ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ

សៀវភៅណែនាំបច្ចេកទេស ស្តីពី
ការភ្ញាស់កូនមាន់ស្រុកលក់

រៀបចំដោយ : នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម
សហការជាមួយ : គម្រោងបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាដើម្បីបង្កើនផលិតភាពជុំវិញតំបន់ទន្លេសាប (TSTD)
ឧបត្ថម្ភដោយ : ធនាគារអភិវឌ្ឍន៍អាស៊ី រដ្ឋាភិបាលប្រទេសហ្វាំងឡង់ និង រដ្ឋាភិបាលសាធារណរដ្ឋកូរ៉េ

រៀបរៀងដោយ:

លោក ស៊ិន ប៉ោ : អ្នកជំនាញផ្នែកបសុសត្វ របស់គម្រោង TSTD

ទូរស័ព្ទលេខ : ០១៧ ៩០៩ ៣៤៥

អ៊ីម៉ែល : porsinn@gmail.com

កាលបរិច្ឆេទ : ខែ សីហា ឆ្នាំ ២០១៣

© រក្សាសិទ្ធិគ្រប់យ៉ាង: គ្រប់ព័ត៌មានទាំងអស់នៃសៀវភៅណែនាំបច្ចេកទេសនេះ
ជាកម្មសិទ្ធិ របស់ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ ហើយសម្រេចផ្តល់សិទ្ធិឱ្យ
នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម ធ្វើជាម្ចាស់កម្មសិទ្ធិ។ រាល់សំណើរសុំផលិតបន្ថែម
ត្រូវសុំការអនុញ្ញាតសិទ្ធិជាមុនសិន ពីនាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម។

មាតិកាអត្ថបទ

បុព្វកថា.. v-vi

អារម្ភកថា..1

ជំពូក ១៖ សេចក្តីផ្តើម

១. តើទូភ្ញាស់ស៊ុតមាន់ជាអ្វី?..3

២. កត្តាសំខាន់ចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តពេលភ្ញាស់ស៊ុត..3

៣. លក្ខណៈរូប និងសមាសធាតុផ្សំស៊ុតមាន់..4

៤. វដ្តជីវិតមាន់..5

ជំពូក ២៖ ការគ្រប់គ្រងស៊ុតមាន់សម្រាប់ភ្ញាស់

៥. ការចិញ្ចឹមមេ និងបាមាន់សម្រាប់យកស៊ុត..6

    ៥.១ ការជ្រើសរើសពូជមាន់..6

    ៥.២ ទ្រុងចិញ្ចឹមមេបាមាន់..6

    ៥.៣ សមាមាត្រចំនួនមេ និងបាដាក់ក្នុងទ្រុង..8

    ៥.៤ ការផ្តល់ចំណីមេបា..9

៦. ការរក្សាស៊ុតទុកសម្រាប់ភ្ញាស់..12

    ៦.១ ការប្រមូលស៊ុតពីកន្លែងចិញ្ចឹម..12

    ៦.២ ការរក្សាស៊ុតទុកសម្រាប់ភ្ញាស់ (កន្លែងភ្ញាស់ស៊ុត)..13

ជំពូក ៣៖ គ្រប់គ្រងការភ្ញាស់ស៊ុត

៧. ការរៀបចំទូភ្ញាស់មុនដាក់ស៊ុតភ្ញាស់ 15

៨. ការរៀបចំស៊ុតសម្រាប់ភ្ញាស់ 15

៩. កត្តាចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តក្នុងកំឡុងពេលភ្ញាស់ស៊ុត 16

    ៩.១ សីតុណ្ហភាព..16

    ៩.២ សំណើម 16

    ៩.៣ ចរន្តខ្យល់ក្នុងទូភ្ញាស់..16

    ៩.៤ ការបង្វិលស៊ុត 17

    ៩.៥ ការឆ្លុះបញ្ចាំងមើលស៊ុត 18

១០. បច្ចេកទេសឆ្លុះមើលខាងក្នុងស៊ុតមាន់ 19

    ១០.១ ការបង្កើតឧបករណ៍ឆ្លុះមើលស៊ុត 19

១០.២ លទ្ធផលសំខាន់ៗ នៃការឆ្លុះមើលស៊ុត 21
១១. ការកត់ត្រាព័ត៌មានលម្អិតប្រចាំថ្ងៃ 23
១២. ដំណាក់កាលញាស់ 24
១២.១ ចំណុចសំខាន់ៗ យកចិត្តទុកដាក់ពេលកូនមាន់ញាស់ 24
១២.២ ពេលកូនមាន់ញាស់ 25
១២.៣ ក្រោយពេលកូនមាន់ញាស់ 25
១៣. វិធីសាស្រ្តកាត់បន្ថយស៊ុតខូច 25

ជំពូក ៤៖ ការថែរក្សាកូនមាន់ទើបញាស់

១៤. តើត្រូវថែរក្សាកូនមាន់អាយុក្រោម ២១ថ្ងៃយ៉ាងដូចម្តេច? 27
១៤.១ ការរៀបចំទ្រុងថែរក្សាកូនមាន់ 27
១៤.២ ការផ្តល់កំដៅកូនមាន់ទើបញាស់ 27
១៤.៣ ការត្រួតពិនិត្យ និងតាមដានកំដៅកូនមាន់ 28
១៤.៤ ការផ្តល់ចំណី និងទឹកកូនមាន់អាយុក្រោម ២១ថ្ងៃ 29
១៥. ការថែរក្សាសុខភាពកូនមាន់ 29
១៥.១ ការព្យាបាល និងបំប៉នកូនមាន់ក្រោយញាស់ភ្លាម 29
១៥.២ អនាម័យចំណីអាហារ និងទឹកផឹក 30
១៥.៣ ការដឹកជញ្ជូនកូនមាន់ 30

ជំពូក ៥៖ ឥទ្ធិពលលើការញាស់របស់ស៊ុត

១៦. កត្តាដែលជះឥទ្ធិពលដល់លទ្ធភាពនៃការញាស់កូនមាន់ 31
១៦.១ ការបង្កាត់ពូជ 31
១៦.២ ផលិតកម្មស៊ុត 31
១៦.៣ ការគ្រប់គ្រងហ្វូងមាន់ 31
១៦.៤ ការជ្រើសរើសស៊ុតភ្ញាស់ 31
១៧. មូលហេតុមានបញ្ហាលើការញាស់ស៊ុតមាន់ 32

ជំពូក ៦៖ ការចិញ្ចឹមមាន់សាច់ពូជក្នុងស្រុក

១៨. ការរៀបចំទ្រុងសម្រាប់ចិញ្ចឹមមាន់សាច់ 34
១៩. ការថែរក្សាសុខភាពកូនមាន់ក្រោយពីដឹកជញ្ជូន 35
២០. ការផ្តល់ចំណីមាន់សាច់ 36
២១. ការផ្តល់ទឹកមាន់ 36

ជំពូក ៧៖ ការថែរក្សាសុខភាពមាន់

២២. អនាម័យ និងជីវសុវត្ថិភាព 37

២២.១ អនាម័យកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់ 37
២២.២ ការពារការឆ្លងជម្ងឺពីក្រៅ 37
២២.៣ កម្មវិធីបញ្ចេញលក់មាន់ទាំងអស់ បញ្ចូលចិញ្ចឹមទាំងអស់ 38
២៣. ការផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺឆ្លងមាន់ 38
២៤. ការទម្លាក់ព្រូនមាន់ 39

ជំពូក ៨៖ ការកត់ត្រាចំណាយ ចំណូលផលិតកម្ម

២៥. ការកត់ត្រាចំណាយចំណូលផលិតកម្ម 41

ជំពូក ៩៖ ការពង្រឹងទីផ្សារកូនមាន់

២៦. ចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់សាច់សម្រាប់លក់ 44
២៧. ទំនាក់ទំនងជាមួយកសិករដើម្បីចិញ្ចឹមបន្ត 44
២៧.១ លក់កូនមាន់ឱ្យកសិករចិញ្ចឹម 44
២៧.២ លក់កូនមាន់ឱ្យកសិករចិញ្ចឹម និងធានាទិញមាន់សាច់មកវិញ....44
២៨. ដើររកទិញពងមាន់បន្ថែមសម្រាប់ភ្ញាស់ 44
២៩. ផ្តល់សេវាវ៉ាក់សាំងបន្ថែមដល់អ្នកទិញយកទៅចិញ្ចឹម 44
៣០. ទំនាក់ទំនងរកទីផ្សារសម្រាប់លក់មាន់សាច់ 45

ឯកសារយោង 46

បុព្វកថា

អតីតកាល គឺជាការចាប់ផ្ដើមមួយ ដែលយើងតែងជួបឧបសគ្គជាច្រើន។ យ៉ាងណាមិញជាមួយនឹងការចាប់ផ្ដើមរមែង មានការអភិវឌ្ឍន៏រីកចម្រើនជាជំហានៗ ដើម្បីតភ្ជាប់ជាមួយបច្ចុប្បន្នកាល ហើយរបៀបរបបនៃជីវភាពរស់នៅរបស់ប្រជាពលរដ្ឋយើងក៏ចេះតែមានការប្រែប្រួលជាអន្លើៗពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃ ដែលដើរទន្ទឹមទៅនឹងការវិវឌ្ឍន៍នៃបច្ចេកវិទ្យាចំណេះដឹង វិទ្យាសាស្ត្រ ឆ្ពោះទៅកាន់ទំនើបភាវូបនីយកម្មពីមួយថ្ងៃទៅមួយថ្ងៃ ក្នុងបរិបទនៃសាកលភាវូបនីយកម្ម។

ពិតណាស់ យើងទាំងអស់គ្នាបានដឹងជាយូរយារណាស់មកហើយថា កម្ពុជាជាប្រទេសកសិកម្ម មានខឿនសេដ្ឋកិច្ចពឹងផ្អែកទៅលើវិស័យកសិកម្ម ហើយដែលរាជរដ្ឋាភិបាលក្រោមការដឹកនាំប្រកបដោយគតិបណ្ឌិត និងម៉ឺងម៉ាត់បំផុតរបស់ **តេជោសែន** បានចាត់ទុករួចហើយថា "កសិកម្មជាវិស័យអាទិភាពមួយនៅគ្រប់កាលៈទេសៈ"។ ក្នុងន័យនេះវិស័យកសិកម្ម ត្រូវដើរជាតួអង្គមួយដ៏សំខាន់ក្នុងបរិបទនៃប្រទេសកម្ពុជា ដែលមានប្រជាជនប្រមាណ ៨០% រស់នៅតំបន់ជនបទ និង ប្រកបមុខរបរកសិកម្មបែបនេះនោះ ការអភិវឌ្ឍន៍ក្នុងវិស័យអាទិភាពមួយនេះ ក៏មិនជាការងាយស្រួលប៉ុន្មានឡើយ បន្ទាប់ពីប្រទេសជាតិបានចាកផុតពីសង្គ្រាមស៊ីវិលរាប់ទសវត្សរ៍កន្លងមកនេះ។ ពិសេសដើម្បីធានារ៉ាប់រងក្នុងការបំពេញតម្រូវការរបស់ប្រជាពលរដ្ឋ ក៏ដូចជាការប្រឈមមុខទៅនឹងការកើនឡើងនៃចំនួនប្រជាជន ភាពខុសគ្នានៃតម្រូវការស្បៀងអាហាររបស់អ្នកទីក្រុងផង ការស្រេកឃ្លានស្បៀងអាហាររបស់ប្រជាជនក្នុងពិភពលោកផង និង សម្រាប់ការនាំចេញផងនោះ ពិតជានឹងធ្វើឱ្យខ្សែចង្វាក់នៃបម្រែបម្រួលទាំងអស់នេះ នឹងមានការបង្កើនល្បឿនបន្ថែមទៀតនាអនាគតកាល។

ផ្អែកលើមូលបញ្ហាដូចបានរៀបរាប់ខ្លះៗខាងលើនេះ ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ បានសហការជាមួយ ធនាគារអភិវឌ្ឍន៍អាស៊ី (ADB) ក្នុងការអនុវត្ត គម្រោងបង្ហាញបច្ចេកទេសដើម្បីបង្កើនផលិតភាពជុំវិញតំបន់ទន្លេសាប (Tonle Sap Technology Demonstrations For Productivity Enhancement) ពី ខែមីនា ឆ្នាំ២០១០ រហូតដល់ ខែសីហា ឆ្នាំ២០១៣។ ក្នុងចិរវេលានៃការអនុវត្តសកម្មភាពរបស់ខ្លួន គម្រោងTSTD បានធ្វើការសាកល្បងបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាកសិកម្មអំពីការធ្វើពិពិធកម្មដំណាំ ការគ្រប់គ្រងទឹកស្រោចស្រពដំណាំ ការចិញ្ចឹមសត្វ វារីវប្បកម្ម ការផ្ដល់សេវាព័ត៌មានជនបទ។ល។ ដើម្បីបង្កើនចំណូលដល់គ្រួសារកសិករខ្នាតតូចក្នុងខេត្តកំពង់ចាម កំពង់ធំ សៀមរាប និង បន្ទាយមានជ័យ។ ក្នុងអំឡុងពេលអនុវត្តគម្រោងជាមួយមន្ទីរកសិកម្មខេត្ត និងខណ្ឌរដ្ឋបាលជលផល ក្នុងខេត្តទាំងបួន គម្រោងបានរៀបចំចងក្រងឯកសារផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម ផ្អែកលើលទ្ធផល និងបទពិសោធន៍អនុវត្តជាក់ស្ដែងនៃការបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាកសិកម្ម ជាមួយកសិករនៅតាមមូលដ្ឋាន។

សៀវភៅណែនាំបច្ចេកទេសស្ដីពី **ការភ្ញាស់កូនមាន់ស្រុកលក់** នេះ បានរៀបចំចងក្រងឡើងដោយអ្នកជំនាញឯកទេស ហើយត្រូវបានឆ្លងការពិនិត្យពិគ្រោះយោបល់ និងឯកភាពយល់ព្រមពីគណៈកម្មការបច្ចេកទេសដែលមានសមាសភាពមកពីអង្គភាពជំនាញនានា នៃក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ និងអ្នកពាក់ព័ន្ធផ្សេងទៀត ហើយវាជាឯកសារគោល ដែលពិព័ណ៌នាអំពីព័ត៌មាន និងបច្ចេកទេសសម្រាប់មន្ត្រីផ្សព្វផ្សាយស្រុក និងភ្នាក់ងារផ្សព្វផ្សាយបច្ចេកទេសតាមមូលដ្ឋាននានា យកទៅប្រើប្រាស់ជាប្រយោជន៍ក្នុងការបណ្ដុះបណ្ដាល និង ផ្សព្វផ្សាយបច្ចេកទេសថ្មីៗក្នុងបំណងផ្ទេរចំណេះដឹង ព័ត៌មាន និងបច្ចេកវិទ្យាកសិកម្មតាមគ្រប់រូបភាពឱ្យបានជ្រួតជ្រាបដល់ប្រជាកសិករ និង

ផលិតករ ដែលរស់នៅក្នុងតំបន់មានសក្តានុពលភាពសមស្របតាមល័ក្ខខ័ណ្ឌភូមិសាស្ត្រ សេដ្ឋ-កិច្ចសង្គម និងតម្រូវការចាំបាច់ជាក់លាក់នៅមូលដ្ឋាន។

ជារួម សៀវភៅណែនាំបច្ចេកទេសនេះ មានសារប្រយោជន៍សម្រាប់មន្ត្រីកសិកម្មខេត្ត ក្រុង ស្រុក អង្គការក្រៅរដ្ឋាភិបាល ភ្នាក់ងារប្រតិបត្តិការនានានៅមូលដ្ឋាន និងអ្នកពាក់ព័ន្ធទាំងអស់យកទៅប្រើប្រាស់ក្នុងការផ្សេបច្ចេកវិទ្យាដល់ប្រជាកសិករជនបទ ឱ្យបានទូលំទូលាយ និងចូលរួមដោះស្រាយបញ្ហាចំពោះមុខ ដែលប្រជាកសិករកំពុងប្រឈមនៅក្នុងការងារផលិតកម្មកសិកម្ម ពិពិធកម្មកសិកម្ម ដើម្បីធានាសន្តិសុខស្បៀង និងបង្កើនប្រាក់ចំណូលគ្រួសារ ជាពិសេស រួមចំណែកកាត់បន្ថយភាពក្រីក្រស្របតាមយុទ្ធសាស្ត្រចតុកោណរបស់រាជរដ្ឋាភិបាល។ ឯកសារនេះ ជាបរិវិសទានមួយ ជួយបើកផ្លូវដល់ប្រិយមិត្តអ្នកអានទាំងឡាយ ដែលមានបំណងយកបច្ចេកទេសនេះ ទៅអនុវត្តតាមសេចក្តីសម្រេចចិត្តរបស់ខ្លួន និងទទួលបានផ្លែផ្កាល្អប្រសើរប្រកបដោយក្តីសង្ឃឹម។ យើងខ្ញុំរីករាយ និង រង់ចាំទទួលនូវការរិះគន់កែលម្អ ក្នុងន័យស្ថាបនាពីសំណាក់ប្រិយមិត្តអ្នកអានទាំងឡាយ ដើម្បីញ៉ាំងឱ្យការចងក្រងលើកក្រោយៗកាន់តែមានភាពសុក្រឹតថែមទៀត។

ធ្វើនៅរាជធានីភ្នំពេញ ថ្ងៃទី១៦ ខែ សីហា ឆ្នាំ២០១៣

រដ្ឋមន្ត្រី

ចាន់ សារុន

អារម្ភកថា

គម្រោងបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យា ដើម្បីបង្កើនផលិតភាពជុំវិញតំបន់ទន្លេសាប (TSTD – TA 7305- AM) ជាគម្រោងជំនួយ បច្ចេកទេស ដែលផ្តល់សហ-ហិរញ្ញប្បទានឥតសំណងសម្រាប់អនុវត្ត ដោយរដ្ឋាភិបាលហ្វាំងឡង់ មូលនិធិដៃគូអ៊ី-អាស៊ី និងចែករំលែកពុទ្ធិនៃសាធារណៈរដ្ឋកូរ៉េ និង ធនាគារអភិវឌ្ឍន៍អាស៊ី (ADB) ។ រាជរដ្ឋាភិបាលកម្ពុជា ចូលរួមបដិភាគមិនមែនជាថវិកា (ធនធានមនុស្ស ការិយាល័យបំពេញការងារ......) សម្រាប់អនុវត្តគម្រោង។ ធនាគារអភិវឌ្ឍន៍អាស៊ី ជាអ្នកចាត់ចែងប្រតិបត្តិការផ្ទាល់ ជំនួសមុខឱ្យម្ចាស់ជំនួយ ។ គម្រោង បានធ្វើការសាកល្បងបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាកសិកម្ម និង ផ្តល់សេវាព័ត៌មានជនបទ ដើម្បីបង្កើន និង ពង្រីកប្រាក់ប្រភពចំណូលរបស់គ្រួសារកសិករខ្នាតតូច ក្នុងខេត្ត កំពង់ចាម កំពង់ធំ សៀមរាប និង បន្ទាយមានជ័យ ។

សៀវភៅណែនាំបច្ចេកទេសស្តីពី **ការភ្ញាស់កូនមាន់ស្រុកលក់** នេះត្រូវបានរៀបចំឡើង ដើម្បីផ្តល់នូវមូលដ្ឋានចំណេះដឹងសម្រាប់ជួយដល់កសិករ ក្នុងការភ្ញាស់ និង ថែទាំកូនមាន់ សម្រាប់លក់ឱ្យកសិករ ឬ អ្នកចិញ្ចឹមយកទៅចិញ្ចឹមបំប៉នបន្តជាមាន់សាច់ ដើម្បីបង្កើនប្រាក់ចំណូលគ្រួសារ។

ខ្លឹមសារក្នុងសៀវភៅនេះ ត្រូវបានរៀបចំឡើង ផ្អែកលើបទពិសោធន៍អនុវត្តកម្មវិធីធ្វើបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាផលិតកម្មកូនមាន់លក់ ជាមួយកសិករធ្វើបង្ហាញមួយចំនួន ក្នុងឆ្នាំ ២០១២ - ២០១៣ និង ផ្អែកតាមឯកសារបច្ចេកទេសមួយចំនួន ។ ការអនុវត្តន៍កម្មវិធីធ្វើបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យានេះ មានការចូលរួមយ៉ាងសកម្ម ពីមន្ត្រីជំនាញមន្ទីរកសិកម្មខេត្ត ជាពិសេស លោក ជៀង សារិទ្ធ (ខេត្តកំពង់ចាម) និង លោក ផុន ភីរុណ (បន្ទាយមានជ័យ)។

សៀវភៅនេះ បង្ហាញពីវិធីសាស្ត្រចិញ្ចឹមតាមលក្ខណៈបច្ចេកទេស សមស្រប និង បទពិសោធន៍អនុវត្តបានជោគជ័យ ក្នុងតំបន់ដែលតែងជួបប្រទះបញ្ហាជាច្រើន ដូចជា អត្រាកំណើនយឺត មាន់ក្រិន ជម្ងឺ និង ងាប់ច្រើនជាដើម ។ តាមរយៈបច្ចេកទេសនេះ កសិករអាចចិញ្ចឹមមាន់បានលក់ ជារៀងរាល់ខែ ឬក៏ ញឹកញាប់ជាងនេះ ។

ដើម្បីទទួលបានទិន្នផលខ្ពស់ និងប្រាក់ចំណេញកាន់តែប្រសើរឡើងនោះ កសិករចាំបាច់ត្រូវតែទទួលយក និង អនុវត្តបានខ្ជាប់ខ្ជួននូវបច្ចេកទេសដែលបានបង្ហាញ ដើម្បីកាត់បន្ថយអត្រាងាប់ និងជួយឱ្យការចិញ្ចឹមមាន់ បានធំធាត់បានល្អប្រសើរឡើង ។

ការអនុវត្តន៍កម្មវិធីបណ្តុះបណ្តាល និង ធ្វើបង្ហាញពីផលិតកម្មកូនមាន់ នេះ អាចទទួលបានជោគជ័យដោយមានការគាំទ្រពីបុគ្គលិកគម្រោង TSTD លោក ប្រាក់ ថាវអមិដា ប្រធានសម្របសម្រួលគម្រោង និង ជាអគ្គលេខាធិការរងនៃក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ លោក លីវ លាងហ៊ី ប្រធានក្រុមទីប្រឹក្សាគម្រោងនៃក្រុមហ៊ុនផ្តល់ប្រឹក្សា NIRAS និង ថ្នាក់ដឹកនាំ និងមន្ត្រីនាយកដ្ឋានផលិតកម្ម និង បសុព្យាបាល និង មន្ត្រីមន្ទីរកសិកម្មខេត្ត ទាំងបួន។

អ្នករៀបរៀង

សុិន ប៉ោ — អ្នកជំនាញផ្នែកបសុសត្វ របស់គម្រោង TSTD

អ៊ីម៉ែលៈ porsinn@gmail.com

ជំពូក ១: សេចក្តីផ្តើម

បច្ចុប្បន្ននេះ អត្រាកំណើនប្រជាជនមានការកើនឡើងរាល់ថ្ងៃ បណ្តាលឱ្យតម្រូវការម្ហូបអាហារមានការកើនឡើងជាបន្តបន្ទាប់ ។ សាច់មាន់ពូជស្រុក ត្រូវបានប្រជាជននិយមចូលចិត្តបរិភោគជាអាហារ ទោះបីជាវាមានតម្លៃលើសមាន់នាំចូលក៏ដោយ។ ផលិតកម្មពូជមាន់ស្រុកតាមបែបធម្មជាតិ មិនអាចផ្គត់ផ្គង់តម្រូវការទីផ្សារបានឡើយ។ ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់តាមតម្រូវការទីផ្សារឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់នោះ ការចិញ្ចឹមមាន់ត្រូវបញ្ចូលនូវបច្ចេកទេសបន្ថែមលើផលិតកម្ម។

ការភ្ញាស់កូនមាន់ដោយតាមរយៈទូភ្ញាស់ មិនទាន់ត្រូវបានគេប្រើប្រាស់ទូលំទូលាយនៅឡើយ។ តាមរយៈ ទូភ្ញាស់ និង បច្ចេកទេសថែទាំសំដៅបង្កើនផលិតភាពកូនមាន់មានគុណភាព គេអាចផ្គត់ផ្គង់កូនមានស្រុកមានគុណភាពនិងចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជម្ងឺកូនមាន់រួច ដល់កសិករ/អ្នកចង់ចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់សាច់ នៅតាមតំបន់នានា រួមទាំងតំបន់ដាច់ស្រយាលផងដែរ ។ អ្នកចិញ្ចឹមបំប៉ន គ្រាន់តែធ្វើរបងព័ទ្ធជាទីធ្លាទ្រុង និង ឱ្យចំណី ជាការស្រេច។ ដោយអនុវត្តតាមបច្ចេកទេសចិញ្ចឹមណែនាំក្នុងសៀវភៅនេះ កសិករអាចចិញ្ចឹមមាន់ទទួលបានផលល្អ អត្រារស់ខ្ពស់ ធំធាត់លឿន ប្រើរយៈពេលតែ ១០០ថ្ងៃ ទទួលបានមាន់ទម្ងន់ជាមធ្យម ១,២ គីឡូក្រាម ក្នុង ១ ក្បាល ។

១. តើទូភ្ញាស់ស៊ុតមាន់ជាអ្វី?

ទូភ្ញាស់ស៊ុត ជាឧបករណ៍សម្រាប់ភ្ញាស់ស៊ុតដោយសិប្បនិម្មិត គឺ ភ្ញាស់ ដោយមិនមានមេក្រាប ។ ស៊ុត ត្រូវដាក់ក្នុងទូភ្ញាស់ រហូតដល់កូនមាន់អាចញាស់ចេញមកក្រៅដោយខ្លួនឯង។

<u>គុណប្រយោជន៍ទូភ្ញាស់ស៊ុតមាន់</u>

- អត្រាកូនមាន់ញាស់ខ្ពស់ (ញាស់មួយលើកៗ បានច្រើនកូន)
- កូនមាន់មានសុខភាពល្អ
- អាចកំណត់ ឬ តម្រូវតាមការចង់បាន៖ សីតុណ្ហភាព សំណើម រយៈពេលបង្វិលស៊ុត និងមានចរន្តខ្យល់ចេញចូលល្អ
- មានអនាម័យល្អ
- ងាយស្រួលផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺ
- ចំណេញពេលវេលាថែទាំកូនមាន់

<u>រូបទី១</u> គំរូទូភ្ញាស់ស៊ុតមាន់ស្វ័យប្រវត្តិ

២. កត្តាសំខាន់ចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តពេលភ្ញាស់ស៊ុត

គ្រប់ស៊ុតបក្សី ពេលភ្ញាស់ត្រូវការលក្ខខ័ណ្ឌបរិស្ថានសំខាន់ៗ ៥យ៉ាង ដើម្បីឱ្យ *អំប្រីយ៉ុ* (កូនក្នុងស៊ុត) លូតលាស់បានត្រឹមត្រូវ និងញាស់កូនបានល្អ៖

❶ ស៊ុត ត្រូវការ **សីតុណ្ហភាព (កំដៅ)** ត្រឹមត្រូវ ដើម្បីឱ្យដំណើការស្រូបយកអាហាររបស់កូនពីជាតិសនៃស៊ុតបានល្អ និង ញាស់ទទួលបានលទ្ធផលល្អ។

❷ ស៊ុត ត្រូវ **បង្វិលញឹកញាប់** និងបានទៀងទាត់ ដើម្បីឱ្យ អំប្រ៊ីយ៉ូ ធ្វើចលនាស្រូបយកចំណីអាហារស្រស់ៗ ក្នុងជាតិស នៃស៊ុត ដើម្បីបង្កើតជារូបរាងត្រឹមត្រូវសម្រាប់ញាស់។

❸ ជាទូទៅ ស៊ុត បាត់បង់ទឹកតាមរន្ធនៃសំបកស៊ុត ។គេត្រូវពិនិត្យ **សំណើម**ជុំវិញស៊ុត ដើម្បីឱ្យវាមានបរិមាណត្រឹមត្រូវ នៅកំឡុងពេលភ្ញាស់។

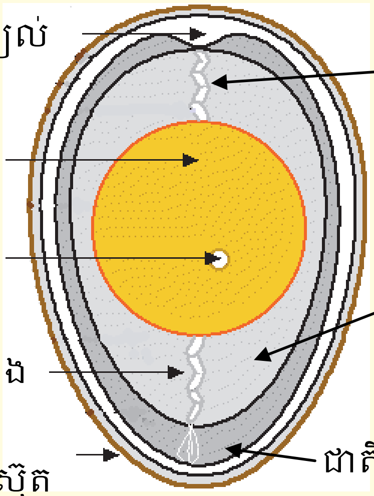
❹ ស៊ុត ដកដង្ហើមដោយស្រូបយក **ខ្យល់អុកស៊ីសែន** ដោយបញ្ចេញចោល ឧស្ម័នកាបូនិច ដូច្នេះត្រូវផ្តល់នូវខ្យល់បរិសុទ្ធ (ស្រស់) ដល់ស៊ុត។

❺ ស៊ុត ងាយទទួលជម្ងឺផ្សេងៗ ដូច្នេះទូភ្ញាស់ត្រូវ**ស្អាត អនាម័យ និង បរិស្ថានល្អ**។

៣. លក្ខណៈរូប និង សមាសធាតុផ្សំស៊ុតមាន់

ស៊ុតមាន់ ស្រោបដោយសំបកស្តើង ដែលស្រួយ ងាយប្រេះស្រាំ និង បែក។ ស៊ុតមាន់ ផ្សំឡើងពី៖

- សំបកស៊ុត (សារធាតុកាល់ស្យូម និងផូស្វ័រ)
- ជាតិសនៃស៊ុត (អាល់ប៊ុយមីន)
- ជាតិលឿងនៃស៊ុត
- ដុំសតូចសម្រាប់បង្កកំណើតកូនមាន់

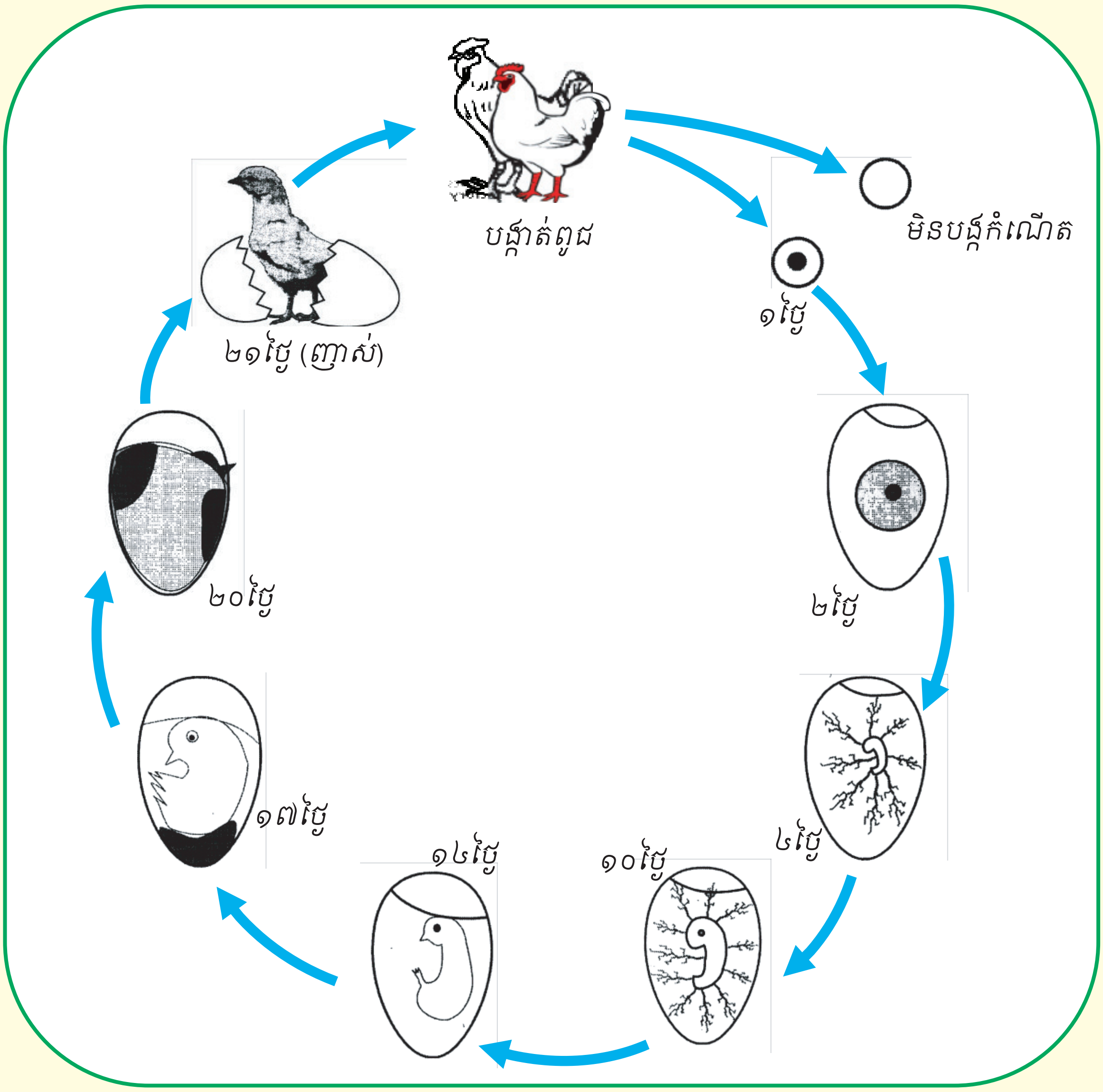


<u>រូបទី ២</u> ពំនុះកាត់បណ្តោយស៊ុតមាន់

៤. វដ្តជីវិតមាន់

ជាទូទៅ មេមាន់ អាចផ្តល់ស៊ុតបាននៅពេលមានអាយុចាប់ពី ៥ ទៅ ៦ ខែ។ ស៊ុតមាន់ អាចបង្កកំណើតបាន លុះត្រាមេវា បានបង្កាត់ជាមួយបា មុនពេលពង។ កូនមាន់ ចាប់ផ្តើមបង្កកំណើត និង បន្តការលូតលាស់ក្នុង ស៊ុត រហូតដល់ពេលញាស់ មានរយៈពេលជាមធ្យម ២១ថ្ងៃ ដោយឆ្លងកាត់ដំណាក់កាលជាច្រើន។ ក្នុងកំឡុងពេលកូនមាន់ លូតលាស់ក្នុងស៊ុត យើងត្រូវថែទាំ និង រៀបចំតម្រូវតាមលក្ខខ័ណ្ឌលូតលាស់សមស្រប របស់វា។

ដើម្បីឱ្យការភ្ញាស់កូនមាន់ ទទួលបានជោគជ័យ អ្នកចិញ្ចឹមគួរយល់ដឹងបន្ថែមពីដំណើរវដ្តជីវិត និង ការលូតលាស់ របស់កូនមាន់ ពីដំណាក់កាលមួយ ទៅដំណាក់កាលមួយទៀត ដូចដែលមានបង្ហាញជូនខាងក្រោមនេះ ៖



រូបទី៣ វដ្តជីវិតមាន់

ជំពូក ២:   ការគ្រប់គ្រងស៊ុតមាន់សម្រាប់ភ្ញាស់

៥. ការចិញ្ចឹមមេ និងបាមាន់សម្រាប់យកស៊ុតភ្ញាស់

៥.១. ការជ្រើសរើសពូជមាន់

ពូជមាន់ មានសារៈសំខាន់ណាស់ សម្រាប់ដំណើការផលិតកម្មស៊ុត។ យើងត្រូវជ្រើសរើសពូជមាន់ទៅតាមតម្រូវការផលិតកម្មចង់បានដូចជា៖ ពូជសាច់ ស៊ុត និងពូជមាន់ខ្មៅ ជាដើម។

ចំពោះផលិតកម្មកូនមាន់ពូជក្នុងស្រុក សម្រាប់លក់ឱ្យទៅចិញ្ចឹមបំប៉នយកសាច់ អ្នកផលិតកូនមាន់ ត្រូវជ្រើសរើសមេបាមាន់ ដែលមានមាឌធំៗ ពងច្រើន និងលូតលាស់លឿន។

កន្លែងភ្ញាស់ស៊ុតអាចសម្រាំងកូនមាន់ល្អៗ សម្រាប់ទុកធ្វើពូជបន្តបាន តែមិនត្រូវយកវាទៅបង្កាត់ជាមួយមាន់ជាប់បងប្អូន ឬ មេបាវាទេ។ គេអាចជ្រើសរើសបា ឬ មេ ពីតំបន់ផ្សេង មកបង្កាត់ពូជបន្តបាន។ មេ និងបាមាន់ មិនត្រូវទុកឱ្យអាយុលើសពី ៣ឆ្នាំ ព្រោះវាអាចថយចុះផលិតកម្មពង។

រូបទី ៤ មេបាមាន់ មានមាឌធំៗ និងផលិតកម្មស៊ុត ល្អ

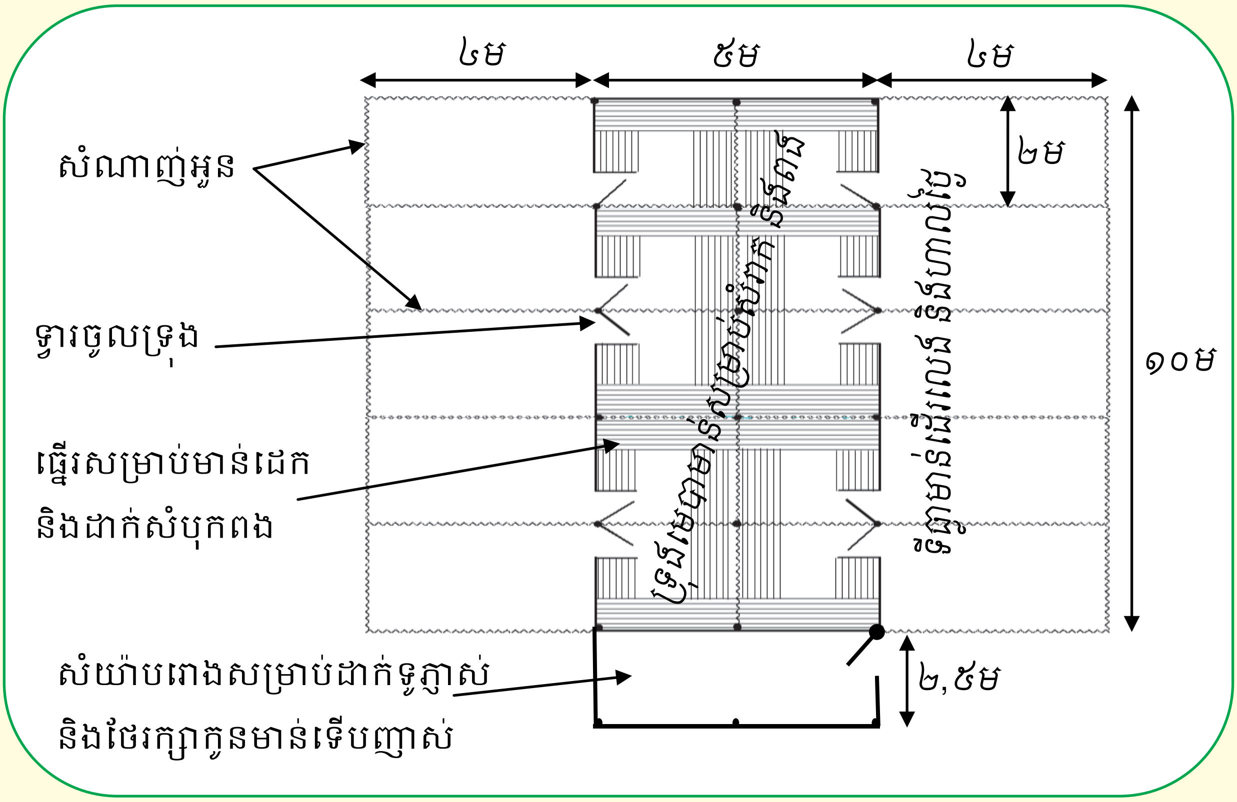
៥.២. ទ្រុងចិញ្ចឹមមេបាមាន់

ទ្រុងមានប្រយោជន៍សម្រាប់ការពារមាន់ ពីការយាយីបំផ្លាញពីកត្តាចង្រៃនានា ដូច្នេះយើងត្រូវសាងសង់វាឱ្យបានត្រឹមត្រូវ តាមបច្ចេកទេស និង ជាប់មាំល្អ។ ទំហំទ្រុងមាន់ អាស្រ័យលើចំនួនមេបាមាន់ ដាក់ចិញ្ចឹម។ បើមានទូភ្ញាស់អាចផ្ទុកបរិមាណពងភ្ញាស់ ម្តងបានពី ៤៥០ ទៅ ៥០០ពង នោះ យើងត្រូវមានមេមាន់ យ៉ាងតិចពី ៧០ ទៅ ៩០ក្បាល ដើម្បីផលិតពងគ្រប់គ្រាន់សម្រាប់ភ្ញាស់។

តើត្រូវសាងសង់ទ្រុងចិញ្ចឹមមេបាមាន់យ៉ាងដូចម្តេច?

ទ្រុងមាន់ ត្រូវសាងសង់លើដីទួលមិនលិចទឹក ឬ មិនមានទឹក ឬ ទឹកភ្លៀង ហូរកាត់ទ្រុង។ បច្ចេកទេសនៃការសាងសង់ទ្រុងមាន់ មានដូចតទៅ៖

- ទំហំរោងមាន់ សម្រាកពេលយប់ (មានដំបូល) ទទឹង ៥ម៉ែត្រ និងបណ្តោយ ១០ម៉ែត្រ
- កំពស់សសរសរជើងរៀង ១,៧ម៉ែត្រ (១ម៉ែត្រ ៧តឹក) និង សរសរកន្លោងកំពស់ ៣,២ម៉ែត្រ (៣ម៉ែត្រ ២តឹក)
- ដំបូលទ្រុង គួរប្រក់ស្បូវ ឬ ស្លឹកត្នោត
- ជញ្ជាំងទ្រុងដេកយប់ ធ្វើពីបន្ទះរនាបឬស្សី
- ធ្នើរសម្រាប់មាន់ដេកកំពស់ ៧ តឹក ពីដី និង មានបន្ទាធ្នើរដេក មានទទឹង ៧តឹក
- រោងមាន់ដេក ត្រូវពុះជាពីរ តាមបណ្តោយមេដំបូលដោយសំណាញ់អួន។ ចំណែកតាមបណ្តោយទ្រុង ត្រូវចែកទទឹងជាខ័ណ្ឌៗ ដោយសំណាញ់អួនប្រវែងស្មើៗគ្នា ដែលមានចន្លោះនិមួយៗ ២ម៉ែត្រ (ម្ខាង ៥បន្ទប់)
- ខាងក្រៅរោង (គ្មានដំបូល) ខ័ណ្ឌសំណាញ់អួន កំពស់ ២,៥ម៉ែត្រ (២ម៉ែត្រ កន្លះ) បន្តពីទ្រុងដេកចេញមកក្រៅចម្ងាយ ៤ ម៉ែត្រ ទាំងសងខាង។
- តសំយ៉ាបបន្ថែមប្រវែង ពី ២,៥ម៉ែត្រ ទៅ ៣ម៉ែត្រ ដើម្បីដាក់ទូភ្ញាស់ និងថែរក្សាកូន ដែលទើបញាស់។



រូបទី ៥ គំរូគ្រោងទ្រុងចិញ្ចឹមមេបាមាន់យកស៊ុត (ពង)ភ្ញាស់ និងកន្លែងភ្ញាស់ស៊ុត មាន់

រូបទី ៦ សណ្ឋានទ្រុងសម្រាប់ចិញ្ចឹមមាន់មេបាពូជយកស៊ុតភ្ញាស់

រូបទី ៧ សំយ៉ាបរោងសម្រាប់ដាក់ទូភ្ញាស់ និង កន្លែងថែរក្សាកូនមាន់ទើបញាស់

រូបទី ៨ ធ្នើរសម្រាប់មាន់ដេក និងដាក់សំបុកពង

៨.៣. សមាមាត្រចំនួនមេ និងបាដាក់ក្នុងទ្រុង (បន្ទប់និមួយៗ)

ក្នុងបន្ទប់និមួយៗ ត្រូវដាក់មេមាន់ចំនួនពី ៦ ទៅ ៧ក្បាល ជាមួយ បា ១ ក្បាល ។ មិនត្រូវដាក់ចំនួន មេលើសពីនេះឡើយ ព្រោះវាអាចមានបញ្ហា លើការបង្កាត់ពូជ ឬ ឈ្មោលមិនអាចបង្កាត់ជាមួយមេ បានគ្រប់គ្រាន់។

បម្រាម ៖ *ហាមដាច់ខាត មិនត្រូវដាក់មេ និងបា ទាំងអស់បញ្ចូលរួមគ្នាក្នុងទ្រុងតែមួយ ទេ*

៥.៤. ការផ្តល់ចំណីមេបា

ចំណីអាហារមានសារៈសំខាន់ណាស់សម្រាប់ការលូតលាស់ និង ផលិតកម្មស៊ុតរបស់មាន់។ ការចិញ្ចឹមរបៀបនេះ មាន់ពឹងផ្អែកទាំងស្រុងលើការផ្តល់ចំណី ដូចនេះ ត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យមាន់ បានត្រឹមត្រូវតាមបច្ចេកទេស ទាំងបរិមាណ និង គុណភាព។ ត្រូវកំណត់បរិមាណសមាសធាតុផ្សំ ឬលាយចំណីឱ្យបានទៀងទាត់។

ស៊ុតមាន់ ផ្សំឡើងពីសារធាតុជាច្រើនបានមកពី មេ និងបា ដូច្នេះដើម្បីធានាឱ្យកូនមាន់ញាស់ចេញមក មាន សុខភាពល្អ និងលូតលាស់ល្អ មេបាត្រូវការបំប៉នចំណីអាហារសំបូរបែប មុនពេលចាប់ផ្តើមផ្តល់ពង យ៉ាងហោចណាស់ មុន ២អាទិត្យ។

ក. តើចំណីអាហារប្រភេទណា ដែលល្អសម្រាប់មេបាមាន់ ?

មាន់ត្រូវផ្តល់ចំណីមានគុណភាព និង បរិមាណគ្រប់គ្រាន់ដូចជា ជាតិសាច់ ថាមពល វីតាមីន និង សារធាតុរ៉ែ ។ ក្រៅពីចំណី ត្រូវផ្តល់ទឹកដល់មាន់ឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ជាប្រចាំ។

❶ ចំណីសំបូរជាតិសាច់ (ប្រូតេអ៊ីន)

ប្រូតេអ៊ីន ជួយការលូតលាស់របស់រាងកាយ សាច់ ស្បែក សម្រាប់ផលិតពង។ ប្រូតេអ៊ីន មាននៅក្នុង កន្ទក់ ចុងអង្ករ ត្រី ម្សៅត្រី ត្រីក្រៀម កង្កែប ជន្លេន សត្វល្អិត ពពួកសណ្តែក សាច់ដូងសួត ស្លឹកកន្ទំថេត ស្លឹកដំឡូងឈើស្ងួត ចកបាយទា.... ។ល។

រូបទី៩ ជន្លេនក្រហម និង ចកបាយទា

រូបទី១០ ម្សៅ ឬ ស្លឹកដំឡូង និងកន្ទំថេត

❷ ចំណីសំបូរថាមពល

ថាមពល ជួយមាន់ក្នុងការរស់នៅ ផលិត ឬ ស៊ីចំណី និងការធ្វើចលនា។ ប្រភពថាមពល មាននៅក្នុង ពោត ចុងអង្ករ កន្ទក់ កាកដូងស្ងួត មើមរុក្ខជាតិ កាកសំណល់បន្លែ ដំឡូងជ្វា កាកសំណល់ផ្លែឈើ ពពុះស្ករត្នោត ស្ករ កាកសំណល់ប្រេង-ខ្លាញ់....។

រូបទី១១ ប្រភពចំណីផ្តល់ថាមពល

❸ ចំណីសំបូរវីតាមីន

ប្រភពវីតាមីនៈ រុក្ខជាតិបៃតង ស្លឹកបាស កន្ធំថេត ស្មៅ ត្រកួន ចក....។ល។ ដើម្បីងាយស្រួលរក គួរធ្វើថ្នាលដាំស្មៅចម្រុះជាមួយត្រកួន នៅជិតផ្ទះ ឬ ជិតទ្រុងមាន់។ ម្យ៉ាងទៀត ការដាំនេះ ជួយបន្ថយការចំណាយ និងប្រើប្រាស់ចំណីទិញពីផ្សារ ច្រើនពេក។

មុនឱ្យ មាន់ស៊ី ត្រូវហាន់បន្លែ ឬស្មៅទាំងអស់ឱ្យល្អិតៗ រួចយកទៅច្របល់លាយជាមួយចំណីផ្សំផ្សេងទៀត។

រូបទី១២ ថ្នាលដាំបន្លែ និងស្មៅជិតទ្រុងមាន់

រូបទី១៣ ហាន់ស្មៅ ផ្ទី និងត្រកួនឱ្យល្អិតៗ ហើយលាយជាមួយចំណី

បម្រាម: *មិនត្រូវឱ្យមាន់ស៊ីបន្លែ ឬ រុក្ខជាតិបៃតងដែលបានបាញ់ថ្នាំពុលឡើយ ព្រោះអាចបណ្តាលឱ្យមាន់មានសុខភាពមិនល្អ (ឈឺ) និង ងាប់ ជាពិសេសកូនមាន់ទើបញាស់។*

❹ ចំណីសំបូរជីវជាតិរ៉ែ

សារធាតុរ៉ែជាពិសេស កាល់ស្យូម និងផូស្វ័រ មានសារៈសំខាន់ ព្រោះវាជួយឱ្យឆ្អឹងលូតលាស់ល្អ និងបង្កើតសំបកស៊ុត។ កង្វះកាល់ស្យូម និងផូស្វ័រ បណ្តាលឱ្យមាន់លូតលាស់យឺត មេមាន់រាគពង (ពងចេញមក មានសំបកទន់ៗ) និងចឹកស៊ីពង ឬ សំបកពងខ្លួនឯង។ ប្រភពសារធាតុរ៉ែ មាននៅក្នុង សំបកខ្យងខ្ចៅ សំបកគ្រំ សំបកក្តាម ឆ្អឹង ត្រី អំបិល ...។ល។ ចំពោះ សំបកខ្យងខ្ចៅ សំបកគ្រំ... មុននឹងលាយចំណី ត្រូវបុក ឬ កិនឱ្យម៉តជាម្សៅ ជាមុនសិន។

រូបទី១៤ សំបកគ្រុំ ខ្ចង ខ្ចៅ

រូបទី១៥ បុកសំបកខ្ចង ខ្ចៅ លាយចំណីមាន់

ខ. តើផ្សំចំណីមេបាមាន់យ៉ាងដូចម្តេច ?

មានកត្តាជាច្រើន ដែលមានឥទ្ធិពលលើផលិតកម្មពងរបស់មាន់ ដូច្នេះ អ្នកចិញ្ចឹម ត្រូវផ្តល់ចំណីក្នុងបរិមាណលាយ ទៀងទាត់។ បើបរិមាណសមាសធាតុផ្សំចំណីប្រែប្រួលខ្លាំង (លើកលែងបន្លែ និង ស្មៅ) អាចបណ្តាលឱ្យ មេមាន់ មិនផ្តល់ពង មួយរយៈ។

រូបទី១៦ ការច្របល់លាយចំណីមេបាមាន់

ការប្រុងប្រយ័ត្ន៖ *មិនត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យមេ និងបាមាន់ឆាត់ពេកទេ ព្រោះអាចបណ្តាលឱ្យមេផលិតពងបានតិច និងបាខ្ជិល មិនចង់ជាន់មេ។*

ខាងក្រោមនេះ ជាបទពិសោធន៍របស់កសិករក្នុងការលាយចំណីសម្រាប់មេបាមាន់យកពង ឱ្យស៊ី ១ លើក ចំនួន ១០៥ ក្បាល៖

ល.រ	សមាសធាតុចំណី	បរិមាណ	បរិមាណភាគរយ	សំគាល់
១	ចំណីបាវ (ក្រុមហ៊ុន)	១,៥ គ.ក្រ	១៨,៧៥%	ចំណីមេមាន់ក្នុងស្រុក
២	កន្ទក់	២,៥ គ.ក្រ	៣១%	
៣	ស្រូវ	២,៥ គ.ក្រ	៣១%	គួរបណ្តុះឱ្យចេញពន្លក
៤	បន្លែ ស្មៅ	១,៥ គ.ក្រ	១៨,៧៥%	អាចបន្ថែមច្រើនជាងនេះ
៥	ប្រេម៉ិច	១ ស្លាបព្រាបាយ		
៦	អំបិល	១ ស្លាបព្រាកាហ្វេ		
៧	ម្សៅខ្ចងខ្ចៅ គ្រុំ.....	១ ស្លាបព្រាកាហ្វេ		២ ទៅ ៣ថ្ងៃ ដាក់ ១ម្តង

៦. ការរក្សាស៊ុតទុកសម្រាប់ភ្ញាស់

កូនមាន់មានគុណភាពល្អ អាស្រ័យទៅលើគុណភាពរបស់ស៊ុត។ ស៊ុតញាស់បានល្អ អាស្រ័យលើការថែរក្សាទុក និង របៀបភ្ញាស់។ កត្តាខាងក្រោម នឹងជួយធ្វើឱ្យស៊ុតមានគុណភាពល្អ៖

៦.១. ការប្រមូលស៊ុតពីកន្លែងចិញ្ចឹម

ជាទូទៅ ពេលវេលាប្រមូលស៊ុត គឺ មុនម៉ោង ៩ព្រឹក និង នៅពេលល្ងាចម្តងទៀត។ បើស៊ុត នៅសល់ក្នុងសំបុក លើសពី ២៤ម៉ោង អាចធ្វើឱ្យការញាស់ ថយចុះ។

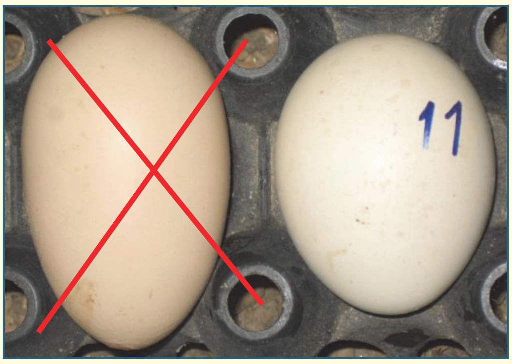
ក. ការប្រុងប្រយ័ត្ន ពេលប្រមូលស៊ុត

- ប្រមូលស៊ុតថ្នមៗ កុំធ្វើឱ្យស៊ុត ប្រេះ ឬ ស្រាំ
- ត្រូវដាក់ស៊ុតក្នុងថាស (កញ្ចែង) ដាក់ស៊ុត
- ហាមដាក់ស៊ុតក្នុងកន្ត្រក ឬ បាវ ឬ ស្បោង
- ដាក់ផ្នែកធំនៃស៊ុត នៅខាងលើ

រូបទី១៧ ការរៀបចំរក្សាទុកស៊ុត សម្រាប់ភ្ញាស់

ខ. ការបំបែក ឬ ញែកស៊ុត ល្អ និង ស៊ុតមិនល្អ

- ស៊ុតល្អសម្រាប់ដាក់ភ្ញាស់៖
  - ស៊ុតស្អាត និងមិនគគ្រិច
  - ស៊ុតមានទំហំប្រហាក់ប្រហែលគ្នា
- ស៊ុតមិនល្អ (មិនត្រូវ ដាក់ភ្ញាស់)៖
  - ស៊ុតទំហំធំពេក ឬ តូចពេក
  - ស៊ុតធំ និង មានគន្លាក់កណ្តាល
  - ស៊ុតប្រេះ ឬ ស្រាំ
  - ស៊ុតប្រឡាក់ ឬ គគ្រិចខ្លាំង (កខ្វក់)



រូបទី១៨ ស៊ុតធំពេក និង មានគន្លាក់កណ្តាល

គ. ការចុះបញ្ជី ឬ កត់ត្រាស៊ុតរក្សាទុក

- កត់ត្រាចំនួនស៊ុត ដែលបានប្រមូលទុកសម្រាប់ភ្ញាស់
- ដាក់សញ្ញាសំគាល់ពីកន្លែងប្រមូលស៊ុត (ឈ្មោះអ្នកផ្តល់ស៊ុត)

ឃ. បច្ចេកទេសដឹកជញ្ជូនស៊ុត

- កុំដាក់ឱ្យត្រូវចំពន្លឺថ្ងៃ
- ប្រើប្រាស់មធ្យោបាយដឹកជញ្ជូន ដែលសំអាតស្អាត ឬ មានអនាម័យល្អ

ង. ជៀសវាងការរក្សាទុកស៊ុតនៅក្នុងរោងចិញ្ចឹមមេពូជ

- កូនបង្កកំណើតក្នុងស៊ុត ងាប់លឿនជាងធម្មតា
- ជាកន្លែង សំបូរដោយមេរោគ ដែលអាចឆ្លងមកស៊ុត

៦.២. ការរក្សាស៊ុតទុកសម្រាប់ភ្ញាស់ (កន្លែងភ្ញាស់ស៊ុត)

ក. កត់ត្រា ឬ ចុះបញ្ជីស៊ុត

- ចំនួនស៊ុត ដែលទទួលបានមួយលើកៗ
- សរសេរផ្លាក សំគាល់ថ្ងៃខែឆ្នាំ ដែលទទួលបានស៊ុត
- សរសេរផ្លាកសំគាល់កន្លែង/ទ្រុង ដែលផ្តល់ស៊ុត
- ការប៉ាន់ស្មានពីចំនួន ដែលត្រូវដាក់ក្នុងទូភ្ញាស់

ខ. របៀបរក្សាទុកស៊ុត

❶ ***កាន់ស៊ុតដោយប្រុងប្រយ័ត្ន៖*** ស៊ុតត្រូវកាន់ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន បើទ្រុឌ ឬ ធ្លុះ អាចដាច់ភ្នាសលឿង របស់ស៊ុត។

❷ ***រយៈពេលរក្សាទុក៖*** ស៊ុត មិនត្រូវរក្សាទុកយូរជាង ៧ថ្ងៃ បន្ទាប់ពីមេបានពង។ បើទុកលើសពីនេះ លទ្ធភាពញាស់នឹងថយចុះបន្តិចម្តងៗ ហើយកូនបង្កកំណើត អាចងាប់លឿន។

❸ ***សំអាតឱ្យស្អាត៖*** ស៊ុតប្រេះ បាត់បង់ទ្រង់ទ្រាយ និង ប្រឡាក់ដីខ្លាំងត្រូវយកចេញៗ ស៊ុតប្រឡាក់ដីតិចតួច អាចសំអាត ដោយប្រើក្រណាត់ស្អាតជូតថ្នមៗ។

❹ ***សីតុណ្ហភាព៖*** ស៊ុតភ្ញាស់ត្រូវដាក់កន្លែងមានសីតុណ្ហភាពចន្លោះពី ១២អង្សា ទៅ ១៩អង្សាសេ (អំប្រ៊ីយ៉ុងមិនលូតលាស់)។

ការប្រុងប្រយ័ត្ន៖

☹ *បើកន្លែងរក្សាស៊ុត មានសីតុណ្ហភាពខ្ពស់ជាង ១៩ អង្សាសេ នោះ កូននៅក្នុងស៊ុត លូតលាស់មិនធម្មតា និង មានសភាពខ្សោយ។*

☹ *បើកន្លែងរក្សាស៊ុតមានសីតុណ្ហភាព ទាបពេក វានឹងធ្វើឱ្យ កូនក្នុងស៊ុតងាប់។ ដូច្នេះ ស្ថិតក្នុងករណីទាំងពីរនេះ ធ្វើឱ្យលទ្ធភាពការញាស់ ថយចុះ។*

❺ ***សំណើម៖*** កម្រិតសំណើមល្អបំផុតសម្រាប់រក្សាស៊ុត គឺ ចន្លោះពី ៥៥% ទៅ ៦៥%។

<u>ការប្រុងប្រយ័ត្ន៖</u>

- ☹ *បើដាក់ស៊ុតកន្លែងមានសំណើមខ្ពស់ វានឹងមានកំណក់ទឹក នៅលើសំបកស៊ុត។ កំណក់ទឹកនេះ ជាឧបសគ្គរាំងស្ទះរន្ធ លើសំបកស៊ុត ឬ ចម្លងរោគដល់កូន ។*
- ☹ *តែបើសំណើមទាបពេក វាអាចធ្វើឱ្យភ្នាសសំបកស៊ុត ឡើងស្ងួតដែលបណ្តាលឱ្យកូនងាប់។*

❻ ***ការបង្វិលក្នុងកំឡុងពេលរក្សាទុក៖*** ស៊ុតគួរបង្វិលមួយដងក្នុងមួយថ្ងៃ ក្នុងកម្រិតដំបូង ៤៥ដឺក្រេ ហើយបង្វិលត្រឡប់មកម្ខាងទៀត នូវមុំ ៩០ដឺក្រេ។

<u>ការប្រុងប្រយ័ត្ន៖</u> ការបង្វិលស៊ុត មិនបានត្រឹមត្រូវ អាចបណ្តាលឱ្យផ្នែកលឿងនៃស៊ុតអណ្តែត និង ប៉ះភ្នាសនៅជិតសំបក។ ប្រសិនបើ អំប្រីយូ ប៉ះភ្នាសសំបកស៊ុត នោះវានឹងអាចជាប់ភ្នាសសំបកស៊ុត ដែលធ្វើឱ្យវាលូតលាស់តែផ្នែកម្ខាងក្នុងទូភ្ញាស់។

❼ ***ទម្រង់ ផ្ទៃសំបក និងគុណភាពស៊ុត៖*** ពេលខ្លះស៊ុតបាត់បង់ទម្រង់ ដែលធ្វើឱ្យកម្រិតញាស់ទាប។ ស៊ុតមានទំហំធំ ពេលខ្លះមានលឿងស៊ុតពីរ ដែលមិនអាចញាស់។

ជំពូក ៣: គ្រប់គ្រងការភ្ញាស់ស៊ុត

៧. ការរៀបចំទូភ្ញាស់ មុនដាក់ស៊ុតភ្ញាស់

ទូភ្ញាស់ស៊ុត ត្រូវដាក់កន្លែងមានខ្យល់បក់ ចេញចូលល្អ ហើយមិនត្រូវដាក់ទូភ្ញាស់ក្រោមពន្លឺថ្ងៃ ឡើយ។ ដាក់ទឹកបំពេញក្នុងថាសទឹក នៅបាតទូភ្ញាស់ ឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់។ មុនបញ្ចូលស៊ុតក្នុងទូភ្ញាស ត្រូវអនុវត្ត ដូចខាងក្រោម៖

❶ ទូភ្ញាស់មិនស្វ័យប្រវត្តិ៖

ត្រូវបើកឱ្យដំណើរការសាកល្បងពី ២ ទៅ ៣ថ្ងៃ មុនពេលបញ្ចូលស៊ុតភ្ញាស់ ។ ក្នុងកំឡុងពេលនេះ យើងអាចកែតម្រូវសីតុណ្ហភាព និងសំណើមបានល្អ មិនធ្វើប៉ះពាល់ដល់ស៊ុត ។ ការកែតម្រូវក្នុងពេលដាក់ពងភ្ញាស់ អាចធ្វើឱ្យការញាស់ពន្យាពេលយូរ ឬ ខ្លីពេក ឬ សម្លាប់កូនបង្កកំណើត។

❷ ទូភ្ញាស់ស្វ័យប្រវត្តិ៖

ទូភ្ញាស់បញ្ជាដោយស្វ័យប្រវត្តិ ត្រូវពិនិត្យឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដូចជា៖

- កំណត់ (បញ្ជា) ឱ្យបានច្បាស់ពី សីតុណ្ហភាព សំណើមក្នុងទូ និងចន្លោះរយៈពេលបង្វិលស៊ុតមួយលើកៗ។
- សាកល្បងបង្វិលស៊ុត។

៨. ការរៀបចំស៊ុត សម្រាប់ភ្ញាស់

❶ ពិនិត្យមើលស៊ុតម្តងមួយៗ កុំឱ្យមានប្រេះ ឬ ស្រាំ។ បើមានប្រេះ ឬ ស្រាំ ត្រូវដកចេញ។

❷ ដាក់ស៊ុតក្នុងកេស ឬឡាំង ដើម្បីឱ្យមានកំដៅឧណ្ហៗ ឬ ដាក់អំពូលភ្លើងកំដៅពី ១០ ទៅ ១៥នាទី មុនដាក់ចូលទូភ្ញាស់។

❸ តម្រៀបស៊ុតដាក់ក្នុងថាសភ្ញាស់។ ត្រូវរៀបដាក់ស៊ុតផ្នែកធំនៅខាងលើ ។

<u>រូបទី ១៩</u> ការពិនិត្យស៊ុត និងការតម្រៀបស៊ុតចូលថាសសម្រាប់ដាក់ភ្ញាស់

<u>សំគាល់:</u>

គួរចងចាំថា តាមលក្ខណៈធម្មជាតិ ស៊ុតកំដៅបន្តិចម្តងៗ យឺតៗ ។ បើដាក់ស៊ុតក្នុងទូភ្ញាស់កំពុងមានកំដៅ បណ្តាលឱ្យស៊ុតគាំង (មិនលូតលាស់)។ បើអាច គួរតែចាប់ផ្តើមផ្តល់កំដៅឱ្យស៊ុត បន្តិចម្តងៗ យឺតៗ។

៩. កត្តាចាំបាច់ត្រូវអនុវត្តក្នុងកំឡុងពេលភ្ញាស់ស៊ុត

ការភ្ញាស់ស៊ុត មានលក្ខណៈស្មុគស្មាញ និងទាមទារនូវការតស៊ូព្យាយាម ដូច្នេះដើម្បីឱ្យការភ្ញាស់ស៊ុតទទួលបានជោគជ័យ យើងត្រូវអនុវត្តតាមកត្តាសំខាន់ៗ ទាំង ៥ ដូចខាងក្រោម៖

<ins>៩.១. សីតុណ្ហភាព:</ins> សីតុណ្ហភាព មានសារៈសំខាន់សម្រាប់កូនក្នុងស៊ុត លូតលាស់។ សីតុណ្ហភាព សមស្របសម្រាប់ភ្ញាស់ គឺ ពី ៣៧,២ ទៅ ៣៧,៧ អង្សាសេ។ ក្នុងកំឡុងពេលភ្ញាស់ មិនត្រូវឱ្យសីតុណ្ហភាពប្រែប្រួល ឡើងចុះ ខ្លាំងទេ ព្រោះអាចមានបញ្ហាដល់ការញាស់កូនមាន់ (អត្រាញាស់ទាប)។

<ins>រូបទី២០</ins> សីតុណ្ហភាពមធ្យមសម្រាប់ភ្ញាស់ស៊ុតមាន់

<ins>៩.២. សំណើម:</ins> សំណើមនៅក្នុងទូភ្ញាស់ ជួយការពារការរំហួតទឹកចេញពីស៊ុត ច្រើនហួសកំណត់។ ត្រូវដាក់ចានទឹកនៅបាតក្រោមនៃទូភ្ញាស់ ដើម្បីរក្សាលំនឹងសំណើមក្នុងទូ។ ត្រូវដាក់ទឹក បន្ថែម ឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ដើម្បីមានសំណើមថេរ។ បើចង់បង្កើនសំណើម ត្រូវដាក់ចានទឹកបន្ថែម ហើយបើចង់បន្ថយសំណើមវិញ ត្រូវដាក់ចានទឹកតូចជាងមុន។ អាយុស៊ុតពី ១ ទៅ ១៨ថ្ងៃ ត្រូវការសំណើមពី ៥០% ទៅ ៥៥% ហើយបើស៊ុត អាយុពី ១៩ ទៅ ២១ថ្ងៃ ត្រូវបង្កើនសំណើមពី ៦០% ទៅ ៦៥%។

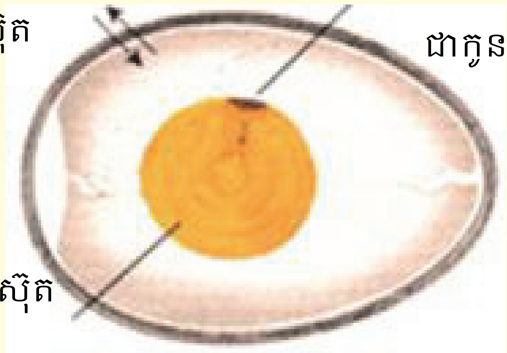
<ins>រូបទី២១</ins> ដាក់ថាសទឹកពីក្រោមសម្រាប់រក្សាសំណើម

<ins>៩.៣. ចរន្តខ្យល់ក្នុងទូភ្ញាស់:</ins> អំប្រ៊ីយ៉ុស៊ុត ត្រូវការស្រូបយកអុកស៊ីសែន ហើយបញ្ចេញមកវិញនូវឧស្ម័នកាបូនិច។ ចរន្តខ្យល់ចេញចូល ជួយឱ្យមានលំនឹងអុកស៊ីសែនក្នុងទូ និងការស្រូបរបស់ស៊ុត ជាពិសេសស៊ុតភ្ញាស់ មានអាយុពី១៥ ដល់១៧ថ្ងៃ។

តើហេតុអ្វី ត្រូវចាំបាច់ឱ្យមានចរន្តខ្យល់បក់ ចេញចូលល្អ?

- ឱ្យមានសីតុណ្ហភាព ស្មើគ្នា គ្រប់ទីកន្លែងក្នុងទូ

- មានស្ថេរភាពអុកស៊ីសែន និងឧស្ម័នកាបូនិច
- ស៊ុត អាចស្រូបយកអុកស៊ីសែន បានគ្រប់គ្រាន់
- ការមិនមានចរន្តខ្យល់ បានគ្រប់គ្រាន់ បណ្តាលឱ្យអត្រាកូនមាន់ងាប់ ខ្ពស់



រូបទី ២២ ពំនុះកាត់ស៊ុតមាន់ បន្ទាប់ពីពងភ្ញាម

៩.៤. ការបង្វិលស៊ុត: តាមធម្មតា កូនបង្កកំណើតលូតលាស់ នៅក្នុងជាតិលឿងនៃស៊ុត។ កាលណាស៊ុត បង្វិលបាន ត្រឹមត្រូវ ធ្វើឱ្យជាតិលឿងស៊ុត នៅចំកណ្តាល ហើយកូនមាន់ បង្កកំណើតបានល្អ។ម្យ៉ាងទៀត ការបង្វិលស៊ុត ជួយឱ្យ ស៊ុត មានសីតុណ្ហភាពស្មើសាច់ល្អ គ្រប់កន្លែង។ ប្រសិនបើស៊ុត មិនបានបង្វិល បានត្រឹមត្រូវ និងបានទៀងទាត់ទេនោះ វានឹងបណ្តាលឱ្យ៖

- ជាតិលឿងនៃស៊ុត ទៅស្អិតជាប់ជាមួយភ្នាសជញ្ជាំងសំបកស៊ុត ហើយអាចបណ្តាលឱ្យអំប្រ៊ីយ៉ុ (កូន) ងាប់
- កូនមាន់ ញាស់មក មានលក្ខណៈមិនប្រក្រតី។

ដើម្បីទទួលបានលទ្ធផលស៊ុតញាស់ល្អ យើងត្រូវ ៖

- ត្រូវបង្វិលស៊ុត ឱ្យបាន ៩០ អង្សា
- បង្វិល ពី ៤ ទៅ ៨ដង ក្នុងមួយថ្ងៃ (ធ្វើដោយដៃ)
- បង្វិលរៀងរាល់ ១ម៉ោងកន្លះ ម្តង (ដោយម៉ាស៊ីនស្វ័យប្រវត្តិ)
- បង្វិលស៊ុតចាប់ពីអាយុ ១ ថ្ងៃ ទៅ ដល់ ១៨ថ្ងៃ
- ហាមដាច់ខាត ការបង្វិលស៊ុត នៅ ៣ថ្ងៃ ចុងក្រោយ គឺ ពីថ្ងៃទី១៩ ទៅ ថ្ងៃទី ២១។

រូបទី២៣ ការបង្វិល (ត្រឡប់) ស៊ុតក្នុងទូភ្ញាស់

<u>៩.៤. ការឆ្លុះបញ្ចាំងមើលស៊ុត:</u> ជាទូទៅ យើងត្រូវឆ្លុះពិនិត្យ ស៊ុត នៅពេលដាក់ចូលទូភ្ញាស់ បានរយៈពេលពី ៨ ទៅ ១០ថ្ងៃ។ យើងចាំបាច់ត្រូវពិនិត្យមើល ស៊ុត ក្នុងកំឡុងពេលភ្ញាស់ ដើម្បីតាមដានពីដំណើការលូតលាស់របស់កូនក្នុងស៊ុត និងកែសំរួលទូភ្ញាស់ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។

ហេតុអ្វី ត្រូវពិនិត្យខាងក្នុងស៊ុត ?

- ដើម្បីរកស៊ុត មិនបង្កកំណើត ឬ ខូច (ងាប់)
- ស៊ុតមិនបង្កកំណើត និង ខូច អាចយកទៅប្រើប្រាស់ជាម្ហូបអាហារ ឬ លក់បាន។

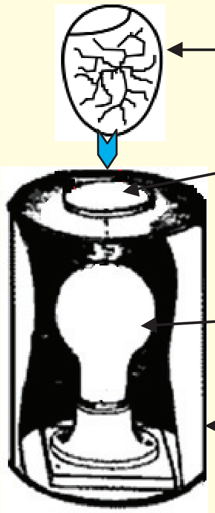
តើយើងត្រូវឆ្លុះមើលខាងក្នុងស៊ុត/ពងមាន់ យ៉ាងដូចម្តេច ?

យើងឆ្លុះមើលស៊ុត ដោយបញ្ចាំងពន្លឺភ្លើងឆ្លងកាត់សំបកពងមាន់ ដើម្បីមើលសភាពខាងក្នុង។ យើងត្រូវឆ្លុះពិនិត្យស៊ុតមាន់ នៅកន្លែងមិនសូវមានពន្លឺ ឬ ទីងងឹត ដើម្បីងាយស្រួល មើលសារធាតុ នៅខាងក្នុងស៊ុត។

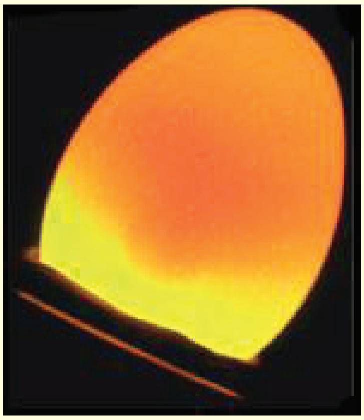
ជារួម រយៈពេលពិនិត្យស៊ុត មិនត្រូវឱ្យលើសពី ១០នាទី និង កំដៅពន្លឺអំពូលឆ្លុះ មិនត្រូវឱ្យលើសពី ៣៩ អង្សាសេ ឡើយ ពីព្រោះ បើលើសពីនេះ អាចសម្លាប់ អំប្រ៊ីយ៉ូ។

តើយើងបង្កើតឧបករណ៍ឆ្លុះបញ្ចាំងមើលស៊ុត យ៉ាងដូចម្តេច ?

តាមរបៀបសាមញ្ញ យើងអាចដាក់អំពូលភ្លើង ចូលទៅក្នុងឡាំង ឬ កេស រួចចោះរន្ធ (ប្រហោង) នៅខាងលើ សម្រាប់ដាក់ស៊ុត។



រូបទី២៤ ឧបករណ៍សម្រាប់ឆ្លុះបញ្ចាំងមើលស៊ុត



រូបទី២៥ ការឆ្លុះបញ្ចាំងមើលស៊ុត

១០. បច្ចេកទេសឆ្លុះមើលខាងក្នុងស៊ុតមាន់

១០.១ ការបង្កើតឧបករណ៍សម្រាប់ឆ្លុះមើលស៊ុត

យើងអាចជ្រើសរើសសម្ភារៈដែលងាយៗ មកកែច្នៃ ដូចជា សំបកកេសស្រាបៀរ កំប៉ុង ឬ កេសទឹកក្រូចកំប៉ុង ឬ សំបកដបស្រាជ្រុង.... ល។ សម្ភារៈសម្រាប់ធ្វើ ឧបករណ៍ឆ្លុះមើលស៊ុត រួមមាន៖

រូបទី ២៦ សម្ភារៈសំខាន់ៗសម្រាប់បង្កើតឧបករណ៍ ឆ្លុះមើលស៊ុតមាន់

របៀបធ្វើតាមលំដាប់ដូចតទៅ៖

❶ ចំពោះកេសក្រដាស ត្រូវកាត់កេសមួយផ្នែក រាងបួនជ្រុង ដោយទុកគម្រប (រូបទី ២៧)

❷ ចោះរន្ធចំកណ្តាលពីលើប្រអប់។ រន្ធនេះ មានទំហំតូចជាងស៊ុតមាន់បន្តិច (រូបទី ២៨)

❸ ដាក់អំពូលភ្លើងនៅបាត ទល់ជាមួយរន្ធដាក់ស៊ុតមាន់ (រូបទី ២៩)
❹ ភ្ជាប់បាតឧបករណ៍ឆ្លុះ ជាមួយក្តារ ដើម្បីងាយស្រួលចល័ត និង មិនដួល (រូបទី ៣០)
❺ បន្តចរន្តអគ្គីសនីបំភ្លឺអំពូល រួចដាក់ស៊ុតពីលើ ដើម្បីពិនិត្យពីគុណភាព (រូបទី ៣១)

រូបទី ២៧ កាត់កេសក្រដាសរាងជាបួនជ្រុងទ្រវែង

រូបទី ២៨ ចោះរន្ធពីខាងលើប្រអប់

រូបទី ២៩ ដាក់ភ្ជាប់អំពូលនៅបាតក្រោម

រូបទី ៣០ ភ្ជាប់បាតក្រោមជាមួយក្តារបន្ទះ

<u>ចងចាំ៖</u> *ករណីពន្លឺសម្រាប់ឆ្លុះ មិនគ្រប់គ្រាន់ គេអាចដាក់ក្រដាសអាលុយមីញ៉ូម ឬ ចានពិល បន្ថែម ដើម្បីបង្កើនពន្លឺ (ភាពចាំង) ងាយឆ្លុះមើលខាងក្នុងស៊ុតមាន់។*

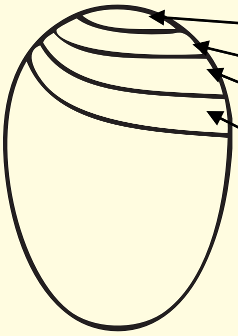
១០.២. លទ្ធផលសំខាន់ៗ នៃការឆ្លុះមើលស៊ុត

ការឆ្លុះស៊ុតមើល អាចឱ្យយើងដឹងពីការវិវត្តន៍របស់ស៊ុត នៅក្នុងទូភ្ញាស់ ថាតើវាបង្កកំណើត ឬ មិនបង្កកំណើត ឬ ងាប់ ដែលត្រូវយកចេញពីទូភ្ញាស់។

ក. កម្រិតទំហំខ្យល់ក្នុងស៊ុតមាន់

ទំហំខ្យល់ខាងក្នុងស៊ុត អាចបង្ហាញឱ្យយើងដឹងពីបរិមាណសំណើមជុំវិញស៊ុត។

- ប្រសិនបើទំហំខ្យល់ ធំជាងកម្រិតកំណត់ នាំឱ្យស៊ុតបាត់បង់ទឹកច្រើន ដូច្នេះទូភ្ញាស់ត្រូវបង្កើនសំណើម ដើម្បីកាត់បន្ថយការបាត់បង់ជាតិទឹក។
- ប្រសិនបើទំហំខ្យល់តូចជាងកម្រិតកំណត់ ត្រូវបន្ថយសំណើម។

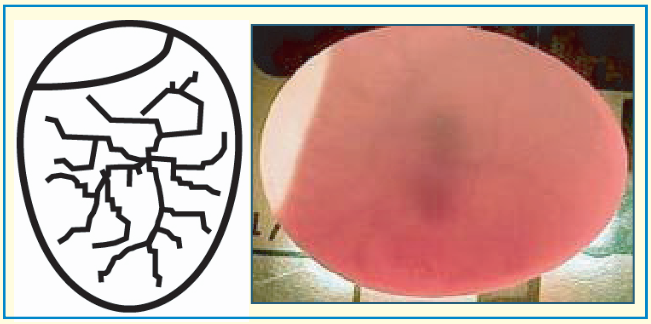


រូបទី៣២ ការវិវត្តន៍ត្រឹមត្រូវនៃកម្រិតទំហំខ្យល់ ពេលដាក់ស៊ុតក្នុងទូភ្ញាស់

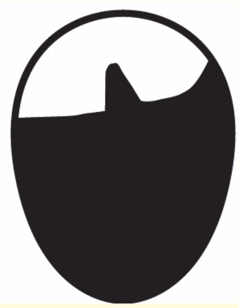
ខ. ស៊ុតមានគុណភាពល្អ (សម្រាប់ភ្ញាស់)

① បង្កកំណើតដោយមានសរសៃឈាមពីងពាង ពណ៌ក្រហម

ស៊ុតនេះមានអាយុ ៦ថ្ងៃ លេចចេញសរសៃឈាមពីងពាង លូតលាស់ចេញពីកណ្តាលនៃកូនបង្កកំណើត។ យើងអាចមើលឃើញសរសៃឈាមពីងពាងនេះ មានតិចតួចនៅអាយុ ៣ថ្ងៃ។



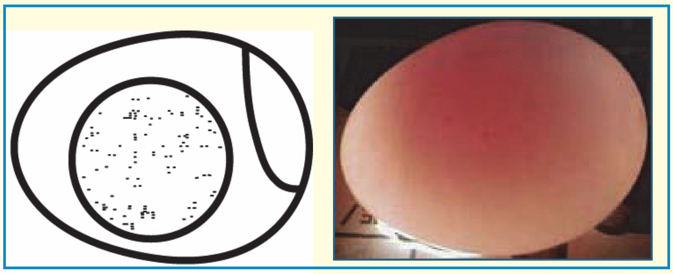
② ស៊ុតនេះមានអាយុ ១៤ថ្ងៃ ដែលអាចមើលឃើញចំណុចលេចឡើងយ៉ាងច្បាស់ ជាមួយជាតិលឿងស៊ុតអណ្តែតផុសឡើង នៅខាងលើ។



③ កូនក្នុងស៊ុតមានជីវិត ដោយមានចំពុះនៅក្នុងថង់ខ្យល់ មុនពេលញាស់ ពី ២៤ ទៅ ៤៨ម៉ោង។

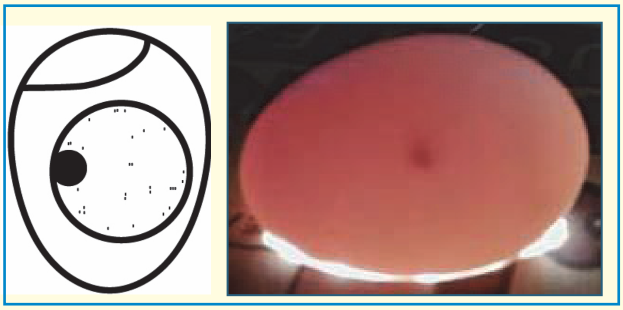
គ. ស៊ុតមិនអាចដាក់ភ្ញាស់ ឬ ត្រូវយកចេញពីទូភ្ញាស់

① *ពេលបញ្ចាំង មើលគ្មានឃើញអ្វី* (ថ្លា)



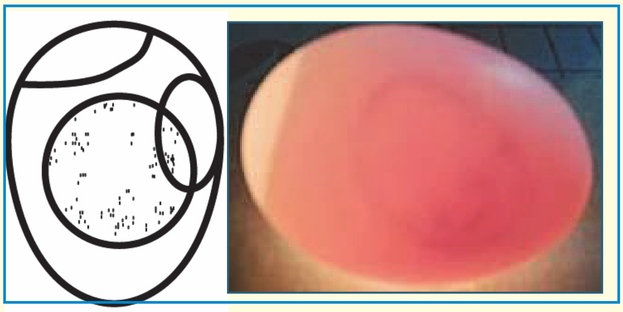
អាចបណ្ដាលមកពីស៊ុតមិនបង្កកំណើត ឬ ស៊ុតចាស់ (យូរ) ពេក ដើម្បីលូតលាស់ ឬ ងាប់ នៅពេលចាប់ផ្ដើមដំបូង (អាយុស៊ុតដាក់ទូភ្ញាស់ បាន ៦ថ្ងៃ)។

② *ស្នាមប្រឡាក់ក្រហម ឬដុំខ្មៅ*



ស៊ុតឆ្លុះពេលដាក់ភ្ញាស់បាន ៧ថ្ងៃ ។ ចំណុចខ្មៅបង្ហាញពីកូនងាប់ ចាប់តាំងពីពេលដាក់ស៊ុតភ្ញាស់ក្នុងទូដំបូង។ ស៊ុតមានចំណុចដុំឈាម។ ស៊ុតនេះ មិនបង្កកំណើតទេ។ ចំណុចដុំឈាមខូចនេះ នឹងរីកធំឡើងៗ។

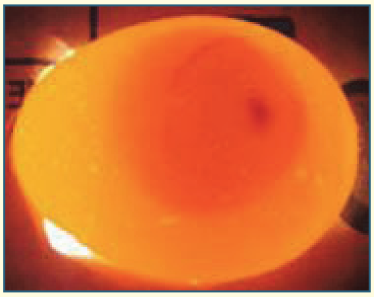
③ *អំប្រ៊ីយូ មានរង្វង់ឈាមក្រហម (រង្វង់ចិញ្ចៀន)*



ស៊ុតមានរង្វង់ឈាមក្រហមនៅអាយុ ៦ថ្ងៃ។ វាបង្កឡើងដោយបាក់តេរី (មេរោគ) ផ្ដុំគ្នាបំផ្លាញភ្នាសស៊ុត។

រង្វង់ពណ៌ក្រហម ឬ ផ្នែកខ្លះនៃរង្វង់ អាចមើលឃើញផ្នែកខាងក្រោមស៊ុត មានកូនបង្កកំណើតខូច (ងាប់) នៅចំកណ្ដាល។

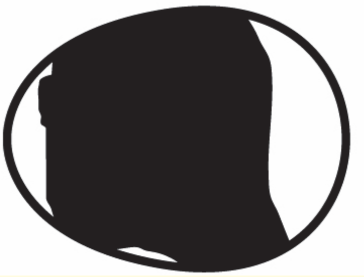
ស៊ុតមានចំណុចឈាមខ្មៅ និង មានទម្រង់រង្វង់ចិញ្ចៀន បង្កឡើងដោយបាក់តេរី (មេរោគ) នៅអាយុ ៨ថ្ងៃ ។ បើមិនបានយកចេញពីទូភ្ញាស់ វានឹងស្អុយខូច។



④ ស៊ុតបង្ហាញពីរន្ធញើសយ៉ាងច្បាស់ ។ ស៊ុតមើលឃើញដូច្នេះភាគច្រើនមិនញាស់ទេ។

⑤ ទម្រង់ងងឹត មានលក្ខណៈមិនច្បាស់លាស់

ស៊ុតលក្ខណៈបែបនេះ បានងាប់រយៈពេលចុងក្រោយនៃការដាក់ស៊ុតក្នុងទូភ្ញាស់ បាន ពី ១០ ទៅ ១៥ថ្ងៃ។



១១. ការកត់ត្រាព័ត៌មានលម្អិតប្រចាំថ្ងៃ

អ្នកចិញ្ចឹម/ភ្ញាស់ស៊ុត ត្រូវកត់ត្រាព័ត៌មានប្រចាំថ្ងៃ ពីការភ្ញាស់ ឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ។ ការកត់ត្រានេះ អាចឱ្យយើងដឹងមុន ពីបម្រែបម្រួលនានាដែលអាចបំផ្លាញដល់ដំណើរការភ្ញាស់ ហើយអាចចាត់វិធានការពារ ឬ កែតម្រូវនានា នានា ។

ការកត់ត្រានេះមានសារៈសំខាន់ណាស់ ព្រោះវាជួយឱ្យអ្នក អាចដឹងពីការងារដែលត្រូវធ្វើ និងមិនទាន់បានធ្វើ។

តារាងកត់ត្រាព័ត៌មានលម្អិតស្តីពី ការភ្ញាស់ស៊ុតមាន់

ទូភ្ញាស់លេខៈ..

	ថ្ងៃខែ	ពេលវេលាបង្វិលស៊ុត					សីតុណ្ហភាព			ពិនិត្យ		សំគាល់
		១	២	៣	៤	៥	បន្ទប់	ទូភ្ញាស់	អំពូល	ថាសទឹក	ស៊ុត	
១												
២												
៣												
៤												
៥												

៦												
៧												
៨												
៩												
១០												
១១												
១២												
១៣												
១៤												
១៥												
១៦												
១៧												
១៨												
១៩												
២០												
២១												

១២. ដំណាក់កាលញាស់

១២.១. ចំណុចសំខាន់ៗ យកចិត្តទុកដាក់ពេលកូនមាន់ញាស់

ស៊ុតមាន់ញាស់ ពេលដាក់ទូភ្ញាស់បានរយៈពេល ២១ថ្ងៃ ។ ដូច្នេះ យើងមិនត្រូវបង្វិល ស៊ុតមាន់ នៅក្នុងរយៈពេល ៣ ថ្ងៃចុងក្រោយទេ គឺ ចាប់ពីថ្ងៃទី១៨ រហូតដល់ញាស់អស់។

សីតុណ្ហភាពក្នុងទូភ្ញាស់ គួររក្សានៅត្រឹម ៣៧,៥ អង្សាសេ។ សំណើមអាចបង្កើនបាន ដោយបន្ថែមអេប៉ុងសើម ឬ កន្សែងក្រដាសសើម ដើម្បីបញ្ចេញចំហាយទឹកក្នុងផ្ទៃទូភ្ញាស់។ នៅអាយុ ២០ ទៅ ២១ថ្ងៃ កូនមាន់ចាប់ផ្តើមចឹកចោះសំបក ដើម្បីញាស់ចេញមកក្រៅ។

រូបទី ៣៣ កូនមាន់ ចាប់ផ្តើមចោះសំបកស៊ុត

រូបទី ៣៤ កូនមាន់ បំបែកសំបកស៊ុតចេញក្រៅ

១២.២. ពេលកូនមាន់ញាស់

ជាធម្មតា ការញាស់មានរយៈពេល ១ ទៅ ២ ថ្ងៃ។ ពេលញាស់ យើងត្រូវបញ្ចុះសីតុណ្ហភាពដល់ ៣៧ អង្សាសេ ។ រក្សាទុកកូនមាន់ទើបញាស់ នៅក្នុងទូភ្ញាស់ប្រហែល ២៤ម៉ោង ដើម្បីឱ្យកូនមាន់ស្ងួតរោម និង មានកំលាំងគ្រប់គ្រាន់។

កូនមាន់ដែលញាស់រួច ត្រូវយកទៅដាក់នៅកន្លែងកក់ក្តៅ និង ឱ្យកូនមាន់សម្រាក នៅកន្លែងស្ងួត ហើយមានអុកស៊ីសែន គ្រប់គ្រាន់ (មានចរន្តខ្យល់ចេញចូល)។

រូបទី ៣៥ កូនមាន់កំពុងញាស់ក្នុងទូភ្ញាស់

__ចំណាំ:__ កុំមានការព្រួយបារម្ភក្នុងការផ្តល់ចំណីកូនមាន់ទើបកើតបាន ១ទៅ២ថ្ងៃ។ ត្រូវយកកូនមាន់ទៅដាក់កន្លែងមានឧបករណ៍កំដៅបន្ទាប់ពីញាស់បាន ២៤ម៉ោង។

១២.៣. ក្រោយពេលកូនមាន់ញាស់

ក្រោយពេលកូនមាន់ញាស់ ត្រូវសំអាត និង ធ្វើអនាម័យទូភ្ញាស់ ជាបន្ទាន់។

❶ សំអាតក្នុងទូភ្ញាស់: ត្រូវប្រមូលសំបក និងកំទេចកំទីសំបកចេញ
❷ ជូត ឬ លាងសំអាតទូ និងថាស ដាក់ពងមាន់ឱ្យស្អាត
❸ ផ្លាស់ប្តូរទឹកថ្មីក្នុងថាសសំណើម

១៣. វិធីសាស្ត្រកាត់បន្ថយស៊ុតខូច

ស៊ុតខូច ឬ មិនបង្កកំណើត គឺជាបញ្ហាចំបងរបស់អ្នកភ្ញាស់កូនមាន់។ ចំពោះស៊ុតខូច ឬ ងាប់កូន មិនបង្កកំណើតសូមអាន និង ដោះស្រាយនូវចំនុចខ្វះខាត ដែលមានបង្ហាញជូន នៅក្នុងតារាងនៅក្នុងចំណុច ១៧ ជំពូក ៥ ស្តីពី *ឥទ្ធិពលលើការញាស់ស៊ុតមាន់* ខាងមុខ។ ។

រូបទី ៣៦ ការសសេរលេខទ្រុង លើស៊ុត ដើម្បីសំគាល់ប្រភពស៊ុត

របៀបរកមូលហេតុស៊ុតមិនបង្កកំណើត និង ដំណោះស្រាយ

គេអាចរកមូលហេតុនេះឃើញដោយៈ

❶ កត់ត្រា ឬ សរសេរសំគាល់លើស៊ុតមាន់

ពេលប្រមូលស៊ុត យើងត្រូវសរសេរសំគាល់លេខទ្រុងលើស៊ុតទាំងអស់។ បើឃើញមានស៊ុតមួយចំនួនមិនបង្កកំណើត ពេលឆ្លុះពិនិត្យស៊ុតក្នុងអំឡុងពេលភ្ញាស់ ដូច្នេះត្រូវពិនិត្យមើលលេខទ្រុងលើស៊ុត ដើម្បីស្វែងរកប្រភពវាថាតើមកពីទ្រុងមួយណា។

❷ តាមដានពីសកម្មភាពមេបាមាន់

ក្រោយពីដឹងពីប្រភពរបស់ស៊ុត ដែលមិនបង្កកំណើត អ្នកចិញ្ចឹម/ភ្ញាស់ស៊ុត ត្រូវតាមដាន និងស្វែងរកបញ្ហាក្នុងទ្រុងនោះ ថាតើមកពីមូលហេតុណាមួយ ពិតប្រាកដ។ ករណីស៊ុតមាន់មិនបង្កកំណើត ភាគច្រើនអាចបណ្តាលមកពី ៖

① ***ឈ្មោល ឬបាមាន់ចាស់ពេក៖*** បាចាស់ពេក ពុំមានកំលាំងគ្រប់គ្រាន់បង្កាត់ជាមួយមេបានច្រើន។ មេមួយចំនួន ពងដោយមិនបានបង្កាត់ជាមួយបា ហេតុនេះពងនោះមិនបង្កកំណើត និង ញាស់ទេ។

② ***ឈ្មោលក្មេងពេក៖*** បាក្មេង ច្រើនខ្លាចមេ និងពុំសូវចេះជាន់មេ ដូច្នេះមេមួយចំនួន មិនបានបាពាក់។

③ ***ឈ្មោលតិច ឬ ច្រើនពេក៖*** បញ្ហានេះច្រើនជួបប្រទះញឹកញាប់ ដែលពងភាគច្រើន មិនញាស់។ នេះដោយសារ បាតិចពេក ពាក់មេមិនគ្រប់ ឬ បាច្រើន (ក្នុងទ្រុង / ទីរួមគ្នា) ឈ្លោះប្រជែងដណ្តើមមេគ្នា។ ពេលខ្លះ បាមិនអាចពាក់មេបាន ដោយសារមានបាផ្សេងទៀត មកដេញ រំខាន ឬ ជល់ មិនឱ្យពាក់មេ។

④ ***ឈ្មោលមិនសកម្មជាន់មេ៖*** ឈ្មោលមួយចំនួនមិនសូវសកម្ម ក្នុងការពាក់មេទេ ទោះជាវាមានអាយុពេញកំលាំង ក៏ដោយ។

⑤ ***មេមាន់ចាស់ពេក៖*** កាលណាមេអាយុច្រើន (ចាស់ជ្រុល) ធ្វើឱ្យការបង្កកំណើតក៏ចុះខ្សោយដែរ។

❸ ដំណោះស្រាយបញ្ហា

បើរកឃើញមូលហេតុហើយ ត្រូវដោះស្រាយជាបន្ទាន់ ព្រោះវាអាចបាត់បង់ចំណូល។ ក្នុងករណី បា ចាស់ពេក ឬ មិនសកម្មពាក់(ជាន់)មេ ត្រូវរកវិធីដោះដូរវាចេញជាបន្ទាន់ ដោយរកបាថ្មី មកជំនួស ។ ប៉ុន្តែបើបាថ្មី នៅក្មេងពេក ត្រូវទុកបាចាស់នោះប្រើការសិន ទំរាំបាថ្មី មានលទ្ធភាពអាចពាក់ (ជាន់) មេបានល្អ។

មិនត្រូវដាក់បា និង មេ រួមចូលគ្នាច្រើននោះទេ ព្រោះអាចប៉ះពាល់ដល់ការបន្តពូជមាន់ (ដោយសារថា បាដែលឈ្នះគេ រំខាន ឬ មិនឱ្យបា ដែលចាញ់ ជាន់/ពាក់មេ បាន)។ ត្រូវដាក់បំបែកជាក្រុមតូចៗនៅដាច់ពីគ្នា ដែលក្នុងមួយក្រុម ដាក់មេពី ៦ ទៅ ៧ក្បាល ជាមួយបា ១ ក្បាលគត់។

ជំពូក ៤: ការថែរក្សាកូនមាន់ទើបញាស់

១៤. តើត្រូវថែរក្សាកូនមាន់អាយុក្រោម ២១ថ្ងៃយ៉ាងដូចម្តេច ?

១៤.១. ការរៀបចំទ្រុងថែរក្សាកូនមាន់

- បាតទ្រុង ត្រូវដាក់ក្តារបន្ទះក្រាល និងជញ្ជាំងជុំវិញ។ គេអាចដាក់សំណាញ់ជាជញ្ជាំងបាន តែត្រូវដាក់ក្រណាត់បាំងជុំវិញ នៅពេលអាកាសខាងក្រៅធាតុត្រជាក់។
- បាតទ្រុង ត្រូវក្រាលអង្កាម ដើម្បីរក្សាកំដៅបានល្អ
- ដាក់អំពូលមូល ឬ ក្អមមានផ្សែង សម្រាប់ផ្តល់កំដៅកូនមាន់
- ជញ្ជាំងទ្រុង មិនត្រូវឱ្យមានរន្ធ ប្រហោងខ្យល់ ចេញចូលឡើយ។

ទ្រុងដាក់កូនមាន់ទើបញាស់អាចមាន ២របៀបៈ រាងជា (ទូ) ចតុកោណកែង និង រង្វង់មូលៈ

រូបទី៣៧ កន្លែងថែកូនមាន់ រាងរង្វង់ | រូបទី៣៨ កន្លែង/ទូថែកូនមាន់ រាងចតុកោណកែង

ចំណាំ: *បើសិនកូនមាន់ មានចំនួនច្រើន យើងត្រូវដាក់ថែរក្សាវាក្នុងទ្រុងលាត (រូបទី ៣៨) តែបើកូនមាន់ មានចំនួនតិច យើងអាចបំបែក ឬ ដាក់វាក្នុងទូកំដៅតូចៗ (រូបទី ៣៩)*

១៤.២. ការផ្តល់កំដៅកូនមាន់ទើបញាស់

កូនមាន់ដែលទើបញាស់ ត្រូវរក្សានៅកន្លែងកក់ក្តៅ និងផ្តល់ចំណី ទឹកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ ហើយការពារពីការបំផ្លាញពីសត្វចង្រៃនានា។

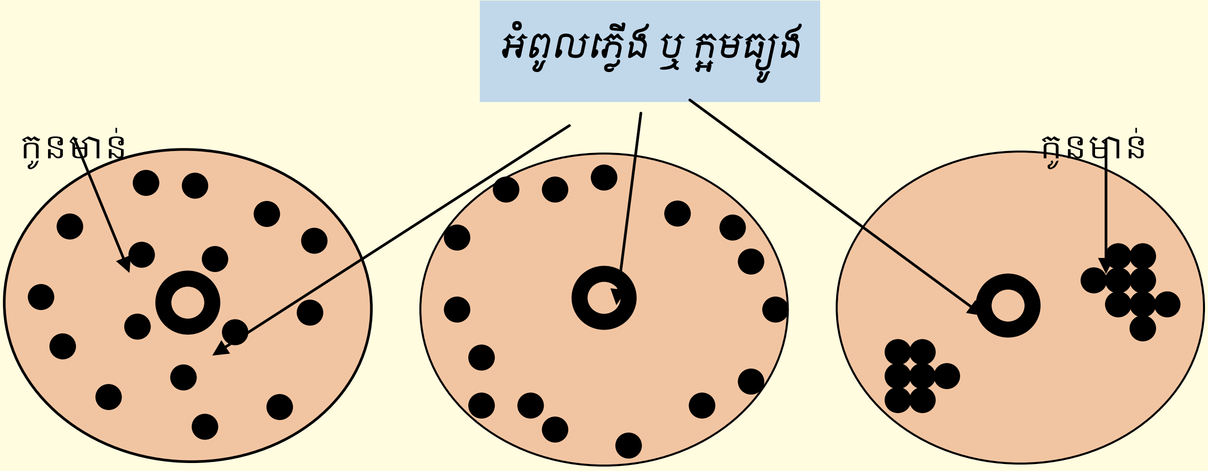
កំដៅសម្រាប់កូនមាន់ នៅអាទិត្យទី១ ស្ថិតក្នុងកម្រិត ពី ៣២,៣ អង្សាសេ ទៅ ៣៥ អង្សាសេ ហើយបន្ថយកំដៅបន្តិចម្តងៗ រៀងរាល់អាទិត្យ រហូតដល់ស្មើនឹងកំដៅ បរិយាកាសខាងក្រៅ។

កូនមាន់ទើបញាស់ ត្រូវផ្តល់កំដៅឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ រយៈពេលពី ២ ទៅ ៣សប្តាហ៍ ពីព្រោះកូនមាន់មិនអាចមានលទ្ធភាពទប់ទល់នឹងការរងារ ឬ ភាពត្រជាក់ពេកបានទេ។

រូបទី ៣៩ ទ្រុងរក្សាកូនមាន់ មានបាតក្រាលអង្កាម និង ដាក់អំពូលភ្លើង ឬ ក្អមធ្យូង កំដៅកូនមាន់

១៤.៣. ការត្រួតពិនិត្យ និងតាមដានកំដៅកូនមាន់

យើងត្រូវពិនិត្យ និងតាមដានមើលកូនមាន់ នៅអាទិត្យដំបូង ឱ្យបានញឹកញាប់ ជិតដល់។ បើកូនមាន់ដេកគរលើគ្នា ឬ នៅផ្តុំគ្នា ជិតអំពូលភ្លើង នោះគឺជា សញ្ញាបង្ហាញថា កូនមាន់ ខ្វះកំដៅ។ តែបើកូនមាន់ឈរតាមគៀនជញ្ជាំងដើម្បីគេចចេញពីប្រភពកំដៅ នោះជាសញ្ញាថា ក្តៅខ្លាំងជ្រុល ដូច្នេះ គេត្រូវលើកអំពូលឱ្យខ្ពស់បន្តិច។



កំដៅល្មមគ្រប់គ្រាន់ (កូនមាន់ដើររាយស្មើល្អ)

កំដៅខ្លាំងជ្រុល (កូនមាន់ឃ្លាតឆ្ងាយពីអំពូលភ្លើង)

កំដៅត្រជាក់ពេក (កូនមាន់ផ្តុំគរលើគ្នា)

រូបទី៤០ សញ្ញាសំខាន់ៗ ស្តីពីការផ្តល់កំដៅកូនមាន់

គួរចងចាំ៖

- ទ្រុងរក្សាកូនមាន់ ត្រូវចំហរ ឬ មានប្រហោងខាងលើ ដើម្បីឱ្យមានខ្យល់ចេញចូលបានល្អ
- បើអាកាសធាតុក្តៅ ត្រូវចំហរទាំងខាងលើ និង ចំហៀង (ករណីបាំងសំណាញ់)។

១៤.៤. ការផ្តល់ចំណី និងទឹក ដល់កូនមាន់អាយុក្រោម ២១ថ្ងៃ

ចំពោះកូនមាន់អាយុក្រោម ២១ថ្ងៃ ត្រូវផ្តល់ចំណីបាវ (ផ្សំស្រេច) សម្រាប់កូនមាន់ ឱ្យបានច្រើនដងក្នុងមួយថ្ងៃ។ ទឹកមានសារៈសំខាន់ណាស់ ចំពោះកូនមាន់ ។ដូច្នេះ យើងត្រូវផ្តល់ទឹកស្អាតឱ្យវា បានគ្រប់គ្រាន់ និងផ្លាស់ប្តូរទឹក ២ដង ក្នុង១ថ្ងៃ គឺ នៅពេលព្រឹក និង ពេលល្ងាច។ ដើម្បីឱ្យកូនមាន់ស៊ាំជាមួយចំណី គួរលាយចុងអង្ករ ពោត ដែលមានគ្រាប់ល្អិតៗ ក្នុងចំណីពេលវាមានអាយុចូលអាទិត្យទី៣។ ជាងនេះទៅទៀត យើងអាចលាយបន្តិចៗនូវបន្លែបៃតងស្ងួត និង បានកិនឱ្យម៉ត់។

គួរចងចាំ៖

- ផ្តល់ចំណី និងទឹកឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់
- បើចំណីគ្រាប់ធំត្រូវកិន ឬ បុកឱ្យល្អិតៗ
- ស្នូកចំណីត្រូវមានមាត់ទាប ដើម្បីឱ្យកូនមាន់ងាយស្រួលចូលចឹកចំណីស៊ី
- ដាក់សំណាញ់ដែកក្នុងស្នូក កុំឱ្យកូនមាន់កាយចំណីចេញក្រៅចោល

<u>រូបទី ៤១</u> ការផ្តល់ចំណីកូនមាន់តូចៗ

<u>ការប្រុងប្រយ័ត្ន៖</u> *មិនត្រូវផ្តល់កន្ទក់ ដែលមានលាយអង្កាមឱ្យកូនមាន់ស៊ីទេ ពីព្រោះវាបណ្តាលឱ្យកូនមាន់ មានបញ្ហាប្រព័ន្ធរំលាយអាហារ និង ងាប់។*

១៥. ការថែរក្សាសុខភាពកូនមាន់

១៥.១. ការព្យាបាល និងបំប៉នកូនមាន់ក្រោយញាស់ភ្លាម

កូនមាន់ទើបញាស់ ងាយទទួលរងនូវបញ្ហាផ្សេងៗ ដែលធ្វើឱ្យកូនមាន់ ចុះខ្សោយ និងងាប់ ដូច្នេះ យើងត្រូវ៖

❶ ពេលញាស់បាន ពី១ ទៅ ២ថ្ងៃ ត្រូវផ្តល់ថ្នាំផ្សះ ដាក់ក្នុងទឹកផឹក រយៈពេល ១ថ្ងៃគត់

❷ ដាក់ថ្នាំ វីតាមីន ចម្រុះ (ម៉ាល់ទីវីតាមីន) លាយទឹកឱ្យកូនមាន់ផឹក រៀងរាល់ពី២ ទៅ ៣ថ្ងៃ ម្តង

<u>ចំណាំ៖</u> *ចំពោះកម្រិតប្រើថ្នាំផ្សះ (អំពីស៊ីលីន ឬ អាម៉ុកកូលី) និងវីតាមីន ត្រូវសួរអ្នកលក់ផ្ទាល់*

១៥.២. អនាម័យចំណីអាហារ និងទឹកផឹក

- ត្រូវផ្លាស់ប្តូរទឹកថ្មី យ៉ាងតិច ១ដង ក្នុង១ថ្ងៃ
- សំអាតស្នូកចំណី និងទឹក

១៥.៣. ការដឹកជញ្ជូនកូនមាន់

កូនមាន់ ងាយរងទទួលគ្រោះរហូតដល់ងាប់ បើមិនមានការគ្រប់គ្រង បានត្រឹមត្រូវនៅពេលដឹកជញ្ជូន ទេនោះ។ មិនត្រូវចំណាយពេលយូរ ក្នុងការដឹកជញ្ជូនកូនមាន់ យកទៅចិញ្ចឹម ឡើយ ។ ឧបករណ៍សាមញ្ញៗសម្រាប់ដឹកជញ្ជូន កូនមាន់ មានលក្ខណៈដូចតទៅ៖

- ដាក់ក្នុងកេស ឬ ឡាំង ដែលមានចោះរន្ធខ្យល់ ចេញចូលត្រឹមត្រូវ
- មិនត្រូវដាក់កូនមាន់ចង្អៀត (ច្រើន) ពេក ទេ
- មិនត្រូវដាក់កូនមាន់ គរលើគ្នាច្រើនជាន់ នាំឱ្យសង្កត់ងាប់កូនមាន់

រូបទី ៤២ កញ្ច្រែង ឬ កេសសម្រាប់បញ្ជូនកូនមាន់ លក់ទៅឱ្យអ្នកចិញ្ចឹមមាន់សាច់

ជំពូក ៥: ឥទ្ធិពលលើការញាស់របស់ស៊ុត

១៦. កត្តាដែលជះឥទ្ធិពលដល់លទ្ធភាពនៃការញាស់កូនមាន់

១៦.១. ការបង្កាត់ពូជ

- មេមាន់ពង ដោយមិនបានបង្កាត់ជាមួយបា ឬ មិនមានបា សម្រាប់បង្កាត់
- មេច្រើនពេក ក្នុងចំណោមបាតិច ធ្វើឱ្យបា មិនបានបង្កាត់ពូជ (ជាន់) គ្រប់មេទាំងអស់។
- មេបាមានអាយុចាស់ពេក នាំឱ្យលទ្ធភាពនៃការញាស់របស់ស៊ុត ខ្សោយ។

១៦.២. ផលិតកម្មស៊ុត

កាលណាផលិតកម្មស៊ុតខ្ពស់ (មេ ពងបានច្រើន) គឺ មិនគ្រាន់តែមានការបង្កកំណើត(ក្នុងស៊ុត) ខ្ពស់ទេ តែថែមទាំងមានលទ្ធភាពនៃការញាស់(ស៊ុត) ខ្ពស់ ដែរ។

១៦.៣. ការគ្រប់គ្រងហ្វូងមាន់

- ***ចំនួនរវាងមេ និងឈ្មោលសម្រាប់បង្កាត់:*** ក្នុងមួយបន្ទប់ៗ ដាក់បា ១ក្បាល ជាមួយមេពី ៦ ទៅ ៧ ក្បាល។ មិនត្រូវដាក់មេ និ ងបា ទាំងអស់ចូល(ក្នុងទ្រុងមួយ) រួមគ្នានោះទេ។
- ***កម្រិតនៃការចិញ្ចឹម:*** ចំនួនសត្វចិញ្ចឹមអាស្រ័យលើទំហំទីកន្លែង ដោយមិនត្រូវដាក់មាន់ចង្អៀតពេក ដែលអាចធ្វើឱ្យការលូតលាស់មិនបានល្អ និងអត្រាងាប់ខ្ពស់។
- ***លក្ខខ័ណ្ឌកន្លែងចិញ្ចឹម:*** មានខ្យល់ចេញចូល និង ក្លិនល្អ ។ កន្លែងស្ងប់ស្ងាត់ មិនមានការរំខាន និង មិនក្តៅពេក ឬ ត្រជាក់ពេក។
- ***ចំណីមាន់:*** ត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យបានគ្រប់គ្រាន់ទាំងបរិមាណ និង គុណភាព។
- ***ការពារជម្ងឺឆ្លង:*** ផ្តល់វ៉ាក់សាំងតាមបច្ចេកទេសដល់មាន់ទាំងអស់ និងទៀតទាត់។

១៦.៤. ការជ្រើសរើសស៊ុតឲ្យស

- ***ទំហំស៊ុត:*** ជ្រើសរើសស៊ុតមានទំហំមធ្យម។ ស៊ុតមានទំហំធំ អាចមានជាតិលឿងពីរ ដែលបណ្តាលឱ្យងាប់ក្នុងពេលភ្ញាស់។
- ***ទម្រង់ស៊ុត និងសំបក***

ស៊ុតប្រេះ៖ ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្នកុំឱ្យខូច ឬ ប្រេះសំបកស៊ុត។ ស៊ុតប្រេះ ឬ ស្រាំ មិនអាចញាស់ទេ ដូច្នេះ ត្រូវយកវាចេញ ដើម្បីកុំឱ្យប្រឡាក់ស៊ុតផ្សេងទៀត។

ស៊ុតប្រឡាក់៖ ស៊ុតប្រឡាក់ ឬ គគ្រិចត្រូវយកចេញ។ ប្រសិនបើស៊ុតប្រឡាក់ដីបន្តិចបន្តួច ត្រូវជុស សំអាតថ្នមៗ ជាមួយក្រដាសទន់ៗ ដោយប្រុងប្រយ័ត្ន។ ហាមដាច់ខាត មិនត្រូវសំអាតស៊ុតដោយលាង ទឹកនោះទេ។

១៧. មូលហេតុមានបញ្ហាលើការញាស់ស៊ុតមាន់

	ការសង្កេត / បញ្ហា	*អាចបណ្តាលមកពី*
១	មិនមានការបង្កកំណើត	• ឈ្មោលតិច ឬ ច្រើនពេក (វ៉ៃខានគ្នា) • ឈ្មោលចាស់ • ហ្វូងសត្វមានជម្ងឺបន្តពូជ • ឈ្មោល មិនសកម្មជាន់មេ
២	ស៊ុត មានសរសៃឈាមរត់ ជារង្វង់ ឬ ងាប់កូនបង្កកំណើតក្នុង កំឡុងអាយុ ក្រោម៥ថ្ងៃ	• ទូភ្ញាស់មានសីតុណ្ហភាព មិននឹងនរ • ចម្លងមេរោគបាក់តេរី • ការខ្វះសារធាតុចំណី • ការខកខានមិនបានបង្វិលស៊ុត ក្នុងកំឡុងរក្សាទុក ឬក្នុងទូភ្ញាស់ • ខ្យល់ចេញចូលមិនបានគ្រប់គ្រាន់
៣	ងាប់ កូនបង្កកំណើតក្នុងទូភ្ញាស់ នៅអាយុអាទិត្យទី២	• សីតុណ្ហភាពខ្ពស់ពេក ឬ ទាបពេក • ស៊ុត មិនបានបង្វិល • អត្រាបង្កាត់ពូជ (មេបា) មិនត្រឹមត្រូវ • បញ្ហាភ្លើងអគ្គីសនី ប្រែប្រួលមិនទៀង • សំបូរឧស្ម័នកាបូនិច (គ្មានខ្យល់ប្តូរ ក្នុងទូ)
៤	ងាប់ កូនបង្កកំណើតពេលផ្ទេរស៊ុត	• សីតុណ្ហភាពក្នុងទូភ្ញាស់ មានការប្រែប្រួលខ្លាំង • ស៊ុត បង្វិលមិនគ្រប់គ្រាន់ • កង្វះសារធាតុចំណីអាហារ
៥	ស៊ុតបានបំបែក ចំណែកកូនមាន់ នៅរស់ តែកូនមាន់ មាន សភាពខ្សោយ	• សំណើម ទាប • ស៊ុតចាស់ (រក្សាទុកយូរ) • ដាក់ស៊ុត មិនបានត្រឹមត្រូវ • បង្វិលស៊ុត មិនត្រឹមត្រូវ • សីតុណ្ហភាពទាប (ក្នុងទូ)
៦	កូនមាន់លូតលាស់ពេញលេញ	• ស៊ុត មិនបានបង្វិលគ្រប់គ្រាន់

	តែស៊ុត មិនបានចោះសំបកកូន។ មិនបានស្រូបអាហារពីជាតិលឿង។ កូនបានងាប់អាយុ ១៥ ទៅ១៧ថ្ងៃ	• ក្នុងទូភ្ញាស់ មានសីតុណ្ហភាពទាប ឬ ខ្ពស់ពេក • សំណើមខ្ពស់ពេក ឬ ទាបពេក នៅក្នុងទូភ្ញាស់ • ខ្យល់បក់ មិនគ្រប់គ្រាន់ • ចំណី មិនគ្រប់គ្រាន់ • មានឆ្លងមេរោគ
៧	កូនមាន់ងាប់ ក្រោយពីចោះសំបក រួច	• ស៊ុត មិនបានបង្វិលនៅ ២អាទិត្យដំបូង • សីតុណ្ហភាព មិននឹងនរ (ថ្ងៃទី១ ដល់ ថ្ងៃទី១៩) • សំណើម មិននឹងនរ (ខ្ពស់ពេក ឬ ទាបពេក) • ខ្យល់ចេញចូល មិនគ្រប់គ្រាន់ • ស៊ុត ដាក់មិនត្រឹមត្រូវតាមទីតាំង • ស៊ុត មានសំបកស្តើង • ហ្វូងសត្វ មានជម្ងឺ
៨	ញាស់យឺត	• មេបាចាស់ • សីតុណ្ហភាពក្នុងទូភ្ញាស់ ខ្ពស់ពេក ឬ ទាបពេក • សំណើមទាបពេក (ក្នុងទូកំដៅ) • ស៊ុតធំពេក • ស៊ុតទុកយូរ (ចាស់)
៩	ញាស់លឿន (មុនកំណត់)	• សីតុណ្ហភាពក្នុងទូភ្ញាស់ ខ្ពស់ពេក ឬ ទាបពេក • ឧបករណ៍វាស់កំដៅ មិនត្រឹមត្រូវ • សំណើមខ្ពស់ពេក (ទូភ្ញាស់)
១០	ខ្យល់ក្នុងសំបកតូច	• ស៊ុតធំពេក ឬ តូចពេក • សំណើមខ្ពស់ពេក (ថ្ងៃទី១ ដល់ ថ្ងៃទី ១៩)
១១	ផ្ចិតមិនជា(សះ)	• សីតុណ្ហភាពទាបពេក (ពីថ្ងៃទី១៩ ដល់ ថ្ងៃទី ២១) • សីតុណ្ហភាពប្រែប្រួលខុសគ្នាខ្លាំងពេក ក្នុងទូភ្ញាស់ • សំណើមខ្ពស់ពេក (ពីថ្ងៃទី១៩ ដល់ ថ្ងៃទី ២១)
១២	ជើង និងម្រាម ខូចទ្រង់ទ្រាយ	• សីតុណ្ហភាពមិនត្រឹមត្រូវ (ពីថ្ងៃទី១ ដល់ថ្ងៃទី ២១) • សំណើមមិនត្រឹមត្រូវ (ពីថ្ងៃទី១ ដល់ ថ្ងៃទី ២១)

ជំពូក ៦: ការចិញ្ចឹមមាន់សាច់ពូជក្នុងស្រុក

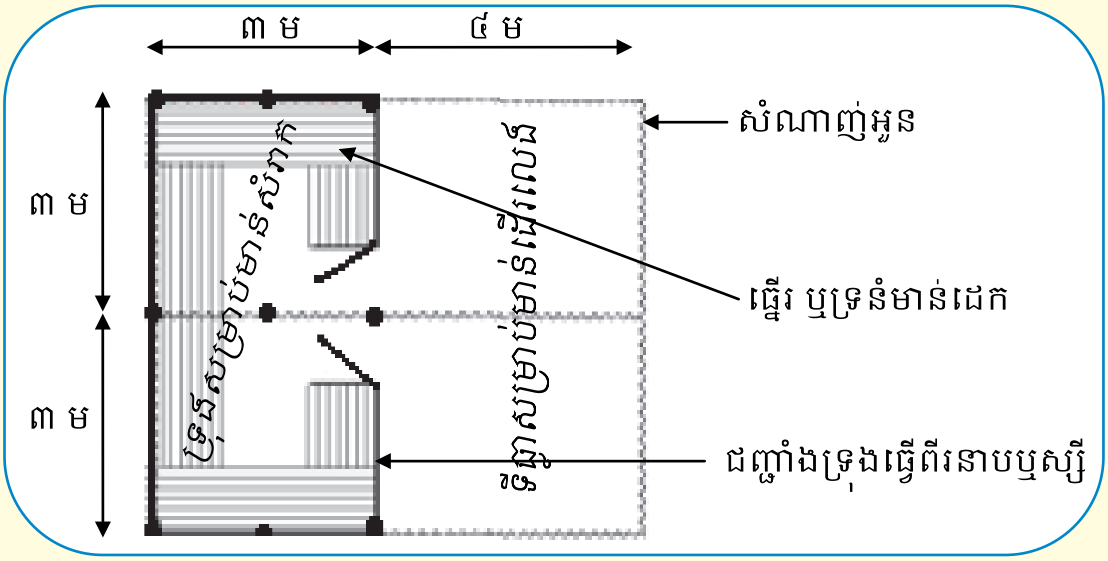
១៨. ការរៀបចំទ្រុងសម្រាប់ចិញ្ចឹមមាន់សាច់

ទ្រុងត្រូវរៀបចំទ្រុង តាមលក្ខណៈបច្ចេកទេស និងធ្វើឱ្យរួចរាល់ មុនពេលយកកូនមាន់មកចិញ្ចឹម ។ ទំហំទ្រុង អាស្រ័យលើចំនួនមាន់ត្រូវចិញ្ចឹម និងលទ្ធភាពផ្តល់ចំណី។ តាមបទពិសោធន៍ ក្នុងផ្ទៃដីកន្លែងសម្រាក ១ ម៉ែត្រការ៉េ អាចដាក់មាន់បានពី ៧ ទៅ ៨ក្បាល។

ចំពោះកសិករចិញ្ចឹមតូចតាច គួរសាងសង់ទ្រុងបណ្តោយ ៦ម៉ែត្រ និងទទឹង ៣ម៉ែត្រ ដែលចែកចេញជា ២បន្ទប់ ដូចបង្ហាញជូន ជាប្លង់គំរូខាងក្រោម (រូបទី ៤៤)។ ទ្រុងគំរូនេះ ក្នុង ១បន្ទប់ អាចដាក់ចិញ្ចឹមមាន់ពី ៦០ ទៅ ៧០ក្បាល។

តើត្រូវសាងសង់ទ្រុងមាន់សាច់ដូចម្តេច ?

- ទីតាំងទ្រុងស្ថិតលើដីមិនលិចទឹក និងមានខ្យល់ចេញចូលល្អ
- ទំហំទ្រុង បណ្តោយ ៦ម៉ែត្រ និងទទឹង ៣ម៉ែត្រ។ ចែកខ័ណ្ឌជា ២បន្ទប់ដោយសំណាញ់ និងបន្តបាំងសំណាញ់ ចេញក្រៅចំងាយ ៤ម៉ែត្រ
- ជើងរៀងទ្រុង មានកំពស់ពីដី ១ម៉ែត្រ ៧តឹក និង សរសរកន្លោងកំពស់ ៣ម៉ែត្រ ២តឹក
- ជញ្ជាំងរោងដេកយប់ ព័ទ្ធដោយរនាបឬស្សី
- ខាងក្នុងដាក់ផ្ទើរ ឬ ទ្រនំសម្រាប់មាន់ដេក មានកំពស់ពីដី ៧តឹក និង បន្ទាទទឹង ៧តឹក
- ដាក់អង្កាមរាយពេញបាតទ្រុងសម្រាក ដើម្បីរក្សាកំដៅ និង មិនធ្វើឱ្យបាតទ្រុងសើម។ អង្កាមនេះអាចទុករហូត ដល់ចាប់មាន់លក់។



<u>រូបទី ៤៣</u> គំរូប្លង់ទ្រុងមាន់សាច់មាន ២បន្ទប់

រូបទី៤៤ លក្ខណៈក្នុងទ្រុងសម្រាកមាន់សាច់

រូបទី៤៥ ទីវាលដើរក្នុងសំណាញ់ខាងក្រៅ

១៩. ការថែរក្សាសុខភាពកូនមាន់ក្រោយពីដឹកជញ្ជូន

កូនមាន់ញាស់រួចបាន ២១ថ្ងៃ អាចដាក់ចិញ្ចឹមបំប៉នដើម្បីផលិតកម្មសាច់សម្រាប់លក់។ ករណីការដឹកជញ្ជូនកូនមាន់មានរយៈពេលយូរ ឬ ផ្លូវឆ្ងាយ កូនមាន់ត្រូវឱ្យផឹកទឹកមានលាយជាមួយទឹកក្រូចឆ្មា ឬ ទឹកលាយ ថ្នាំវីតាមីនសេ ដែលមានកម្រិតរសជាតិជូរតិចៗ (រូបទី ៤៧) ក្រោយពីដល់កន្លែងចិញ្ចឹមបានបន្តិច។ បើកូនមាន់ពិបាកផឹក គេអាចប្រើស៊ីរ៉ាំងបូម បាញ់ចូលក្នុងមាត់កូនមាន់ ប្រហែល ០,៥០ សេសេ ជាការស្រេច (រូបទី ៤៩)។

រូបទី៤៦ ការលាយទឹកផឹកជាមួយក្រូចឆ្មារ

រូបទី ៤៧ ការបញ្ចូលទឹកលាយក្រូចឆ្មារក្នុងពោងទឹក

រូបទី៤៨ ផ្តល់ទឹកលាយក្រូចឆ្មា ឬ វីតាមីនសេ ឱ្យកូនមាន់ផឹក និង របៀបបញ្ច្រុកកូនមាន់

២០. ការផ្តល់ចំណីមាន់សាច់

ត្រូវផ្តល់ចំណីឱ្យមាន់បាន ២ ទៅ ៣ ដងក្នុង១ថ្ងៃ ដោយលាយបញ្ចូលគ្នារវាងចំណីបាវ (ផ្សំស្រេច) ៥០% និងចំណីដែលមានក្នុងភូមិ ៥០%។

ចំណីក្នុងភូមិ គឺ ជាចំណីដែលកសិករអាចរកបានក្នុងភូមិដោយចំណាយថវិកាតិច ឬ មិនចំណាយថវិកាមានដូចជា៖ កន្ទក់ ចុងអង្ករ ស្រូវ ពោត ត្រកួន កន្ធំថេត ស្លឹកបាស ចកបាយទា ស្មៅ និងបន្លែជាដើម។ ចំពោះបន្លែនានា និងស្មៅ ត្រូវហាន់ ឬចិញ្ច្រាំឱ្យល្អិតៗ ដើម្បីឱ្យមាន់ងាយស្រួលចឹកស៊ី។ ចំណែកស្រូវមុនឱ្យស៊ីត្រូវត្រាំ និងផ្អាប់ឱ្យចេញពន្លកជាមុនទើបប្រសើរ។ ចំណីទាំងអស់ត្រូវច្របល់ចូលគ្នាឱ្យសព្វរួចដាក់ឱ្យមាន់ស៊ី។

បម្រាម៖ ហាមដាច់ខាតមិនត្រូវប្រើប្រាស់បន្លែបានបាញ់ថ្នាំពុល ជាចំណីមាន់។

រូបទី ៤៩ ការច្របល់ចំណីបញ្ចូលគ្នា

រូបទី ៥០ ដាក់ចំណីឱ្យមាន់ស៊ី

២១. ការផ្តល់ទឹកមាន់

មាន់ត្រូវការទឹកផឹកគ្រប់ពេលវេលាដើម្បីការលូតលាស់ធំធាត់ ។ មាន់អាចងាប់ បើគ្មានទឹកផឹករយៈពេល ២៤ ម៉ោង។ ត្រូវផ្តល់ទឹកស្អាតជានិច្ច និងគ្រប់ពេល។

ទឹកត្រូវផ្លាស់ប្តូរ ពី ១ ទៅ ២ដង ក្នុង១ថ្ងៃ។ ជាការប្រសើរត្រូវប្តូរទឹកនៅពេលព្រឹក និង ពិនិត្យម្តងទៀតនៅពេលល្ងាច (បន្ថែមទឹក ឬ ប្តូរចេញបើកខ្វក់)។

រូបទី ៥១ ដាក់កំប៉ុងទឹកសម្រាប់មាន់ផឹក

ជំពូក ៧: ការថែរក្សាសុខភាពមាន់

មេបាមាន់មានសារៈសំខាន់ជាទីបំផុតសម្រាប់ដំណើរការផលិតកម្មស៊ុត និងកូនមាន់។ ដូច្នេះ ត្រូវថែរក្សាសុខភាពមាន់ឱ្យបានល្អ និងការពារជាមុនកុំឱ្យឆ្លងជម្ងឺកាចសាហាវនានា។ ជម្ងឺមាន់ចម្លងតាមរយៈ កាកសំណល់មាន់ លាមក និងទឹកសំបោរសត្វ(មាន់)ឈឺ។

២២. អនាម័យ និងជីវៈសុវត្ថិភាព

២២.១. អនាម័យកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់

- បាតទ្រុងមិនដក់ទឹក និងមិនមានទឹកពីក្រៅហូរកាត់ទ្រុង
- បាតទ្រុងត្រូវក្រាលអង្កាម (ប្រមូលអង្កាមចេញវិញ រៀងរាល់ ២ ទៅ ៣ខែម្តង)
- ត្រូវបាចកំបោរស ឬ បាញ់ទឹកថ្នាំ ធីអេច៤ (TH4) ក្នុងទ្រុង និងទីធ្លាខាងក្រៅមុនដាក់មាន់ ១អាទិត្យ ហើយបាញ់ទឹក ធីអេច៤ ឡើងវិញរៀងរាល់ ១ ទៅ ២ខែម្តង។

រូបទី ៥២ បាចទឹកកំបោរក្នុងទ្រុងមាន់

រូបទី៥៣ បាញ់ទឹកថ្នាំ ធី អេច ៤ ក្នុងទ្រុងមាន់

ត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន៖ ហាមបាចទឹកកំបោរ ឬ ធីអេច៤ ពីលើមាន់ និងស៊ុតមាន់។

២២.២. ការពារការឆ្លងជម្ងឺពីក្រៅ

- មុនពេលចូលក្នុងទ្រុងមាន់ ត្រូវសម្លាប់មេរោគ ដោយជ្រលក់បាតជើងក្នុងទឹកកំបោរថ្ម ដែលមានដាក់នៅមាត់ច្រកចូលជាមុនសិន (រូបទី ៥៤)
- ហាមមិនឱ្យមនុស្សពីក្រៅ (អ្នកដើរទិញមាន់ អ្នកចិញ្ចឹមកន្លែងផ្សេង...) ចូលកន្លែងចិញ្ចឹមមាន់
- មាន់ពូជទិញចូលថ្មី មិនត្រូវបញ្ចូលក្នុងទ្រុងភ្លាមទេ តែត្រូវរក្សាទុកខាងក្រៅទ្រុងយ៉ាងតិច ១៤ថ្ងៃ ដើម្បីតាមដានសុខភាពមាន់ជាមុនសិន

- ហាមទិញកូនមាន់ មិនស្គាល់ប្រភពច្បាស់លាស់ មកចិញ្ចឹម (រូបទី ៥៥)
- បើមានមាន់ងាប់ ត្រូវកប់ ឬ ដុតចោល មិនត្រូវបោះចោលពាសវាលពាសកាល នោះទេ។

រូបទី៥៤ ដាក់ទឹកកំបោរមាត់ច្រកចូល និងធ្វើរបង មិនឱ្យមនុស្សពីក្រៅចូល

រូបទី៥៥ កូនមាន់ដឹកលក់តាមផ្លូវ មិនស្គាល់ប្រភពច្បាស់លាស់

២២.៣. កម្មវិធីបញ្ចេញលក់មាន់ទាំងអស់-បញ្ចូលចិញ្ចឹមទាំងអស់

ចំពោះមាន់សាច់ ត្រូវលក់មាន់ទាំងអស់ក្នុងក្រុមជាមួយគ្នា បន្ទាប់មកត្រូវសំអាតបន្ទប់ (ទ្រុង) ចិញ្ចឹមនេះ ដោយបាចទឹកកំបោរ ឬ បាញ់ទឹកថ្នាំ ធីអេកហ្វ័រ (TH4) ហើយ រក្សាទុកយ៉ាងតិច ១អាទិត្យ ទើបដាក់មាន់ចិញ្ចឹមសារជាថ្មី។

២៣. ការផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺឆ្លង

ជម្ងឺមាន់ជាជម្ងឺសាហាវ រាលដាលលឿន និង បណ្តាលឱ្យមាន់ងាប់ច្រើន។ ដូច្នេះ ដាច់ខាតត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំងដល់មាន់ទាំងអស់ដើម្បីទប់ទល់ជម្ងឺទាំងនោះជាមុន។

កម្មវិធី និងវិធីសាស្ត្រធ្វើ វ៉ាក់សាំង មាន់ពូជក្នុងស្រុក ៖

- ផ្តល់វ៉ាក់សាំងចំនួន ៤មុខ គឺ វ៉ាក់សាំង ជម្ងឺញ៉ូកាស ជម្ងឺកំប្បូ ជម្ងឺអុត និង ជម្ងឺអាសន្នរោគ
- ចន្លោះពេលធ្វើ វ៉ាក់សាំង ពី ១មុខ ទៅ ១មុខទៀត ត្រូវឃ្លាតគ្នាយ៉ាងតិច ៥ថ្ងៃ
- ចំពោះមេបាពូជត្រូវធ្វើ វ៉ាក់សាំង រំលឹកឡើងវិញ រៀងរាល់ ៥ខែម្តង (ជម្ងឺញ៉ូកាស និង ជម្ងឺអាសន្នរោគ)។

តារាងកម្មវិធីចាក់ថ្នាំការពារជម្ងឺឆ្លងមាន់

អាយុមាន់	ឈ្មោះវ៉ាក់សាំងកាពារជម្ងឺ	ផ្លូវបញ្ចូលវ៉ាក់សាំង	រំលឹកឡើងវិញ(ក្រោយពេលចាក់)
ពី១ ទៅ៣ ថ្ងៃ	ជម្ងឺ ញ៉ូកាស (អាយធូ)	បន្តក់ក្នុងភ្នែក ឬ ច្រមុះ	៥ ខែ
ពី៧ ទៅ៨ ថ្ងៃ	ជម្ងឺ កំប្បូ	បន្តក់ក្នុងភ្នែក	
ពី១២ ទៅ១៤ ថ្ងៃ	ជម្ងឺ អុតមាន់	ជួសផ្ទាំងស្លាបរង	
២ ខែ	ជម្ងឺ អាសន្នរោគ	ចាក់សាច់ដុំ	៥ ខែ

រូបទី៥៦ វ៉ាក់សាំងញ៉ូវកាសបន្តក់លើភ្នែកច្រមុះ

រូបទី៥៧ វ៉ាក់សាំងអុតចាក់ទំលុះស្លាបរង

២៤. ការទម្លាក់ព្រូនមាន់

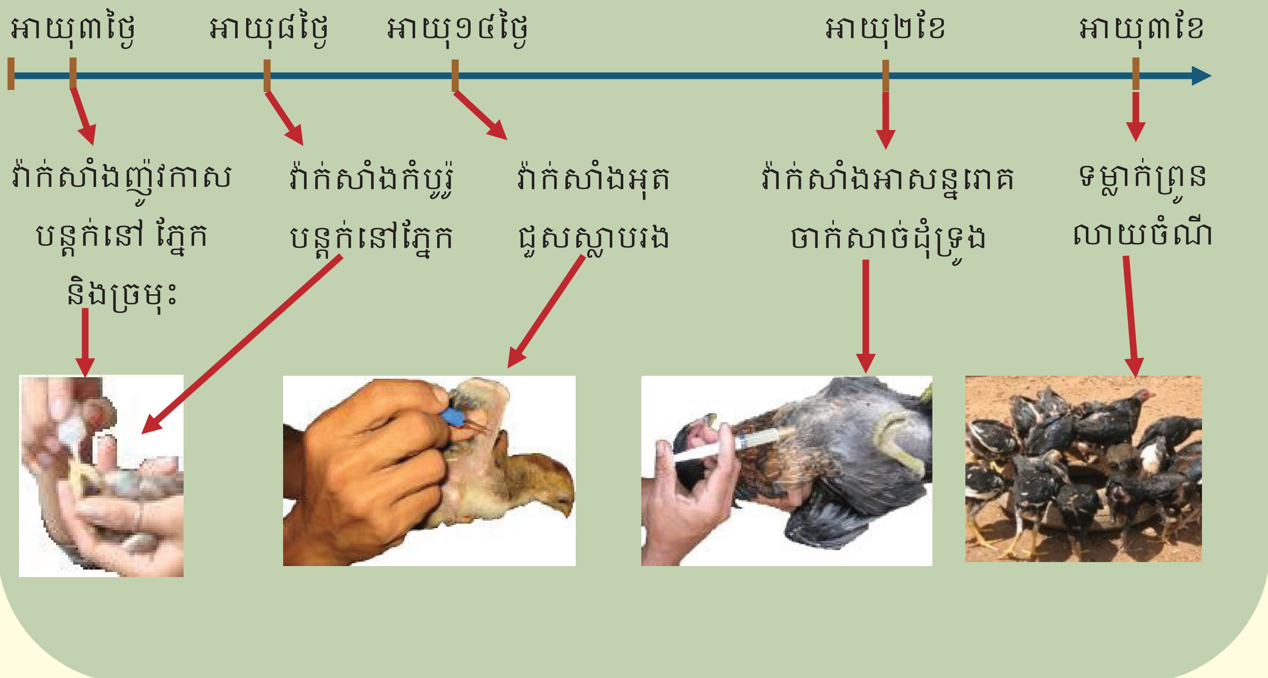
មាន់អាយុបាន ២ ទៅ ២,៥ ខែ ត្រូវដាក់ថ្នាំទម្លាក់ព្រូនចេញ។ មាន់ទាំងអស់ ជាពិសេសមាន់មេបា ត្រូវទម្លាក់ព្រូនចេញរៀងរាល់ ៣ខែម្តង។ បើមាន់ មានព្រូនបណ្តាលឱ្យសុខភាពមិនល្អ ពងតិចតួច លូតលាស់យឺត ស្គម ងាយទទួលជម្ងឺពីខាងក្រៅ។ កាលណាមាន់មានព្រូនធ្ងន់ធ្ងរ អាចបណ្តាលឱ្យ មាន់ងាប់។

ថ្នាំព្រូន ពីរ៉ង់តែល ឬ មេបង់ដាសុល ១គ្រាប់ អាចដាក់បានមាន់ពី ៨ ទៅ ១០គីឡូក្រាម ដោយលាយជាមួយចំណី។

រូបទី៥៨: ផ្តល់ថ្នាំទម្លាក់ព្រូនមាន់ជំទង់

រូបទី ៥៩ ផ្តល់ថ្នាំទម្លាក់ព្រូនមេបាមាន់

កម្មវិធីផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺឆ្លង និងទម្លាក់ព្រូន មាន់



ចងចាំ៖ មុននឹងប្រើប្រាស់វ៉ាក់សាំង និង ថ្នាំទម្លាក់ព្រូនណាមួយ ត្រូវពិគ្រោះជាមួយអ្នកជំនាញ ផ្នែកផលិតកម្ម និង បសុព្យាលសត្វ។

ជំពូក ៨: ការកត់ត្រាចំណាយ ចំណូលផលិតកម្ម

២៥. ការកត់ត្រាចំណាយ ចំណូលផលិតកម្ម

ការកត់ត្រាទុកនូវតួរលេខចំណាយចំណូល មានសារៈសំខាន់ណាស់ ។ មាន ហេតុផលជាច្រើន ដែលគេចាំបាច់ត្រូវកត់ត្រាជាប្រចាំ ពីចំណាយ ចំណូល ផលិតកម្ម ។ ហេតុផលចំបងមួយចំនួន មានដូចជា៖

- ប្រសិនបើគ្មានការកត់ត្រាពីអ្វីដែលត្រូវបានចំណាយ ហើយអ្វីដែលបានចំណូលនោះទេ យើងនឹងមិនអាចដឹងបានទេ ថាតើ មុខជំនួញរបស់យើង ខាត ឬ ចំណេញ? ចូរចងចាំថា ការទទួលបានប្រាក់ចំណូលរាល់ថ្ងៃ មិនមានន័យថា យើងបានទទួលប្រាក់ចំណេញនោះទេ ។

- ប្រសិនបើយើងដឹងច្បាស់ពីមុខចំណាយ និង មុខចំណូលច្បាស់លាស់ យើងអាចរិះរកវិធីដើម្បី គ្រប់គ្រងជំនួញ ឱ្យបានកាន់តែល្អ កាន់តែបានចំណេញច្រើន។

- កំណត់ត្រាអាចត្រូវប្រើប្រាស់សម្រាប់ធ្វើផែនការចំណាយនៅពេលអនាគត ព្រោះយើងអាចដឹងពីតំលៃ និងធនធានដែលត្រូវចំណាយ ។

គោលដៅចំបងនៃធ្វើជំនួញ ឬ ផលិតកម្មអ្វីមួយ គឺរកបានចំណេញ និង កាន់តែចំណេញច្រើន ។ ប្រាក់ចំណេញជាផលសង (ឬ ភាពខុសគ្នាជាវិជ្ជមាន) រវាង ទឹកប្រាក់ចំណូល (បានមកពីលក់ផលិតផល ឬ សេវាកម្ម) និង ទឹកប្រាក់ចំណាយទាំងអស់ ។ ចំណាយ អាចបែងចែកជា ២ ប្រភេទ គឺ ៖

(១) **ចំណាយថេរ** (មិនប្រែប្រួល [1]) គឺជា ចំណាយមូលធន ដូចជា ដី សំណង់ ឃ្លាំង រោងបណ្តុះផ្សិត ទ្រុងមាន់ គ្រឿងចក្រ...... ដែលមានតំលៃ (ត្រូវកាត់ រំលស់) ជាប្រចាំ ទោះជាមានការផលិត ឬក៏ គ្មាន ក៏ដោយ ។ ដោយសារឧបករណ៍ និង សម្ភារៈ ក្នុងមុខចំណាយថេរ ទាំងនេះ អាចប្រើបានច្រើនដង (ប្រើម្តង មិនអស់) ហើយ អាចប្រើនៅក្នុងផលិតកម្ម សារក្រោយៗទៀតនោះ គេត្រូវគិតរំលស់វា ជាច្រើនសារ។ ការកំណត់ចំនួនសាររំលស់ថ្លៃឧបករណ៍ និង សម្ភារៈ ក្នុងប្រភេទចំណាយថេរនេះ អាចគិតបានច្រើនបែប ដូចជា តាម ចំនួនសារ (ដង) ផលិតកម្ម តាមអាយុកាល (រយៈពេល) អាចនៅប្រើបានរបស់វា ...... ។

(២) **ចំណាយប្រែប្រួល** គឺជាប្រភេទចំណាយជាក់ស្តែងសម្រាប់ការផលិត ផលិតផល ឬ សេវាអ្វីមួយ ។ ការចំណាយប្រភេទនេះ រួមមាន វត្ថុធាតុដើម ដូចជា គ្រាប់ពូជ ជី ថ្នាំ កំបោរស ការរៀបចំដី ពលកម្ម ...... ដែលត្រូវការ ចាំបាច់សម្រាប់ផលិតរបស់ ឬ ផលិតផលអ្វីមួយ (ដូចជា ផ្សិតចំបើង មាន់ ជ្រូក......) ។

---

[1] នៅពេលទិញ ឬ សាងសងហើយ (គឺថា បានចំណាយហើយ) ទោះបីប្រើ ឬ មិនប្រើក្តី សម្រាប់ការផលិតទំនិញ(ផលិតផល) អ្វីមួយក៏ដោយ ក៏គុណភាព (គឺវាក្លាយបន្តិចម្តងៗ ទៅជារបស់ចាស់ សឹករេចរិល......) ហើយ តំលៃរបស់វា នឹងត្រូវបាត់បង់ បន្តិចម្តងៗ ទៅតាមនោះដែរ។

ដើម្បីឱ្យដឹងច្បាស់ ថាតើគោលដៅជោគជ័យជំនួញ សម្រេចបានត្រឹមណានោះ គេត្រូវការនូវព័ត៌មានជាចាំបាច់ ដែលមិនអាចរកបាន ក្រៅពីការកត់ត្រាជាប្រចាំ និង បានត្រឹមត្រូវរបស់យើង នោះឡើយ ។ ការកត់ត្រា អាចផ្តោតលើ ការប្រមូលព័ត៌មានចាំបាច់ សម្រាប់វិភាគចំណាយ និង ចំណេញ និង តម្រង់ទិសមុខរបរ ឬ ផលិតកម្ម តាមពេលវេលា ឱ្យចំ ឆ្លើយតបតម្រូវការទីផ្សារ និង ទៅអនាគតខាងមុខ ។ ខាងក្រោមនេះ ជាទម្រង់កត់ត្រា [2] សាមញ្ញមួយ ដែលកសិករ (ចិញ្ចឹមមាន់) អាចប្រើសម្រាប់កត់ត្រាចំណាយ ចំណូលរបស់ខ្លួន ។

ក. <u>តារាងចំណាយ</u>

ឈ្មោះផលិតកម្ម:……………………………………..

ថ្ងៃចាប់ផ្តើមផលិតកម្ម:………………………………..   ថ្ងៃបញ្ចប់ផលិតកម្ម:…………………………..

ល.រ	មុខចំណាយ	ឯកតា	ចំនួន	តំលៃ ១ឯកតា	ទឹកប្រាក់សរុប

ខ. <u>តារាងចំណូល</u>

ឈ្មោះផលិតកម្ម:……………………………………..

ថ្ងៃចាប់ផ្តើមផលិតកម្ម:………………………………..   ថ្ងៃ បញ្ចប់ផលិតកម្ម:…………………………..

ល.រ	មុខចំណូល	ឯកតា	ចំនួន	តំលៃ ១ឯកតា	ទឹកប្រាក់សរុប

[2] តាមគំរូ <u>សៀវភៅកត់ត្រាគ្រប់គ្រងកសិដ្ឋានកសិករ</u> របស់គម្រោងបង្ហាញបច្ចេកវិទ្យាដើម្បីបង្កើនផលិតភាពជុំវិញតំបន់ ទន្លេសាប។

ការប្រើប្រាស់ព័ត៌មានប្រមូលបាន សម្រាប់វិភាគចំណាយចំណូលផលិតកម្ម (ចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់ស្រុក)

ដើម្បីទទួលបានព័ត៌មាន ចាំបាច់ ត្រឹមត្រូវ គេត្រូវកំណត់ឱ្យបានច្បាស់ពីមុខចំណាយ និង ចំណូលទាំងអស់ ហើយកត់ត្រាបានជាប្រចាំ និង បានត្រឹមត្រូវពីព័ត៌មាន ដែលបានកំណត់ទាំងនោះ ។ ព័ត៌មានប្រមូលបានទាំងនេះ នឹងត្រូវប្រើសម្រាប់វិភាគសេដ្ឋកិច្ច (គឺ ថ្លៃដើមផលិតផល និង ប្រាក់ចំណេញ) របស់ផលិតកម្មណាមួយ ។ ខាងក្រោមនេះ គឺជា គំរូកត់ត្រា និង វិភាគចំណាយ និង ចំណូលនៃការចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់ស្រុក របស់កសិករម្នាក់ នៅស្រុក បាធាយ ខេត្ត កំពង់ចាម។

កសិករ/អ្នកចិញ្ចឹម៖ លោក សម សារុំ នៅភូមិ ជាលា ឃុំជាលា ស្រុក បាធាយ ខេត្ត កំពង់ចាម (ទិញកូនមាន់ ១៥០ក្បាល ពីកសិដ្ឋានភ្ញាស់កូនមាន់ របស់គម្រោងTSTD នៅ ភូមិ ត្នោតកើត ឃុំ ព្រៃចារ ស្រុកជើងព្រៃ ខេត្ត កំពង់ចាម)។

ពេលវេលាប្រមូលផល៖ ខែធ្នូ ឆ្នាំ ២០១២ (ចិញ្ចឹមរយៈពេល ៣ខែ បន្ទាប់ពីដាក់កូន អាយុ ២១ថ្ងៃ)

ល.រ	បរិយាយ	ឯកតា	ចំនួនឯកតា	ថ្លៃ១ឯកតា(ដុល្លា)	សរុប (ដុល្លា)
1	ចំណាយសរុប				514
1.1	កូនមាន់(អាយុ ៣អាទិត្យ)	ក្បាល	150	1	150
1.2	ចំណីផ្សំស្រេច/បាវ (៣០គីឡូ)	បាវ	10	18	180
1.3	ស្រូវ	គីឡូ	80	0,25	20
1.4	កន្ទក់ម៉ដ្ឋ	គីឡូ	30	0,18	5,25
1.5	ចុងអង្ករ	គីឡូ	50	0,38	18,75
1.6	បន្លែ	គីឡូ	10	0,13	1,25
1.7	កូនត្រី និង ចំណាយរៀបចំ/ចំអិន	គីឡូ	90	0,25	22,50
1.8	ថ្នាំទម្លាក់ព្រូន	កញ្ចប់	3	0,25	0,75
1.9	ទ្រុង និង សម្ភារៈចិញ្ចឹម (សរុប រំលស់ ក្នុង ១វគ្គ)	សរុប/វគ្គ	1	20	20
1.10	ពលកម្ម (ថែទាំ ផ្តល់ចំណី ៣ម៉ោង ក្នុង ១ថ្ងៃ)	សរុប	23	4	90
1.11	ផ្សេងៗ (ដឹកជញ្ជូនកូនមាន់....)	សរុប	1	5	5
2	ចំណូលសរុប				717
	មាន់រស់ (១៤៧ក្បាល ១ក្បាលទម្ងន់ ១,៣គីឡូ)	គីឡូ	191,1	3,75	717
3	ចំណេញសុទ្ធ				
	ចំណេញសុទ្ធ ក្នុង ១វគ្គចិញ្ចឹម (១៥០ ក្បាល / រយៈពេល ៣ខែ បន្ទាប់ពីដាក់កូនចិញ្ចឹម)				203 ដុល្លារ 812.500 រៀល

ជំពូក ៩: ការពង្រីកទីផ្សារកូនមាន់

ដើម្បីឱ្យទទួលបានជោគជ័យ អ្នកចិញ្ចឹម/អ្នកភ្ញាស់ ត្រូវមានផែនការ និងទិសដៅច្បាស់លាស់។ អ្នកភ្ញាស់កូនមាន់ត្រូវមានទំនាក់ទំនងល្អ ជាមួយអតិថិជន ឈ្មួញកណ្តាល និងអ្នកចិញ្ចឹមនានាហើយ បើករណីកូនមាន់លក់មិនអស់ នោះត្រូវចិញ្ចឹមកូនមាន់ទាំងនោះ ជាមាន់សាច់ ដោយខ្លួនឯង។ មុនពេលលក់ អ្នកភ្ញាស់កូនមាន់ ត្រូវប្រកាន់ខ្ជាប់៖

❶ កូនមាន់មានសុខភាពល្អ

❷ កូនមាន់បានចាក់វ៉ាក់សាំងយ៉ាងតិច ៣មុខរួចជាស្រេច (វ៉ាក់សាំងញូវកាសល កំប៉ូរ៉ូ និង អុត)

❸ មេបាមានមាឌធំៗ ដែលកូនចិញ្ចឹមឆាប់ធំ

២៦. ចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់សាច់សម្រាប់លក់

កូនមាន់ចាប់ពីអាយុ ២១ថ្ងៃ អាចលក់ចេញសម្រាប់ចិញ្ចឹមបំប៉នជាមាន់សាច់។

២៧. ទំនាក់ទំនងជាមួយកសិករដើម្បីចិញ្ចឹមបន្ត

ម្ចាស់កសិដ្ឋានភ្ញាស់កូនមាន់ ត្រូវមានទំនាក់ទំនងល្អជាមួយកសិករនៅក្នុងតំបន់ ដើម្បីស្វែងរកកសិករដែលមានការចាប់អារម្មណ៍ចង់ចិញ្ចឹមបំប៉នមាន់សាច់ ។ វិធីសាស្ត្រក្នុងការផ្តល់ឱ្យកសិករចិញ្ចឹម មាន២ របៀប សំខាន់ៗ គឺ៖

<u>២៧.១. លក់កូនមាន់ឱ្យកសិករចិញ្ចឹម:</u> កូនមាន់ត្រូវបានកសិករទិញយកទៅចិញ្ចឹមបំប៉ន ហើយដល់ពេលមាន់នោះមានទម្ងន់ដល់ពេលលក់ កសិករអាចស្វែងរកទីផ្សារលក់ដោយខ្លួនឯង ឬរកឈ្មួញទិញមាន់ទៅតាមតម្លៃចរចាររៀងខ្លួន។

<u>២៧.២. លក់កូនមាន់ឲ្យកសិករចិញ្ចឹម និងធានាទិញមាន់សាច់មកវិញ:</u> ម្ចាស់កសិដ្ឋានចិញ្ចឹមមាន់អាចទំនាក់ទំនងជាមួយកសិករឱ្យចិញ្ចឹមមាន់ ហើយម្ចាស់កសិដ្ឋានទិញមាន់ទាំងនោះមកវិញនៅពេលកសិករលក់មាន់។

២៨. រកទិញពងមាន់បន្ថែមសម្រាប់ភ្ញាស់

អ្នកភ្ញាស់ អាចទំនាក់ទំនងរកទិញពងមាន់មកភ្ញាស់បន្ថែម នៅពេលតម្រូវការទីផ្សារកូនមាន់ កើនឡើង ហើយការផ្គត់ផ្គង់ស៊ុតដោយកសិដ្ឋានខ្លួន សម្រាប់ការភ្ញាស់មិនគ្រប់គ្រាន់។

២៩. ផ្តល់សេវាវ៉ាក់សាំងបន្ថែមដល់អ្នកទិញយកទៅចិញ្ចឹម

កសិករទិញកូនមាន់យកទៅចិញ្ចឹមបានច្រើនជាបន្តបន្ទាប់ គឺដោយមានការជឿជាក់លើកសិដ្ឋានបានជួយការពារមិនឱ្យកូនមាន់ងាប់។ កាលណាកសិករចិញ្ចឹមមិនងាប់ នោះគាត់នឹងមកទិញយកទៅចិញ្ចឹមជាបន្តទៀតមិនខាន។ ដូច្នេះ កូនមាន់ទាំងអស់ត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំងឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ដើម្បីកាត់បន្ថយអត្រាងាប់របស់កូនមាន់។ វ៉ាក់សាំងដែលផ្តល់ដល់

មាន់យ៉ាងហោចណាស់ ឱ្យបានការពារជម្ងឺបាន ៣មុខ (វ៉ាក់សាំង ញ៉ូវកាស អុត និង អាសន្នរោគ)។ ជាធម្មតាកូនមាន់អាយុក្រោម ១ខែ ទទួលបានតែវ៉ាក់សាំង ២មុខប៉ុណ្ណោះ (វ៉ាក់សាំងញ៉ូវកាស និង អុត) ដូច្នេះ អ្នកភ្ញាស់ ត្រូវជម្រុញឱ្យអ្នកទិញយកទៅចិញ្ចឹមបន្ត ធ្វើវ៉ាក់សាំងអាសន្នរោគ ១មុខបន្ថែមទៀត នៅពេលមាន់អាយុបាន ២ខែ។

វិធីសាស្ត្រជម្រុញការធ្វើវ៉ាក់សាំងអាសន្នរោគបន្ថែម អាចធ្វើតាមរយៈ៖

ក. ម្ចាស់កសិដ្ឋានភ្ញាស់កូនមាន់ ធានាជួយធ្វើវ៉ាក់សាំងនេះ ដល់ផ្ទះកសិករទិញកូនទៅចិញ្ចឹម

ខ. ម្ចាស់កសិដ្ឋានជួយពន្យល់ណែនាំ និង បង្ហាត់បង្ហាញ ដល់កសិករទិញកូនចិញ្ចឹមបន្ត ពីរបៀបធ្វើវ៉ាក់សាំង

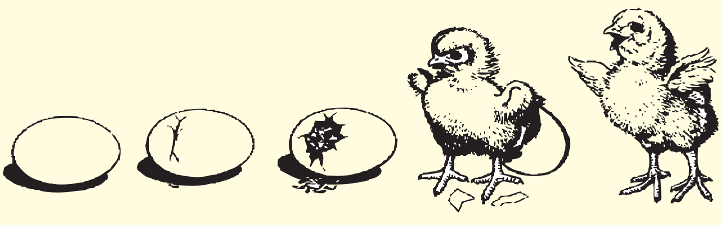
៣០. ទំនាក់ទំនងរកទីផ្សារសម្រាប់លក់មាន់សាច់

កសិដ្ឋានដំណើរការល្អ កាលណាមានទីផ្សារសម្រាប់បញ្ចេញមាន់លក់បានល្អ។ ម្ចាស់កសិដ្ឋានត្រូវស្វះស្វែងរកទីកន្លែង ឬ អ្នកទិញមាន់ ដូចជា៖

<u>៣០.១. ឈ្មួញកណ្តាល:</u> ទំនាក់ទំនងជាមួយអ្នកដើរទិញមាន់យកទៅលក់បន្ត

<u>៣០.២. ទំនាក់ទំនងអ្នកលក់ម្ហូបអាហារ និងភោជនីយដ្ឋាន:</u> តម្រូវការសាច់ធ្វើម្ហូបអាហារសម្រាប់លក់មានជាប្រចាំ ដូច្នេះ ត្រូវធ្វើយ៉ាងណាទាក់ទងរកទីតាំងទាំងនេះ សម្រាប់លក់មាន់សាច់។

<u>៣០.៣. ទំនាក់ទំនងអ្នកធ្វើម្ហូបការ និងបុណ្យ:</u> នៅក្នុងរដូវកាលបុណ្យទានធំៗ និង ពិសេសរដូវរៀបមង្គលការ តម្រូវការសាច់មាន់ មានការកើនឡើងយ៉ាងខ្លាំង។ ដូច្នេះ ម្ចាស់កសិដ្ឋាន ត្រូវទំនាក់ទំនងដោយផ្ទាល់ដើម្បីផ្គត់ផ្គង់មាន់របស់ខ្លួន៕



ឯកសារយោង

- ពេទ្យសត្វជនបទកម្ពុជា (២០០១)
- ស៊ិន ប៉ោ (២០១២) ការចិញ្ចឹមមាន់ស្រុកសម្រាប់ទីផ្សារ (គម្រោង TSTD)
- Brinsea, Incubation Handbook.
- Christine Ahlers, et al., 2009, Improving Village Chicken Production, ACIAR
- E.B. Sonaiya et al., 2004, Small-scale Poultry Production, FAO
- Muladno (2008) Local Chicken Genetic Resources and Production Systems in Indonesia.
- N. Van Eekeren et al., 2004, Small-scale Poultry Production in the Tropic
- Quiver Farm Projects, Inc. 2009, Chick Hatching Project Instruction Manual.
- Zerle L. Carpenter, Hatching Eggs in the Classroom, Texas Agricultural Extension Service.

កែសម្រួលដោយៈ

១- លោក **អ៊ុំ ណារិទ្ធ** : អ្នកជំនាញផ្នែកបសុសត្វ នៃគម្រោង TSTD (2013)

២- លោក **លីវ លាងហ៊ី** ប្រធានក្រុមទីប្រឹក្សា / អ្នកជំនាញផ្នែកផ្សព្វផ្សាយ ផ្ទេរបច្ចេកវិទ្យា នៃគម្រោង TSTD

៣- លោក **ស៊ា វិសាលរដ្ឋ** : អ្នកជំនាញថ្នាក់ជាតិផ្នែកបសុសត្វ នៃគម្រោង TSTD មកពីនាយកដ្ឋានផលិតកម្ម និង បសុព្យាបាល

អនុញ្ញាតបោះពុម្ពផ្សាយ និងរក្សាសិទ្ធិដោយ

ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និងនេសាទ

ឆ្នាំ ២០១៣

សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទំនាក់ទំនងៈ

នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម នៃ ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ

#២០០ វិថីព្រះនរោត្តម សង្កាត់ទន្លេបាសាក់

ខណ្ឌចំការមន រាជធានីភ្នំពេញ ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ទូរស័ព្ទលេខ : ០១២ ៨២៦ ៦១៧

ទូរសារ : (៨៥៥) ០២៣ ២១០ ៩៤៨

អ៊ីម៉ែល : mak_soeun@camnet.com.kh

នាយកដ្ឋានផ្សព្វផ្សាយកសិកម្ម នៃ ក្រសួងកសិកម្ម រុក្ខាប្រមាញ់ និង នេសាទ
បោះពុម្ពលើកទី ១: ឆ្នាំ ២០១៣ ចំនួន ១.០០០ ច្បាប់