំងធ្វើឱ្យដំណុះគ្រាប់ចុះខ្សោយ ។ បន្ទាប់មក យកគ្រាប់ទៅអុំរែងឱ្យស្អាត រួចយកទៅលាងទឹក នៅពេលនោះបើឃើញគ្រាប់ណាអណ្តែតលើផ្ទៃទឹក យើងស្រង់ចេញ ទុកតែគ្រាប់ណាដែលធ្ងន់ធ្លាក់ចុះបាត យើងរក្សាវាទុក និងត្រាំ (ទឹកធម្មតា) រួចផ្អាប់ទុកមួយយប់មុនយកទៅសាប ។

៣. ការសាប និងការថែទាំក្រោយសាប

ក្នុងការសាប គាត់យកគ្រាប់ពូជដែលបានត្រៀមរួចយកទៅសាបនៅលើថ្នាលស្តើងៗ (ពូជ ៤ គីឡូក្រាម សាបលើដីចំនួន ២ អារ) ។ បន្ទាប់ពីសាបហើយ សំណាបត្រូវការដុះលូតលាស់ ដូច្នេះត្រូវបង្ក

លក្ខណៈឱ្យសំណាបដុះលូតលាស់ឱ្យបានល្អ ដូចជា បើគ្មានភ្លៀង យើងត្រូវធ្វើការស្រោចស្រពបន្ថែម និងធ្វើការដកស្មៅ ដើម្បីឱ្យសំណាបដុះលូតលាស់ល្អ ។

ការដកសំណាបយកទៅស្ទូង

ចំពោះការដកសំណាបត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នកុំឱ្យមានរបួស ឬប៉ះពាល់ដល់ពន្លកស្រូវខាងក្នុងដើម ដែលអាចធ្វើឱ្យសំណាបអន់ ។ ដើម្បីជៀសបញ្ហាខាងលើ ត្រូវដកសំណាបថ្នមៗ ដៃ ឬប្រើឧបករណ៍ឫស្សី ដោយធ្វើជាមុខដូចចបជីក ដើម្បីជាជំនួយក្នុងការដកសំណាបយកទៅស្ទូង ។

សរុបមក បច្ចេកទេសសំខាន់ៗរបស់គាត់មាន :

- ភ្ជួរដីត្រឡប់ចុះឡើង ៣ សា ហាលទុករយៈពេលមួយអាទិត្យ
- ថ្នាលសំណាបកាប់ជាថ្នាលតូចៗ ហើយលើករបៀបជារងស្លែដោយមានចង្អូរសំរាប់បញ្ចេញបញ្ចូលបង្ហូរទឹក
- ដាក់ជីធម្មជាតិដែលពុករលួយ (ជីកំប៉ុស្ត) មករាយលើថ្នាល ហើយជ្រុំចូលក្នុងដីបន្តិចៗ មុនសាប
- ជ្រើសរើសពូជល្អ គ្រាប់ថ្លោស
- សំអាតគ្រាប់ដោយហាលថ្ងៃស្រទន់រយៈពេល ១ ម៉ោងកន្លះ និងត្រាំទឹកផ្អាប់ទុកមួយយប់
- ដកសំណាបថ្នមៗ កុំឱ្យដាច់ឫស និងខ្ទាំពន្លកនាំឱ្យសំណាបអន់
- សាបហើយត្រូវថែទាំស្រោចទឹក ប្រសិនបើគ្មានភ្លៀង
- សាបសំណាបស្តើងៗ ដើម្បីឱ្យដើមថ្លោសល្អ ។ល។

កសិករ ក្រុម ១៨ [illegible]

ស៊ិន អង្គារសាធ

ការសាកល្បងបទពិសោធន៍ដាំល្ហុងឱ្យបានផ្លែច្រើន

អ៊ុំប្រុស ផួន ផន អាយុ ៥៩ឆ្នាំ ជាកសិកររស់នៅភូមិជីបាល ឃុំជីបាល ស្រុកស្រីសន្ធរ ខេត្តកំពង់ចាម។ កាលពីឆ្នាំ ២០០២ រូបគាត់ត្រូវបានអង្គការ សេដាក អញ្ជើញឱ្យទៅធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សានៅកសិដ្ឋានរបស់កសិករ ប្រាក់ ស្រេស រស់នៅភូមិតាសួន ឃុំត្រពាំងធំ-ខាងជើង ស្រុកត្រាំកក់ ខេត្តតាកែវ ។

ក្រោយពីបានធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សា បានស្គាល់ បានឮ និងបានឃើញជាក់ស្តែងផ្ទាល់នឹងភ្នែកមក គាត់បានទទួលគំនិតយ៉ាងច្រើនយកមកកែប្រែលើការងារដាំដុះរបស់គាត់ ដូចជា ការដាំល្ហុងដែលពីមុនមកគាត់ដាំល្ហុងមានដើមខ្ពស់ៗ ហើយពុំសូវមានផ្លែ ។ សូមបញ្ជាក់ផងដែរថា បទពិសោធន៍ដាំល្ហុងរបស់កសិករ ប្រាក់ ស្រេស យើងបានចុះផ្សាយរួចមកហើយ នៅក្នុងព្រឹត្តិបត្រឆ្នាំ ទី ៤ លេខ ចេញផ្សាយខែមិនា ឆ្នាំ២០០២ បច្ចេកទេសដែលគាត់អនុវត្តតាមបង្ហាញដូចខាងក្រោម :

- ធ្វើការបណ្តុះកូន មុនទុកក្នុងកន្ត្រងរយៈពេល ១ ខែ
- កាប់រណ្តៅទំហំ ៣ តឹក បួនជ្រុង និងជំរៅ ៣ តឹក បន្ទាប់មកយកលាមកសត្វពុកផុយ និងកំទេចកំទីសំរាមចាក់ឱ្យបានកន្លះរណ្តៅ រួចយកបន្ទះក្បឿង ១ បន្ទះ ទំហំ ១ , ៥ តឹក បួនជ្រុង ក្នុងរណ្តៅ រួចបន្ថែមដីលាមកសត្វពុកផុយ និងដីមានជីជាតិដាក់ឱ្យពេញរណ្តៅ ។
- យកកូនល្ហុងដែលបានបណ្តុះហើយ ដាក់ដាំក្នុងរណ្តៅឱ្យចំកណ្តាលរណ្តៅលៃយ៉ាងណាឱ្យឫសចាក់ចំបន្ទះក្បឿង ។
- ក្រោយពីដាំហើយ ធ្វើការថែទាំដោយស្រោចស្រពរហូតដល់ល្ហុងចាប់ឫស គាត់ចាប់ផ្តើមជ្រុំគល់ (តាមវង្វង់ស្លឹក) រួចយកចំបើងពុកៗ ឬស្លឹកឈើងាប់គ្របពីលើគល់ល្ហុង ។

តាមរយៈវិធីសាស្ត្រខាងលើនេះ គាត់សង្កេតឃើញថាល្ហុងមានដើមទាបៗហើយផ្លែច្រើនទៀតផង។ ដោយសារបានទទួលបទពិសោធន៍ពីកសិករ ប្រាក់ ស្រេស ដែលធ្វើឱ្យគាត់បង្កើនទិន្នផលដំណាំបាន ទាំងស្រូវ បន្លែ និងឈើហូបផ្លែគ្រប់បែបយ៉ាងជួយឱ្យជីវភាពគាត់បានល្អប្រសើរជាងមុន ។

ជាទីបញ្ចប់ គាត់សូមថ្លែងអំណរគុណដ៏ជ្រាលជ្រៅដល់អង្គការសេដាក និងកសិករ ប្រាក់ ច្រេស ដែលផ្តល់គំនិតល្អៗ ដល់គាត់ក្នុងការបង្កើនផលិតកម្មដំណាំ ។ គាត់សូមជូនពរឱ្យអង្គការសេដាក និងកសិករ ប្រាក់ ច្រេស ជួបប្រទះតែសេចក្តីសុខ និងសេចក្តីចំរើនគ្រប់ប្រការ ។

ពាក់ សុខ និង អ៊ី ណារុន

បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមនិងព្យាបាលសត្វ

បទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺប៉េស្តលើសត្វគោក្របី

យើងបានចុះផ្សាយជាច្រើនរួចមកហើយអំពីបទពិសោធន៍ និងវិធីព្យាបាលជំងឺប៉េស្តលើសត្វគោក្របី ។ ប៉ុន្តែវិធីព្យាបាលវាអាស្រ័យទៅលើការនិយមរបស់កសិករនៅតំបន់ផ្សេងៗ ។ នៅលេខនេះយើងបានជ្រើសរើសយកបទពិសោធន៍ព្យាបាលជំងឺប៉េស្តលើ សត្វគោ ក្របី របស់កសិករ ឃី ភឿង អាយុ ៣៧ឆ្នាំ រស់នៅ ភូមិហប់ ឃុំគោខ្ចក ស្រុកកំពង់ត្របែក ខេត្តព្រៃវែង ដែលជាគ្រូខ្មែរព្យាបាលគោ ក្របី អស់រយៈពេលជិត ២០ ឆ្នាំ ។ ហើយបទពិសោធន៍ទាំងនេះ គាត់បានចេះពីឪពុករបស់គាត់ដែលជាគ្រូឱសថបុរាណដែរ ។ គោ ក្របី ដែលកើតជំងឺប៉េស្ត តែងលេចចេញរោគ សញ្ញាដូចខាងក្រោម :

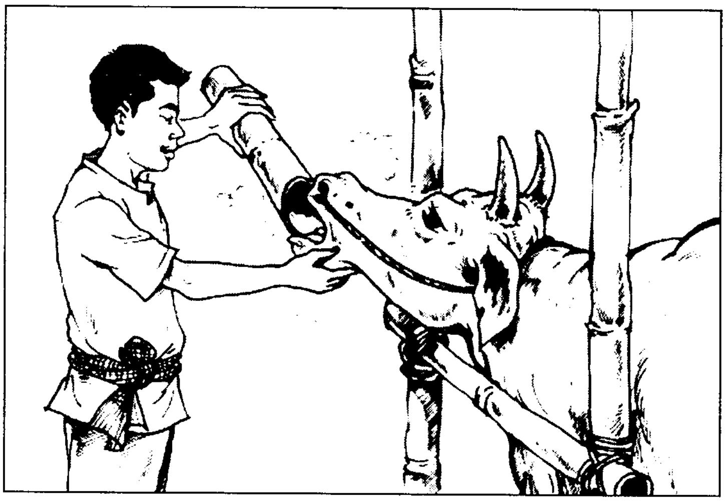
១. __រោគសញ្ញា__

- មិនស៊ីចំណីអាហារ និងផឹកទឹក
- រោមបះ ខ្លួនក្តៅ មានកំដៅឡើងដល់ ៤០_៤២ អង្សាសេ
- ច្រមុះស្ងួតមានហៀរសំបោរ បន្ទាប់មកច្រមុះស្ងួតក្រមរ
- អណ្តាតមានពងកន្ទួលក្រហមៗ ដែលក្រោយមកទៀតក្លាយ ជាដំបៅពងបែកក្នុងមាត់
- ដំបូងសត្វទល់លាមក បន្ទាប់មកសត្វចាប់ផ្តើមរាគ បន្ទាប់មកទៀតលាមកឡើងស្អិតពណ៌ខ្មៅ ជំងឺប្រភេទនេះរាលដាលឆ្លងយ៉ាងរហ័សពីសត្វមួយទៅសត្វមួយទៀត តាមរយៈការដកដង្ហើមឆ្លងពីសត្វ ឈឺទៅសត្វជា និងកន្លែងដេករបស់សត្វ ។

៣. វិធីព្យាបាលសត្វ

ដើម្បីព្យាបាលសត្វគាត់ប្រើធាតុផ្សំដូចខាងក្រោម :

ក. ធាតុផ្សំ



- គ្រាប់ពោត ៧គ្រាប់ (ដុតកំឡោតរួច)
- ទឹកត្នោតជូរមួយកូនពែង
- ក្រាំងស្លឹករិទ្ធិដែលគេសរសេរបាលី ៣សន្លឹក
- ខ្ទឹមសកន្ទះខាំ
- ស្លុរត្នោត ១ខាំ
- ទឹកកន្ទះលីត្រ ។

ខ. វិធីផ្សំ

យកស្លុរត្នោត ១ ខាំ កំឡោចអោយក្រហម រួចដាក់គ្រាប់ពោត ទឹកត្នោតជូរ ស្លឹករិទ្ធ ខ្ទឹមស ច្របល់ចូល រួចបុកឱ្យម៉ត់លាយទឹកកន្ទះលីត្រជាការស្រេច។

គ. វិធីប្រើ

ទឹកថ្នាំដែលផ្សំរួចគាត់ចាក់ឱ្យសត្វផឹក ១ ថ្ងៃ ២ ដង ម្តង ១ពែងតែ ។ ផឹករហូតដល់រយៈពេល ២ ថ្ងៃ ទើបសត្វជាសះស្បើយ ។

ថ្នាំនេះគាត់បានសាកល្បងប្រើព្យាបាលលើគោ ក្របី របស់គាត់បានជាសះស្បើយ ។

យើងខ្ញុំសូមបញ្ជាក់ថា នេះគ្រាន់តែជាបទពិសោធន៍មួយរបស់កសិករ ១ នាក់ ប៉ុណ្ណោះ ដូចនេះ ប្រសិនបើលោកអ្នកចង់ដឹងការពិត សូមធ្វើការពិសោធន៍ដោយខ្លួនឯងបន្ថែមទៀត ។

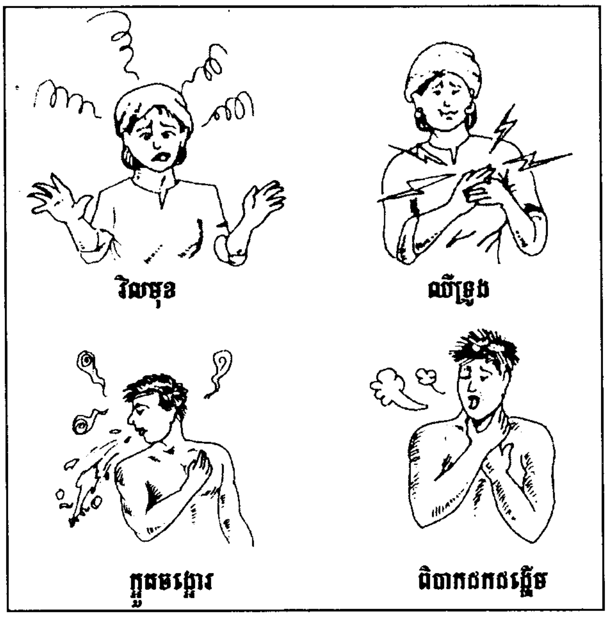
ឌុល ណារិន

បញ្ហាសុខភាពក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលកសិកម្ម

(បទពិសោធន៍របស់កសិករ មុត យឿន)

បងស្រី **មុត យឿន** អាយុ ៥២ ឆ្នាំ រស់នៅភូមិរកាក្នុង ឃុំកោះរកា ស្រុកកំពង់សៀម ខេត្តកំពង់ចាម ។ គាត់មានសមាជិក ១០ នាក់ ក្នុងចំណោមសមាជិក ១០ នាក់ នោះមាន ៥ នាក់ ដែលធ្លាប់ប្រើប្រាស់ថ្នាំពុល ។ បងស្រីប្រកបរបរធ្វើស្រែចំការ និងដាំដំណាំជុំវិញផ្ទះ ។ គាត់ចាប់ផ្ដើមប្រើថ្នាំពុលការពារដំណាំតាំងពីឆ្នាំ ១៩៧១ មកម្ល៉េះក្នុងគោលបំណងដើម្បីការពារឱ្យផុតពីការបំផ្លាញរបស់សត្វល្អិត ។ កាលពីមុន (ឆ្នាំ ១៩៧១) គាត់ប្រើថ្នាំពុលសញ្ញារូបផ្ទិតតែ ១ មុខប៉ុណ្ណោះ ។ ប៉ុន្តែបច្ចុប្បន្ន គាត់ប្រើថ្នាំពុលរហូតដល់ ៦ មុខ មាន ដូចជា ផ្ទិត ចាប់ដៃ អំពូលទង់ជ័យ និងម្យ៉ាវីតាហ្គោ ។ គាត់ប្រើបាញ់លើដំណាំខាត់ណាផ្កា ខាត់ណាក្ដោប ម្ទេស ត្រសក់ស្រូវ និងឪឡឹក ។ គាត់បាញ់ចំនួន ៣ ទៅ ៤ ថ្ងៃម្ដង បើគិតជាមធ្យម ។ ពេលវេលាដែលគាត់បាញ់ គឺពេលល្ងាច ។ ចំណែកស្ថានភាពកំពុងបាញ់គាត់ស្លៀកពាក់ខោជើងវែង អាវដៃវែង ស្បែកជើងកវែង មួក ជូនពាក់ ជូនអត់ពាក់ តែអត់រុំច្រមុះ និងមាត់ទេ ។

ក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលនេះ គាត់ធ្លាប់ជួបករណីពុលធ្ងន់ធ្ងរ ១ ដង និងពុលស្រាលជាច្រើនដង ។

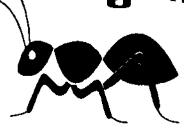


បងស្រីបានរៀបរាប់ពីករណីពុលធ្ងន់ធ្ងរថា កាលពីឆ្នាំ ១៩៩២ គាត់បានសំរាលកូនរួច អាំងភ្លើង នៅពេលនោះគាត់មានបញ្ហាទាស់ពាក្យសំដីជាមួយប្ដី ហើយគាត់ក៏បានយកដបថ្នាំរូបផ្ទិតមក ក្នុងគោលបំណងផឹកសំលាប់ខ្លួន។ ប៉ុន្តែនៅពេលនោះប្ដីគាត់បានឃើញទាន់ ក៏មានការប្រទាញប្រទង់គ្នាធ្វើឱ្យកំពប់ថ្នាំស្រោចលើគាត់ ចាប់ពីចង្កេះដល់ចុងជើង ។ មួយសន្ទុះក្រោយមក គាត់ចាប់ផ្ដើមវិលមុខធឹងធោង ចង់ក្អួត ។ ក្រៅពីរោគសញ្ញាពុលដែលគាត់បានរៀបរាប់ខាងលើគាត់បានជួបប្រទះនូវរោគសញ្ញា ១ ចំនួនទៀត ដូចជា វិលមុខ ចង់ក្អួត ឈឺពោះ ស្ពឹកដៃជើង ឈឺក្បាល ស្ងួតបំពង់ក ខ្សោយសាច់ដុំញ័រដៃ ដំណើរទ្រេតទ្រោត ញាក់ត្របកភ្នែក ព្រិលភ្នែក ។ល។ ដោយធ្លាប់ឆ្លងកាត់នូវការពុលជាច្រើនដងកសិករមានបទពិសោធន៍មួយចំនួនក្នុងការជួយខ្លួនឯង ដូចជា យកគ្រួចឆ្មារមកច្របាច់ជាមួយស្ករផឹកដើម្បីបន្សាប ។ បច្ចុប្បន្នបងស្រី មានជំងឺរ៉ាំរ៉ៃមួយចំនួនដែលធ្វើឱ្យគាត់លែងប្រកបរបរអ្វីកើត ដោយទុកភារកិច្ចនេះឱ្យទៅកូនគាត់វិញ ។

ឡាង សេងផេង

ឱសថបុរាណព្យាបាល រោគក្អក

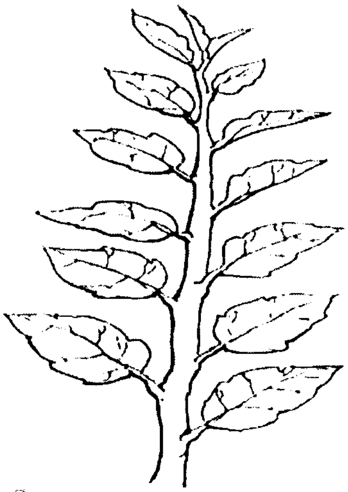
អង្រ្កងប្រើសំរាប់ព្យាបាលរោគក្អក



នៅពេលដែលយើងមានអាការៈក្អក យើងអាចយកអង្រ្កងទៅត្រាំជាមួយស្រាសទុករយៈពេល ៣-៤ ថ្ងៃ ហើយយើងអាចផឹកវាបាន ។ ក្រៅពីយកទៅធ្វើថ្នាំព្យាបាលជំងឺក្អក គេអាចយកពងអង្រ្កងទៅធ្វើជាអាហារបរិភោគ ដូចជា ជ្រក់ ស្ងោរ ។ល។ អង្រ្កងតែងតែធ្វើសំបុកនៅលើដើមឈើហូបផ្លែ ១ ចំនួន ដូចជា ដើមស្វាយ ។ នៅតំបន់ខ្លះ គេមានជំនឿថា គាត់អាចរកអង្រ្កង និងប្រមូលបានស្រួលនៅពេលខែពេញបូរមី ជាពិសេសអង្រ្កងពង ។ ប៉ុន្តែមានតែនៅខេត្តកំពង់ស្ពឺ និងតាកែវទេ ដែលគេអាចគោះពីដើមឈើយកទៅលក់នៅទីផ្សារបាន ។

(សេឃ្សួរខាំបូខ្សៀ មិថុនា-២០០៣)

មនជារុក្ខជាតិឱសថព្យាបាលជំងឺក្អក

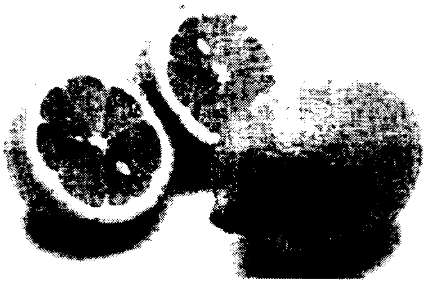


ស្លឹកមន

មន គឺជារុក្ខជាតិមួយប្រភេទដែលដុះនៅប្រទេសកម្ពុជាតាំងពីយូរ-យារណាស់មកហើយ ។ មនត្រូវបានគេដាំសំរាប់ធ្វើជាចំណីដង្កូវនាង ។ ដង្កូវនាងស៊ីស្លឹកមន ហើយបន្ទាប់មកផលិតជាសរសៃសូត្រដែលប្រជាជនយើងបានយកវាមកធ្វើជាសំរលៀកបំពាក់ ។ មិនត្រឹមតែប៉ុណ្ណោះ មនក៏អាចប្រើជាថ្នាំបុរាណសំរាប់ព្យាបាលរោគផងដែរ ។ គេយកស្លឹកមនស្រស់ ឬស្ងួតទៅដាំទឹកផឹកសំរាប់ព្យាបាលជំងឺក្អក និងសំរាន្តលក់ស្រួល ។ ផ្លែទុំយកទៅកិនឱ្យម៉ត់ យកទឹកផឹក សំរាប់ព្យាបាលជំងឺរលាកបំពង់ក ។ (សេឃ្សួរខាំបូខ្សៀ មិថុនា-២០០៣)

ក្រូចឆ្មារថ្នាំក្អកពិសេស

ក្រូចឆ្មារ មានរស់ជាតិជូរជ្រះ ដែលយើងធ្លាប់ប្រើប្រាស់សំរាប់ធ្វើជាម្ហូបអាហារ ។ វាអាចយកវាទៅព្យាបាលអាការៈក្អកប្រកបដោយប្រសិទ្ធិភាពបំផុត ។ ប្រសិនបើលោកអ្នកមានអាការៈក្អក ចូរយកទឹកក្រូចឆ្មារ ១ ភាគ លាយជាមួយទឹកសៀ៊មខាប់ ឬទឹកឃ្មុំ ១ ភាគ និង អំបិលបន្តិចបន្តួច កូរផ្សំលាយជាមួយគ្នាឱ្យសព្វ ហើយទទួលទាន ដូចជាភេសជ្ជៈនឹងមានប្រសិទ្ធិភាពយ៉ាងសក្តិសិទ្ធិ ។ (ប្រជាប្រិយ ១១-១៣ មិថុនា ២០០៣)



ដកស្រង់ដោយ ជាន សុខា

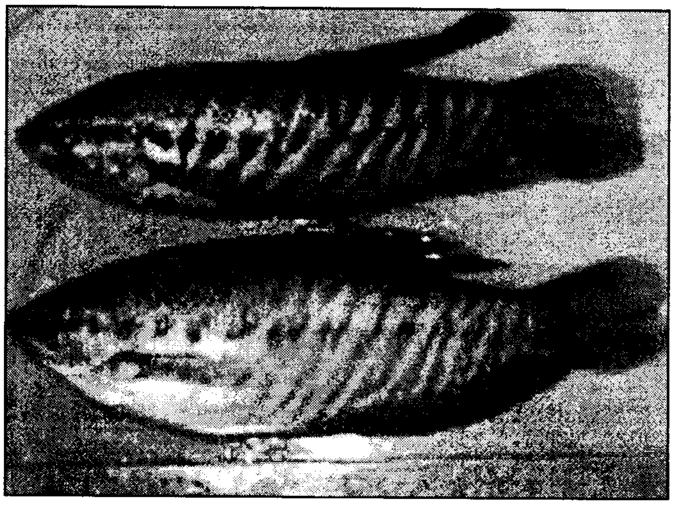
ការវប្បកម្ម និងនេសាទ

ចរិតរស់នៅរបស់ត្រីកន្ធរ

ត្រីកន្ធរ ជាប្រភេទត្រីដែលមានប្រភពរស់នៅស្ទើរគ្រប់ទីកន្លែងក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ។ តែឥឡូវប្រភេទត្រីនេះស្ទើរផុតពូជនៅតំបន់មួយចំនួន ។ ដូចនេះ យើងត្រូវតែថែរក្សាពូជប្រភេទត្រីនេះអោយបានគង់វង្សសំរាប់ជំនាន់ក្រោយ ។

ក. អត្តសញ្ញាណកម្ម

ត្រីកន្ធរមានដងខ្លួនសំប៉ែត ខ្នងរាងកោង ក្បាលតូចសំប៉ែតខាង បបូរមាត់ខ្លីហើយស្រួច រន្ធច្រមុះលយចេញរាងជាបំពង់ខ្លី ។ ភ្នែកធំស្ថិតនៅបណ្តោលខ្សែចំហៀងនៃដងខ្លួន ។ មានធ្មេញតូចល្អិតៗ នៅក្រអូមមាត់ខាងសងខាង។ ស្រកាច្រើនតូចៗ គ្របដណ្តប់លើគល់ព្រុយបន្តពូជ ព្រុយខ្នង ព្រុយកន្ទុយ ដងខ្លួន និងក្បាល ។ ខ្លួនមានពណ៌ខៀវក្រមៅស្រស់ ចាប់ពីលើផ្នែខ្នងចុះទៅពោះពណ៌ស្រឡែតស្រាល (មិនខៀវក្រមៅ) ។ ផ្នែកសងខាង ដងខ្លួនមានស្រកាឆ្នូតៗ ពីខ្នងចុះមកពោះ ។ ចូលដល់រដូវត្រីពងត្រីកន្ធរឈ្មោល សងខាងដងខ្លួនស្រកាឆ្នូតៗ មានពណ៌ក្រមៅច្បាស់សប្បុរស្រស់ជាងញី ។



លក្ខណៈសំគាល់ត្រីកន្ធរញី និងឈ្មោលៈ

\+ ត្រីញីៈ មានដងខ្លួនមូលខ្លី ពោះធំទន់ស្ទើ នៅលើខ្លួនមានស្នាមឆ្នូតទទឹងខ្លួនពណ៌ខ្មៅ លេចចេញមិនច្បាស់។ ព្រុយឆ្អឹងខ្នងខ្លីមិនដុះដល់គល់ព្រុយកន្ទុយ។

\+ ត្រីឈ្មោលៈនៅលើខ្លួនមានឆ្នូតទទឹងខ្លួនពណ៌ខ្មៅលេចចេញច្បាស់ពីខ្នងមកពោះ ។ ព្រុយឆ្អឹងខ្នងដុះវែងដល់គល់ព្រុយកន្ទុយ ។

ខ. ចរិតរស់នៅរបស់ត្រីកន្ធរ

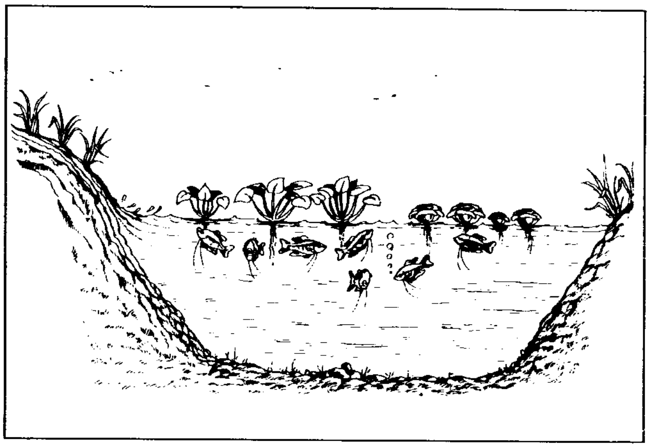
ត្រីកន្ធរ រស់នៅតាមវាលស្រែ បឹងបួរ ប្រឡាយ ស្រះ បៀរ ត្រពាំង ជំរករុក្ខជាតិលិចទឹក ដែលមានរុក្ខជាតិស្អុយរលួយក្នុងទឹក ។ នៅលក្ខខណ្ឌធម្មជាតិ ត្រីកន្ធរចូលចិត្តរស់នៅសីតុណ្ហភាពទឹកចន្លោះពី ២៥-៣០ អង្សារសេ និងបន្តពូជពងកូន លូតលាស់នៅកន្លែងដែលមានទឹកសំបូរទៅដោយសារធាតុសរីរាង្គរលួយ (រុក្ខជាតិលិចរលួយក្នុងទឹក ដូចជា ស្មៅ ចក កំប្លោក ត្រកួន និងលាមកសត្វ ។ល។) និងនៅកន្លែងដែលមានទឹកពណ៌ខៀវ (ត្រួយចេក) ។ ចំណីរបស់ត្រីកន្ធរ មានដូចជា កាកសំណល់រលួយនៅបាតស្រះ ឬង់តុងសារាយ ចកពងទឹក ចកបាយទា លាមកសត្វ កន្ទក់ ចុងអង្ករ ស្រូវបណ្តុះ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ ។ ជំរៅទឹកដែលត្រីកន្ធរអាចរស់នៅបានចាប់ពី ០,៣ ម៉ែត្រ ទៅ ១ ម៉ែត្រ។

ខ. លក្ខណៈបន្តពូជ

ត្រីកន្ធរចាប់ផ្ដើមពងកូននៅរដូវភ្លៀងដើមឆ្នាំ។ ប៉ុន្តែរដូវពងច្រើនបំផុតពី ខែឧសភា ដល់ ខែតុលា។ វាពងនៅកន្លែងណាមានរុក្ខជាតិដុះក្នុងទឹក ដើម្បីងាយធ្វើសំបុកក្រោមស្មៅ ឬកំប្លោក ។ មុនពេលពង វាបញ្ចេញទឹកជាពពុះនៅលើផ្ទៃទឹកដើម្បីពង ។ មួយគីឡូក្រាម ត្រីកន្ធរញីមានពងពី ១៥០.០០០-២០០.០០០ គ្រាប់ ឬមានដល់ទៅ ៣០០.០០០ គ្រាប់ពង ។ ត្រីកន្ធរពងចន្លោះពីលើកទី ១ ទៅលើកទី ២ ប្រហែលពី ២៥ ថ្ងៃ ទៅ ៣០ ថ្ងៃ ។ ត្រីកន្ធរពងពី ៣ ទៅ ៤ ដង ក្នុងមួយឆ្នាំ ។ ពេលបញ្ចេញពង ពងរបស់មានពណ៌លឿងជាប់ជាតិខ្លាញ់អណ្ដែតលើផ្ទៃទឹករហូតដល់ពេលញាស់ ។

គ. ចង្វាក់លូតលាស់

ក្រោយពេលទំលាក់ពងបានពី ២០-២៤ម៉ោង នៅសីតុណ្ហភាពទឹក ពី ២៨-៣០អង្សារសេ ទើបពងអាចញាស់ជាកូន ហើយកូនអណ្ដែតនៅលើផ្ទៃទឹកក្រោយ មកទើបហែលទៅស្រទាប់ទឹកជ្រៅជាង ។ កូនត្រីកន្ធរដែលទើបនឹងញាស់ រស់ដោយប្រើអាហារ



របៀបរៀបចំកន្លែងសំរាប់ឱ្យត្រីកន្ធរពង

បំរុងរយៈពេលពី ២-៣ថ្ងៃ ។ ក្រោយមក វាស៊ីប្លង់តុង (រុក្ខជាតិ - សត្វតូចល្អិត១) និងស៊ីចំណីចំរុះ ពិសេសសារធាតុរលួយនៅបាតស្រះ ។ ត្រីកន្ធរ ធាប់ពេញវ័យមានអាយុចាប់ពី ៧-១០ ខែ អាចចាប់ផ្ដើមចូលរួមបន្តពូជ (ពងកូន) ។

✍ ចំនុចសំខាន់ៗដែលកសិករគួរចាប់អារម្មណ៍លើប្រភេទត្រីកន្ធរ :

- ជាប្រភេទត្រីមានតំលៃលើទីផ្សារ និងការនាំចេញទៅក្រៅប្រទេស
- រស់នៅផ្ទៃលើ កណ្ដាល និងបាត វាស៊ីចំណីចំរុះពពួកសត្វ និងរុក្ខជាតិរលួយនៅបាតស្រះ
- វាស៊ីសារធាតុរលួយនៅបាតស្រះ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ កន្ទក់ ចកបាយទា រុក្ខជាតិរលួយលិចទឹក
- ធន់នឹងជំងឺ និងមជ្ឈដ្ឋានទឹកដែលមានអុកស៊ីហ៊្សែនទាប (ខ្យល់តិចក្នុងទឹក)
- ងាយចិញ្ចឹម និងពងកូនច្រើន នៅតាមធម្មជាតិ
- ចិញ្ចឹមបានក្នុងស្រះ ប្រឡាយ បៀរ ស្រែ មិនត្រូវការផ្ទៃធំទូលាយពី ៥០ - ១០០ ម^{២} ជំរៅទឹក ១ ម
- ត្រីកន្ធរមានអាយុតែពី ៧ -១០ ខែចាប់ផ្ដើមពងកូន ហើយពងវាអណ្ដែតលើផ្ទៃទឹកជាប់នឹងពពុះទឹក
- ពេលចិញ្ចឹមត្រីកន្ធរ ត្រូវដាក់ចកជើងទា ឬកំប្លោក ២ ភាគ ៣ នៃផ្ទៃស្រះ ដើម្បីអោយវាធ្វើសំបុកពង។
- ចិញ្ចឹមមួយឆ្នាំអាចមានទំងន់ ពី ១០០ - ២០០ - ៣០០ ក្រាម ក្នុងមួយក្បាល ។

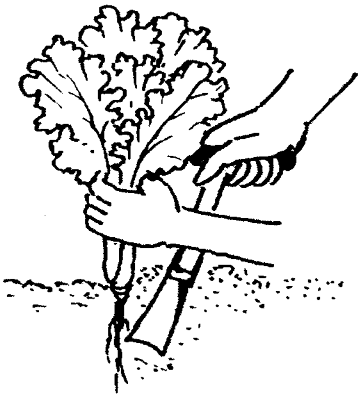
រាជ សុភាព

ការប្រមូលផល និងគ្រប់គ្រងផលិតផលក្រោយពេលប្រមូលផល

វិធីសាស្ត្រគ្រប់គ្រងសាលាដ៍ស្វិតក្រោយពេលប្រមូលផល

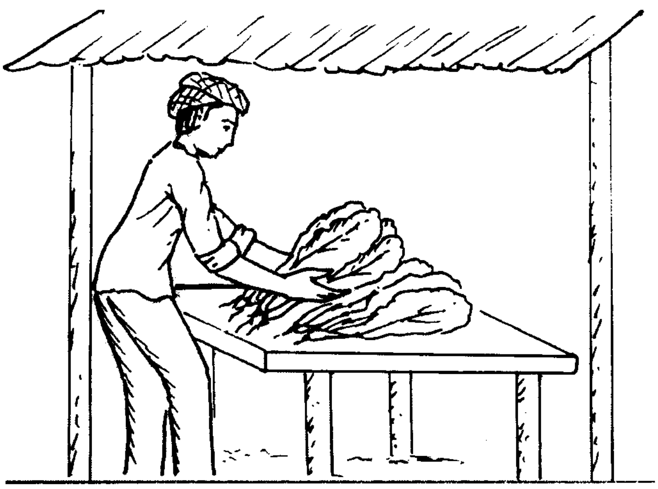
ការប្រមូលផលជាកត្តាមួយសំខាន់ដែលយើងគួរយកចិត្តទុកដាក់ នៅពេលដែលយើងខំដាំបាន ទិន្នផលខ្ពស់ហើយ តែបើយើងមិនចេះនូវបច្ចេកទេសប្រមូលផល និងទុកដាក់ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ធ្វើឱ្យយើង ខាតបង់ផលមួយចំនួនទៅវិញ។ ដូច្នេះ ដើម្បីទុកជាបទពិសោធន៍សំរាប់កសិករយើងសូមបង្ហាញជូនពីរបៀប ប្រមូលផលសាលាដ៍ស្វិតដូចខាងក្រោម :

១) <u>ការប្រមូលផល</u>



របៀបប្រមូលផល ដោយប្រើចបទក់ជីក ផ្តាច់ឫស

- ការប្រមូលផលធ្វើឡើងក្រោយពីដាំបានរយៈពេលពី ៣០ - ៣៥ ថ្ងៃ ក្រោយពីសំគាល់ឃើញគុម្ពវាឡើង ជែងណែនរង (ប្រវែងប្រហែល ២០ ស.ម)
- ជាទូទៅយើងគួរដកវានៅម៉ោង ៨ ព្រឹក និងម៉ោង ៣ ល្ងាច ពេលអាកាសធាតុត្រជាក់ល្មមដែលមិនបង្ក ឱ្យបន្លែស្វិតលឿនពេក តែមិនធ្វើពេលបន្លែនៅមានទឹក សន្សើមឡើយ
- ការប្រមូលផលយើងគួរប្រើចបចក់ (ចបក្ដួចមុខស្ដើង) ដោយចាក់ផ្តាច់ឫសពី ២ ទៅ ៣ ធ្នឹងពីគល់ដែល ងាយស្រួលក្នុងការប្រមូល មិនប៉ះទង្គិចខ្លាំង ហើយមិនពិបាកក្នុងការលាងទឹកទៀតផង
- ប្រយ័ត្នកុំឱ្យប៉ះទង្គិចខ្លាំងលើស្លឹក ឫធាងរបស់វាដើម្បីជៀសវាងការបាក់ ឫជាំ ។
- កាត់បន្ថយការប៉ះកំដៅផ្ទាល់ និងការប៉ះដីព្រោះ វាអាចធ្វើឱ្យសាលាដ៍ឆាប់ជាំនិងងាយឆ្លងមេរោគ
- ជំងឺផ្សិតអាចកកើតឡើងភ្លាមៗ នៅពេលដែល យើងប្រមូលផលភ្លាមៗ បន្ទាប់ពីមានភ្លៀងធ្លាក់
- មុននឹងប្រមូលផល ១ ថ្ងៃ មិនត្រូវស្រោចទឹកទេ។



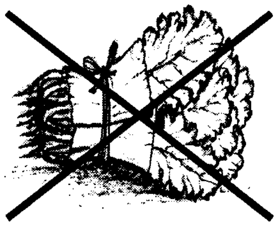
២) <u>ការសំអាត</u>

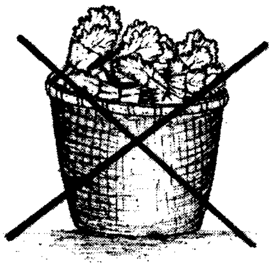
- ប្រើកូនកាំបិតមុតកំរឹមឫសដែលសល់
- និងស្លឹកមិនល្អចេញ ដើម្បីការពារក្នុងការឆ្លងទៅបន្លែដែលល្អ

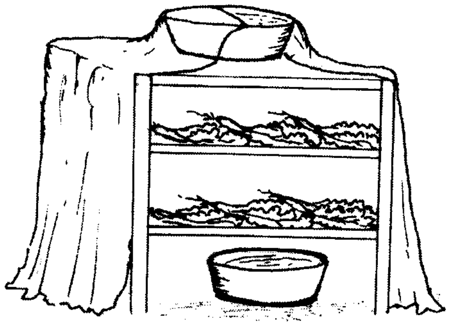
- ប្រសិនបើសាលាដ់មិនប្រឡាក់ដីទេ គឺមិនចាំបាច់លាងទឹកទេ ។ មិនត្រូវលាងទឹកត្រជាក់ជាមួយស្លឹកសាលាដ់ទេ ព្រោះអាចធ្វើឱ្យវាស្រូបទឹក និងងាយឆាប់រលួយ ។
- ប្រើទឹកស្អាតដើម្បីលាងវា ហើយឧស្សាហ៍ផ្លាស់ប្តូរ បើពុំដូច្នេះទេវាអាចឆ្លងមេរោគតាមរយៈទឹកបាន
- យកវាសំងិលក្នុងម្លប់ឱ្យស្រស់ទឹក ទើបយកទៅបញ្ចូលក្នុងកញ្ជេ
- តំរៀបជាអ៊ិក (តំរៀបជាដុំៗ) ដោយធ្វើយ៉ាងណាឱ្យគល់របស់វាស្មើល្អ ។ ម្យ៉ាងទៀត យើងអាចយកស្លឹកចេក ឬស្លឹកឈូកមករុំវាដើម្បីឱ្យស្រស់បានយូរ ។

(៣) ការវេចខ្ចប់ និងដឹកជញ្ជូន

- តំរៀបវាក្នុងកញ្ជេ ឬអង្រើងដែលមានទំងន់ពី ៣០ ទៅ ៥០ គ.ក្រ ដោយមានហ៊ុំស្លឹកចេកជុំវិញ ដើម្បីការពាររំហូតនិងធូលីដី
- តំរៀបវាជាជួរៗ ដោយរក្សាឱ្យមានចន្លោះខ្យល់ចេញចូលល្អ ដើម្បីជៀសវាងការឆាប់រលួយ
- ការវេចខ្ចប់ និងដឹកជញ្ជូនធ្វើយ៉ាងណាកុំឱ្យសង្កត់លើគ្នាខ្លាំង ដើម្បីកាត់បន្ថយការបាក់បែក និងការបញ្ចេញសារធាតុអេទីឡែន ដែលបណ្តាលឱ្យស្លឹកបន្ទៃឡើងពណ៌ក្រហម ។ ការធ្វើរបៀបនេះទើបអាចរក្សាពណ៌ សម្បុរ និងគុណភាពបានល្អ
- ការដឹកជញ្ជូនត្រូវធ្វើឡើងនៅពេលត្រជាក់ (ពីម៉ោង ៥ ល្ងាច ដល់ម៉ោង ៧ ព្រឹក)
- ពេលដឹកជញ្ជូនត្រូវគ្របក្រណាត់សើមការពារកញ្ជេ។







(៤) ការស្តុកទុក

- សាលាដ់ស្ងួត ជាទូទៅគេពុំរក្សាវាទុកយូរថ្ងៃទេ ពីព្រោះ វាអាចបណ្តាលឱ្យខូចគុណភាព ដោយរសជាតិថយចុះ ឯការរក្សាទុកវិញត្រូវរកកន្លែងដែលត្រជាក់ ហើយមានខ្យល់ចេញចូលល្អ
- ប្រើក្រណាត់ ឬបាវសើមហ៊ុំព័ទ្ធជុំវិញ តែកុំឱ្យប៉ះវាផ្ទាល់ ដើម្បីការពាររំហូត
- ឧស្សាហ៍ប្រោះទឹកវា ដើម្បីកុំឱ្យវាស្រពោនហួសកំរិត
- ធ្វើតាមរបៀបខាងលើអាចរក្សាទុកបានពី ៤-៥ ថ្ងៃ

វេទិកា កសិករ

កសិករ ប្រាក់ ប្រេស និងកសិដ្ឋានពហុប្រយោជន៍របស់គាត់

កាលពីព្រឹកថ្ងៃទី ១២-១៤ ខែ មិថុនា ឆ្នាំ ២០០៣ អង្គការសេដាក បានរៀបចំសិក្ខាសាលាផ្ទៃក្នុងមួយ ដើម្បីផ្លាស់ប្តូរបទពិសោធន៍ និងពត៌មានគ្នាទៅវិញទៅមកនៃផ្នែកកសិករ និងធម្មជាតិ ។ ក្រុមការងារក៏បានចុះទៅធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សាលើកសិដ្ឋានពហុប្រយោជន៍របស់លោកអ៊ុំ ប្រាក់ ប្រេស រស់នៅភូមិតាសួន ឃុំត្រពាំងធំខាងជើង ស្រុកត្រាំកក់ ខេត្តតាកែវ។ ក្នុងពេលជាមួយគ្នានោះ គាត់បាននិយាយពីប្រវត្តិ និងមូលហេតុនៃការកកើតកសិដ្ឋានពហុប្រយោជន៍ គាត់ចាប់ផ្តើមបំលែងដីស្រែរបស់គាត់ឱ្យទៅជាកសិដ្ឋានចំរុះនៅឆ្នាំ ២០០១ ។ ដំបូងគាត់បានរៀបចំ ជីកស្រះ គឺដើម្បីទាក់ទាញត្រីធម្មជាតិចូលមកក្នុងប្រព័ន្ធ ។ តែក្រោយមកបរិមាណត្រីធម្មជាតិថយចុះ ព្រមទាំងមានការជួយផ្តល់យោបល់ពីអង្គការសេដាកផង ធ្វើឱ្យគាត់មានគំនិតរៀបចំជាកសិដ្ឋាននេះឡើង ។ វិធីសាស្ត្រនៃការរៀបចំមានដូចខាងក្រោម:

១- វិធីសាស្ត្រក្នុងការរៀបចំ

ដំបូងលោកអ៊ុំបានរៀបចំជីកប្រព័ន្ធប្រឡាយជុំវិញកសិដ្ឋាន ដែលមានផ្ទៃដី ៦០ អារ ។ ដីដែលបានមកពីការជីកប្រឡាយគាត់លើកជាភ្លឺ ។ ភ្លឺខាងក្រៅ គាត់ដាំឈើពហុប្រយោជន៍សំរាប់ធ្វើជាជីស្រស់ រីឯភ្លឺខាងក្នុងគាត់ដាំឈើហូបផ្លែ និងបន្លែផ្សេងៗ ។ ភ្លឺដែលគាត់ជីកនេះមានជំរាលចុះទៅក្នុងស្រែ ដើម្បីឱ្យជីវជាតិផ្សេងៗ ហូរចូលក្នុងស្រែ។ លោកអ៊ុំមានប្រសាសន៍ថា ក្នុងដំណាក់កាលនៃការរៀបចំដំបូងមានការលំបាកបន្តិច ព្រោះមិនសូវមានកំលាំងពលកម្មធ្វើ ហើយម្យ៉ាងទៀតដីគាត់ជាប្រភេទដីឥដ្ឋរឹងកាប់ស្ទើរមិនចុះ ។

ក្នុងការរៀបចំប្រព័ន្ធនេះ ត្រូវការចំណាយលុយច្រើនរហូតដល់ ១ , ៥ លានរៀល ដើម្បីជួលអោយគេជួយជីកប្រឡាយ ។ អ៊ុំប្រុសបានពិភាក្សាជាមួយប្រពន្ធ និងកូនរបស់គាត់ហើយមានការឯកភាពគ្នា ទើបគាត់ក៏សំរេចធ្វើ ។ ក្នុងការធ្វើនេះ ភាគច្រើនគាត់បានជួលកំលាំងពលកម្មគេ ។ នៅពេលដែលរៀបចំប្រព័ន្ធបានហើយ គាត់ចាប់ផ្តើមដាំដំណាំគ្រប់មុខ បន្លែឈើហូបផ្លែ ដំណាំពហុប្រយោជន៍ ។ល។ ព្រមទាំងក្នុងស្រះមានការចិញ្ចឹមត្រី ។ ការងារកសិដ្ឋាននេះ ធ្វើឱ្យគាត់ និងប្រពន្ធមានការមមាញឹកខ្លាំងណាស់ ។ ប្រពន្ធ

របស់គាត់ជួយសន្សំជីធម្មជាតិ ។ ចំណែកគាត់ជីកកាប់គាស់ដីដាំដំណាំ ។ ក្រោយពីបានរៀបចំអស់រយៈពេល ៣ ឆ្នាំ កសិដ្ឋានរបស់គាត់ចាប់ផ្ដើមផ្ដល់ផលពេញ ជាពិសេសឈើហូបផ្លែ ។ ចំណែកដីរបស់គាត់ដែលពីមុនជាប្រភេទដីឥដ្ឋពិបាកក្នុងការដាំដុះក៏ក្លាយជាដីមានជីជាតិល្អ ជាពិសេសក្នុងស្រែមួយដែលមានផ្ទៃប្រហែល ៧ អារ គាត់អាចធ្វើស្រែដោយមិនបាច់ភ្ជួរទៀតផង ។

២- ការផ្សព្វផ្សាយបន្ត

ក្រោយពីបានរៀបចំកសិដ្ឋានមានដំណើរការល្អហើយ លោកអ៊ុំបានធ្វើការផ្សព្វផ្សាយបន្តដល់អ្នកជិតខាងរបស់គាត់ ព្រមទាំងមានអ្នកជិតខាងខ្លះបានមកពិនិត្យមើលផ្ទាល់ដល់កសិដ្ឋានរបស់គាត់។ បច្ចុប្បន្នមានកសិករ ៦ គ្រួសារនៅក្នុងភូមិបានរៀបចំកសិដ្ឋានពហុប្រយោជន៍ដូចគាត់ ប៉ុន្តែមិនបានផ្ទៃដីធំដូចគាត់ទេ ។

ការទទួលរួមបណ្ដុះបណ្ដាល

បន្ទាប់ពីមានគំនិតផ្ដួចផ្ដើមខ្លួនឯងខ្លះ និងគួបផ្សំការផ្ដល់ជាគំនិតយោបល់ពីអង្គការសេដាកផង លោកអ៊ុំបានចូលរៀនសូត្របន្ថែមពីអង្គការសេដាក ជាពិសេសទៅលើបច្ចេកទេសប្រពលវប្បកម្មតាមគោលការណ៍ធម្មជាតិនៅក្នុងស្រុកភូមិ និងតាមខេត្តផ្សេងៗ ក្នុងប្រទេស ។ មិនត្រឹមប៉ុណ្ណោះទេ លោកអ៊ុំបានទៅធ្វើទស្សនកិច្ចសិក្សារៀនសូត្របទពិសោធន៍ផ្សេងៗ ពីប្រទេសប្រេស៊ីល និងប្រទេសហ្វីលីពីន ដែលរៀបចំឡើងដោយអង្គការសេដាក ។ បទពិសោធន៍ដែលបានមក គាត់យកមកធ្វើការកែច្នៃលើកសិដ្ឋានរបស់គាត់ដូចជា របៀបធ្វើជីកំប៉ុស្ត ។ល។

ពីនេះពីនោះ ប្រការ ៩ យ៉ាងត្រូវជៀសវាងចំពោះកុមារ

មានប្រការមួយចំនួនមាតាបិតាគិតថាជារឿងសមញ្ញ ប៉ុន្តែដោយសារការមិនយកចិត្តទុកដាក់ បានបង្កឱ្យមានឥទ្ធិពលមិនតិចឡើយដល់សុខភាព និងការលូតលាស់សរីរាង្គរបស់កូន ។ ខាងក្រោមនេះជាប្រការទាំង ៩ ដែលមាតាបិតាវ័យក្មេងចាំបាច់ត្រូវចៀសវាង និងយកចិត្តទុកដាក់ទៅលើកុមារ :

១. **មិនត្រូវឱ្យកុមារដេកចំចន្លោះកណ្ដាលរវាងឪពុក និងម្ដាយ** : ឧស្ម័នកាបូនិចដែលឪពុកម្ដាយបញ្ចេញមក បណ្ដាលឱ្យកុមារខ្វះអុកស៊ីហ្សែន ។ កុមារច្បាស់ជាគេងមិនលក់ ហើយយូរទៅប្រព័ន្ធដង្ហើមនឹងត្រូវខ្សោយទៅៗ ។

៣. **មិនត្រូវឱ្យកុមារស្លៀកពាក់ខោអាវផ្ទុយភេទ** : ដោយសារចិត្តនៃការស្រឡាញ់កូនប្រុស ឬស្រី មាតាបិតាជាច្រើនតែងតែស្លៀកពាក់ខោអាវ ពាក់ស្បែកជើង ឬទុកសក់កុមារផ្ទុយភេទ ។ ធ្វើដូច្នេះគ្រោះថ្នាក់បំផុត វានឹងធ្វើឱ្យកុមារមិនអាចបែងចែកបានចរិត ពិសេសនៃភេទហើយយូរទៅឪពុកម្ដាយបានប្រែក្លាយកូនខ្លួនឱ្យទៅជាមនុស្សមានភេទមិនប្រក្រតី ។

៤. **មិនបង្ខំឱ្យកុមារតមចំណី** : មាតាបិតាជាច្រើនខ្លាចកូនធាត់កំប៉ោង ហើយបង្ខំឱ្យកូនតមចំណីដើម្បីសំរកទំងន់ ។ ដូច្នេះវាអាចជះឥទ្ធិពលយ៉ាងខ្លាំងដល់គុណភាពអាហារូបត្ថម្ភរបស់កុមារ ពីព្រោះវ័យរបស់កុមារកំពុងត្រូវការជាតិអាហារូបត្ថម្ភច្រើនបំផុត ដើម្បីឱ្យរាងកាយអាចលូតលាស់ពេញលេញ ។

៥. **មិនត្រូវឱ្យកុមារញុំាគ្រាប់សណ្ដែកដី ឬថ្នាំគ្រាប់** : ពេលកុមារនៅតូច សមត្ថភាពបញ្ហានៅសង្វៃកមាត់នៅខ្សោយកាលណាញ៉ាំសណ្ដែកដី លេបគ្រាប់ថ្នាំ ឬម្ហូបអាហារប្រហាក់ប្រហែល ងាយធ្លាក់ចូលក្នុងបំពង់ដង្ហើមបង្កឱ្យស្ទះដង្ហើមរហូតមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិត ។

៥. **មិនឱ្យកុមារបៀមក្រចក** : កុមារណាក៏ដោយតែងតែមានទំលាប់នេះ ជាពិសេសក្នុងក្នុងរយៈពេលពួកវាកំពុងដុះធ្មេញ បង្កឱ្យរមាស់អញ្ចាញធ្មេញ ។ ដូច្នេះមេរោគងាយជ្រៀតចូលរាងកាយកុមារហើយជះឥទ្ធិពលដល់ប្រព័ន្ធពោះវៀន។

៦. **មិនឱ្យកុមារលេងសាវុធ** : ប្រដាប់ប្រដាលេងមួយចំនួនមានអារម្មណ៍ខ្លាំង ដូចជា កាំភ្លើង កាំបិត ដាវ...នឹងធ្វើឱ្យជះឥទ្ធិពលចរិតហិង្សាកោងកាច ។ ម្យ៉ាងទៀតវាអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់មួយចំនួនដល់កុមារឯទៀតនៅពេលពួកវាប្រឡែងគ្នា ។

៧. **មិនឱ្យកុមារលេងល្បែងទាញព្រ័ត្រ** : ក្នុងឱកាសបុណ្យប្រពៃណី កុមារច្រើនតែបានចូលរួមលែងល្បែងនេះ ដោយសារ សរសៃតភ្ជាប់នឹងសាច់ដុំដៃរបស់កុមារនៅខ្ចី ខ្សោយ ងាយរអាក់រអួល ឬយឺត។ នៅពេលកុមារលេងត្រូវអត់ដង្ហើម ដង្កក់ ងាយរបួសសរីរាង្គខាងក្នុង ដូចជា បេះដូង សួត ជាដើម ។

៨. **មិនឱ្យកុមារពាក់វ៉ែនតាងងឹត** : មិនថាវ៉ែនតាប្រភេទណាឡើយ បើគ្មានការបញ្ជាពីវេជ្ជបណ្ឌិតទេ។ ព្រោះកូនក្រមុំនៃភ្នែករបស់កុមារមិនទទួលបានការជំរុញគ្រប់គ្រាន់របស់ពន្លឺ នាំឱ្យជះឥទ្ធិពលដល់ការលូតលាស់របស់ចក្ខុវិញ្ញាណ។ ធ្ងន់ធ្ងរជាងនេះ គឺអាចបង្កឱ្យកើតជំងឺខ្សោយភ្នែក (ឡើងបាយ)។

៩. **ឱ្យកុមារពាក់ទ្រនាប់ជើងស្បែក** : ឆ្អឹងនៅបាតជើងក្មេងនិងកំភួនជើងរបស់កុមារនៅខ្ចីទ្រនាប់ជើងស្បែកមានភាពរឹងខ្លាំង មិនយឺត ងាយបង្កឱ្យសំពាធសរសៃឈាមនាំឱ្យឈាមចរាចរខ្សោយនិងជះឥទ្ធិពលដល់ការលូតលាស់របស់សាច់ដុំជើង ។ **(ផន្ទួទេវីលេខ ១១៥ ថ្ងៃទី ១៦-៣១/កក្កដា/០៣)**

កំណាព្យ

ចិញ្ចឹមមាន់តាមគោលការណ៍ធម្មជាតិឆាប់ធំធាត់

- របៀបចិញ្ចឹមមាន់ធំធាត់ល្អ ចូរមិត្តកសិករឆ្វេងយល់ដឹង
បទពិសោធន៍ចិញ្ចឹមជាដំណឹង សង្កេតសញ្ជឹងគិតជាមុន ។
- ទីមួយត្រូវជ្រើសរើសមេពូជល្អ ទោះបីខ្មៅ ស ពូជកូនច្រើន
ចិញ្ចឹមពេលខ្ញីផលខ្ពស់កើន សេដ្ឋកិច្ចចំរើនក្នុងគ្រួសារ ។
- ទីពីរជ្រើសរើសមាន់ធ្វើបា ធំខ្ពស់សង្ហាគ្មានរោគឆ្លង
ជួយបង្កាត់ពូជការពារផង ជាន់ផងគៀងផងឡើងគ្មានឈប់ ។
- ទីបីគឺការរៀបចំធ្វើទ្រុង អោយមានក្រៅក្នុងខ្យល់ចេញចូល
ពេលថ្ងៃចេញក្រៅយប់ចូលក្រុង ក្នុងទ្រុងត្រូវរៀបកន្លែងពងដេក ។
- ទីបួនត្រូវមានស្នូកទឹក ចំណី ប្រការយប់ថ្ងៃគួរមានប្រចាំ
ត្រូវត្រៀមទុកក្រែងមាន់ឃ្លាន នៅមុខនៅគៀនមានទឹកផឹក ។
- ចំណីត្រូវប្រើមានច្រើនមុខ ត្រកួន កន្ទក់ ចក លាយចូលគ្នា
បើគ្រាប់ធញ្ញជាតិនិងកណ្ដៀរ មាន់ស៊ីខុសគ្នា មួយទឹកមួយគោក ។
- ទីប្រាំរៀបចំរណ្ដៅជី អោយមាន់ឈ្លោលញីកាយស៊ីចំណី
វត្ថុត្រូវដាក់រណ្ដៅមានស្លឹកឈើព្រៃ ស្លឹកទុំចាស់ខ្ញីជាចំណីមាន់ ។
- ទីប្រាំមួយត្រូវធ្វើរបងព័ទ្ធ កុំអោយមាន់រត់ទៅទីឆ្ងាយ
ក្រែងឆ្លងជំងឺងាប់នាំស្ដាយ ជួបគ្រោះអន្តរាយខាតបង់ច្រើន ។
- ប្រាំពីររៀបចំទ្រុងសំបុក កែច្នៃដាក់ទុកមានរបៀប
មានផ្ទើមានថ្នាក់មានខ្ពស់ទាប សំបុកត្រូវរៀបឱ្យទូលាយ ។
- ប្រាំបីក្រុងកូនមាន់ទើបញាស់ បើមិនយល់ទាស់ក្រុង១៥ថ្ងៃ
ពេលក្រុងដាក់ទឹកដាក់ចំណី ឱ្យមាន់តូចផឹជាប្រចាំ ។
- ប្រាំបួនត្រូវចេះប្រើប្រាស់ថ្នាំ ដាក់ជាប្រចាំឱ្យមាន់ផឹក
បណ្ដូលពេជ សំបកស្ដៅគរលាយទឹក ទោះថ្ងៃល្ងាចព្រឹកផឹកការពារ ។
- ស្លឹកគ្រៃ ថ្នាំជក់ សាវម៉ាវព្រៃ រៀបចំលកលៃដាក់បាតសំបុក
ការពារស្រមើលទៅត្បុលរុក មាន់គ្មានសំកុកឆាប់ធាត់ធំ ។

រៀបរៀងដោយ លោក **ណាស់ ផាឡេង**

ភ្នាក់ងារផ្សព្វផ្សាយកសិកម្មគំរោងស្រោចស្រព ស្ទឹងជីនិត កំពង់ធំ

ដំណាំល្ហុងរបស់កសិករ ជួន ជន

☞ រៀបរៀង និង បោះពុម្ពផ្សាយដោយ មជ្ឈមណ្ឌលសិក្សានិងអភិវឌ្ឍន៍កសិកម្មកម្ពុជា (CEDAC)

☞ ព័ត៌មានផ្សេងៗ និងការបង់ថ្លៃផ្សព្វផ្សាយ សូមទំនាក់ទំនង លោកស្រី ... សុខា

ផ្ទះលេខ ៣៥ ផ្លូវលេខ ៥២៨ សង្កាត់បឹងកក់ ១ ខ័ណ្ឌទួលគោក

ប្រអប់សំបុត្រលេខ ១១១៨ រាជធានីភ្នំពេញ

ទូរស័ព្ទ : (០២៣) ៨៨០៩១៦

ទូរសារ : (០២៣) ៨៨៥ ១៤៦

E.mail : Cedacrc@camnet.com.kh

☞ *ឧបត្ថម្ភថវិកាដោយ : អង្គការ អុកស្វាមអង់គ្លេស (OXFAM GB) និង CFSI*

☞ *ស្ថាប័ន និង អង្គការដែលបានចូលរួមចំណែកដល់ការបោះពុម្ពផ្សាយតាមរយៈការជាវ :*

- *ឯកឧត្តម **ច័ន្ទ សារុន** រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ*
- *ឯកឧត្តមបណ្ឌិត **ម៉ុក ម៉ារ៉េត** រដ្ឋមន្ត្រីក្រសួងបរិស្ថាន*
- *អង្គការ : JICA, EED, AFSC, PADEK, MCC, LWS, CRS, SCALE, CIDSE, CWS, PRASAC, វិឡូនភាព, បណ្ដុះកុមារ*