Co-funded by the European Union
សហការឧបត្ថម្ភដោយ សហភាពអឺរ៉ុប

ការផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺកូនមាន់

សេចក្តីផ្តើម

កសិករ ភាគច្រើនចិញ្ចឹមមាន់តែងតែទទួលបរាជ័យ បញ្ហាចំបងនៃការបរាជ័យនោះ គឺមាន់ឈឺ និងងាប់អស់ៗតែម្តង ដែលធ្វើឲ្យគាត់ខាតបង់ទុនច្រើន មិនតែប៉ុណ្ណោះ អ្នកខ្លះឈប់ចញ្ចឹមមាន់តែម្តង។ កាលណាមាន់មិនឈឺ និងមិនងាប់ គឺជាកត្តាជោគជ័យរបស់កសិករ។ ជាទូទៅ ដើម្បី ចៀសកុំឲ្យមាន់ឈឺ និងស្បុំនឹងឈឺ កសិករត្រូវធ្វើវ៉ាក់សាំងមាន់ឲ្យបានគ្រប់ប្រភេទជម្ងឺមាន។

តើកត្តាអ្វីខ្លះដែលធ្វើអោយការចាក់វ៉ាក់សាំងមានប្រសិទ្ធិភាព?

- **មុនធ្វើវ៉ាក់សាំង យើងត្រូវះ**
  - ក្រុងមាន់ដែលមានសុខភាពល្អទុកដោយឡែកពីមាន់មានសុខភាពមិនល្អ
  - ធ្វើអ្វីមួយសំគាល់លើមាន់ដែលត្រូវធ្វើវ៉ាក់សាំងលើកទី1
  - មានធុងទឹកកក+ទឹកកកសំរាប់ដាក់វ៉ាក់សាំង
  - ទិញវ៉ាក់សាំងដែលមានសុពលភាព ដបវ៉ាក់សាំងនៅមានទ្រង់ទ្រាយល្អ និងសម្ភារៈសំរាប់ធ្វើវ៉ាក់សាំង
- **ពេលធ្វើវ៉ាក់សាំង យើងត្រូវះ**
  - វ៉ាក់សាំងត្រូវបានរក្សាទុកដាក់បានល្អ (ត្រជាក់)
  - ធ្វើវ៉ាក់សាំងមាន់ពេលត្រជាក់ (ព្រឹក ឬល្ងាច មិនអោយប៉ះពន្លឺព្រះអាទិត្យ)
  - ធ្វើវ៉ាក់សាំងតែលើមាន់មានសុខភាពល្អប៉ុណ្ណោះ
  - យកក្រណាត់ត្រជាក់រុំដបវ៉ាក់សាំងទើបចាប់កាន់/ ឬយកដៃជ្រលក់នឹងទឹកកកសិន
  - វ៉ាក់សាំងត្រូវធ្វើទៅតាមប្រភេទ (ចាក់ដឹងចាក់ បន្តក់ដឹងបន្តក់ ជួសស្លាបដឹងជួស)
  - ឧបករណ៍ស្អាត និងមានអនាម័យ
  - មាន់១ក្បាលធ្វើវ៉ាក់សាំងតែ១ដងក្នុង១ពេលប៉ុណ្ណោះ (ចាក់2ដងអាចស្លាប់មាន់)
- **ក្រោយពេលធ្វើវ៉ាក់សាំងះ**
  - ដាក់ទឹកអោយមាន់ផឹកអោយបានគ្រប់គ្រាន់ និងផ្តល់ចំណីគ្រប់គ្រាន់
  - ក្រុងមាន់ដែលធ្វើវ៉ាក់សាំងរួច ១-៣ថ្ងៃ
  - បាចកំបោរកន្លែងធ្វើវ៉ាក់សាំង និងពីក្រោមទ្រុងដែលរក្សាទុកមាន់ទើបធ្វើវ៉ាក់សាំង
  - កាកសំណល់វ៉ាក់សាំងត្រូវដុតចោល ល្អជាងកប់ចោល
  - ធ្វើកំណត់ត្រាថ្ងៃដែលបានធ្វើវ៉ាក់សាំង និងថ្ងៃដែលត្រូវធ្វើរំលឹក
  - តាមដានសុខភាពមាន់ (បំបែកមាន់ឈឺចេញបើមាន)

The contents in this manual are the views of the European Union

យើងត្រូវធ្វើវ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺមាន់ ៣ ប្រភេទ គឺ៖

១. វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺ ញូវកាស (ជម្ងឺដង្កោកាច់)។ ជម្ងឺនេះ ច្រើនផ្ទុះឡើងនៅចន្លោះខែកុម្ភៈ ដល់ចុង ខែឧសភា (រដូវប្រាំង)

២. វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺ អុត (ដុះដុំពកនៅលើក្បាល ឬនៅកន្លែងដែលគ្មានរោម)។ វាអាចកើតមានគ្រប់ពេលវេលា។

៣. វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺអាសន្នរោគ។ ជំងឺអាសន្នរោគច្រើនផ្ទុះនៅខែមិថុនា ដល់ខែធ្នូ (រដូវវស្សា)

ដូចនេះ សូមតាមដាន ការធ្វើវ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺទាំង៣ប្រភេទដូចតទៅនេះ៖

The contents in this manual are the views of the European Union

១. ការផ្តល់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺ ញូវកាសល (ជម្ងឺដង្កោកាច់)

យើងត្រូវផ្តល់វ៉ាក់សាំងញូវកាសល ២ដង លើកទី ១៖ ពេលកូនមាន់មានអាយុ ៣ ទៅ ៧ថ្ងៃ និង លើកទី២៖ ពេលកូនមាន់អាយុ ២១ ទៅ ៣០ ថ្ងៃ។ ការពារជម្ងឺបាន ៣ខែ។

ប្រភេទវ៉ាក់សាំង៖ វ៉ាក់សាំងមាន ២ ប្រភេទ គឺ៖

- អាយធូ
- ញូវកាសលអឹម (មិនអាចប្រើប្រាស់ជាមួយកូនមាន់បានទេ)

សម្ភារៈ

- សឺរ៉ាំងចំណុះ ៥ មីលីលីត្រ ឬ៥ សេសេ មួល
- វ៉ាក់សាំងញូវកាសល (សូមអាន ការណែនាំ) និងទឹកលាយ
- កូនដបជ័រសម្រាប់ដាក់វ៉ាក់សាំងបន្តក់
- ធុងទឹកកក និងទឹកកកសម្រាប់ក្លាសេវ៉ាក់សាំង

វិធីប្រើប្រាស់វ៉ាក់សាំង៖

- សូមអានការណែនាំពីវិធីប្រើ ឧទាហរណ៍៖ វ៉ាក់សាំងមាន លេខ ២៥ ទៅ៥០ មានន័យថា ប្រើសម្រាប់ កូនមាន់ពី ២៥ ទៅ ៥០ក្បាល។
- កូនមាន់អាយុ៥ថ្ងៃ ត្រូវបន្តក់វ៉ាកសាំង អាយធូ   អាយុ ១ខែ ចាក់វ៉ាកសាំងញូវកាសអឹម
- វ៉ាក់សាំងត្រូវរក្សានៅកន្លែងត្រជាក់ជានិច្ច (ពី ២ ទៅ ៨ អង្សាសេ)។ ចៀសវាងត្រូវកំដៅថ្ងៃ។
- លាយវ៉ាក់សាំង នឹងទឹកលាយសូរ៉ង់ ៥សេសេ

- ចាប់ទ្រកូនមាន់ផ្ងាជើងឡើងលើ ដោយដាក់ជើងទៅខាងចុងម្រាមដៃយើង

- យកល្បាយវ៉ាក់សាំងនេះ ដាក់ចូលក្នុងកូនដបប្លាស្ទិច រួចយកមកបន្តក់ចូលក្នុងភ្នែក ឬ ច្រមុះ ឬមាត់ ចំនួន ២ដំណាក់ក្នុងកូនមាន់ ១ក្បាល។
- បន្តក់បែបនេះរហូតអស់កូនមាន់យើង។

The contents in this manual are the views of the European Union

២. វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺអុតមាន់

យើងចាក់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺអុត តែ១ដង ក្នុង១វដ្តនៃជីវិតមាន់ គឺធ្វើក្រោយពីចាក់វ៉ាក់សាំងញូវកាស បាន ៥ ថ្ងៃ ពោលគឺនៅពេលកូនមាន់អាយុ ចន្លោះពី៧ ដល់ ១២ ថ្ងៃ។ ការពារជម្ងឺបាន ១ វដ្តជីវិតមាន់។

សម្ភារះ

- សឺរ៉ាំងចំណុះ ៥ មីលីលីត្រ ឬ៥ សេសេ ម្ជុលលេខធំ សម្រាប់បូមទឹកលាយ និងម្ជុលមុខ២មានរន្ធដូចម្ជុលម៉ាស៊ីនដេរសម្រាប់ចាក់។
- វ៉ាក់សាំងអុត និងទឹកលាយ
- ធុងទឹកកក និងទឹកកកសម្រាប់ក្លាសេវ៉ាក់សាំង

វិធីប្រើប្រាស់វ៉ាក់សាំងះ

- សូមអានការណែនាំពីវិធីប្រើ ឧទាហរណ៍ះ វ៉ាក់សាំងមាន លេខ 100 មានន័យថា ប្រើសម្រាប់ កូនមាន់ពី ១០០ កូនមាន់
- កូនមាន់អាយុ១០ថ្ងៃ ត្រូវបន្តក់វ៉ាកសាំង
- វ៉ាក់សាំងត្រូវរក្សានៅកន្លែងត្រជាក់ជានិច្ច (ពី ២ ទៅ ៨ អង្សាសេ)។ ចៀសវាងត្រូវកំដៅថ្ងៃ។
- បូបទឹកលាយ ៣សេសេ ចាក់បញ្ចូលក្នុងដបវ៉ាក់សាំង រួចក្រឡុកឲ្យល្បាយថ្នាំស្មើសាច់

- ចាប់ទ្រកូនមាន់ផ្ងាជើងឡើងលើ ដោយដាក់ជើងទៅខាងចុងម្រាមដៃយើង

- ស់គំរបដបវ៉ាក់សាំងចេញ ជ្រលក់ម្ជុលមុខ២ចូលក្នុងដបថ្នាំ រួចយកមកចាក់ទំលុះលើស្បែកស្តើងនៃស្លាបកូនមាន់

- ចាក់បែបនេះរហូតអស់កូនមាន់យើង។

៣. វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺអាសន្នរោគ

ជំងឺអាសន្នរោគច្រើនផ្ទុះនៅខែមិថុនា ដល់ខែធ្នូ (រដូវវស្សា)។ យើងចាក់វ៉ាក់សាំងការពារជម្ងឺអាសន្នរោគតែ១ដង ការពារជម្ងឺបានរយ:ពេល៦ខែ។

សម្ភារៈ

- សឺរ៉ាំងចំណុះ ៥ មីលីលីត្រ ឬ៥ សេសេ ម្ជុលលេខធំសម្រាប់បូមថ្នាំ និងម្ជុលតូចខ្លីសម្រាប់ចាក់មាន់។
- វ៉ាក់សាំងអាសន្នរោគ ១ដបចំណុះ១០០មីលីលីត្រ សម្រាប់កូនមាន់១០០ក្បាល
- ធុងទឹកកក និងទឹកកកសម្រាប់ក្លាសេវ៉ាក់សាំង

វិធីប្រើប្រាស់វ៉ាក់សាំង៖

- ប្រើសម្រាប់កូនមាន់អាយុពី១០ ទៅ ១២ សប្តាហ៍
- វ៉ាក់សាំងត្រូវរក្សានៅកន្លែងត្រជាក់ជានិច្ច (ពី ២ ទៅ ៨ អង្សាសេ)។ ចៀសវាងត្រូវកំដៅថ្ងៃ។
- បូមវ៉ាក់សាំងដោយប្រើសារ៉ាំងម្ជុលធំ រួចដូរដាក់ម្ជុលតូចខ្លីពេលចាក់កូនមាន់

- ចាប់ទ្រកូនមាន់ផ្ងាជើងឡើងលើ ដោយ ដាក់ជើងទៅខាងចុងម្រាមដៃយើង

- ចាក់លើសាច់ដុំទ្រូង ឬគល់ស្លាបចំនួន១មីលីលីត្រ ឬ១សេសេ

- ចាក់បែបនេះរហូតអស់កូនមាន់យើង។

ចំណាំ៖ ពេលចាក់វ៉ាក់សាំងកូនមាន់រួចរាល់ ហើយនៅសល់វ៉ាក់សាំង សូមយកវ៉ាក់សាំងដែលនៅសល់នោះ ទៅកប់ ឬ ដុតចោល ដើម្បីចៀសវាងជម្ងឺស្សាំនឹងវ៉ាក់សាំង។

The contents in this manual are the views of the European Union