ក្រសួងអប់រំ យុវជន និងកីឡា
គណៈកម្មាធិការជាតិ
គាំពារនិងអភិវឌ្ឍកុមារតូច

រូបភាពសន្លឹកផ្ទាត់
ការចិញ្ចឹម
បីបាច់កុមារតូច

អគ្គលេខាធិការដ្ឋានគណៈកម្មាធិការជាតិគាំពារ និងអភិវឌ្ឍកុមារតូច
ឆ្នាំ២០២២

unicef | for every child

ក្របខ័ណ្ឌនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កុមារតូច

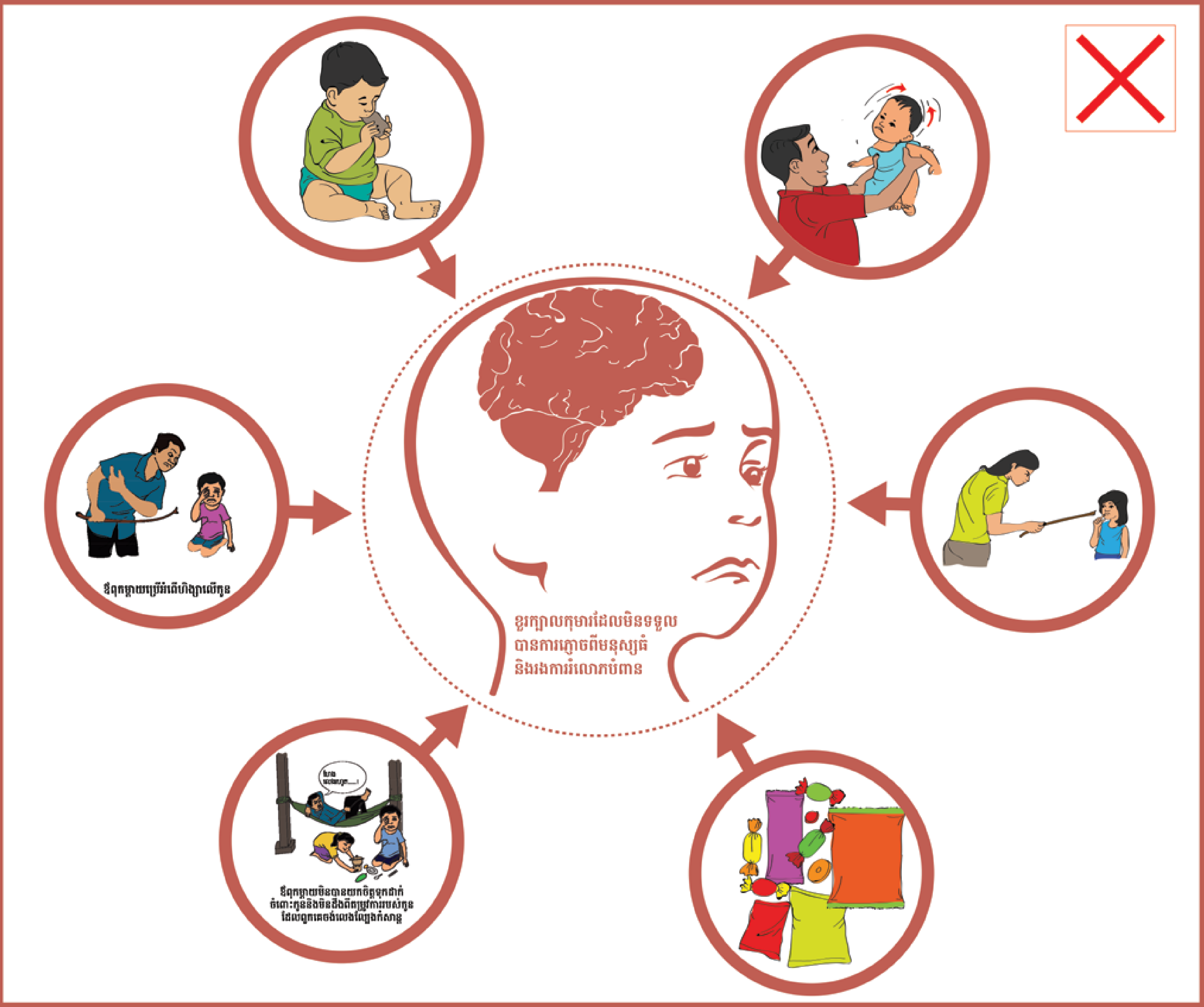
មេរៀនទី ១៖ រូបភាពទី១.១៖ ក្របខ័ណ្ឌនៃការចិញ្ចឹមបីបាច់កុមារតូច

តើខួរក្បាលកុមារតូចអភិវឌ្ឍដូចម្តេច នៅដំណាក់កាលដំបូង ?

មេរៀនទី ២៖ រូបភាពទី២.១៖ ខួរក្បាលកុមារតូច

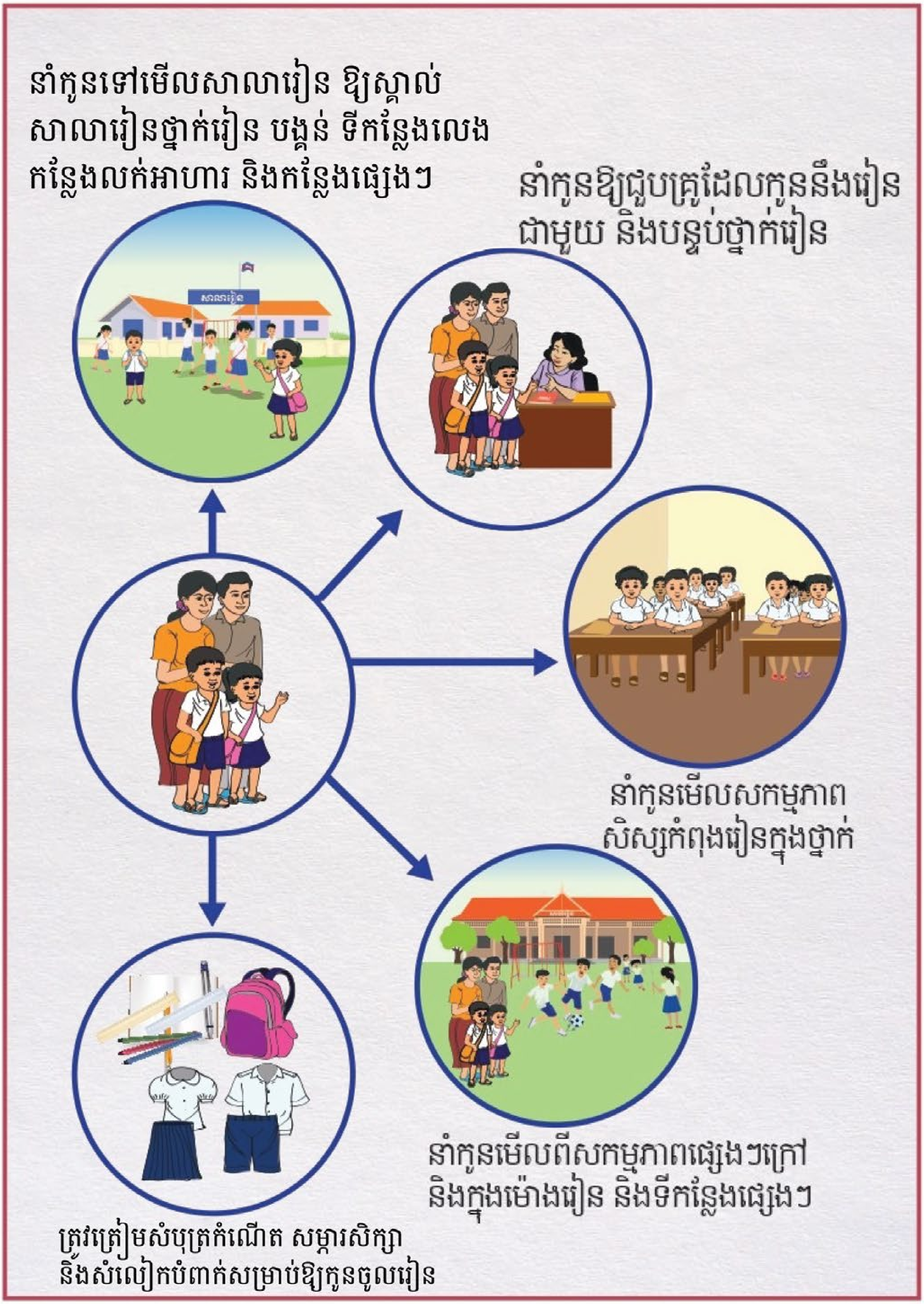
មេរៀនទី ២៖ រូបភាពទី២.២៖ អ្វីដែលគួរធ្វើ

"អ្វីដែលមិនគួរធ្វើ" ជះឥទ្ធិពលដល់ការអភិវឌ្ឍខួរក្បាលកុមារតូច



មេរៀនទី ៣៖ រូបភាពទី៣.១៖ ជួយកូនតូចអ្នកឱ្យវៃឆ្លាត

មេរៀនទី ៣៖ រូបភាពទី៣.២៖ របៀបភ្ញោចកុមារអាយុពីកើត ដល់៣ឆ្នាំ តាមរយៈសកម្មភាពរស់នៅប្រចាំថ្ងៃ


នាំកូនទៅមើលសាលារៀន ឱ្យស្គាល់ សាលារៀនថ្នាក់រៀន បង្គន់ ទីកន្លែងលេង កន្លែងលក់អាហារ និងកន្លែងផ្សេងៗ
សាលារៀន
នាំកូនឱ្យជួបគ្រូដែលកូននឹងរៀនជាមួយ និងបន្ទប់ថ្នាក់រៀន
នាំកូនមើលសកម្មភាពសិស្សកំពុងរៀនក្នុងថ្នាក់
នាំកូនមើលពីសកម្មភាពផ្សេងៗក្រៅ និងក្នុងម៉ោងរៀន និងទីកន្លែងផ្សេងៗ
ត្រូវត្រៀមសំបុត្រកំណើត សម្ភារសិក្សា និងសំលៀកបំពាក់សម្រាប់ឱ្យកូនចូលរៀន

វិធីកសាងទំនាក់ទំនង និងឆ្លើយតបតាមតម្រូវការដើម្បីអភិវឌ្ឍកុមារតូច

ធ្វើត្រាប់តាមសំឡេងប្រើទឹកមុខ
និងកាយវិការជាមួយកូន

លេង និងនិយាយជាមួយកូន
ទោះជាកូនមិនទាន់ចេះនិយាយ

លើកទឹកចិត្តកូនឱ្យចេះ
និយាយឆ្លើយឆ្លង
តាមរយៈការសួរនិងឆ្លើយ

ជជែកអំពីសារៈសំខាន់
នៃសកម្មភាព ប្រចាំថ្ងៃដែល
កូនចាប់អារម្មណ៍

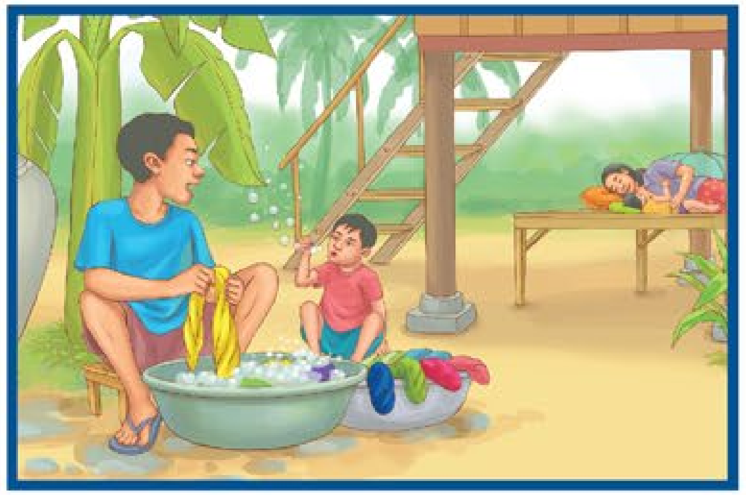
មេរៀនទី ៨៖ រូបភាពទី៨.១៖ វិធីកសាងទំនាក់ទំនង និងឆ្លើយតបតាមតម្រូវការដើម្បីអភិវឌ្ឍកុមារតូច

បុរសនិងស្ត្រីជាសមាជិកគ្រួសារ ចំណាយពេលជាមួយកូន និងមានការឯកភាពគ្នាពីរបៀបចិញ្ចឹមបីបាច់កូន

គាំទ្រស្ត្រីមានផ្ទៃពោះទាំងផ្លូវកាយ
និងផ្លូវចិត្តនាំឱ្យមានសុខភាពល្អ
កូនលូតលាស់បានល្អ

កុំទុកកូនចោលតែឯង
ចំណាយពេលលេង
និយាយ ឬអានជាមួយកូន

រួមគ្នាថែទាំកូន
ពេលកូនឈឺ

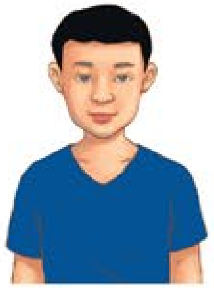


បុរស និងស្ត្រីចូលរួម
ថែទាំកូននិងធ្វើការងារផ្ទះ

ការចិញ្ចឹមបីបាច់កូន គឺជា ការទទួលខុសត្រូវរបស់បុរសផងដែរ

តា យាយ

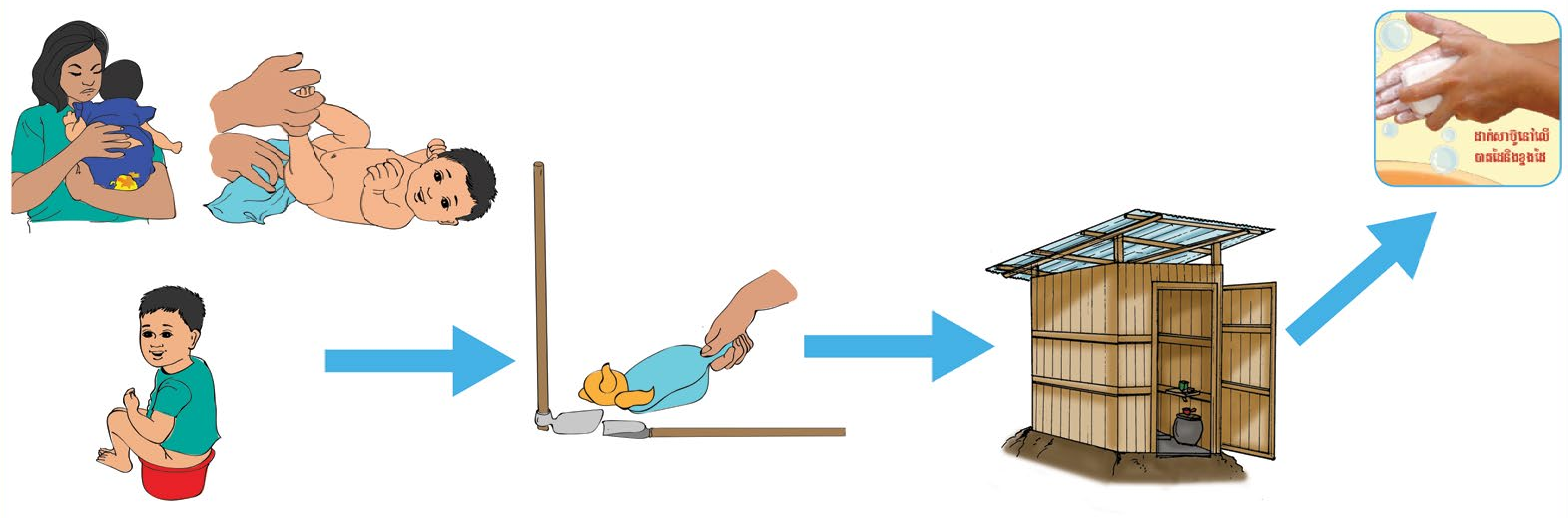
ពុក ម៉ែ

ពូ  មីង

ទម្លាប់អនាម័យល្អក្នុងភូមិ

មេរៀនទី ១១៖ រូបភាពទី១១.១៖ សារៈសំខាន់នៃបង្គន់អនាម័យ

តើត្រូវទុកដាក់ ឬគ្រប់គ្រងលាមកទារកដូចម្ដេចខ្លះ ?



មេរៀនទី ១១៖ រូបភាពទី១១.២៖ ការចោលលាមកទារកឱ្យមានសុវត្ថិភាព

សារៈសំខាន់នៃការលាងសម្អាតដៃ

លាងដៃជាមួយសាប៊ូត្រឹមត្រូវ

ដៃមានអនាម័យស្អាត

កូនសុខភាពល្អ

គ្រួសាររីករាយ មានសុភមង្គល

មេរៀនទី ១១៖ រូបភាពទី១១.៣៖ សារៈសំខាន់នៃការលាងសម្អាតដៃ

មេរៀនទី ១១៖ រូបភាពទី១១.៤៖ របៀបលាងសម្អាតដៃជាមួយទឹក និងសាប៊ូ

តើត្រូវធ្វើដូចម្តេច ដើម្បីទទួលបានទឹកមានសុវត្ថិភាពប្រើប្រាស់ជាប្រចាំ ?

ការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមានគឺ ជាការចិញ្ចឹមកូនដោយមិនប្រើទម្រង់ណាមួយនៃអំពើហិង្សា រួមទាំងការមិនអើពើ ដោយផ្តោតទៅលើធាតុផ្សំទាំង៤ ដូចខាងក្រោម៖

១) គោលដៅយូរអង្វែង

២) ភាពកក់ក្តៅ និងដែនកំណត់

៣) យល់អំពីការគិត និងអារម្មណ៍

៤) ដោះស្រាយបញ្ហា

មេរៀនទី ១២៖ រូបភាពទី១២.១៖ ធាតុផ្សំទាំង៤នៃការប្រៀនប្រដៅកូនបែបវិជ្ជមាន

អនុវត្តការចិញ្ចឹមអប់រំកូនដោយមិនប្រើហិង្សា

លួងលោម ស្តាប់ហេតុផលកូន និងធ្វើចិត្តឱ្យត្រជាក់ មុននឹងតបទៅកូន សូមកុំសំឡុត ស្រែកគំហក ឬអង្រួនកូន

ធ្វើជាគំរូ បង្រៀន និងរំលឹកកូនពីឥរិយាបថល្អៗ និងសរសើរពេលកូនធ្វើទង្វើល្អ

ជួយកូនបង្កើតទម្លាប់ល្អប្រចាំថ្ងៃ មានវិន័យ តាមរយៈការណែនាំឱ្យកូនងាយយល់ និងកូនបានចូលរួមសម្រេចចិត្ត

ផ្តល់ការគាំទ្រ ត្រួតពិនិត្យសកម្មភាព និងសុវត្ថិភាពកូន

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ក្រសួងផែនការ

កម្មវិធីអត្តសញ្ញាណកម្មគ្រួសារក្រីក្រ

ប័ណ្ណសមធម៌

ប័ណ្ណនេះឥតគិតថ្លៃ	លេខកូដ									-					ស្នើសុំ
		ខេត្ត		ស្រុក		ឃុំ		ភូមិ			លេខកូដគ្រួសារ				

ជុំប្រមូលទិន្នន័យ 11

ថ្ងៃខែឆ្នាំចេញប័ណ្ណ 21/12/2017

រាជធានី/ខេត្ត ៖	ក្រុង/ស្រុក/ខណ្ឌ ៖	
ឃុំ/សង្កាត់ ៖	ភូមិ ៖	
ឈ្មោះមេគ្រួសារ ៖	ភេទ ៖	ឆ្នាំកំណើត ៖

កម្រិតភាពក្រីក្រ

2

ព័ត៌មានអំពីកាតនេះ:

១. ប័ណ្ណនេះ ជាប័ណ្ណរបស់រាជរដ្ឋាភិបាលកម្ពុជា ផ្តល់ជូនគ្រួសារក្រីក្រមានឈ្មោះក្នុងបញ្ជីគ្រួសារក្រីក្ររបស់ភូមិ ដែលបានបញ្ជាក់ទទួលស្គាល់ដោយក្រុមប្រឹក្សាឃុំសង្កាត់។

២. ប័ណ្ណនេះនឹងអស់សុពលភាពនៅពេលក្រសួងផែនការចេញប័ណ្ណសមធម៌ថ្មី នៅពេលធ្វើបច្ចុប្បន្នភាពបញ្ជីគ្រួសារក្រីក្រលើកក្រោយ។

៣. មានតែសមាជិកនៃគ្រួសារដែលបានទទួលប័ណ្ណ មានសិទ្ធិប្រើប្រាស់ប័ណ្ណនេះ។

៤. សមាជិកគ្រួសារ អាចយកប័ណ្ណនេះទៅបង្ហាញនៅមណ្ឌលសុខភាព ឬ មន្ទីរពេទ្យរដ្ឋ ឬ នៅស្ថាប័ន និងអង្គការផ្សេងៗដែលមានការផ្តល់សេវាឬជំនួយ ដើម្បីអោយស្ថាប័ន និងអង្គការទាំងនោះ ពិនិត្យលទ្ធភាពផ្តល់សេវាឬជំនួយ ដល់សមាជិកគ្រួសារនោះ ។

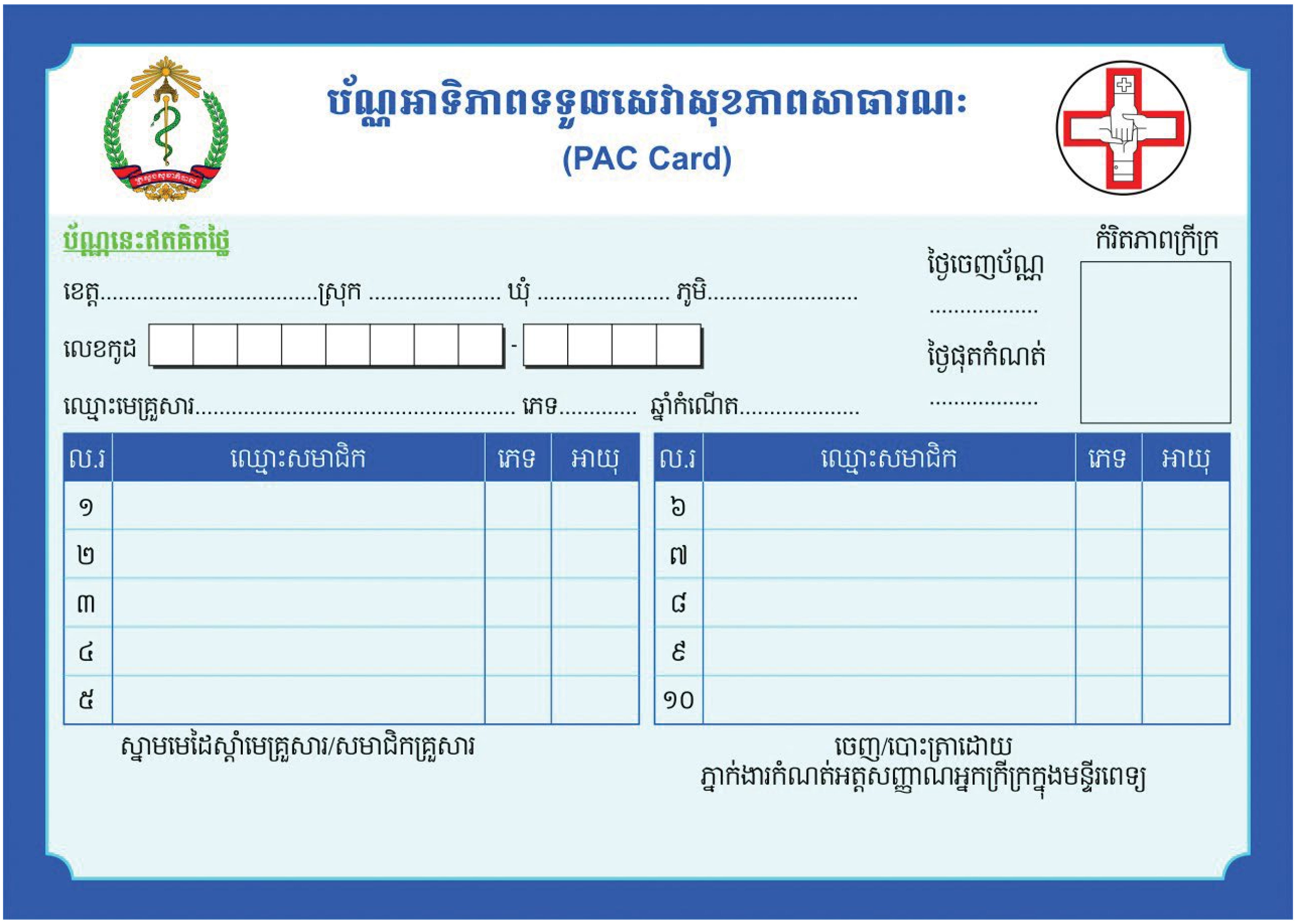
៥. ប្រសិនបើលោកអ្នករើសបានប័ណ្ណនេះនៅកន្លែងណាមួយ សូមយកទៅប្រគល់អោយក្រុមប្រឹក្សាឃុំសង្កាត់នៃឃុំសង្កាត់ដែលមានបញ្ជាក់ឈ្មោះលើប័ណ្ណនេះ ឬយកទៅប្រគល់អោយមន្ទីរផែនការខេត្ត ។

ថ្ងៃខែឆ្នាំបញ្ជាក់ទទួលស្គាល់ដោយក្រុមប្រឹក្សាឃុំសង្កាត់ 21/12/2017

ត្រាឃុំ សង្កាត់

ហត្ថលេខាមេឃុំ ចៅសង្កាត់

ឈ្មោះ



បណ្ណអាទិភាពទទួលសេវាសុខភាពសាធារណៈ
(PAC Card)

បណ្ណនេះឥតគិតថ្លៃ

ខេត្ត.................................ស្រុក .... ឃុំ .... ភូមិ.........................

លេខកូដ [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] - [ ][ ][ ][ ]

ឈ្មោះមេគ្រួសារ... ភេទ............ ឆ្នាំកំណើត...................

ថ្ងៃចេញប័ណ្ណ ....

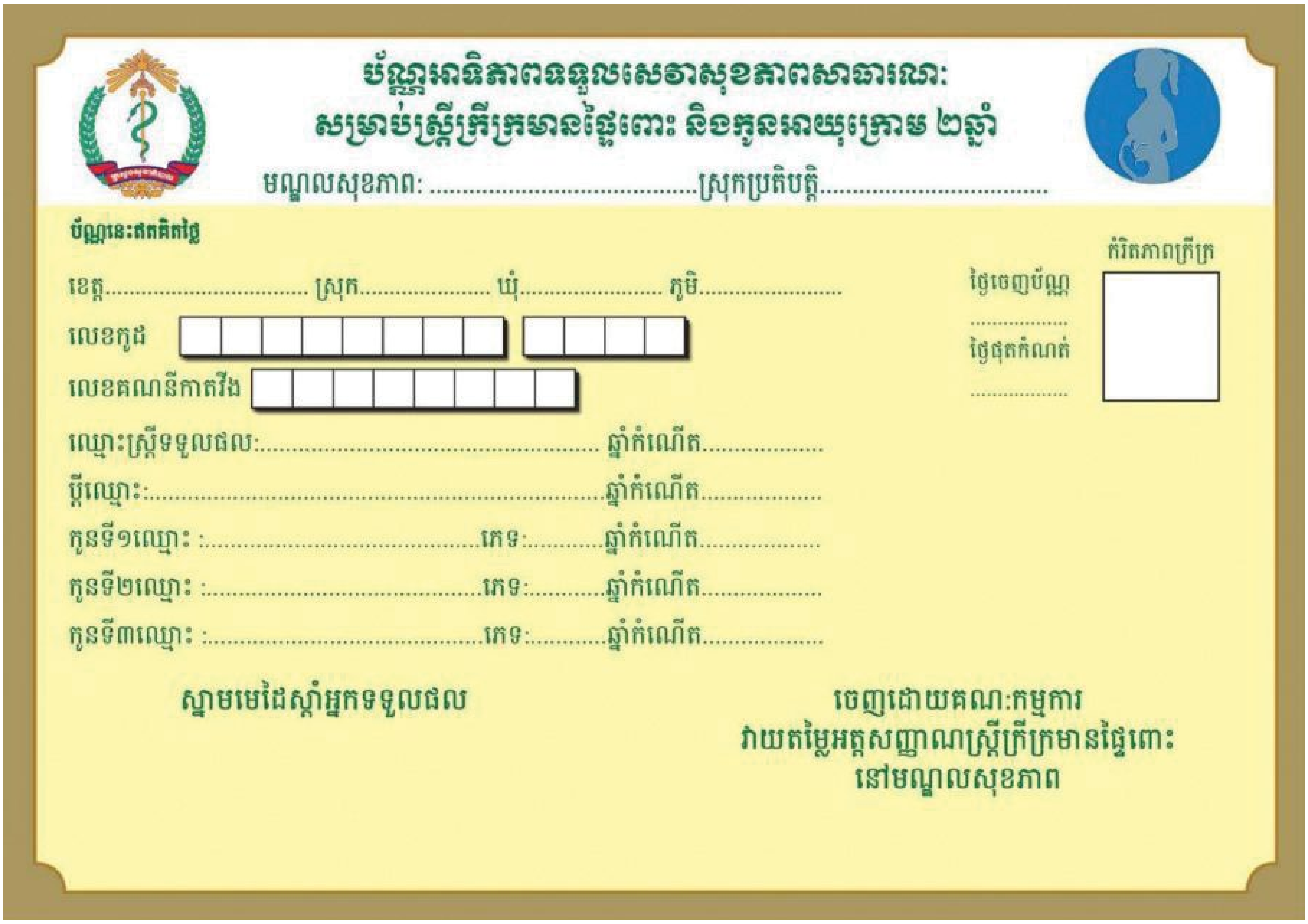
ថ្ងៃផុតកំណត់ ....

កំរិតភាពក្រីក្រ

ល.រ	ឈ្មោះសមាជិក	ភេទ	អាយុ	ល.រ	ឈ្មោះសមាជិក	ភេទ	អាយុ
១				៦			
២				៧			
៣				៨			
៤				៩			
៥				១០			

ស្នាមមេដៃស្តាំមេគ្រួសារ/សមាជិកគ្រួសារ

ចេញ/បោះត្រាដោយ
ភ្នាក់ងារកំណត់អត្តសញ្ញាណអ្នកក្រីក្រក្នុងមន្ទីរពេទ្យ



បណ្ណអាទិភាពទទួលសេវាសុខភាពសាធារណៈ
សម្រាប់ស្ត្រីក្រីក្រមានផ្ទៃពោះ និងកូនអាយុក្រោម ២ឆ្នាំ

មណ្ឌលសុខភាព: ....ស្រុកប្រតិបត្តិ..................................

បណ្ណនេះឥតគិតថ្លៃ

ខេត្ត................................ ស្រុក..................... ឃុំ..................... ភូមិ.........................

លេខកូដ [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ] [ ][ ][ ][ ]

លេខគណនីកាតវីង [ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ][ ]

ឈ្មោះស្ត្រីទទួលផល:... ឆ្នាំកំណើត..................

ប្តីឈ្មោះ:..ឆ្នាំកំណើត..................

កូនទី១ឈ្មោះ :...ភេទ:...........ឆ្នាំកំណើត..................

កូនទី២ឈ្មោះ :...ភេទ:...........ឆ្នាំកំណើត..................

កូនទី៣ឈ្មោះ :...ភេទ:...........ឆ្នាំកំណើត..................

ថ្ងៃចេញប័ណ្ណ ....

ថ្ងៃផុតកំណត់ ....

កំរិតភាពក្រីក្រ

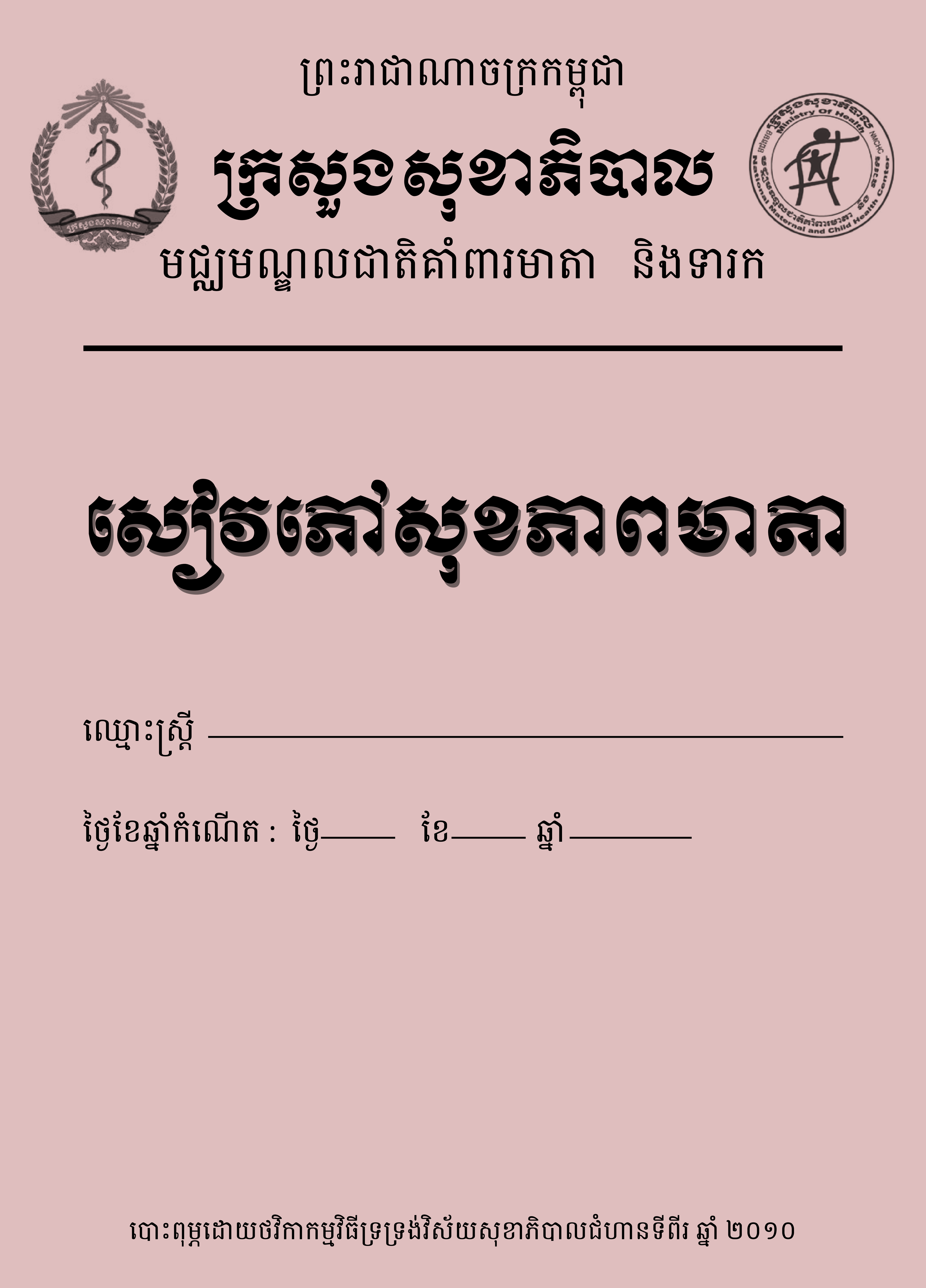
ស្នាមមេដៃស្តាំអ្នកទទួលផល

ចេញដោយគណ:កម្មការ
វាយតម្លៃអត្តសញ្ញាណស្ត្រីក្រីក្រមានផ្ទៃពោះ
នៅមណ្ឌលសុខភាព

មេរៀនទី ១៤៖ រូបភាពទី១៤.២៖ បណ្ណអាទិភាពទទួលសេវាសុខភាពសាធារណៈ

មេរៀនទី ១៤៖ រូបភាពទី១៤.៣៖ បណ្ណប.ស.ស (បណ្ណរបស់បេឡាជាតិរបបសន្តិសុខសង្គម)

មេរៀនទី ១៤៖ រូបភាពទី១៤.៤៖ បណ្ណគណនីធនាគារ នៃកម្មវិធីឧបត្ថម្ភសាច់ប្រាក់ជូនស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ និងកុមារអាយុក្រោម២ឆ្នាំ ក្នុងគ្រួសារក្រីក្រ (បណ្ណវីង)



ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា

ក្រសួងសុខាភិបាល

មជ្ឈមណ្ឌលជាតិគាំពារមាតា និងទារក

សៀវភៅសុខភាពមាតា

ឈ្មោះស្ត្រី ______________________

ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើត : ថ្ងៃ_____ ខែ_____ ឆ្នាំ_______

បោះពុម្ពដោយថវិកាកម្មវិធីទ្រទ្រង់វិស័យសុខាភិបាលជំហានទីពីរ ឆ្នាំ ២០១០

មេរៀនទី ១៤៖ រូបភាពទី១៤.៥៖ សៀវភៅសុខភាពមាតា

មេរៀនទី ១៤៖ រូបភាពទី១៤.៦៖ បណ្ណសុខភាពកុមារ (បណ្ណពណ៌លឿង)

ព្រះរាជាណាចក្រកម្ពុជា
ជាតិ សាសនា ព្រះមហាក្សត្រ

ខេត្ត ក្រុង ....
ស្រុក ខណ្ឌ ....
ឃុំ សង្កាត់ ....

លេខ ....
សៀវភៅកំណើតលេខ ....
ឆ្នាំ ....

សំបុត្រកំណើត

នាមត្រកូល			ភេទ
នាមខ្លួនទារក			
ជាអក្សរឡាតាំង	នាមត្រកូល		
	នាមខ្លួនទារក		
សញ្ជាតិ			
ថ្ងៃ ខែ ឆ្នាំកំណើត			
ទីកន្លែងកំណើត ភូមិ ឃុំ សង្កាត់ ស្រុក ខណ្ឌ ខេត្ត ក្រុង ប្រទេស		....	

ឪពុក ម្តាយទារក	ឪពុក	ម្តាយ
នាមត្រកូល និង នាមខ្លួន		
ជាអក្សរឡាតាំង		
សញ្ជាតិ		
ថ្ងៃ ខែ ឆ្នាំកំណើត		
ទីកន្លែងកំណើត ភូមិ ឃុំ សង្កាត់ ស្រុក ខណ្ឌ ខេត្ត ក្រុង ប្រទេស	....	....
ទីលំនៅពេលទារកកើត		

ធ្វើនៅ..............................ថ្ងៃទី.........ខែ...........ឆ្នាំ............

មន្ត្រីអត្រានុកូលដ្ឋាន

មេរៀនទី ១៥៖ រូបភាពទី១៥.១៖ ផលប្រយោជន៍នៃការពិនិត្យផ្ទៃពោះមុនសម្រាលក្នុងអំឡុងខែទី១ បន្ទាប់ពីបាត់រដូវ

បាត់រដូវភ្លាម ទៅមណ្ឌលសុខភាព ខែទី១

សូមនារីក្នុងវ័យបន្តពូជដែលរៀបការរួច ឬមានដៃគូទាំងអស់ទោះបីមានកូនហើយ ឬមិនទាន់មានកូនក៏ដោយ ប្រញាប់ទៅពិនិត្យផ្ទៃពោះជាលើកដំបូងនៅមណ្ឌលសុខភាពក្នុងអំឡុងខែទី១ បន្ទាប់ពីបាត់រដូវ

១. អ្នកនឹងទទួលបានគ្រាប់ថ្នាំជាតិដែក សំរាប់បំប៉នសុខភាពម្តាយ និងទារក។ គ្រាប់ថ្នាំជាតិដែកជួយការពារភាពស្លេកស្លាំង កាត់បន្ថយគ្រោះថ្នាក់ដល់ស្លាប់របស់ម្តាយ និងជួយធ្វើឱ្យកូនរបស់អ្នកធំលូតលាស់ប្រកបដោយសុខភាព និងកម្លាំងខ្លាំងក្លា។

២. អ្នកនឹងទទួលបានសេវាថែទាំផ្ទៃពោះ និងសេវាសុខភាពផ្សេងៗទៀត។

បាត់រដូវភ្លាម ទៅមណ្ឌលសុខភាព ខែទី១

សូមនារីក្នុងវ័យបន្តពូជដែលរៀបការរួច ឬមានដៃគូទាំងអស់ទោះបីមានកូនហើយ ឬមិនទាន់មានកូនក៏ដោយ ប្រញាប់ទៅពិនិត្យផ្ទៃពោះជាលើកដំបូងនៅមណ្ឌលសុខភាពក្នុងអំឡុងខែទី១ បន្ទាប់ពីបាត់រដូវ

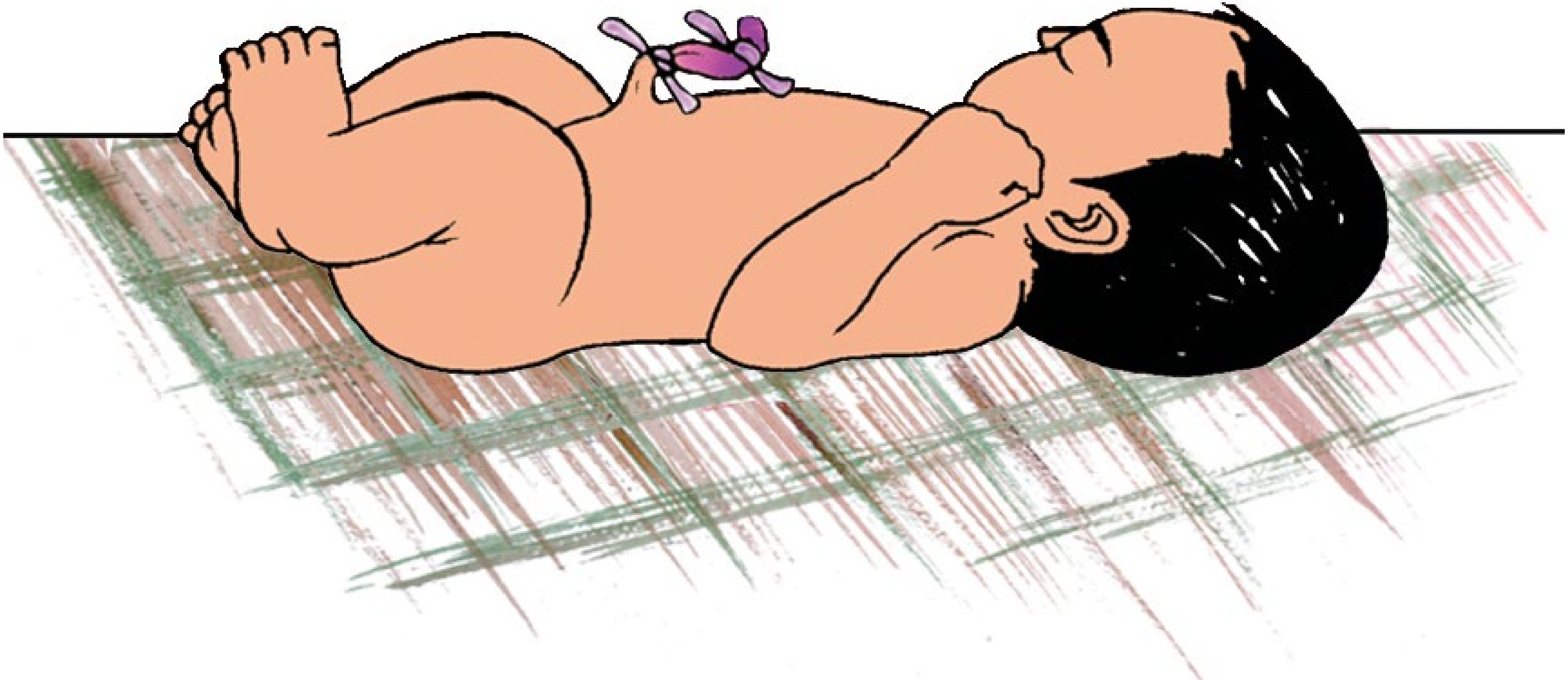
១. អ្នកនឹងបានទទួលថ្នាំបង្ការជំងឺតេតាណូស ដែលអាចការពារបានទាំងម្ដាយ ទាំងទារក រួចពីការស្លាប់ដោយសារជំងឺតេតាណូស ក្រោយពេលសំរាល

២. អ្នកនឹងទទួលបានសេវាថែទាំផ្ទៃពោះ និងសេវាសុខភាពផ្សេងៗទៀត

មេរៀនទី ១៥៖ រូបភាពទី១៥.៣៖ ផលប្រយោជន៍នៃវ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺតេតាណូសចំពោះស្ត្រីមានផ្ទៃពោះនិងទារក

មេរៀនទី ១៦៖ រូបភាពទី១៦.១៖ ការសម្រាលកូនជាមួយឆ្មបជំនាញនៅមណ្ឌលសុខភាព ឬមន្ទីរពេទ្យ

មេរៀនទី ១៦៖ រូបភាពទី១៦.២៖ ការដាក់កូនលើទ្រូងម្ដាយឱ្យស្បែកប៉ះស្បែក ភ្លាមៗក្រោយពេលសម្រាល



មេរៀនទី ១៧៖ រូបភាពទី១៧.១៖ របៀបថែទាំទងផ្ចិតដែលត្រឹមត្រូវ

មេរៀនទី ១៧៖ រូបភាពទី១៧.២៖ សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់នៃទារកទើបកើត

មេរៀនទី ១៨៖ រូបភាពទី១៨.១៖ ផលប្រយោជន៍នៃការពិនិត្យសុខភាពក្រោយសម្រាល

៩

unicef unite for children

World Health Organization

World Vision

ADRA

RACHA
Reproductive and Child Health Alliance

RHAC

care

Helen Keller INTERNATIONAL

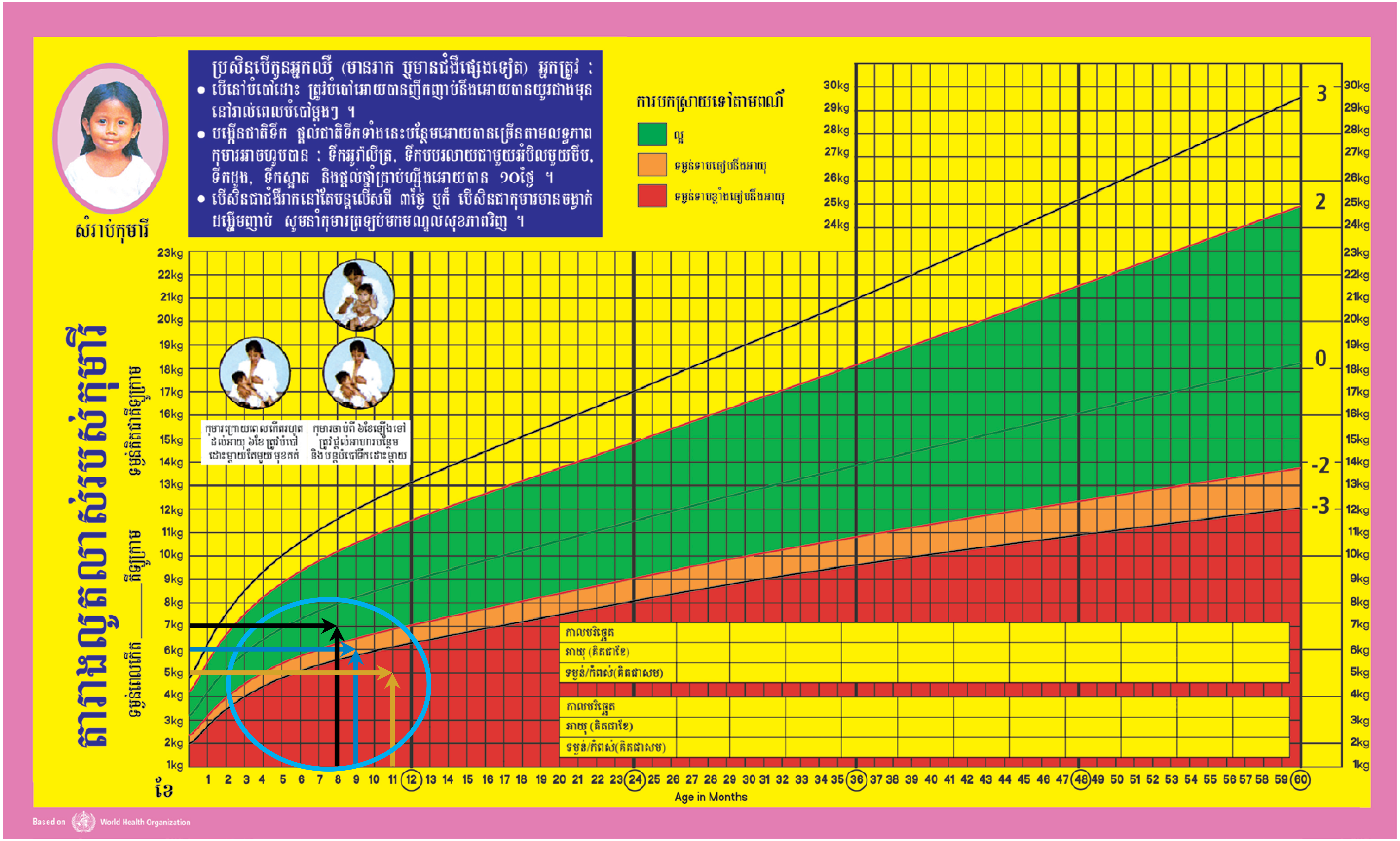
មេរៀនទី ១៨៖ រូបភាពទី១៨.២៖ សញ្ញាគ្រោះថ្នាក់របស់ម្តាយក្រោយសម្រាល

ជំងឺតេតាណូសទារក ឬស្គន់ម្តាយដើម

រោគសញ្ញាសំខាន់ៗ៖ ទារកពិបាកបៅ រឹងជងខ្លួន ប្រកាច់

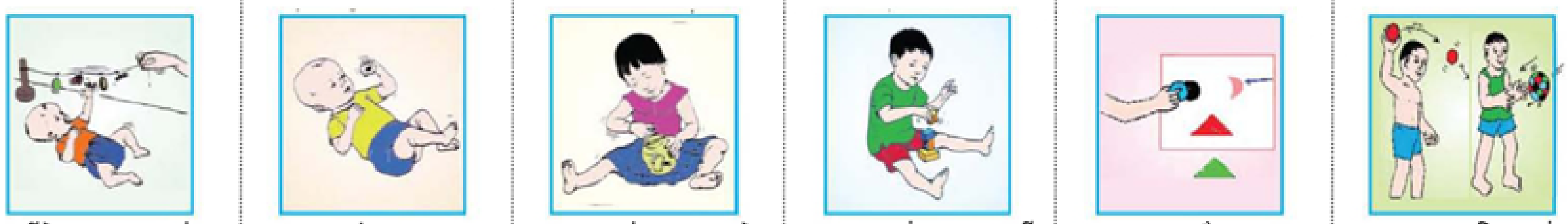
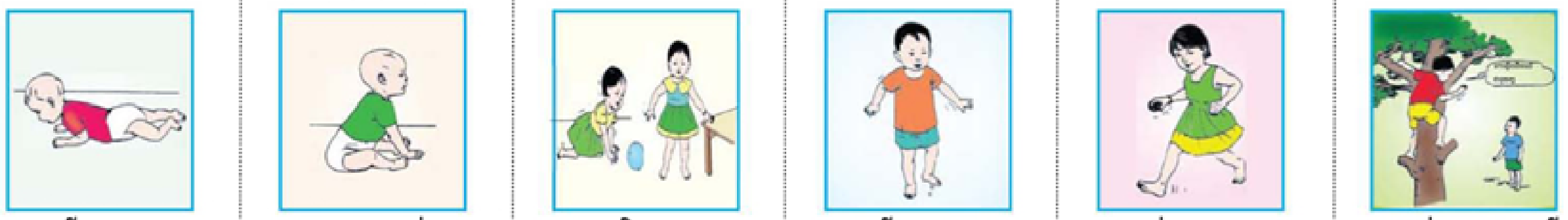
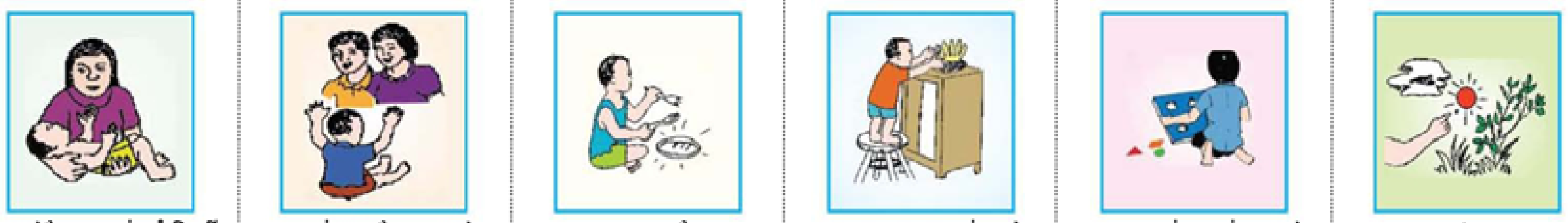
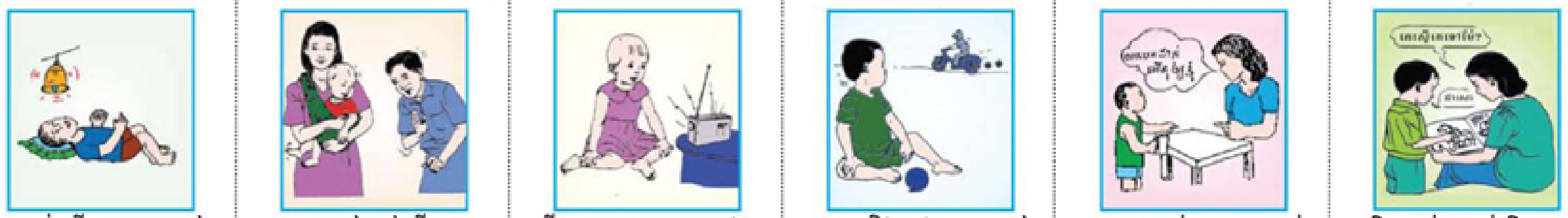
មេរៀនទី ១៩៖ រូបភាពទី១៩.២៖ ផលប្រយោជន៍នៃការចាក់វ៉ាក់សាំងបង្ការជំងឺតេតាណូសដល់ស្ត្រីក្នុងវ័យបន្តពូជ និងស្ត្រីមានផ្ទៃពោះ

មេរៀនទី ២០៖ រូបភាពទី២០.១៖ ផលប្រយោជន៍នៃការផ្តល់ថ្នាំបង្ការដល់កុមារ



មេរៀនទី ២០៖ រូបភាពទី២០.២៖ បណ្ណសុខភាពកុមារ (ឬបណ្ណលឿង)

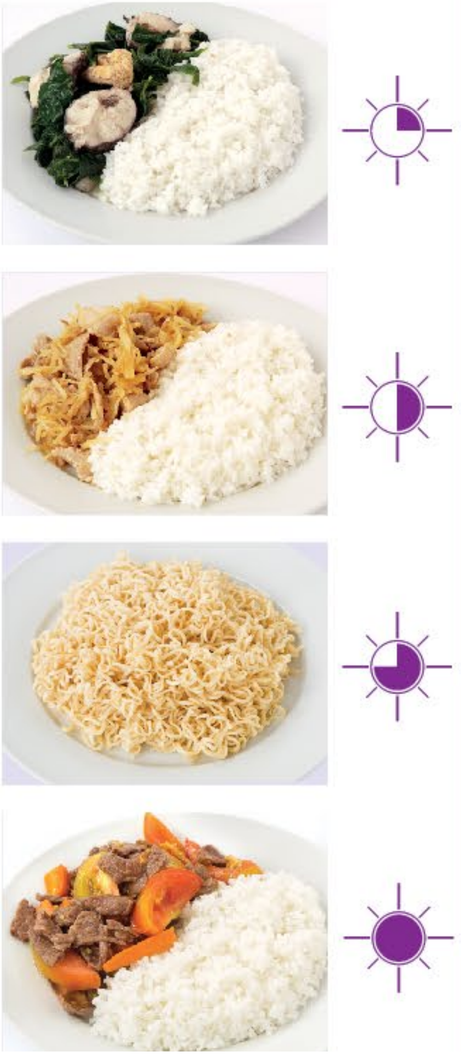
តារាងនៃការលូតលាស់របស់កុមារអាយុពី 0-៦ ឆ្នាំ

ជំនាញ	៣ ខែ	៦ ខែ	១ ឆ្នាំ	២ ឆ្នាំ	៣-៤ ឆ្នាំ	៥-៦ ឆ្នាំ
ចលនាតូច 	ប្រើដៃឈោងចាប់វត្ថុដែលនៅជិតខ្លួន	អាចចាប់វត្ថុដោយប្រើម្រាមនិងបាតដៃ	អាចចាប់វត្ថុដោយដៃទាំងពីរនិងផ្ទេរបាន	អាចដាក់វត្ថុត្រួតលើគ្នាជារាងអាគារបាន	អាចលេងល្បែងតំរៀបវត្ថុងាយៗបាន	អាចបោះ និងចាប់កូនបាល់បាន
ចលនាធំ 	អាចងើបក្បាលផុតមួយរយៈពេលខ្លី	អាចអង្គុយទប់ខ្លួនប្រើដៃទាំពីរទប់	អាចវានិងតោងឈរខ្លួនឯងបាន	អាចដើរបានខ្លួនឯងឬជំនួយដៃម្ខាង	អាចរត់បាន	អាចរត់ លោត ឡើង ឬលេងយោលទោង
សង្គម	ស្គាល់ម្តាយ ហើយញញឹមដាក់	ចេះធ្វើត្រាប់តាមកាយវិការតែមួយ	ធ្វើត្រាប់តាមកាយវិការងាយៗ	ចាប់ផ្តើមលេងជាមួយក្មេងដទៃទៀត	អាចលេចជាក្រុមជាមួយក្មេងដទៃទៀត	អាចលេងល្បែងជាក្រុម និងបែកពីម្តាយ
យល់ដឹង 	បៅផ្អែតបាត់យំនិងរករាយពេលស្រួលខ្លួន	ស្គាល់អ្នកដែលនៅជាមួយជាប់លាប់	ចេះលេងវត្ថុដែលជាគូរនឹគ្នា	អាចរកវត្ថុលាក់នៅកន្លែងងាយរកឃើញ	ចេះកាត់ឬបត់រូវទៅតាមគំរូងាយៗបាន	ចេះផ្ទៀងវត្ថុអាចចង្អុលពណ៌បាន ៥
ភាសា	ចេះបន្លឺសំលេងនិងបន្លឺសំលេង	អាចធ្វើសំឡេងតាមដូចជា "អាហ៍ឬកា"	ចេះប្រើពាក្យមួយជាសញ្ញាថាចង់បានអ្វីៗ	ចេះនិយាយមួយឃ្លាខ្លី ពី២ទៅ៣ពាក្យ	ចេះសួរនិងឆ្លើយនូវសំណួរដែលងាយៗ	ចេះនិយាយបានច្រើននិងចេះនិទានរឿង
គំហើញ	មើលទៅភ្លើងឬវត្ថុដែលចាំងពន្លឺ	ចូលចិត្តវត្ថុដែលមានពណ៌ឬមានចលនា	ទាក់ទាញដោយវត្ថុមានចលនា	ឆ្ងល់ច្រើននិងទៅរកមើលវត្ថុអោយជិត	ប្រើគំហើញដើម្បីបែងចែកឬរៀបវត្ថុជាក្រុម	អាចស្គាល់វត្ថុឬទីកន្លែងដែលនៅឆ្ងាយៗ
ស្តាប់ 	ឈប់ធ្វើចលនានៅពេលឮសំលេងថ្មីៗ	ងាកទៅទៅមើលឬរកសំលេង	រីករាយជាមួយភ្លេង	ងាកនិងចង្អុលទៅវត្ថុនោះបន្លឺសំលេង	ចេះស្តាប់ការពន្យល់ការណែនាំចំនួនមួយ	ផ្ចិតផ្ចង់ស្តាប់និងចេះស្តាប់ការពន្យល់
ថែរខ្លួន	ចេះបៅដោះម្តាយ	ចេះញាំអាហារទន់និងរឹងលាយគ្នាឬកិន	រៀនញុំាដោយខ្លួនឯង ដោយប្រើដៃ	ចេះផឹកទឹកក្នុងកែវនិងញុំាប្រើស្លាព្រា	ចេះដោះសំលៀកបំពាក់ដោយខ្លួនឯង	អាចស្លៀកពាក់ម្នាក់ឯងដោយគ្មានជំនួយ

HANDICAP INTERNATIONAL

Date of revision, version #

មេរៀនទី ២១៖ រូបភាពទី២១.១៖ អាហារូបត្ថម្ភ និងការគាំពារសុខភាពក្នុងពេលមានផ្ទៃពោះ



មេរៀនទី ២១៖ រូបភាពទី២១.២៖ អាហារូបត្ថម្ភ និងការគាំពារសុខភាពក្នុងពេលបំបៅដោះកូន

កើតភ្លាមបៅដោះម្ដាយភ្លែត
កូនមានសុខភាពល្អ!

បំបៅកូនដោយ
ទឹកដោះម្ដាយឱ្យបាន
ឆាប់ក្នុងម៉ោងដំបូងបន្ទាប់ពី
សម្រាលរួច ជួយសង្គ្រោះជីវិត
ទារកបានយ៉ាងច្រើន

មានតែទឹកដោះម្ដាយតែមួយមុខគត់ដែលជាអាហារចាំបាច់សម្រាប់ទារកនៅក្នុងអំឡុងពេល ៦ ខែដំបូង
នៃជីវិត ដោយពុំចាំបាច់បន្ថែមអាហារ ឬភេសជ្ជៈផ្សេងៗនោះទេ សូម្បីតែទឹកក៏មិនចាំបាច់ដែរ។

របៀបបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្ដាយ

កើតភ្លាមឱ្យបៅដោះ
ក្នុងរយៈពេល១ម៉ោង
ដំបូង

បីកូនឱ្យចំដោះ

ដាក់មាត់កូនឱ្យបៅ
បានពេញដោះ

មេរៀនទី ២២៖ រូបភាពទី២២.១៖ ការបំបៅកូនដោយទឹកដោះម្ដាយតែមួយមុខគត់

មេរៀនទី ២៣៖ រូបភាពទី២៣.១៖ អាហារចម្រុះទាំង៣ក្រុមសម្រាប់កុមារ

ចូរផ្តល់អាហារបន្ថែមទៅលើទឹកដោះម្តាយឱ្យបានទៀងទាត់ តាមអាយុរបស់កុមារ

មេរៀនទី ២៣៖ រូបភាពទី២៣.២៖ បរិមាណបបរខាប់គ្រប់គ្រឿងសម្រាប់កូនតូចតាមអាយុ

ការបញ្ចុកអាហារដោយយកចិត្តទុកដាក់ និងឆ្លើយឆ្លងជាមួយកូន

សំលឹងមើល មើលមុខ មើលភ្នែក

និយាយសំដីលើកទឹកចិត្តកូន

បណ្តោយកូនលេង សាកល្បងញ៉ាំដោយខ្លួនឯង

មេរៀនទី ២៣៖ រូបភាពទី២៣.៣៖ ការបញ្ចុកអាហារកូនដោយសកម្ម

អគ្គលេខាធិការដ្ឋាន គណៈកម្មាធិការជាតិគាំពារ និងអភិវឌ្ឍកុមារតូច

#២០១ មហាវិថីព្រះនរោត្តម ក្រុងភ្នំពេញ