

សេចក្តីផ្តើម

១. លក្ខណៈទូទៅ

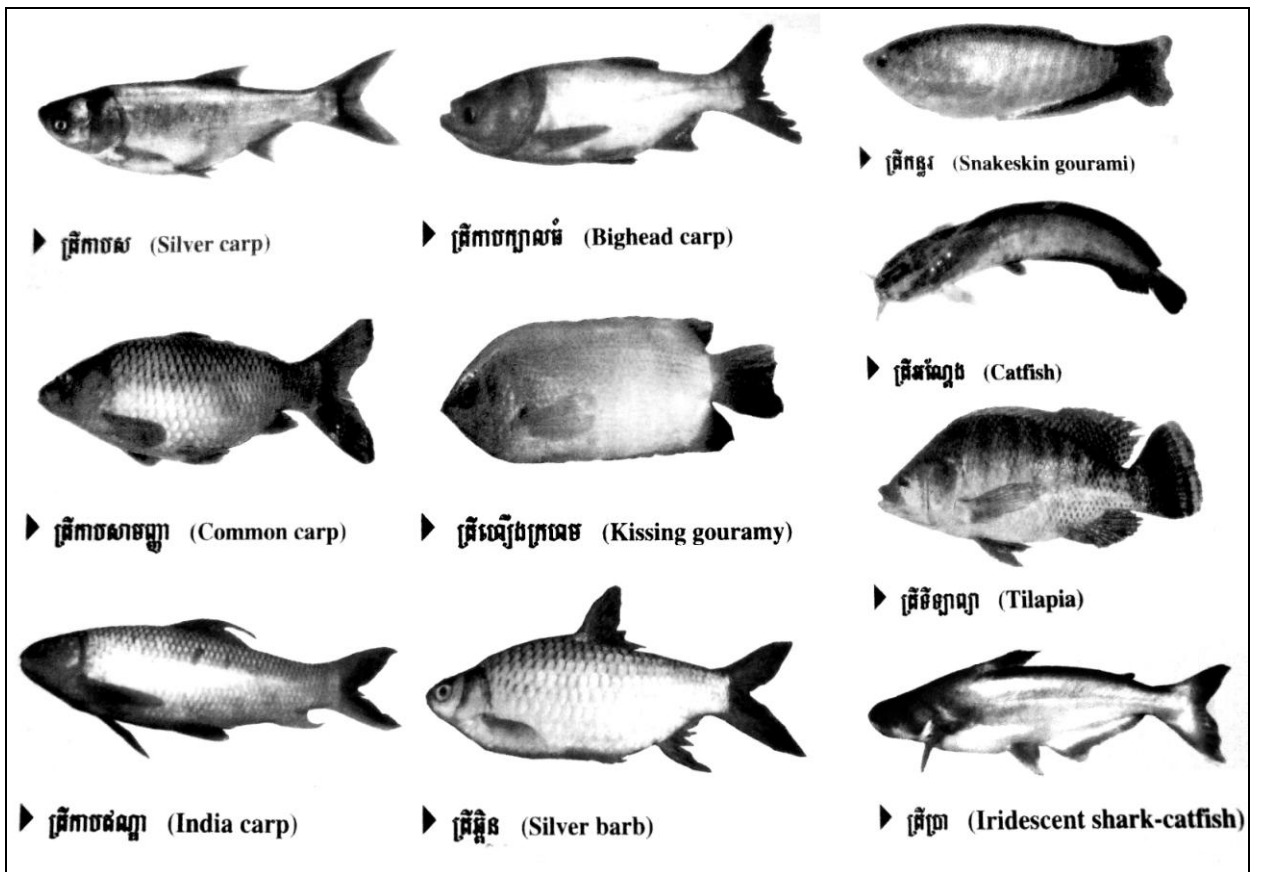
នៅក្នុងប្រទេសកម្ពុជា ជាប្រទេសកំពុងអភិវឌ្ឍគ្រប់វិស័យទាំងអស់ ចំណែកវិស័យកសិកម្មវិញ ប្រៀបបានដូចជាអាយុជីវិតនៃសេដ្ឋកិច្ចជាតិ និងប្រជាពលរដ្ឋ។ រហូតមកដល់បច្ចុប្បន្ននេះប្រជាជនកម្ពុជា ជាង៨០%ជាកសិករពោល គឺពួកគាត់បានពឹងផ្អែកស្ទើរតែទាំងស្រុងទៅលើការបង្កបង្កើនផល តាមរយៈការធ្វើស្រែ ធ្វើចំការ និងការចិញ្ចឹមសត្វ ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់ជីវភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគាត់។ សព្វថ្ងៃប្រជាកសិករភាគច្រើនបានចិញ្ចឹមត្រី ជាលក្ខណៈគ្រួសារតាមទំលាប់តាំងពីមុនមក ដោយពឹងផ្អែកលើកត្តាធម្មជាតិទាំងស្រុង ដោយហេតុនេះហើយ បានជាការអនុវត្តចិញ្ចឹមត្រីរបស់ពួកគាត់ទទួលបានផល បានកំរិតទាបដែលមិនអាចផ្គត់ផ្គង់សំរាប់ការហូបចុក ជាប្រចាំថ្ងៃបានគ្រប់គ្រាន់នោះទេ។

ដោយហេតុនេះហើយ បានជាបណ្តាអង្គការ និងស្ថាប័នមួយចំនួនទាំងក្នុងរដ្ឋាភិបាល និងក្រៅរដ្ឋាភិបាលព្យាយាមស្វែងរកបទពិសោធន៍ថ្មីៗ និងបច្ចេកទេសល្អៗ ដើម្បីចែករំលែកទៅដល់ប្រជាពលរដ្ឋ នៅតាមមូលដ្ឋានជនបទជាច្រើនស្រយាល ដើម្បីជាការពង្រឹង និងបង្កើនសមត្ថភាពដល់ ពួកគេអោយ មានការយល់ដឹងពីអ្វីដែលពួកគាត់អាចធ្វើបាន ក្នុងគ្រួសាររបស់ពួកគាត់ និងតាមធនធានដែលពួកគាត់មានស្រាប់ ដែលមិនបានយកទៅប្រើប្រាស់អោយមានប្រយោជន៍ក្នុងវិស័យកសិកម្មទាំងការធ្វើស្រែ ធ្វើចំការ និងការចិញ្ចឹមសត្វជាដើម។

ក. ហេតុអ្វីបានជាយើងចាំបាច់ត្រូវចិញ្ចឹមត្រី?
 បានជាយើងចាំបាច់ត្រូវចិញ្ចឹមត្រី គឺដើម្បី :

១. កាត់បន្ថយការនេសាទត្រីធម្មជាតិ
២. ដោះស្រាយសាច់ត្រីធ្វើម្ហូបបានទាន់ចិត្ត
៣. កាត់បន្ថយការចំណាយ បង្កើនប្រាក់ចំណូល និងចំណេញពេលវេលា
៤. បង្កើតការងារសំរាប់សមាជិកគ្រួសារ
៥. អាចបង្កើតសួនបន្លែជុំវិញផ្ទះបានល្អ។

ខ. តើប្រភេទត្រីអ្វីខ្លះដែលគេនិយមចិញ្ចឹមក្នុងប្រទេសកម្ពុជា?
 ប្រភេទត្រីដែលគេនិយមចិញ្ចឹម



ក/-ការយល់ដឹងពីមូលដ្ឋាន គ្រឹះក្នុងការចិញ្ចឹមត្រី

- របៀបរៀបចំទឹកនៃឯចិញ្ចឹមត្រី
- របៀបរៀបចំការដឹកជញ្ជូន និងការប្រលែងកូនត្រី
- ការគ្រប់គ្រង និងការថែទាំត្រី
- យល់ដឹងអំពីការរស់នៅរបស់ត្រីចិញ្ចឹម
- ការព្យាបាលជំងឺត្រី
- យល់ដឹងពីប្រភពទឹក
- និងការផ្តល់ចំណីត្រី។



រូបភាព ១ : ធនធាន និងកត្តាមួយចំនួនជាមូលដ្ឋានក្នុងការចិញ្ចឹមត្រីក្នុងរណ្តៅ

២. គោលបំណង

- អោយអ្នកចូលរួមក្នុងសិក្ខាសាលាយល់ដឹងអំពីការចិញ្ចឹមត្រីអណ្តែង
- ចង់អោយអ្នកចូលរួមអាចអនុវត្តបានពេលចប់សិក្ខាសាលា
- ចង់អោយពួកគាត់ចែករំលែកចំណេះដឹងនេះដល់អ្នកជិតខាងផ្សេងទៀត។

៣. ការរៀបចំស្រះចិញ្ចឹមត្រី

ក. ប្រភេទស្រះ

ស្រះចិញ្ចឹមត្រីអាចមានធំ ឬតូច គឺអាចចិញ្ចឹមបានដូចគ្នា តែយកលក្ខណៈរៀបចំ ស្រះមានទំហំធំល្មមទើបងាយស្រួលក្នុងការគ្រប់គ្រង និងចិញ្ចឹមត្រីមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់។

ខ. ការជ្រើសរើសទីតាំងដីកស្រះ

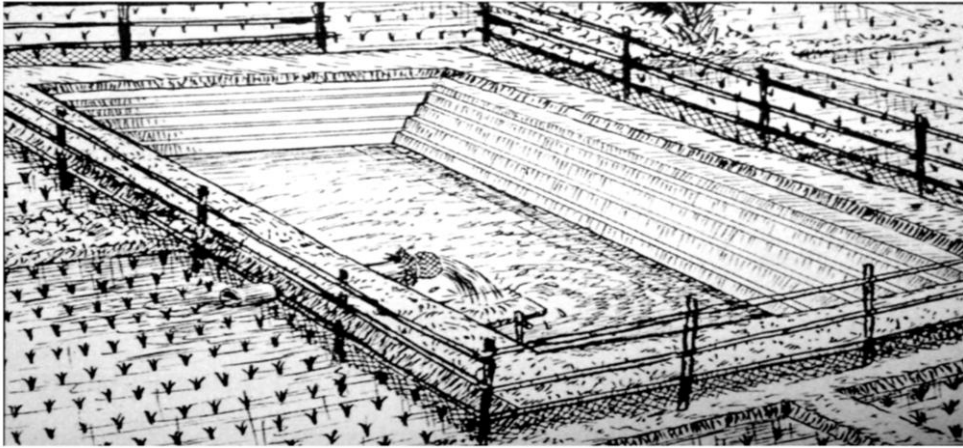
- នៅជិតផ្ទះងាយស្រួល ចំពោះការគ្រប់គ្រង
- ស្រះគួរជីកនៅកន្លែងខ្ពស់ មិនលិចទឹកនៅរដូវវស្សា
- ស្រះអាចរក្សាទឹកអោយបានយូរ (លើសពី ៦ខែ)
- ស្ថិតនៅទីវាលស្រឡះ ឬមានម្លប់តិចៗ
- នៅជិតប្រភពទឹក
- ស្រះនៅជាប់ស្រែកាន់តែប្រសើរ
- នៅអោយឆ្ងាយពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំពុលកសិកម្មផ្សេងៗ។

គ. ការដីកស្រះចិញ្ចឹមត្រី

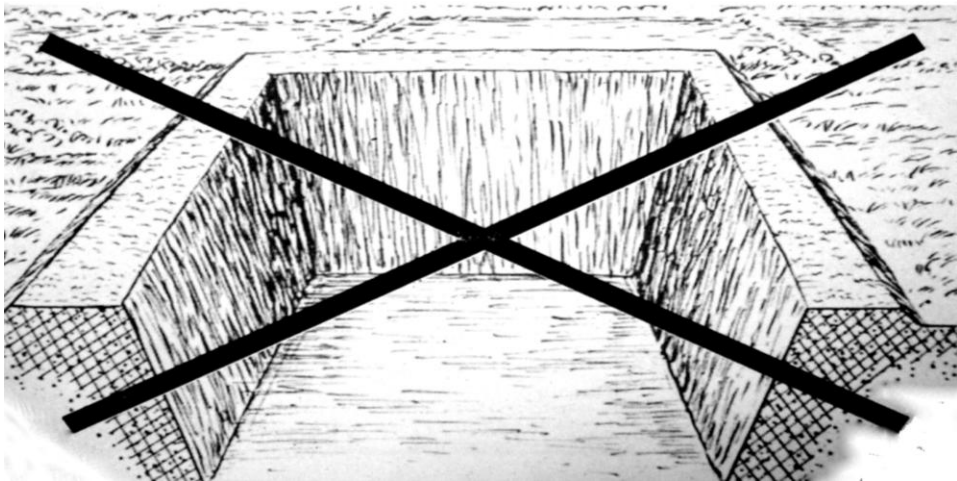
- ជីកជារាងបួនជ្រុងទ្រវែង ដើម្បីងាយស្រួលគ្រប់គ្រង
- ស្រះយកលក្ខណៈទំហំ ១០០ម៉ែត្រការ៉េឡើង ទើបងាយស្រួលក្នុងការចិញ្ចឹម
- ស្រះត្រូវមានជើងទេរ (ជំរាល)សមស្រប ដើម្បីការពារទឹកហូរច្រោះ ឬបាក់
- ស្រះធម្មជាតិគួរមានជុំវេសមស្របគឺពី ១,៥ម៉ែត្រ ទៅ ២,៥ម៉ែត្រ
- ស្រះត្រូវមានភ្លឺខ្ពស់ និងមាំល្អ ដើម្បីការពារទឹកលិច
- ដាំស្មៅនៅតាមភ្លឺ និងមាត់ស្រះ



- ដីស្រែគួរកប់បំពង់ទឹក ដើម្បីបង្ហូរទឹកចេញ ឬចូល



- បាតស្រែត្រូវរាបស្មើ មានជម្រាលទេរម្ខាង ដើម្បីងាយស្រួលពង្រឹងទឹក និងប្រមូលផល។



ឃ. ការរៀបចំស្រែមុនប្រលែងកូនត្រី

ការប្រើកំប្លោង : ការប្រើកំប្លោងមានសារៈសំខាន់ដូចជា

- សំលាប់មេរោគ និងពពួកសត្វមួយចំនួនដែលស៊ីត្រី
- ជួយកែលំអគុណភាពទឹក និងដី ដែលមានជាតិជួរ(អាស៊ីត)
- ធ្វើអោយកាកសំណល់ផ្សេងៗឆាប់រលួយ
- បន្ថែមសារជាតិចិញ្ចឹមដល់សត្វល្អិត និងប្លង់តុង

អប្បបរមាប្រើកំប្លោង : តាមធម្មតាស្រែ ១០០ម៉ែ.ការេ ប្រើ ៥ទៅ១០គីឡូក្រាម អាស្រ័យលើប្រភេទដី ទឹកនិង កាកសំណល់នៅក្នុងស្រែ។

វិធីសាស្ត្រប្រើកំបោរ : ត្រូវយកកំបោរចាក់ចូលក្នុងធុង រួចចាក់ទឹកចូល និងយកឈើ កូរវាសព្វ បន្ទាប់មកយកកាទឹកដួសជះទៅលើ បាតស្រះនោះ មិនត្រូវកាន់ ឬប៉ះ ពាល់ផ្ទាល់ ជាមួយកំបោរនោះទេ (ចូលប្រុងប្រយ័ត្នព្រោះវាមានចំហាយក្តៅ)។
 ការប្រើជី : ការដាក់ជីនៅពេលរៀបចំស្រះ ដើម្បីបង្កើតចំណីត្រី និងសម្រាប់កែប្រែ គុណភាពទឹកក្នុងស្រះ។



សារធាតុត្រូវប្រើមាន:

សារធាតុ	ស្រះចាស់ (១០០ម៉ែត្រការ៉េ)	ស្រះថ្មី (១០០ម៉ែត្រការ៉េ)
កំបោរស	៥ ទៅ ១០ គីឡូក្រាម	១០ ទៅ ១៥ គីឡូក្រាម
លាមកគោ ឬក្របីសើម	៦០ទៅ ៨០ គីឡូក្រាម	៨០ ទៅ ១០០ គីឡូក្រាម
លាមកជ្រូកសើម	២០ទៅ ៣៥ គីឡូក្រាម	២៥ ទៅ ៤០គីឡូក្រាម
លាមកមាន់ ទាសើម	១០ ទៅ ១៥ គីឡូក្រាម	១៥ ទៅ ២០ គីឡូក្រាម
ស្លឹកទន្រ្ទានខែត្រ	២០ ទៅ ៣០ គីឡូក្រាម	៣០ ទៅ ៤០ គីឡូក្រាម
ដេ អា ប៉េ	៣ខាំ	១ គីឡូក្រាម
អ៊ុយរ៉េ	៧ខាំ	២ គីឡូក្រាម

បញ្ជាក់ : ជីគឺមីត្រូវលាយទឹករួចកូរអោយរលាយទើបបាចចូលស្រះ។
 សរុបសេចក្តីមក ដើម្បីអោយមានចំណីធម្មជាតិក្នុងស្រះត្រី យើងត្រូវប្រើជីទាំងអស់ ដូចបានរៀបរាប់ខាងលើ។

ការសំអាតស្រះមុនដាក់កូនត្រី : ត្រូវធ្វើតាមលំដាប់ដូចជា:

- ត្រូវបូមទឹកពង្រឹងស្រះ ដើម្បីចាប់យកត្រីកាច អន្ទង់ ក្តាម កង្កែប.....ចេញ
- ត្រូវស្តារភក់បាតស្រះចេញខ្លះ
- កែលំអស្រះ ដូចជាលប់ រន្ធក្តាម លើកភ្លឺជុំវិញស្រះ
- ត្រូវបាចកំបោរស រួចហាលទុក ១ថ្ងៃ ទៅ ២ថ្ងៃ
- បង្ហូរទឹកចូលក្នុងស្រះវិញ ១ភាគ៣ នៃផ្ទៃស្រះ
- រួចដាក់ទឹកដីចូលក្នុងស្រះ ឬយកដីរុក្ខជាតិបៃតងដាក់ជ្រុងកែងស្រះ
- បន្ទាប់មកបង្ហូរទឹកបន្ថែមអោយពេញស្រះទុករយៈពេល ២ទៅ៣ថ្ងៃសិន ដើម្បីអោយទឹកឡើងពណ៌បៃតងខ្លីសិន ទើបអាចលែងកូនត្រីបាន។

៤. ការជ្រើសរើសប្រភេទត្រីចិញ្ចឹម
ប្រភេទត្រីដាក់ចិញ្ចឹម

គួរជ្រើសរើសប្រភេទត្រីទាំងឡាយណាដែលមានលក្ខណៈដូចខាងក្រោម

- ត្រីងាយស្រួលចិញ្ចឹមក្នុងស្រះ
- ងាយរកពូជចិញ្ចឹម
- ធន់នឹងជំងឺ ធន់ការរស់នៅចង្អៀត
- ស៊ីចំណីធម្មជាតិ ងាយស្រួលរក និងឆាប់ធំធាតុ
- មានតម្លៃក្នុងទីផ្សារ ឬប្រជាជនគេនិយមចូលចិត្តបរិភោគ។

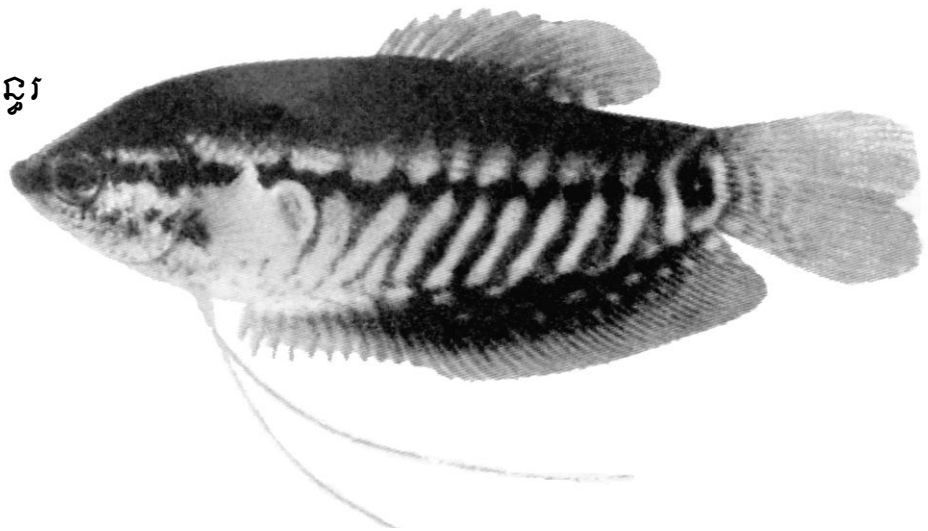
៥. ចរិតលក្ខណៈរស់នៅរបស់ត្រីប្រភេទដីមួយៗ
ក. ត្រីឆ្កែ



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុករស់នៅតាម ទន្លេ បឹងបូរ ស្ទឹង អូរ ស្រះ។

- ពេលនៅតូចវាស្មើរុក្ខជាតិតូចៗច្រើនប្រភេទ សារាយ ស្ទឹងរុក្ខជាតិស្រស់ និងសត្វល្អិតតូចៗ ពពួកប្លង់តុង កណ្តៀរជាដើម
- ពេលធំវាស៊ីចំណី ដូចជាកាកសំណល់បន្លែ ស្លឹករុក្ខជាតិស្រស់ ចក ត្រកូន និងចំណីបន្ថែមមាន កន្ទក់ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ ពោត សណ្តែក
- ចូលចិត្តរស់នៅទឹកស្រទាប់លើ និងកណ្តាល
- ការលូតលាស់ ទំងន់ពី ២-៥ខាំ រយៈពេលចិញ្ចឹមក្នុងស្រះ ១ឆ្នាំ
- ត្រីឆ្អិនអាចបន្តពូជបាននៅពេលអាយុ ៨ខែ ឡើងទៅ
- ធន់នឹងជំងឺ។

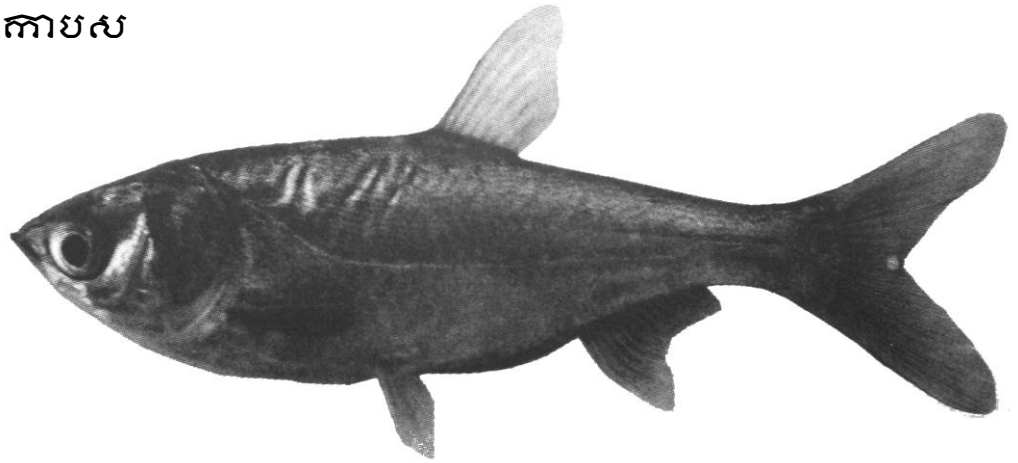
១. ត្រីកន្ទរ



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុកមានតម្លៃខ្ពស់ក្នុងទីផ្សារ រស់នៅតាមទឹកនឹង ដូចជាបឹងបូរ ស្ទឹង ស្រះ ត្រពាំង វាលស្រែ។

- វាចូលចិត្តស៊ីចំណីដូចជា កាកសំណល់បន្លែ ស្លឹករុក្ខជាតិស្រស់ ចក ត្រកូន កណ្តៀរ ជាពិសេស ពពួកប្លង់តុង និងចំណីបន្ថែមមាន កន្ទក់ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ ពោត សណ្តែក.....
- ចូលចិត្តរស់នៅទឹកស្រទាប់លើ កណ្តាល
- ការលូតលាស់ ០,៥ទៅ ១ខាំ រយៈពេលមួយឆ្នាំ
- វាអាចបន្តពូជបាននៅរយៈពេល ៧ខែឡើងទៅ
- ធន់ជំងឺ និងទឹកមានអុកស៊ីសែនទាប (ប៉េហាស់ ៥,៦ ទៅ ៦)

ក. ត្រីកាបស



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុក មានប្រភពមកពីប្រទេសចិន រស់នៅតំបន់ទឹកសាប ហើយវា ងាយស្រួលក្នុងការចិញ្ចឹមណាស់។

- វាចូលចិត្តស៊ីចំណី ស្លឹករុក្ខជាតិស្រស់ ចក ត្រកួន កណ្តៀរ ពពួកប្លង់តុង និង ចំណីបន្ថែមមាន កន្ទក់ កាកសំណល់ផ្ទះ បាយ ពោត សណ្តែកជាដើម
- ចូលចិត្តរស់នៅទឹកស្រទាប់លើ និងកណ្តាល
- ធន់ជំងឺ និងទឹកមានអុកស៊ីសែនទាប (ប៉េហាស់៦,៥ ទៅ៨ និងសីតុណ្ហភាព ២០ទៅ៣០ អង្សាសេ)
- ការលូតលាស់ ពី៥ ទៅ ៧ខែ ក្នុងរយៈពេល ១ឆ្នាំ
- វាពេញវ័យមានអាយុ ១ឆ្នាំទៅ ២ឆ្នាំ
- វាមិនអាចបន្តពូជក្នុងស្រះបានទេ។

ឃ. ត្រីដីឡាព្យ៉ា



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុក មានប្រភពមកពីប្រទេសអាហ្វ្រិកខាងជើង។ វារស់នៅតំបន់ទឹក សាប ហើយវាងាយស្រួលក្នុងការចិញ្ចឹម ព្រះវាអាចរស់ក្នុងមជ្ឈដ្ឋានទឹកមានបរិមាណ

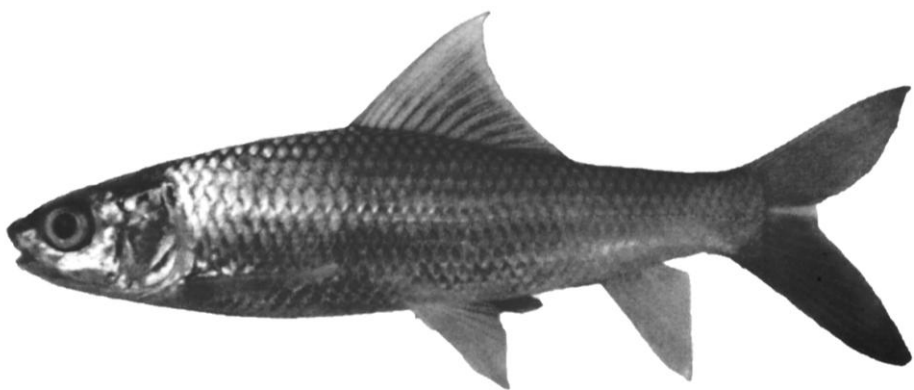
ខ្យល់អុកស៊ីសែនទាប។

- ស៊ីចំណីចំរុះដូចជា រុក្ខជាតិក្នុងទឹក ស្មៅ ជន្លេន កណ្តៀរ.....
- អាចរស់នៅគ្រប់ស្រទាប់ទឹក ហើយប៉ោស ពី ៤ទៅ៩ សីតុណ្ហភាព ១៤-៤០អង្សាសេ
- ការលូតលាស់ពី ២ទៅ៥ខែ ក្នុងរយៈពេល ៨ខែ
- ពេលពេញវ័យរយៈពេល ៤ខែឡើងទៅ
- ងាយពង និងញាស់ក្នុងស្រះធម្មជាតិ
- ធន់នឹងជំងឺ។

៥. ត្រីកាប សាមញ្ញ និងកាបសណ្ឋា(មីញ្ចាល់)



ត្រីកាបសាមញ្ញ



ត្រីកាបសណ្ឋា

ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុក វារស់នៅតំបន់ទឹកសាប ហើយវាងាយស្រួលក្នុងការចិញ្ចឹម ព្រោះ វាអាចរស់ក្នុងមជ្ឈដ្ឋានទឹកមាន បរិមាណខ្យល់ឧកស៊ីសែនទាប។

- ស៊ីចំណីចំរុះដូចជា រុក្ខជាតិក្នុងទឹក និងកាកសំណល់បន្លែ ស្លឹករុក្ខជាតិស្រស់ ចក ត្រកួន កណ្តៀរ ជាពិសេស ពពួកប្លង់តុង និងចំណីបន្ថែមមាន កន្ទក់ កាកសំណល់ផ្ទះ បាយ ពោត សណ្តែកជាដើម
- រស់ស្រទាប់បាត
- ប៉េហាស់ ពី ៥,៥ទៅ៨,៥ សីតុណ្ហភាព ២០-៣០អង្សាសេ
- លូតលាស់ ពី ០,៥ទៅ១ គីឡូក្រាម ក្នុងរយៈពេល ១ឆ្នាំ
- ពេញវ័យអាយុ ១,៥ឆ្នាំ ឡើងទៅ
- ធន់នឹងជំងឺ។

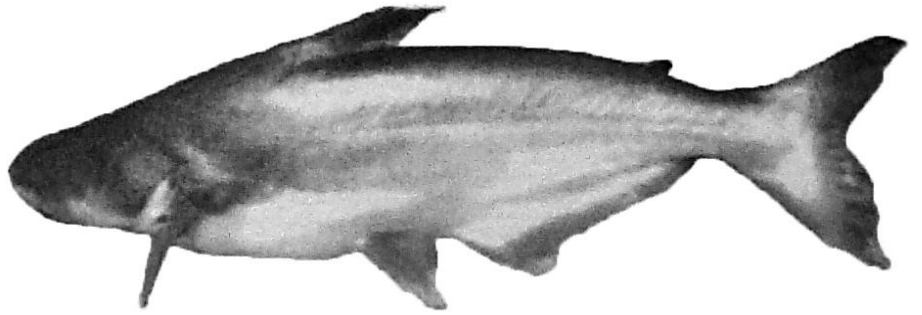
ច. ត្រីអណ្តែង



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុក វារស់នៅតំបន់ ទឹកសាប ត្រីអណ្តែងចូលចិត្តរស់នៅ តាមវាលស្រែត្រពាំង បឹង ប្រឡាយ ស្រះ ជាដើម។ វាងាយស្រួល ក្នុងការចិញ្ចឹម ព្រោះវាអាចរស់ក្នុងមជ្ឈដ្ឋានទឹកមាន បរិមាណខ្យល់អុកស៊ីសែនទាប។

- ត្រីអណ្តែងចូលចិត្តស៊ីចំណីចំរុះមានដូចជា: កូនសត្វល្អិតតូចៗ កំពឹស កូនត្រីតូចៗ កូនក្អក កូនកង្កែប ខ្យង លាមកសត្វ កន្ទក់ ចុងអង្ករ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ និងសំណល់ពីសត្តយាដ ។ល។
- ត្រីអណ្តែងចូលចិត្តរស់នៅកន្លែងដែលមានទឹកជ្រៅពី ៨តឹក ទៅ ១ម៉ែត្រ
- ការរស់នៅរបស់ត្រីអណ្តែង ធន់ និងមជ្ឈដ្ឋានទឹកដែលមាន អុកស៊ីសែនទាប និងធន់ក្នុងការរស់នៅកន្លែងចង្អៀត គឺពី៤០ទៅ៥០ក្បាលក្នុង ១ម៉ែ.កាវ៉េ
- ត្រីអណ្តែងអាចចិញ្ចឹមក្នុងរយៈពេលខ្លីគឺ ពី៣-៤ខែ អាចទទួលបានទំងន់ ពី២-៥ខ្នាំ ក្នុង១ក្បាល។

៨. ត្រីប្រា



ជាប្រភេទត្រីក្នុងស្រុក វារស់នៅតំបន់ទឹកសាប វាចូលចិត្តរស់នៅតាមបឹង ប្រឡាយ ស្រះ ជាដើម។ ហើយវាងាយស្រួលក្នុងការចិញ្ចឹម ព្រោះវាអាចរស់ក្នុង មជ្ឈដ្ឋានទឹក មានបរិមាណខ្យល់អុកស៊ីសែនទាប។

- ត្រីនេះចូលចិត្តស៊ីចំណីចម្រុះមានដូចជា: កូនសត្វល្អិតតូចៗ កំពឹស កូនត្រីតូចៗ ខ្យង លាមកសត្វ កន្ទក់ បុងអង្ករ កាកសំណល់ផ្ទះបាយ និងសំណល់សត្វ ងាប់។ល។
- វាចូលចិត្តរស់នៅកន្លែងដែលមានទឹកជ្រៅក៏បាន និងទឹករាក់ក៏បាន
- ការរស់នៅរបស់ត្រីប្រា គឺធន់នឹងមជ្ឈដ្ឋានទឹកដែលមាន អុកស៊ីសែន ទាប និង ការរស់នៅកន្លែងចង្អៀតបាន
- វាអាចចិញ្ចឹមក្នុងរយៈពេលខ្លីគឺ ពី៨ខែ-១ឆ្នាំ អាចទទួលបានទំងន់ ពី៥ខ្នាំ ទៅ១ គីឡូក្រាម ក្នុង១ក្បាល។

៦. ចំនួនកូនត្រីដែលត្រូវដាក់ចិញ្ចឹម

គួរដាក់កូនត្រីចិញ្ចឹមអោយបានសមស្រប ទៅតាមស្ថានភាពទឹកកន្លែង និងតាម ប្រភេទត្រី។ ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការថែទាំបានល្អ និងការលូតលាស់។

- គួរដាក់កូនត្រីពី ៣ទៅ៤ក្បាល ក្នុង ១ម៉ែត្រការ៉េ ឬ ៣០០ទៅ៤០០ក្បាល ក្នុងស្រះ ១០០ម៉ែត្រការ៉េ។
- កូនត្រីគួរដាក់ចិញ្ចឹមចំរុះគឺពី ៣ប្រភេទឡើងទៅទើបល្អ ព្រោះវាអាចស៊ី ណីអស់ ចំណេញពេល និងចំណេញត្រី។

ការគិតជាភាគរយនៃការដាក់កូនត្រីចម្រុះ

ប្រភេទត្រី	ឆ្កិន	ទីឡាព្យា	កាបស	កាបសាមញ្ញ/កាបឥណ្ឌា
ត្រីឆ្កិន ជាសំខាន់	៤០%	៣០%	២០%	១០%
ត្រីទីឡាព្យា	៣០%	៤០%	២០%	១០%
ត្រី ៣ប្រភេទ		៥០%	៤០%	១០%

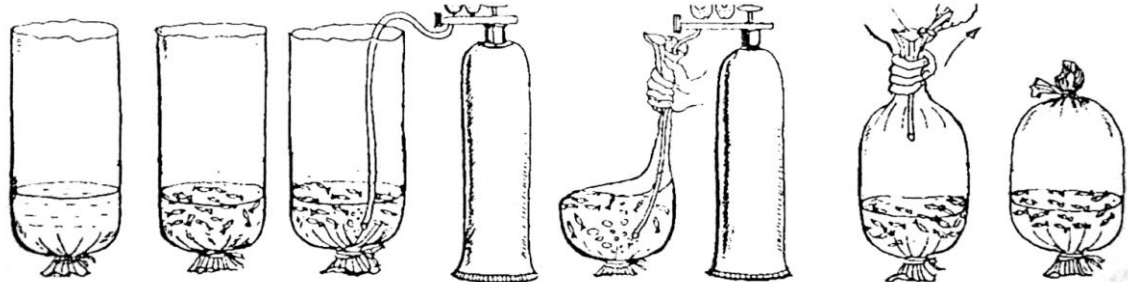
✓ ពេលវេលានៃការដាក់កូនត្រីចម្រុះ គឺអាស្រ័យលើស្ថានភាពជាក់ស្តែង របស់តំបន់ ទឹកស្អែង (មាន ប្រភពទឹក ចំណីគ្រប់គ្រាន់ងាយស្រួលរក អាកាសធាតុអំណោយផល ដល់ការរស់នៅរបស់ត្រី លុតលាស់ធំឆាប់បានល្អ)។

៧. ការដឹកជញ្ជូនកូនត្រី

ការដឹកជញ្ជូនមានពីរប្រភេទគឺ ការដឹកជញ្ជូនបិតជិត និងការដឹកជញ្ជូនដោយចំហ។
 ➤ ការដឹកជញ្ជូនដោយបិតជិត: គឺជាការដឹកដោយប្រុងប្រយ័ត្នស្លឹកសំរាប់ផ្លូវ ជិត ឬឆ្ងាយក៏បាន។
 ➤ ការដឹកជញ្ជូនដោយចំហ: គឺជាការដឹកដោយប្រុងប្រយ័ត្នស្លឹកសំរាប់ផ្លូវជិតៗផ្ទះ អាចប្រើសំភារៈ ដូចជា ធុង បោត ជាដើម។

ក. ការរេចខ្ចប់កូនត្រី

- កូនត្រីដែលត្រូវធ្វើការដឹកជញ្ជូនមិនត្រូវដាក់ចំណីអោយស៊ីទេ
- ត្រូវពិនិត្យមើលថង់ដាក់កូនត្រី ហើយដាក់២ទៅ៣ដាន់ជៀសវាងការឆ្លាយ
- ត្រូវដាក់ទឹកស្អាត ១ភាគ៣នៃផ្ទៃថង់ ហើយអាចដាក់កូនត្រីចំនួនពី ៣៥០ក្បាល ទៅ ៥០០ក្បាល (អាច១,៥kg ទៅ ៣ kg តាមរយៈពេល នៃការដឹកជញ្ជូន)
- រួចដាក់ខ្យល់អុកស៊ីសែនក្នុងថង់អោយបានណែនល្អបន្ទាប់មកចងកៅស៊ូអោយបានជាប់ល្អ។



ការដឹកជញ្ជូនកូនត្រីផ្លូវឆ្ងាយ ត្រូវប្រើថង់ប្លាស្ទិក និងត្រូវបំពេញដោយខ្យល់អុកស៊ីសែន

១. ពេលវេលាដឹកជញ្ជូនកូនត្រី

- គួរគប្បីដឹកជញ្ជូនពេលព្រឹក ឬល្ងាចកុំឲ្យត្រូវកំដៅខ្លាំងពេកបណ្តាល ឲ្យងាប់កូនត្រី
- មិនត្រូវធ្វើការដឹកជញ្ជូនកូនត្រីពេលមានភ្លៀងទេ
- មិនត្រូវដឹកជញ្ជូនកូនត្រីលើសពី ៣ទៅ៤ម៉ោងឡើយ។

ក. របៀបប្រសែដកូនត្រីចូលទៅក្នុងរណ្តៅ

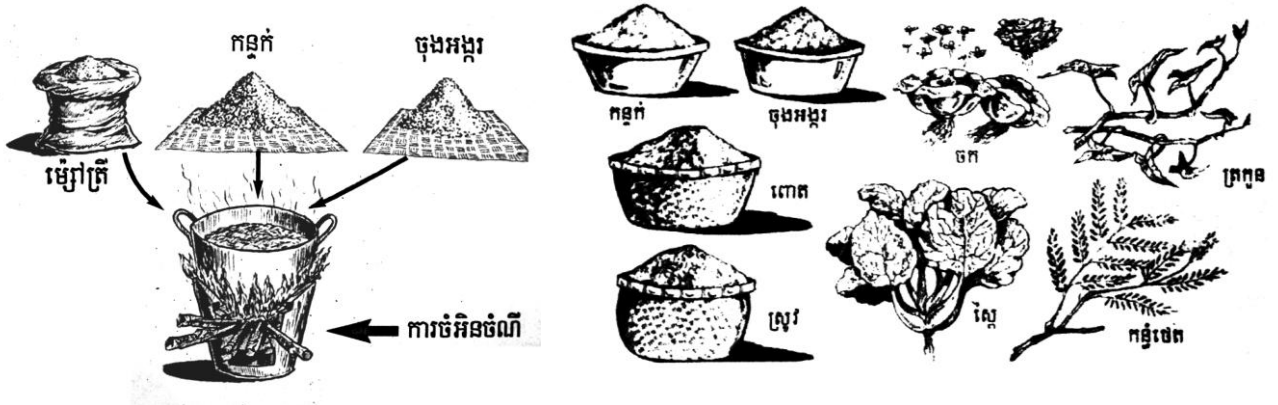
ពេលដឹកកូនត្រីមកដល់ត្រូវកូរទឹកអោយផ្ទៃខាងលើ និងខាងក្រោមមានស៊ីតុណ្ហភាពប្រហាក់ប្រហែលគ្នាសិន បន្ទាប់មកដាក់ថង់កូនត្រីត្រាំក្នុងទឹករណ្តៅ រួចបាចទឹកពីលើថង់ត្រីតិចៗរហូតរយៈពេល១៥ទៅ២០នាទីសិន (ដើម្បីអោយកូនត្រីបាត់ហាត់)។ ក្រោយពីត្រាំកូនត្រីអោយត្រីបាត់ហាត់ រួចចាប់ផ្តើមស្រាយមាត់ថង់កូនត្រី និងពន្លាតមាត់ថង់មូរអោយដល់ទឹកខាងក្នុងថង់ បន្ទាប់មកបាចទឹកតិចៗចូលទៅក្នុងថង់ ដើម្បីអោយកូនត្រីហែលចេញ ដោយស្រួលហើយយើងអាច ដឹងពីកំលាំង កូនត្រីរបស់យើងផងដែរ។

៨. ទំហំកូនត្រីដែលត្រូវដាក់ចិញ្ចឹម

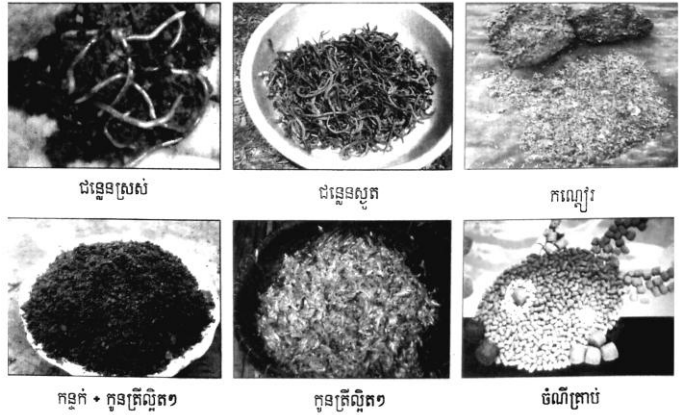
ដើម្បីទទួលបានផលខ្ពស់ពីការចិញ្ចឹមត្រី ត្រូវពិនិត្យកូនត្រីណា ដែលមានសុខភាពល្អ មានទំហំប្រវែងពី ៥-៦សង់ទីម៉ែត្រ ឬប្រវែង ៣ថ្នាំងដៃ ដើម្បីអោយកូនត្រីគេចផុតពីសត្រូវធ្វើអោយកូនត្រីមានអត្រារស់នៅច្រើន និងធ្វើអោយមានករណីលាស់បានឆាប់រហ័ស។

៩. ចំណី

ប្រភេទចំណីធម្មជាតិចំណីផ្សំពីរុក្ខជាតិ ត្រកូន ស្លឹកដំឡូងជ្វា ពោត សណ្តែកសៀង កន្ទក់ ចុងអង្ករ កសំណល់ផ្ទះបាយម្សៅត្រីជាដើម ទាំងនេះជាប្រភេទចំណីដែលត្រូវបុកលាយគ្នា ឬ ស្ទោរសំរាប់ដាក់អោយត្រីស៊ី។



ប្រភេទចំណីជាតិសាច់ មាន កូនសត្វល្អិតៗ ជន្លេន អង្រែង កណ្តៀវ សត្វងាប់ (ស្មោរ ឬចិញ្ច្រាំ អោយម៉ត់) ទើបដាក់អោយ ត្រីស៊ីជាចំណី។



១០. ការផ្តល់ចំណីត្រី

មិនត្រូវផ្តល់ចំណីពេលលែងកូនត្រីភ្លាមនោះទេ ទុកយ៉ាងតិចកន្លះថ្ងៃទើបដាក់ចំណីអោយកូនត្រីស៊ីតែត្រូវដាក់ក្នុងបរិមាណមួយល្មម យកល្អិតប្រើចំណីគ្រាប់បន្តកូនត្រី រយៈពេល ២ទៅ៣ថ្ងៃសិន ការផ្តល់ចំណីគួរដាក់២ទៅ ៣ដងក្នុងមួយថ្ងៃ ហើយត្រូវរាយចំណី ២-៣ កន្លែង ទៅតាមទំហំស្រះ និងបរិមាណកូនត្រី ចំណីគប្បីដាក់ក្នុងកំរិតមួយល្មម (ជៀសវាង ស្អុយទឹក ខាតចំណី....)។



១១. ការការពារជំងឺត្រី

ក. មូលហេតុដែលធ្វើអោយត្រីមានជំងឺ

- តាមពូជរបស់កូនត្រីដែលមានជំងឺ
- បញ្ហាទឹក (ទឹកខ្វះ ឬស្អុយ)
- ដាក់កូនត្រីចិញ្ចឹមក្នុងរណ្តៅច្រើនពេក
- ការដាក់ចំណីអោយកូនត្រីស៊ីមិនគ្រប់គ្រាន់
- ដីភក់បានដាក់ក្នុងរណ្តៅមានពពួក ប៉ារ៉ាស៊ីត បាក់តេរី និងពពួកផ្សិត ។

ខ. វិធីសាស្ត្របង្ការជំងឺ

- ជ្រើសរើសពូជ ឬពិនិត្យកូនត្រីពេលទិញមកចិញ្ចឹម
- ត្រូវពិនិត្យទឹកឲ្យបានត្រឹមត្រូវល្អ និងមិនឲ្យទឹកហូរ ច្រោះចូលពេលមានភ្លៀង
- ត្រូវដាក់កូនត្រីចិញ្ចឹមសមល្មមនឹងទំហំស្រះ និងដាក់ចំណីឲ្យបានគ្រប់គ្រាន់។

ក. ហេតុសញ្ញាជំងឺត្រី

ធាតុសញ្ញាជំងឺអុតស

- មានស្នាមរមួស ឬអុតពកដុំតូចៗពណ៌ស និងដំបៅនៅលើស្បែក ស្រកាវ រន្ធច្រមុះ និងព្រុយរបស់ត្រី
- ខ្លួនត្រីមានជាតិអិលពណ៌ប្រផេះ ក្លិនស្អុយ កូនត្រីហែលគ្មាន ទិសដៅ ហើយបណ្តែតខ្លួនតាមមាត់រណ្តៅ។



ធាតុសញ្ញាជំងឺកកឈាម

- មានស្នាមរលាក ឬកកឈាមនៅលើស្បែក
- កូនត្រីហែលគ្មាន ទិសដៅ ហើយបណ្តែតខ្លួនតាមមាត់រណ្តៅ



ឃ. វិធីសាស្ត្រព្យាបាលជំងឺ

- + ប្រើអំបិល ១គីឡូក្រាម ឬកំបោរស ១គីឡូក្រាម លាយជាមួយទឹក ១០លីត្រ រួចបាចទៅ ក្នុងស្រះរយៈពេលមួយថ្ងៃម្តងៗ ឲ្យបាន ៤ទៅ៥ថ្ងៃ (ធ្វើនៅ ម៉ោង៩ ព្រឹក)។
- + យកក្តាមរស់ពី ២០ទៅ៤០ក្បាល បុកលាយជាមួយកន្ទក់ ១គីឡូក្រាម ហើយឲ្យស៊ីរយៈពេល៤ទៅ ៥ថ្ងៃ ត្រូវប្តូរទឹកក្នុងរណ្តៅ ដោយថែមទឹកថ្មីឲ្យបានល្អ និងធ្វើស្មៅជុំវិញរណ្តៅ។

១២. ការតាមដាន និងការប្រមូលផលរំលោះ

ក្រោយពីការចិញ្ចឹមរយៈពេល ២ទៅ៣ខែ គួរតែដូស ឬកៀរត្រីមើលម្តងដើម្បីត្រួតពិនិត្យមើល ការលូតលាស់របស់ត្រី ហើយបើត្រីណាធំជាងគេត្រូវរំលោះដាក់កន្លែងផ្សេង ឬចាប់ហូបដើម្បីអោយត្រីតូចៗឆាប់ធំដែរ។ ហើយការប្រមូលផល គឺត្រូវបានធ្វើឡើងតាមស្ថានភាពជាក់ស្តែងនៃការលូតលាស់របស់ត្រី។



១៣. ការវិភាគចំណាយ និង ចំណូលនៃការចិញ្ចឹមត្រី

អ្នកចិញ្ចឹមត្រីគប្បីកត់ត្រាតួរលេខអោយបានត្រឹមត្រូវពីព្រោះវាមានសារៈសំខាន់ក្នុងការចងក្រង បទពិសោធន៍របស់អ្នក និងជាពិសេសយើងចង់ដឹងថាតើចំណេញឬខាត។

មានតួរតួក្នុងកូនសៀវភៅមួយទៀត

តារាង : ចំណាយនៃការចិញ្ចឹមត្រី

តារាង : ចំណូលនៃការចិញ្ចឹមត្រី

តារាង : ប្រមូលផលនៃការចិញ្ចឹមត្រី

តារាង : បញ្ហានៃការចិញ្ចឹមត្រី

(មិនមានអ្នកណាម្នាក់ទេ ត្រីយើងបរិភោគរាល់ថ្ងៃទេ គឺគេតែងបង្រៀនយើងឲ្យ
ចេះរកត្រីដោយខ្លួនឯងវិញ)។

ចប់