ការបន្សុទ្ធទឹកនិងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ ក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន

សៀវភៅសម្រាប់បុគ្គលិក និងអ្នកស្ម័គ្រចិត្តកាកបាទក្រហមអឌ្ឍចន្ទក្រហម

International Federation
of Red Cross and Red Crescent Societies

របៀបវារៈជាសកលរបស់សហព័ន្ធអន្តរជាតិ ២០០៦-២០១០

ក្នុងរយៈពេលពីរឆ្នាំខាងមុខនេះ សហព័ន្ធអន្តរជាតិ ផ្តោតសំខាន់លើគោលដៅជាអាទិភាពដូចតទៅ ៖

គោលដៅទី១ ៖ កាត់បន្ថយចំនួនអ្នកស្លាប់ របួស និងផលប៉ះពាល់ផ្សេងៗបណ្តាលមកពីគ្រោះមហន្តរាយ។

គោលដៅទី២ ៖ កាត់បន្ថយចំនួនអ្នកស្លាប់ អ្នកឈឺ ផលប៉ះពាល់ពីជំងឺផ្សេងៗនិង សុខភាពសាធារណៈក្នុងគ្រោះអាសន្ន។

គោលដៅទី៣ ៖ បង្កើនសមត្ថភាពសហគមន៍ សង្គមស៊ីវិល និងកាកបាទក្រហម អឌ្ឍចន្ទក្រហម ដើម្បីដោះស្រាយស្ថានភាពបន្ទាន់បំផុតនៃភាពងាយរងគ្រោះ។

គោលដៅទី៤ ៖ លើកកម្ពស់ការគោរពពិធភាព សេចក្តីថ្លៃថ្នូររបស់មនុស្ស និងកាត់បន្ថយភាពខ្វះការយោគយល់ ការរើសអើង និងការផាត់ចេញពីសង្គម។

អាទិភាព ៖

បង្កើនសមត្ថភាព ថ្នាក់ជាតិ ថ្នាក់តំបន់ និងអន្តរជាតិ ដើម្បីឆ្លើយតបគ្រោះមហន្តរាយ និងសុខភាពសាធារណៈក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន។

បង្កើនសកម្មភាពរបស់ចលនាជាមួយសហគមន៍ងាយរងគ្រោះក្នុងការលើកម្ពស់សុខភាព ការបង្ការជំងឺនិងការកាត់បន្ថយហានិភ័យគ្រោះមហន្តរាយផ្សេងៗ។

ជាពិសេសបង្កើនការយកចិត្តទុកដាក់ចំពោះកម្មវិធីអេដស៍ និងស្វែងរកការគាំទ្រ។

បន្តការស្វែងរកការគាំទ្រដល់បញ្ហាមនុស្សធម៌ជាអាទិភាព ជាពិសេស ការប្រយុទ្ធពីភាពខ្វះការយោគយល់ ការរើសអើង និងការលើកកម្ពស់ការកាត់បន្ថយហានិភ័យគ្រោះមហន្តរាយ។

© International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

ផ្នែកណាមួយនៃសៀវភៅណែនាំនេះ អាចត្រូវបានដកស្រង់ ចតចម្លង បកប្រែជាភាសាផ្សេងៗ ឬប្រែសម្រួល ដើម្បីឱ្យត្រូវនឹងសេចក្តីត្រូវការក្នុងស្រុក មិនចាំបាច់មានការអនុញ្ញាតជាមុនពីសហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហមឡើយតែត្រូវយោងប្រភពឱ្យបានច្បាស់លាស់។

ការប្រកាសមិនទទួលខុសត្រូវ(Disclaimer) ៖ ខណៈពេលដែលសៀវភៅនេះត្រូវបានបង្កើតឡើងសម្រាប់ណែនាំជាទូទៅអំពីការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ ជូនកាលមានប្រើរូបភាពដែលជាអត្តសញ្ញាណផលិតផលផ្សេងៗក្នុងគ្រោះពេលមានអាសន្ន គឺមិនមានន័យថាសហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហមមិនទទួលស្គាល់និងទទួលខុសត្រូវអំពីគុណភាពនៃផលិតផលនោះឡើយ។

រូបភាពគម្របសៀវភៅ:សហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម

សូមថ្លែងអំណរគុណយ៉ាងជ្រាលជ្រៅដល់អ្នកដែលបានជួយឱ្យការបោះពុម្ពផ្សាយនេះកើតមានឡើង ជាពិសេស Rebecca Kabura, Angelika Kessler *និង* Daniele Lantagne *។*

២០០៨

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies

P.O. Box 372
CH-1211 Geneva 19
Switzerland
Telephone: +41 22 730 4222
Telefax: +41 22 733 0395 E-mail: secretariat@ifrc.org Web site: www.ifrc.org

> មាតិកា

ទិដ្ឋភាពទូទៅអំពីគុណភាពទឹក ២

សេចក្តីផ្តើមអំពីការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ ... ៤

វិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ ៦

ការច្រោះទឹកដោយក្រណាត់អំបោញ ៦

ការសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក ៧

ការដាំទឹក ៨

ការសម្លាប់មេរោគដោយដាក់ទឹកហាលថ្ងៃ ១០

ការសម្លាប់មេរោគដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ១២

ការធ្វើទឹកឱ្យរង ១៥

វិធីសាស្ត្រក្អម៣ .... ១៦

ថ្នាំធ្វើទឹកឲ្យរងនិងសម្លាប់មេរោគ ១៨

ការច្រោះទឹក ២០

តម្រងទៀនសេរ៉ាមិច ២០

ចម្រោះខ្សាច់ ២១

ការប្រើប្រាស់និងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ២២

ការផ្សព្វផ្សាយពីការបន្សុទ្ធទឹកនិងការរក្សាទឹកទុកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ ... ២៤

គំនូសតាងនៃការសម្រេចចិត្តស្តីពីការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកប្របកដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ ២៧

ប័ណ្ណព័ត៌មាន (Fact Sheets) ៣០

វិធីសាស្ត្រក្អម៣ .... ៣០

តើការប្រើ វ៉តធ័រហ្គាត (WaterGuard (Sûr'Eau) បន្សុទ្ធទឹកបានយ៉ាងដូចម្តេច ... ៣២

តើត្រូវប្រើថ្នាំគ្រាប់ក្លរីនបន្សុទ្ធទឹកយ៉ាងដូចម្តេច ? ៣៤

តើត្រូវបន្សុទ្ធទឹកដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកយ៉ាងដូចម្តេច ? (Watermaker) ៣៦

តើត្រូវប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក (PUR) យ៉ាងដូចម្តេច ? ៣៨

ប្រភពព័ត៌មានបន្ថែម ៤០

> ទិដ្ឋភាពទូទៅអំពីគុណភាពទឹក

> ហេតុអ្វីគុណភាពទឹកមានសារៈសំខាន់?

ទឹកស្អាត គឺជាកត្តាដ៏សំខាន់ដែលនាំឱ្យមនុស្សមានសុខភាពល្អ ជាពិសេសក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន។

> តើទឹកមានមេរោគយ៉ាងដូចម្តេច?

ទឹកអាចមានមេរោគមកពីប្រភពទឹក នៅផ្ទះ ឬក្នុងអំឡុងពេលដឹកជញ្ជូន។

ប្រភពទឹកមិនបានការពារ ដូចជា ធុងទឹកមិនស្អាត ឬយកដៃដែលមិនទាន់លាងទៅដងទឹក គឺងាយនឹងធ្វើឱ្យទឹកកខ្វក់ បើទោះជាទឹកនោះមើលទៅឃើញថា ថ្លា គ្មានក្លិន ក៏អាចបង្កឱ្យអ្នកប្រើប្រាស់ឈឺដែរ។

ប្រភពទឹកអាចមានមេរោគតាមរយៈផ្លូវចម្លងដូចតទៅ ៖

- ការជ្រាបពីអាងទឹកសម្អុយនិងបង្គន់អនាម័យ
- ទឹកកខ្វក់នៅលើដីជ្រាបចូលទៅក្នុងអណ្តូងនឹងប្រភពទឹកផ្សេងៗ
- ការដងទឹកដោយមិនបានលាងដៃ ឬធុងដងទឹកកខ្វក់
- សត្វពាហនៈប្រើប្រភពទឹកជាមួយមនុស្ស
- វត្ថុផ្សេងៗធ្លាក់ចូលអណ្តូង

យ៉ាងណាក៏ដោយការយកទឹកពីប្រភពមកប្រើប្រាស់គ្រាន់តែជាដំណាក់កាលទី១ តែប៉ុណ្ណោះ។ ទោះបីជាទឹកនោះស្អាតក៏ដោយក៏អាចមានមេរោគបានដែរ អាស្រ័យលើការអនុវត្តគ្មានអនាម័យដូចខាងក្រោម ៖

- ធុងទឹកមិនស្អាត (ពេលដឹកជញ្ជូន)
- ធុងរក្សាទុកទឹកចំហ ឬកខ្វក់
- កែវដឹកទឹក ឧបករណ៍ប្រើប្រាស់មិនស្អាត ឬដៃកខ្វក់

រូបភាពខាងលើនេះ បង្ហាញពីដំណាក់កាលក្នុងការយកទឹកមកប្រើប្រាស់ដែលមានឱកាសធ្វើឱ្យទឹកកខ្វក់។

> តើមានចំណុចអ្វីខ្លះដែលយើងត្រូវចាប់អារម្មណ៍លើគុណភាពទឹក?

មានហេតុផលច្រើនយ៉ាងក្នុងការធ្វើឱ្យប្រសើរឡើងនូវគុណភាពទឹក។ ជាពិសេសការបំបាត់សរីរាង្គមេរោគនិងប៉ារ៉ាស៊ីតដែលបង្កឱ្យកើតជំងឺ។ ភាគល្អិតតូចៗ ដែលនាំឱ្យទឹកល្អក់ មានរសជាតិអាក្រក់ក៏អាចមានមេរោគធ្វើឱ្យមនុស្សយើងឈឺដែរ។

> តើគុណភាពទឹកអ្វីខ្លះដែលមិនបានលើកមកនិយាយក្នុងសៀវភៅនេះ?

ទឹកអាចបង្កគ្រោះថ្នាក់ដល់សុខភាពប្រសិនបើមានសារធាតុមួយចំនួនដូចជា ថ្នាំសម្លាប់សត្វល្អិតដែលប្រើក្នុងការធ្វើកសិកម្ម ឬមានជាតិអាសេនិចពីធម្មជាតិ។ ទឹកមានជាតិដែកផឹកទៅមិនប៉ះពាល់សុខភាពទេ ប៉ុន្តែមានរសជាតិមិនឆ្ងាញ់ ទើបប្រជាជនខំប្រឹងស្វែងរកប្រភពទឹកផ្សេងៗទៀតដែលមានរសជាតិល្អជាងនេះ និងមិនបណ្តាលឲ្យមានជំងឺ។
ព័ត៌មានបន្ថែមអាចរកមើលតាមវេបសាយដូចមាននៅក្នុងទំព័រទី៤០នៃសៀវភៅនេះ។

> តើធ្វើដូចម្តេចទើបខ្ញុំដឹងថាទឹកមានមេរោគ?

មានមធ្យោបាយជាច្រើនក្នុងការធ្វើពិសោធន៍គុណភាពទឹក ដោយការប្រើឧបករណ៍ ឬសារធាតុគីមី។ ការធ្វើពិសោធន៍គុណភាពទឹកមិនមាននិយាយនៅក្នុងសៀវភៅណែនាំនេះទេ។ ព័ត៌មានបន្ថែមអាចរកមើលតាមវេបសាយដូចមាននៅក្នុងទំព័រទី៤០នៃសៀវភៅនេះ។

ប្រសិនបើការពិសោធគុណភាពទឹកមិនអាចធ្វើទៅបានទេ យើងអាចសង្កេតមើលហានិភ័យនៃប្រភពទឹកនិងឥរិយាបថរបស់អ្នកប្រើប្រាស់ ដែលបណ្តាលឱ្យប៉ះពាល់ដល់សុខភាពមនុស្ស។

		មែន	មិនមែន
១	តើប្រជាពលរដ្ឋយកទឹកពីអណ្តូងស្នប់ឬទុយោ?		
២	តើអណ្តូងស្នប់ឬប្រព័ន្ធទឹកមានសភាពល្អដែរឬទេ?		
៣	តើទឹកមើលទៅស្អាតដែរឬទេ?		
៤	តើបរិវេណជុំវិញអណ្តូងទឹក ស្អាតដែរឬទេ?		
៥	តើប្រជាពលរដ្ឋអនុវត្តការរក្សាទុកទឹកនិងប្រើប្រាស់មានសុវត្ថិភាពដែរឬទេ?		
៦	តើប្រជាពលរដ្ឋអនុវត្តការប្រព្រឹត្តអនាម័យល្អដែរឬទេ?		

បើចម្លើយណាមួយឆ្លើយថា “មិនមែន” មានន័យថា របៀបនៃការរស់នៅរបស់គ្រួសារនោះមានបញ្ហាគុណភាពទឹកខ្លាំង។ ក្នុងករណីមានគ្រោះអាសន្ន ប្រជាជននឹងងាយប្រឈមក្នុងការឆ្លងមេរោគដែលបណ្តាលឱ្យមានជំងឺ។ ប្រសិនបើមានធនធានគ្រប់គ្រាន់ ជាការប្រសើរគឺជួយផ្តល់ទឹកស្អាតដល់ពួកគេដើម្បីកាត់បន្ថយហានិភ័យនៃការផ្ទុះឡើងជំងឺផ្សេងៗ។

> សេចក្តីផ្តើមអំពីការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកប្រកប ដោយសុវត្ថិភាព ជាលក្ខណៈគ្រួសារ

> តើអ្វីជាការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ?

ការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ គឺជាសកម្មភាពដើម្បីធ្វើឱ្យគុណភាពទឹកបានប្រសើរ ឡើងសម្រាប់ប្រើប្រាស់ក្នុងកម្រិតគ្រួសារ។

> តើអ្វីជាការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព?

ការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពគឺ រក្សាទុកទឹកក្នុងធុងស្អាតមានគម្រប និងអនាម័យល្អ ដើម្បីការពារកុំឱ្យឆ្លងមេរោគក្នុងពេលដងទឹក ដឹកជញ្ជូនទឹក និងរក្សាទុកទឹកនៅតាមផ្ទះនីមួយៗ។

> ហេតុអ្វីបានជាយើងត្រូវផ្សព្វផ្សាយអំពីការបន្សុទ្ធទឹក និងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ?

ជាការល្អត្រូវប្រើទឹកពីប្រភពទឹកស្អាត និងរក្សាទុកទឹកឱ្យមានសុវត្ថិភាព។ ប៉ុន្តែការធ្វើបែបនេះមិនមែនជានិច្ចកាលអាចធ្វើបានទេជាពិសេសក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្នអាចមានអ្វីមួយធ្វើឱ្យប្រភពទឹកនោះមិនស្អាតឬមិនអាចប្រើប្រាស់បាន។ ជូនកាល ប្រជាពលរដ្ឋ មិនមានធុងស្អាតដើម្បី ដាក់ទឹកឬអនាម័យមិនបានល្អ។

វិធីមួយដើម្បីដោះស្រាយបញ្ហាខាងលើនេះគឺការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ។ ការណ៍នេះគឺជាវិធានបណ្តោះអាសន្នដែលត្រូវអនុវត្តរហូតដល់ប្រភពទឹកត្រូវបានកែលម្អ។ បច្ចេកទេសបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារអាចធ្វើឡើងដោយសមាជិកគ្រួសារនីមួយៗបន្ទាប់ពីទទួលបាននូវការណែនាំនិងការបណ្តុះបណ្តាលបច្ចេកទេសជា មូលដ្ឋាន។

ការធ្វើឱ្យគុណភាពទឹកប្រសើរឡើងជាលក្ខណៈគ្រួសារមានអត្ថប្រយោជន៍យ៉ាងច្រើនដល់សុខភាព ហើយក្នុងរយៈពេលខ្លី ធ្វើឱ្យប្រជាជនជាច្រើនមានការយល់ដឹង។

> តើការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារត្រូវបានអនុវត្តយ៉ាងដូចម្តេចខ្លះ?

សៀវភៅណែនាំនេះរៀបរាប់អំពីវិធីសាស្រ្តផ្សេងៗនៃការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារនិងរួមបញ្ចូលទាំងការណែនាំ អំពីរបៀប ប្រើប្រាស់នៃវិធីសាស្រ្តទាំងនោះ។

ជាការសំខាន់ណាស់ ដែលអ្នកទទួលបានសម្ភារបន្សុទ្ធទឹកក្នុងពេលឆ្លើយតបគ្រោះអាសន្ន ហើយពួកគេបានដឹងអំពីវិធីប្រើប្រាស់សម្ភារទាំងនោះ។ មានវិធីជាច្រើនសម្រាប់អនុវត្តការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ អាស្រ័យលើផលិតផលនិងទំហំផ្សេងៗគ្នា។ ត្រូវស្វែងយល់អំពីផលិតផលបន្សុទ្ធទឹកទាំងនោះឱ្យបានច្បាស់លាស់ និងសាកល្បងប្រើខ្លួនឯង មុនធ្វើការចែកចាយ។ ចូរឱ្យប្រាដកថា គ្មានអ្នកណាម្នាក់ទទួលបានសម្ភារ ដូចជាថ្នាំសម្លាប់មេរោគឬធុងទឹក ដោយគ្មានការយល់ដឹងអំពីការប្រើប្រាស់ឡើយ។

ការសម្របសម្រួល និងការទំនាក់ទំនងជិតស្និទ្ធជាមួយក្រុមអ្នកចែកចាយអំណោយមនុស្សធម៌ គឺមានសារៈសំខាន់ណាស់ ដើម្បីឱ្យសមស្របទៅនឹងសម្ភារដ៏មានតម្លៃនិងកាត់បន្ថយហានិភ័យក្នុងការផឹកទឹកដែលមានមេរោគ។ សៀវភៅនេះមានការណែនាំជាមូលដ្ឋាននិងតំណភ្ជាប់ទៅនឹងវេបសាយនៅទំព័រទី៤០ផ្នែកខាងក្រោយនៃសៀវភៅអំពីវិធីចែកចាយសម្ភារបន្សុទ្ធទឹកក្នុងគ្រោះអាសន្ន ដើម្បីលើកកម្ពស់អនាម័យស្ដីពីការប្រើប្រាស់ទឹកនិងការរក្សាទុកទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ។

> តើការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារមានសុវត្ថិភាពដែរឬទេ?

នៅក្នុងផ្នែកនីមួយៗនៃសៀវភៅនេះមានចែងអំពីសុវត្ថិភាពនៃការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ។ និយាយជាទូទៅវិធីសាស្ត្រ និងផលិតផលដែលបានបង្ហាញក្នុងសៀវភៅណែនាំនេះគឺមានសុវត្ថិភាព។ យ៉ាងណាក៏ដោយត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់នៅពេលប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក ជាពិសេស ជាមួយកុមារ។

> តើបរិមាណទឹកប៉ុន្មានដែលត្រូវការបន្សុទ្ធ?

អាស្រ័យលើតម្រូវការចាំបាច់ទឹកស្អាតតែងតែខ្វះខាតពេលមានគ្រោះអាសន្ន ហើយរាល់វិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹកទាំង អស់នៅក្នុងសៀវភៅនេះពាក់ព័ន្ធទៅនឹងការចំណាយទាំងពេលវេលា និងថវិកា។ ចំនួនអប្បបរមានៃចំណុះទឹកដែលត្រូវការបន្សុទ្ធ គឺ ៖ ទឹកសម្រាប់ផឹក សម្រាប់លាង និងចម្អិនចំណីអាហារ។ តាមធម្មតាមនុស្សម្នាក់ត្រូវការទឹកប្រមាណ៥លីត្រក្នុងមួយថ្ងៃ ប៉ុន្តែបរិមាណទឹកអាចប្រែប្រួលអាស្រ័យទៅតាមអាកាសធាតុនិងចំនួនមនុស្សជាក់ស្តែង។ ប្រសិនបើមើលទៅឃើញថាទឹកនោះថ្លាមិនចាំបាច់បន្សុទ្ធទេ បើគ្រាន់តែប្រើសម្រាប់ងូតឬបោកគក់ក្នុងផ្ទះ ។

> តើវិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹកមានអ្វីខ្លះ?

ក្នុងសៀវភៅណែនាំនេះ មានវិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹក៣ប្រភេទសំខាន់ៗគឺ ៖

- ការសម្លាប់មេរោគ : ធ្វើឱ្យប្រាកដថាទឹកគ្មានមេរោគបង្កជំងឺដោយប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ដាំទឹកឱ្យពុះឬប្រើពន្លឺព្រះអាទិត្យ
- ការទុកទឹកឱ្យរង : ទុកឱ្យកករធ្លាក់ទៅបាតនៃឧបករណ៍រក្សាទុកទឹក។
- ការច្រោះទឹក : ការយកកករចេញតាមរយៈសម្ភារដូចជា ចម្រោះសេរ៉ាមិច ឬខ្សាច់។

> តើគួរជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹកតាមរបៀបណា?

សូមមើលគំនូសតាងនៃការសម្រេចចិត្តជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹក និងរក្សាទុកទឹកឱ្យមានសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារនៅក្នុងសៀវភៅនេះ(ទំព័រ១៧)។ ជម្រើសនៃវិធីសាស្ត្រនីមួយៗ អាស្រ័យលើទីតាំង និងស្ថានភាពនៃគ្រោះអាសន្ន។ ប្រហែលជាគ្មានជម្រើសណាមួយប្រសើជាងជម្រើសណាមួយនោះទេ ពេលខ្លះអាចមានជម្រើសតែមួយគត់ សំខាន់បំផុតប្រជាជនចង់ប្រើវិធីសាស្ត្រ ឬផលិតផលណាមួយដែលពួកគេចូលចិត្ត។

> វិធីសាស្ត្របន្សុទ្ធទឹកថាលក្ខណៈគ្រួសារ

> ច្រោះដោយក្រណាត់អំបោះ ?

ការច្រោះទឹកដោយក្រណាត់អំបោះគឺជាជំហានទី១ដ៏មានសារៈសំខាន់ ប្រសិនបើធ្វើបានត្រឹមត្រូវវានឹងជួយបង្កើនប្រសិទ្ធភាពនៃវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗដែលបានរៀបរាប់នៅក្នុងសៀវភៅណែនាំនេះ។

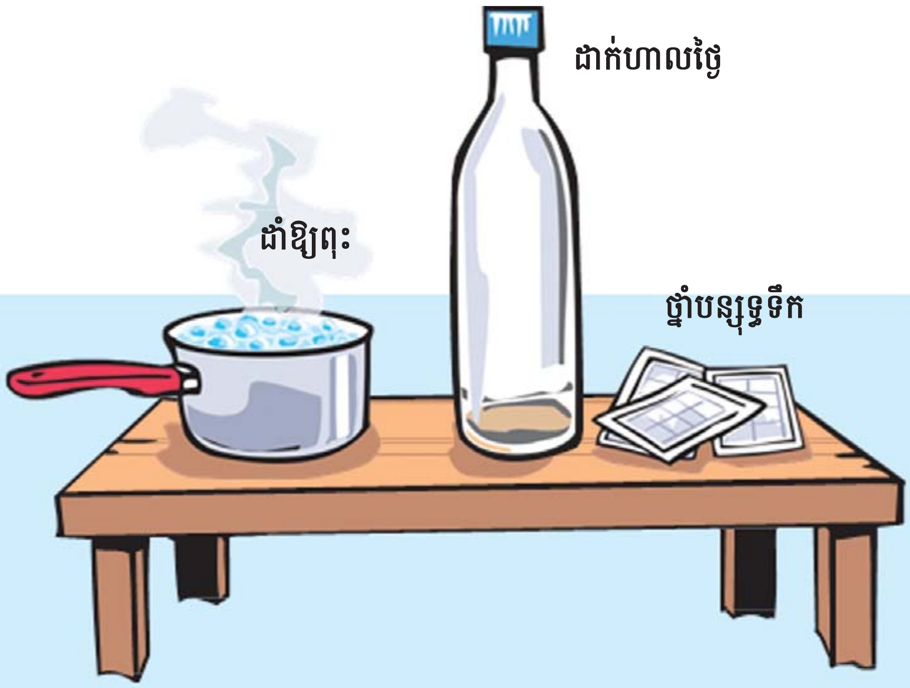
ចាក់ទឹកល្អក់ឬកខ្វក់ចូលទៅក្នុងក្រណាត់ច្រោះស្អាត ដើម្បីច្រោះយកចេញនូវកករនិងពងសត្វល្អិតចេញពីទឹក។ ការធ្វើពិសោធន៍បែបសាមញ្ញនេះដើម្បីបញ្ជាក់ថា តើប្រភេទក្រណាត់ណាមួយអាចមានលទ្ធភាពគ្រប់គ្រាន់ក្នុងការច្រោះទឹកឱ្យបានស្អាតល្អ។ ប្រសិនបើកករមិនអាចឆ្លងកាត់ក្រណាត់បានទេមានន័យថា ក្រណាត់នោះគឺអាចប្រើការបាន។ ក្រណាត់អំបោះគឺប្រសើរជាងគេក្នុងការច្រោះទឹកល្អក់ឬកខ្វក់។ ប៉ុន្តែក្រណាត់នោះមិនត្រូវដាក់ក្រាស់ពេក ទេព្រោះធ្វើឱ្យការច្រោះប្រើពេលវេលាយូរ ។

បោកគក់ក្រណាត់ឱ្យបានស្អាតរាល់ពេលច្រោះម្តងៗ ធ្វើឱ្យការច្រោះទឹកកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព។
ការច្រោះទឹកតែម្យ៉ាងមិនអាចធ្វើឱ្យទឹកមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ផឹកនោះទេប៉ុន្តែធ្វើឱ្យមានភាពងាយស្រួលក្នុងការបន្សុទ្ធទឹក។

ការសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក

ទឹកថ្លា ប៉ុន្តែអាចមានមេរោគត្រូវតែសម្លាប់ជាមុន
នៅក្នុងសៀវភៅនេះបានលើកពីវិធីសម្លាប់មេរោគ៣យ៉ាងគឺ ៖

- ដាំឱ្យពុះ
- ដាក់ហាលថ្ងៃ
- ប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក



ការសម្លាប់មេរោគអាចប៉ះពាល់ដល់រសជាតិទឹក

- ការដាំទឹកធ្វើឱ្យទឹកពុំមានរសជាតិ
- ការដាក់ទឹកហាលថ្ងៃធ្វើឱ្យទឹកក្តៅ
- ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកធ្វើឱ្យទឹកមានរសជាតិអាក្រក់ (ក្លិនថ្នាំ)

បញ្ហាខាងលើអាចដោះស្រាយបានតាមវិធីងាយៗដូចជា ពិភាក្សាជាមួយប្រជាជនដែលកំពុងប្រើវិធីសាស្រ្តសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកឱ្យបានច្បាស់ថា ពួកគេមិនបោះបង់ចោលការបន្សុទ្ធទឹក ឬបញ្ឈប់ការសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកដែលពួកគេដងយកមកពីប្រភពទឹកគ្មានសុវត្ថិភាពនោះទេ។

ការដាំទឹក

ការដាំទឹកគឺជាវិធីសាស្ត្រដ៏សាមញ្ញមួយនៃការបន្សុទ្ធទឹក។ ការដាំទឹកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ ធ្វើឱ្យទឹកមានសុវត្ថិភាពដល់សុខភាពប្រជាជន។

គុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃការដាំទឹក

- ▲ ការដាំទឹកអាចសម្លាប់មេរោគដែលបង្កជំងឺ
- ▲ ការដាំទឹកអាចធ្វើបានដោយខ្លួនឯង
- ● ដើម្បីដាំទឹក១លីត្រក្នុងរយៈពេល១នាទីត្រូវប្រើឧស១គីឡូក្រាម។ វិធីនេះមិនគួរផ្សព្វផ្សាយ នៅកន្លែងដែល មិនសូវមានឧស និងគ្មានជម្រើសផ្សេងទៀតសម្រាប់ធ្វើការ(ដុត)ដាំទឹក។
- ● ការដាំទឹកមិនធ្វើឱ្យទឹកថ្លាជាងមុនបានទេ។
- ● ការដាំទឹកមិនអាចការពារការចម្លងមេរោគឡើងវិញសារជាថ្មីបានទេ។ ដូច្នេះការរក្សាទុកទឹកមិនបានត្រឹមត្រូវអាចបង្កមេរោគឆ្លងឡើងវិញគ្រប់ពេលវេលា។ ទឹកដាំពុះគួររក្សាទុកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព ហើយអាចផឹកបានតែ២ទៅ៣ថ្ងៃប៉ុណ្ណោះ។
- ● ការដាំទឹកអាចមានប្រសិទ្ធភាព ប្រសិនបើមានសីតុណ្ហភាពកម្តៅខ្ពស់គ្រប់គ្រាន់។ ទឹកគ្រាន់តែដាំចោលមិនពុះមិនអាចសម្លាប់មេរោគបានទេ។ ទឹកដាំគ្រាន់តែមានចំហាយ គឺមានន័យថាទឹកមិនទាន់ពុះ ដូចនេះ ការដាំទឹកត្រូវឱ្យដល់សីតុណ្ហភាពខ្ពស់ទើបមានប្រសិទ្ធភាព។

ការដាំទឹកឱ្យពុះគឺ ទឹកត្រូវតែពុះកញ្ជ្រោលឡើងខ្លាំង។

តើត្រូវដាំទឹកឱ្យពុះរយៈពេលប៉ុន្មាន?

យ៉ាងហោចណាស់ទុកទឹកឱ្យពុះបាន១នាទីបន្ទាប់ពីដល់ចំណុចរំពុះហើយ។
ការទុកទឹកឱ្យពុះច្រើនបំផុតគឺ៣នាទី។

ចំណាំ

ទឹកដាំពុះធ្វើឱ្យទឹកពុំមានរសជាតិ ប៉ុន្តែអាចកែច្នៃបានដោយការដាក់ទឹកក្នុងដបហើយក្រឡុកឬថែមអំបិលមួយចឹបទៅក្នុងទឹកដាំមួយលីត្រ។

> ការសម្លាប់មេរោគដោយដាក់ទឹកហាលថ្ងៃ

ដាក់ទឹកហាលថ្ងៃ អាចសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកដែលបង្កជំងឺ។ ការហាលថ្ងៃមានប្រសិទ្ធភាព អាស្រ័យលើសីតុណ្ហភាពខ្ពស់(សីតុណ្ហភាព កម្តៅមិនត្រូវលើសពី ៥០អង្សាសេទេ) ។

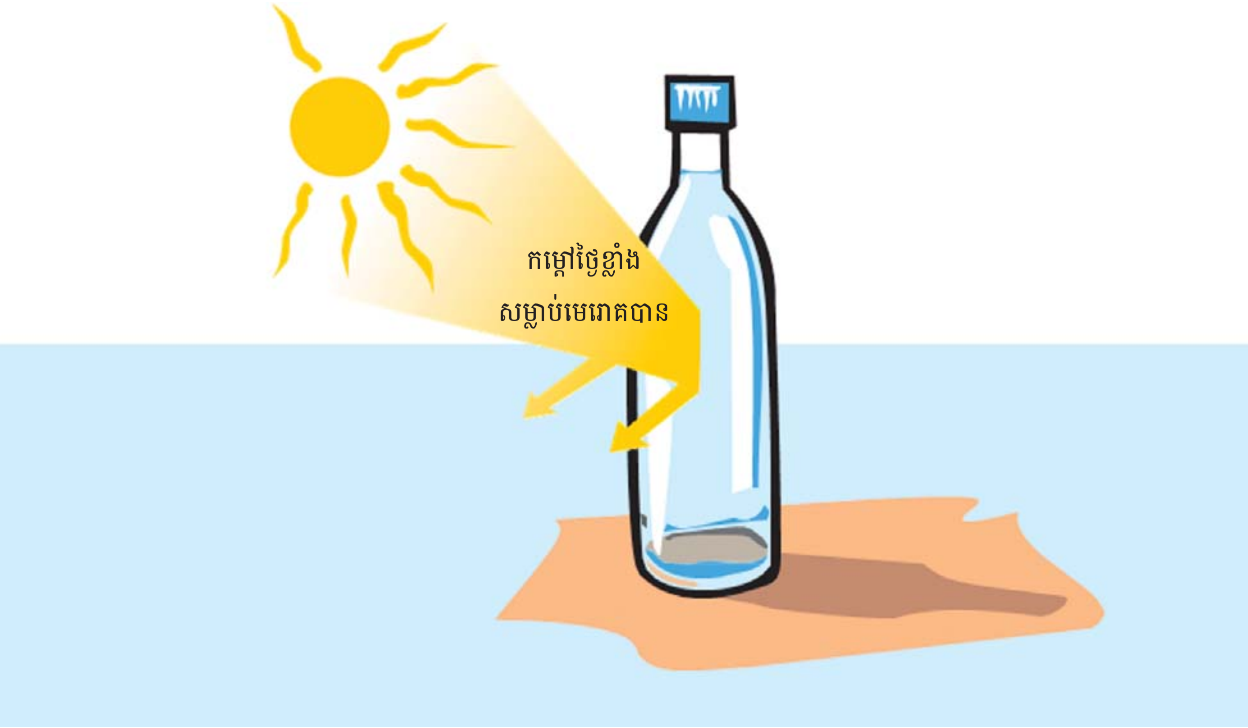
វិធីសាស្រ្តងាយស្រួលដើម្បីសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកគឺយកដបជ័រ ឬដបធ្វើពីកែវទៅហាល ថ្ងៃ។ នៅក្នុងតំបន់ត្រូពិចអំឡុងពេលនៃការ ដាក់ដបទឹកហាលថ្ងៃ មានសុវត្ថិភាពគឺពេលថ្ងៃត្រង់ និងមានរយៈពេលប្រមាណ៥ម៉ោង។
ពេលកម្តៅថ្ងៃមិនពេញលេញត្រូវហាលឱ្យបានពីរដងនៃពេលវលាដែលត្រូវហាល។ ប្រសិនបើគ្មានកម្តៅថ្ងៃ (រដូវវស្សា)ត្រូវចំណាយពេលវេលាហាលដប ដាក់ទឹកឱ្យច្រើន ម៉ោង។

> តើត្រូវសម្លាប់មេរោគដោយដាក់ទឹកហាលថ្ងៃ យ៉ាងដូចម្តេច ?

វិធីសាស្រ្តនេះហៅថាប្រព័ន្ធសូឌីស(SODIS)ប្រើដបប្លាស្ទិកឬកែវថ្លា ដើម្បីបង្កើនសីតុណ្ហភាពទឹកពេលដាក់ទឹកចំពន្លឺថ្ងៃ។

កន្លែងហាលថ្ងៃដ៏ល្អបំផុតគឺនៅលើដំបូលផ្ទះធ្វើពីស័ង្កសី។

ប្រសិនបើគ្មានដប អ្នកអាចច្រកទឹកក្នុងថង់ប្លាស្ទិកស្អាតរួចហាលថ្ងៃ។



ចំណាំ

ទឹកដាំពុះធ្វើឱ្យទឹកពុំមានរសជាតិ ប៉ុន្តែអាចកែច្នៃបានដោយការដាក់ទឹកក្នុងដបហើយក្រឡុកឬថែមអំបិលមួយចឹបទៅក្នុងទឹកដាំមួយលីត្រ។

ចំណាំ

មនុស្សមិនចូលចិត្តផឹកទឹកក្តៅឧណ្ហៗ និងទឹកដែលសម្លាប់មេរោគនោះទេ ដូចនេះត្រូវលើកទឹកចិត្តឱ្យពួកគាត់ទុកទឹកឱ្យត្រជាក់សិនចាំផឹក។

គុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃការសម្លាប់មេរោគដោយការហាលថ្ងៃ

- ▲ ការដាក់ដបដែលមានទឹកហាលថ្ងៃ អាចសម្លាប់មេរោគដែលបង្កជំងឺ ប្រសិនបើការហាលនោះក្នុងរយៈពេលយូរគ្រប់គ្រាន់។
- ▲ ការសម្លាប់មេរោគអាចធ្វើបានដោយខ្លួនឯងជាមួយនឹងសម្ភារដែលមាន ដូចជា ដបឬថង់ផ្លាស្ទិកថ្លា។
- ● ការសម្លាប់មេរោគដោយហាលថ្ងៃ មិនអាចការពារការចម្លងមេរោគថ្មីក្នុងទឹកបានទេ។ ដូច្នេះការរក្សាទុកទឹកមិនបានត្រឹមត្រូវ អាចមានការចម្លងមេរោគឡើងវិញ។ ការបន្សុទ្ធទឹកតាមរយៈការហាលថ្ងៃ ត្រូវរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព និងប្រើឱ្យអស់ក្នុងរយៈពេលពី២ទៅ៣ថ្ងៃ។
- ● ការសម្លាប់មេរោគដោយការហាលថ្ងៃ ត្រូវប្រើពេលយូរជាងវិធីសាស្ត្រដទៃ និងត្រូវការពន្លឺថ្ងៃគ្រប់គ្រាន់។

> ការសម្លាប់មេរោគដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក

មានថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកច្រើនប្រភេទហើយថ្នាំទាំងអស់នោះមានប្រសិទ្ធភាពនិងសុវត្ថិភាពខុសៗគ្នា។

សហព័ន្ធអន្តរជាតិប្រើក្លរីនគ្រាប់សម្រាប់សម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារពេលមានគ្រោះអាសន្ន។

> តើត្រូវសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកតាមរបៀបណា?

របៀបប្រើគ្រាប់ថ្នាំក្លរីនសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក

ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក វ៉តធ័រហ្គាត (WaterGuard)

វ៉តធ័រហ្គាត គឺជាក្លរីនរាវ មានប្រសិទ្ធភាពដូចក្លរីនគ្រាប់ដែរ។

> វិធីបន្សុទ្ធទឹកដោយសារធាតុរាវចំផ្សំហ្លរ (WaterGuard)

ត្រូវប្រយ័ត្នចំពោះការប្រើថ្នាំសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក កុំឱ្យថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកប៉ះភ្នែក។ ទុកដាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ឱ្យខ្ពស់ផុតពីដៃក្មេងនិងដាក់នៅកន្លែងស្ងួតមិនត្រូវកំដៅថ្ងៃ។

ថ្នាំសម្លាប់មេរោគ នៅក្នុងទឹកមានការណែនាំពីរបៀបប្រើប្រាស់នៅលើកញ្ចប់ផលិតផលប៉ុន្តែមិនមានសរសេរគ្រប់ភាសទ្បើយ ។

រាល់អ្នកដែលទទួលបានថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកត្រូវទទួលការបង្រៀនពីរបៀបប្រើប្រាស់។ សម្រាប់ព័ត៌មានលម្អិតសូមមើលមេរៀនអំពីការផ្សព្វផ្សាយការបន្សុទ្ធទឹកនិងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ។ ដោយសារតែមានការព្រួយបារម្ភលើការគ្រប់គ្រងកំហាប់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ដូចនេះទឹកអូសាវែលប្រើសម្រាប់បោកសម្លៀកបំពាក់ មិនអាចប្រើជាថ្នាំក្លរីនសម្រាប់សម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកផឹកបានទេ។

ចំណាំ ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកពុំសូវមានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការសម្លាប់មេរោគចំពោះទឹកល្អក់ឬកខ្វក់បានទេ។ ប្រសិនបើទឹកល្អក់ឬកខ្វក់ត្រូវប្រើបរិមាណថ្នាំពីរដង។

ចំណាំ

ការដាក់បរិមាណថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកចំនួនពីរដងធ្វើឱ្យទឹកមានរសជាតិដែលអ្នកប្រើប្រាស់មិនចង់ផឹក។ ទាំងអស់នេះជាមូលហេតុធ្វើឱ្យប្រជាជនបញ្ឈប់ការបន្សុទ្ធទឹក។ បញ្ហារសជាតិ ទឹកខាងលើនេះ អាចដោះស្រាយបានដោយការប្រើបរិមាណថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកត្រឹមត្រូវនិងក្រឡុកដប ដើម្បីបង្កើន បរិមាណខ្យល់បំបាត់ក្លិនថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក។

ចំណាំ

ពិភាក្សាជាមួយប្រជាជនអំពីផលិតផលដោយសួរថា តើងាយស្រួលក្នុងការប្រើប្រាស់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក នេះដែរឬទេ ? តើមានរសជាតិដូចម្ដេច ? ប្រហែលមានតម្រូវការផលិតផលផ្សេងទៀត (សូមមើលក្នុងមេរៀនបន្ទាប់ក្នុងសៀវភៅនេះ)

ចំណាំ

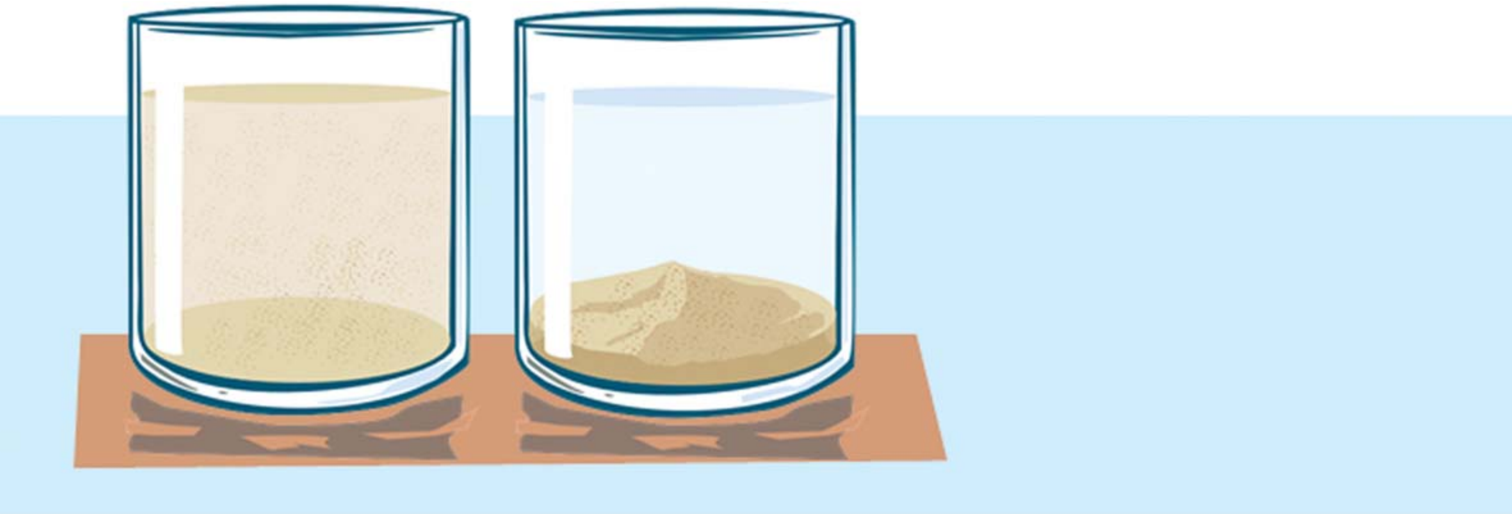
ការដាក់ធុងចំហរត្រូវកម្ដៅ (ការដាក់ធុងហាលថ្ងៃ) អាចកាត់បន្ថយប្រសិទ្ធភាពថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក។ លើកទឹកចិត្តប្រជាជនឱ្យគ្របធុងទឹកឱ្យជិត និងទុកដាក់កុំឱ្យត្រូវកំដៅថ្ងៃឱ្យសោះ។

ការសម្លាប់មេរោគដោយប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកមានផលវិជ្ជមាន និងអវិជ្ជមាន ៖

- ▲ ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកងាយស្រួល និងមានសុវត្ថិភាពក្នុងការប្រើប្រាស់។
- ▲ មានជាតិថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកដែលនៅសេសសល់គឺអាចការពារទឹកពីការចម្លងមេរោគឡើងវិញបានមួយចំនួន។
- ● ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកភាគច្រើនទិញមកពីក្រៅ ព្រោះមិនអាចរកបាននៅក្នុងសហគមន៍។
- ● ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកមិនអាចសម្លាប់មេរោគបង្កជំងឺគ្រប់មុខបានទេដូចនេះ ត្រូវច្រោះទឹកមុនពេលដាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកដើម្បី ឱ្យថ្នាំនោះអាចសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធភាព។

ការធ្វើទឹកឱ្យរង

ប្រសិនបើទឹកល្អក់ទុកពេលវេលាឱ្យទឹកនោះរងដោយខ្លួនឯង ឬបន្ថែមថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកឱ្យកករងធ្លាក់ចុះបាតធុងដើម្បីធ្វើឱ្យទឹកថ្លា។ ការច្រោះទឹកនឹងក្រណាត់អំបោះធ្វើឱ្យការធ្វើទឹកឱ្យរងកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព។



ចំណាំ ៖ ទឹកដែលធ្វើឱ្យថ្លាតាមរយៈការធ្វើឱ្យរងមិនមែនជាទឹកស្អាតទេ គឺត្រូវតែសម្លាប់មេរោគដែលបង្កឱ្យមានជំងឺ។ ការធ្វើទឹកឱ្យថ្លាជាមុន ទើបការដាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកមានប្រសិទ្ធភាពខ្ពស់។

> វិធីសាស្ត្រក្អម៣

វិធីសាស្ត្រនេះកាត់បន្ថយកករនិងមេរោគបង្កឱ្យមានជំងឺដែលមាននៅក្នុងធុងរក្សាទុកទឹក។ ទុកកករឱ្យរងធ្លាក់ទៅក្រោម ហើយផ្ទេរទឹកស្អាតនោះទៅក្អមពីរផ្សេងទៀត។

> តើវិធីសាស្ត្រក្អម៣ត្រូវធ្វើយ៉ាងដូចម្ដេច ?

វិធីសាស្ត្រក្អម ៣

រាល់ថ្ងៃនៅពេលដែលដងទឹកថ្មីយកមកផ្ទះអ្នកត្រូវ ៖

A ផឹកទឹកដែលយកចេញពីក្អមទី៣

B ចាក់ទឹកយឺតៗចេញពីក្អមទី២ចូលទៅក្អមទី៣

C លាងសម្អាតក្អមទី២

D ចាក់ទឹកយឺតៗចេញពីក្អមទី១ ទៅក្អមទី២

E លាងសម្អាតក្អមទី១

F ចាក់ទឹកដែលដងបានពីប្រភព(ធុងទី៤)ចូលទៅក្អមទី១ បន្ទាប់មកច្រោះដោយក្រណាត់អំបោះប្រសិនបើ អាចធ្វើទៅបាន។

ទុកទឹកនោះឱ្យរងមួយថ្ងៃសិនបន្ទាប់មកអនុវត្តតាមដំណើរការដូចរៀបរាប់ខាងលើសារឡើងវិញ។

ផឹកទឹកដែលយកចេញពីក្អមទី៣ ហើយទឹកនៅក្នុងក្អមនោះត្រូវរក្សាទុកយ៉ាង ហោចណាស់ឱ្យបាន២ថ្ងៃ ដើម្បីឱ្យគុណភាពកាន់តែប្រសើរ ហើយដាំទឹកនោះឱ្យពុះថែមទៀតគឺអាចសម្លាប់មេរោគបាន។
ការប្រើក្បាលរ៉ូប៊ីណេបង្ហូរទឹកចេញពីធុងមួយទៅធុងមួយ គឺប្រសើរជាងការចាក់ទឹកចេញពីធុង។

ចំណាំ វិធីសាស្ត្រនេះ អាចធ្វើឲ្យប្រសើរ ដោយការច្រោះទឹកនឹងក្រណាត់ អំបោះមុនពេលចាក់ទឹកចូលក្នុងក្អម។

ចំណាំ

វិធីសាស្ត្រក្អមពា គឺជាវិធីសាស្ត្របណ្តោះអាសន្នមួយដ៏ល្អក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន រហូតដល់មានការផ្តល់ជូននូវវិធីសាស្ត្រប្រភពគុណភាពទឹកផ្សេងទៀត ដែលមានលក្ខណៈល្អប្រសើរជាងនេះ។

ចំណាំ

ពេលមានគ្រោះអាសន្ន ប្រជាជនអាចនឹងពិបាករកក្អមធ្វើវិធីសាស្ត្រក្អមពា។ ដូច្នេះវិធីសាស្ត្រនេះអាចមានប្រសិទ្ធភាពតិចជាងវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗ ទៀតដែលបានរៀបរាប់ខាងលើដូចនេះមានតែក្អម២ក៏អាចប្រើជំនួសក្អមពាបានដែរ។ ការធ្វើឱ្យកករងចុះអាចជួយ ធ្វើឱ្យងាប់មេរោគ។

គុណសម្បត្តិ និង គុណវិបត្តិនៃវិធីសាស្ត្រក្អមពា ៖

▲ ប្រព័ន្ធក្អមពា កាត់បន្ថយកករ និងមេរោគដែលនៅក្នុងទឹកបង្កឱ្យមានជំងឺ។

▲ វិធីសាស្ត្រនេះ ចំណាយលុយតិច ងាយស្រួលប្រើ ហើយប្រជាជនអាចធ្វើបានដោយខ្លួនឯងដោយប្រើធនធានអាចរកបាននៅក្នុងសហគមន៍។

● វិធីសាស្ត្រនេះអាចកាត់បន្ថយមេរោគ តែមិនអាចសម្លាប់មេរោគបានទាំងស្រុងទេ។ ការសម្លាប់មេរោគដោយការដាំទឹក ដាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ឬ ដាក់ហាលថ្ងៃ អាចសម្លាប់មេរោគបានទាំងស្រុង។

ថ្នាំធ្វើទឹកឱ្យរងនិងសម្លាប់មេរោគ

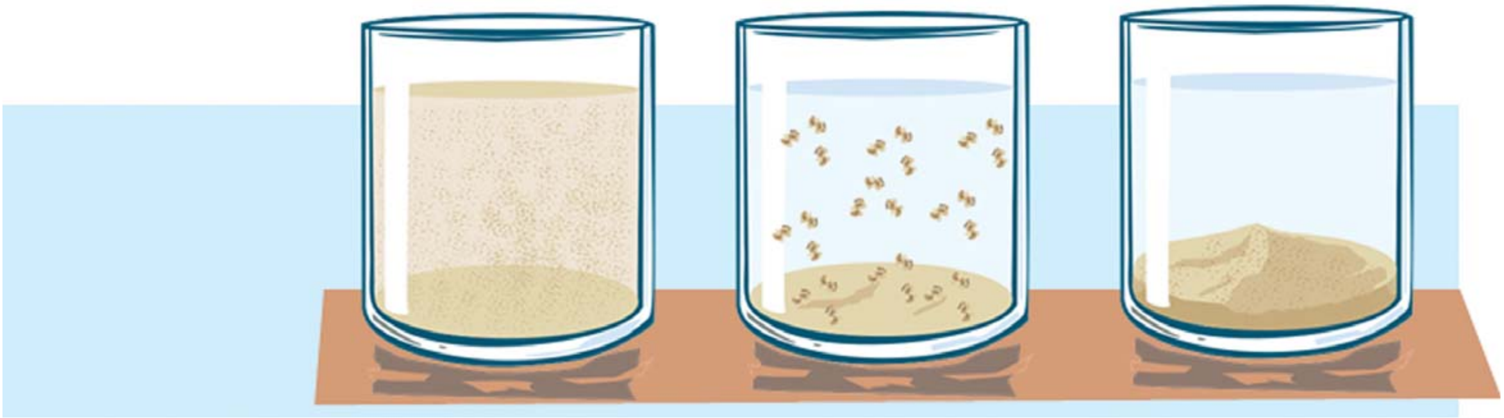
ការធ្វើទឹកឱ្យរងដោយប្រើថ្នាំ ដើម្បីបង្កើនល្បឿនក្នុងការធ្វើឱ្យកករទឹកធ្លាក់ចុះ។
មានផលិតផល២ប្រភេទ ដែលសហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម ប្រើប្រាស់ញឹកញាប់នៅក្នុងពេល មានគ្រោះអាសន្នគឺ PUR និង Watermaker (ដូចមានក្នុងរូបខាងក្រោម)។

៥ក្រាមសម្រាប់ទឹក ២០លីត្រ ២.៥ក្រាមសម្រាប់ទឹក១០លីត្រ ៤ក្រាមសម្រាប់ទឹក១០លីត្រ

ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកនេះមានប្រយោជន៍ជាពិសេស ក្នុងពេលមានទឹកជំនន់ ព្រោះវាអាចធ្វើឱ្យទឹករងថ្លានិង សម្លាប់មេរោគបាន។ ផលិតផលទាំងពីរខាងលើនេះ គឺសមស្របសម្រាប់ការបន្សុទ្ធ ទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារក្នុងពេលមាន គ្រោះអាសន្ន។ សហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃ សមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម ចាត់ទុកថាផលិតផលទាំងពីរនេះមានគុណភាពដូចគ្នា។

តើថ្នាំទាំងពីរប្រភេទខាងលើនេះដំណើរការយ៉ាងដូចម្តេច ?

ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកនេះមានសារធាតុគីមីពីរប្រភេទ។ ប្រភេទទី១ធ្វើឲ្យកករតូចៗឬកម្ទិចកម្ទីស្អិតជាប់គ្នាក្លាយជាដុំធំធ្លាក់ចុះមកបាតធុងធ្វើឲ្យទឹករងថ្លាបានលឿន។



រីឯសារធាតុគីមីទី២ សម្លាប់មេរោគនៅក្នុងទឹករងថ្លា (ដូចបង្ហាញក្នុងរូបខាងលើនេះ)។

> ប្រសិនបើថ្នាំធ្វើទឹកឱ្យរងនិងសម្លាប់មេរោគមានប្រសិទ្ធភាពខ្លាំងដូច្នេះ ហេតុអ្វី បានជាយើងមិនប្រើតែផលិតផលនេះទៅ?

ផលិតផលទាំងនេះមានតម្លៃថ្លៃ ហើយពិបាកប្រើជាងវិធីសាស្ត្រដទៃទៀត។ ក្នុងករណីទឹក ៖ ១. ទឹកថ្លាឬមានល្អក់តិចតួច និង ២. ប្រសិនបើមានថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកសូមកុំប្រើថ្នាំធ្វើទឹកឱ្យរង។

> តើខ្ញុំប្រើថ្នាំធ្វើឱ្យទឹករងនិងសម្លាប់មេរោគដូចម្តេច?

ប្រភពទឹក	ដុំកករបន្ទាប់ពី ដាក់ថ្នាំធ្វើទឹកឱ្យរងនិង សម្លាប់មេរោគ	ដុំកករបន្ទាប់ពីកូររួច	ច្រោះទឹកនឹង ក្រណាត់អំបោះ	ទឹកថ្លាអាចស្តុកទុក និងប្រើបាន

ចំណាំ ការធ្វើបង្ហាញត្រូវប្រើធុងថ្លាដើម្បីឱ្យអ្នកចូលរួមឃើញថា ថ្នាំនេះដំណើរការបានល្អ។ ប៉ុន្តែអ្នកចូលរួមត្រូវមានចំនួនតិចទើបយល់បានល្អ!

ចំណាំ វិធីសាស្ត្រនេះកាន់តែល្អប្រសើរ ដោយចាក់ទឹកលើក្រណាត់អំបោះត្រងមាត់ធុង។

ថ្នាំភើរ (PUR) មួយកញ្ចប់៤ក្រាមអាចដាក់ទឹក១០លីត្រ។ រីឯផលិតផល Watermaker មានទំហំកញ្ចប់ខុសៗគ្នា (៥ក្រាម និង២.៥ក្រាម) និងអាចបន្សុទ្ធទឹកបានបរិមាណខុសៗគ្នាដែរ។ មើលការណែនាំបន្ថែមនៃការប្រើប្រាស់លើសំបកកញ្ចប់មុនប្រាប់ទៅប្រជាជនអំពីរបៀបប្រើផលិតផលនេះ។

គុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃការប្រើថ្នាំ៖

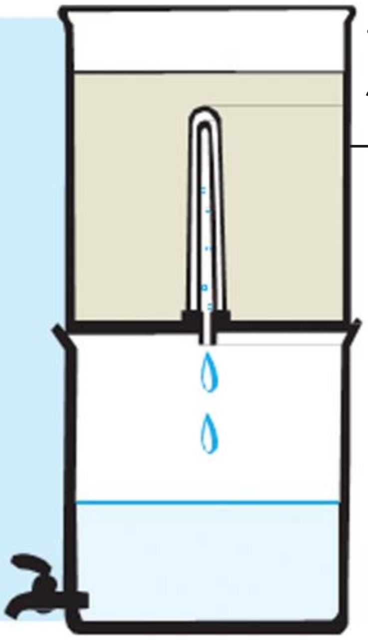
- ▲ អាចជួយឱ្យកកររង និងធ្វើទឹកឱ្យមានសុវត្ថិភាពសម្រាប់ផឹក
- ▲ មានសារធាតុការពារមេរោគពីការចម្លងឡើងវិញបន្ទាប់ពីសម្អាតរួច
- ● មានភាពស្មុគស្មាញក្នុងការប្រើប្រាស់ ហើយត្រូវការបង្រៀន និងតាមដានជាប់លាប់។
- ● ការសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកមួយលីត្រៗគឺមានតម្លៃថ្លៃជាងថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក។ ថ្នាំនេះគេប្រើសម្រាប់តែទឹកដែលល្អក់ខ្លាំង ឬនៅពេលដែលគ្មានផលិតផលដទៃទៀត។
- ● ប្រជាជនត្រូវការប្រើទឹកលើសពីមួយធុងចំណុះ ២០លីត្រ ដូចនេះ ត្រូវការប្រើថ្នាំចំនួនច្រើនកញ្ចប់។

ការច្រោះទឹក

ការច្រោះយកកករចេញពីទឹកតាមរយៈឱ្យទឹកហូរកាត់តម្រងច្រោះទឹក ដោយធ្វើឱ្យកករជាប់នឹងរន្ធចម្រោះនោះ។ ការច្រោះទឹកអាចធ្វើឡើងតាមរយៈការប្រើចម្រោះ ខ្សាច់ ឬសេរ៉ាមិច ដែលអាចឱ្យកករជាប់តាមរន្ធរបស់វា។

ការណែនាំអំពីការច្រោះទឹកដូចរៀបរាប់ខាងក្រោមមិនត្រូវណែនាំឱ្យធ្វើក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ននោះទេ។ (ព័ត៌មានលម្អិត អំពីតម្រងអាចរកបានពីប្រភពផ្សេងៗព័ត៌មានបន្ថែមអាចរកមើលតាមវេបសាយដូចមាននៅក្នុងទំព័រទី៤០នៃសៀវភៅនេះ)

តម្រងទៀនសេរ៉ាមិច



តម្រងនេះធ្វើពីសេរ៉ាមិច។ ទឹកដែលចាក់ចូលទៅក្នុងធុងហូរយឺតៗតាមតម្រងទៀនសេរ៉ាមិចចូលទៅក្នុងធុងមួយផ្សេងទៀត។

ពេលតម្រងទៀនសេរ៉ាមិចនេះស្ទះ ធ្វើឱ្យទឹកហូរយឺត ដូច្នេះត្រូវប្រើប្រាស់ដុសលាងសម្អាតតម្រងនោះ។

ប្រសិនបើអាចធ្វើទៅបាន ចូរស្ងោរតម្រងទៀនសេរ៉ាមិចដើម្បីសម្លាប់មេរោគដែលនៅជាប់នឹងរន្ធតម្រង។

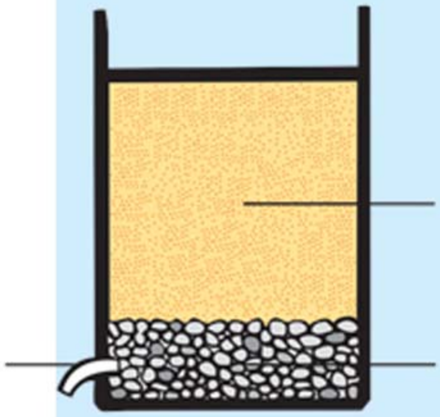
ទឹកកាន់តែកខ្វក់តម្រូវការលាងតម្រងទៀនសេរ៉ាមិចកាន់តែញឹកញាប់។ នៅពេលតម្រងទៀនសេរ៉ាមិចសឹករិចរិល ត្រូវប្តូរចេញ។

គុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃតម្រងទៀនសេរ៉ាមិច ៖

- ▲ ងាយស្រួលប្រើ និងមានសុវត្ថិភាព
- ▲ ប្រសិនបើថែទាំបានត្រឹមត្រូវ អាចច្រោះទឹកបានស្អាតល្អរយៈពេលយូរ
- ● មានតម្លៃថ្លៃ ហើយងាយបែកបាក់
- ● ប្រសិនបើទឹកល្អក់ខ្លាំង ការហូរច្រោះយឺត
- ● មិនអាចការពារការចម្លងមេរោគថ្មីដូចនេះ ទឹកដែលច្រោះរួចត្រូវរក្សាទុកក្នុងធុងស្អាតនិង គ្របគម្របដើម្បីការពារកុំឱ្យឆ្លងមេរោគឡើងវិញ។
- ● ត្រូវថែទាំជួសជុលទៀងទាត់ ហើយត្រូវបង្រៀនពីរបៀបប្រើ និងតាមដានក្រោយពេលផ្តល់ឱ្យ។

ចម្រោះខ្សាច់

មុនពេលបន្សុទ្ធទឹក



ការច្រោះទឹកដោយប្រើខ្សាច់គឺជាជម្រើសងាយស្រួលនិងលឿនមុន ពេលបន្សុទ្ធទឹក ហើយជួយកាត់បន្ថយចំនួនកករ នៅក្នុងទឹកនិងសម្លាប់ មេរោគកាន់តែមានប្រសិទ្ធភាព។ អ្នកប្រើប្រាស់ចាក់ទឹកចូលក្នុងផើង ចម្រោះឆ្លងកាត់ខ្សាច់គ្រួសរួចហូរចេញ តាមបំពង់បង្ហូរនៃផ្នែកខាង ក្រោមផើងចម្រោះទៅធុងខាងក្រៅ។

គុណសម្បត្តិ និងគុណវិបត្តិនៃការច្រោះទឹកមុនពេលបន្សុទ្ធទឹកដោយខ្សាច់ ៖

- ▲ វិធីសាស្រ្តនេះ សាមញ្ញ និងបានទឹកប្រើលឿន។
- ▲ មានប្រសិទ្ធភាពក្នុងការយកកករ និងមេរោគក្នុងទឹក។
- ▲ មានតម្លៃថោក ករណីខ្សាច់ និងធុងមាននៅក្នុងសហគមន៍។
- ● ត្រូវការធុងចំនួន៣ និងបំពង់បង្ហូរមួយ

ចម្រោះខ្សាច់ជីវសាស្ត្រ

ចម្រោះខ្សាច់ជីវសាស្រ្តជាវិធីសាស្រ្តមានប្រសិទ្ធភាពរយៈពេលវែង សម្រាប់ការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ ប៉ុន្តែមិនសូវប្រើក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្នទេ។ ចម្រោះខ្សាច់ជីវសាស្រ្តច្រោះទឹកតាមរយៈខ្សាច់ និងសារជាតិសរីរាង្គដែលដុះនៅផ្នែកខាងលើតម្រងជីវសាស្រ្តនេះ។ ត្រូវលាងសម្អាតនៅពេលដែល តម្រងស្ទះ។ ពេលចាប់ផ្តើមដំឡើងថ្មី និងក្រោយពេលលាងសម្អាតរួច តម្រងជីវសាស្រ្តមិនទាន់មានប្រសិទ្ធភាពទេ គឺត្រូវការពេលវេលា គ្រប់គ្រាន់ដើម្បីឱ្យសារជាតិសរីរាង្គរីកលូតលាស់។ ចម្រោះខ្សាច់មានភាពសាមញ្ញ ប៉ុន្តែត្រូវការបង្រៀនពីរបៀបប្រើ និងការដឹកជញ្ជូនមុនពេលចែកចាយ។ ព័ត៌មានលម្អិតអំពីការរៀបចំ និងថែទាំតម្រង ខ្សាច់ សូមអានឯកសារបន្ថែម។

- ▲ ប្រសិនបើមានការថែទាំត្រឹមត្រូវចម្រោះជីវសាស្រ្តនេះអាចបន្សុទ្ធទឹកបានរយៈពេលយូរ
- ● ចំណាយពេលយូរដើម្បីបន្សុទ្ធទឹកជាពិសេសពេលទឹកកខ្វក់ខ្លាំង ។
- ● គ្មានសារធាតុការពារទឹកពីការចម្លងមេរោគសាជាថ្មីបន្ទាប់ពីច្រោះរួច។ ត្រូវគ្របធុងទឹកដែលច្រោះរួចឱ្យបានត្រឹមត្រូវ។
- ● ត្រូវថែទាំចម្រោះឱ្យបានទៀងទាត់ ត្រូវបង្រៀនអំពីរបៀបប្រើប្រាស់មុនពេលចែកចាយ និងពិនិត្យតាមដានលើការប្រើប្រាស់ជាប្រចាំ។

> ការប្រើប្រាស់និងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

ការខិតខំប្រឹងប្រែងធ្វើឱ្យទឹកស្អាតនឹងពុំមានប្រសិទ្ធភាពទេ នៅពេលដែលការប្រើប្រាស់និងរក្សាទុកទឹកមិនបានត្រឹមត្រូវ។

នេះគឺជាបញ្ហា

- ធុងរក្សាទុកទឹកមានករួមតូចពិបាកសម្អាត។
- ធុងរក្សាទុកទឹក មានកធំទូលាយងាយឆ្លងមេរោគតែងាយស្រួលសម្អាត។

ក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន ប្រជាជនប្រើធុងដែលពួកគាត់មានស្រាប់ឬធុងដែលកម្មវិធីចែកជូន។ លើកទឹកចិត្តប្រជាជនឱ្យលាងសម្អាតសម្ភាររក្សាទុកទឹក គ្របទឹកឱ្យបានត្រឹមត្រូវ និងដាក់ឱ្យឆ្ងាយពីដៃក្មេង។ ជាការប្រសើរបំផុតគឺ ប្រើសម្ភារដងទឹកនិងរក្សាទុកទឹកស្អាតផ្សេងពីគ្នា។

លើកទឹកចិត្តប្រជាជនឱ្យសម្អាតសម្ភារដាក់ទឹកមានករួមតូចឱ្យបានទៀងទាត់ជាមួយនឹងសាប៊ូ ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកសម្លាប់មេរោគ(បើមាន)ឬគ្រាប់គ្រួសតូចៗ។

លើកទឹកចិត្តប្រជាជនគ្របគម្របធុងមានមាត់ធំនិង ពេលដងទឹកជៀសវាងកុំឱ្យដៃប៉ះនឹងទឹកស្អាតក្នុងធុងនោះ។ អាចប្រើសម្ភារសម្រាប់ដួសទឹកដែលមានដងវែងដើម្បីកុំឱ្យដៃប៉ះផ្ទាល់ជាមួយទឹកឬក្បាលរ៉ូប៊ីណេ។ លើកទឹកចិត្តប្រជាជនលាងសម្អាតដៃឱ្យស្អាតទៀងទាត់។

ទោះបីប្រភពទឹកមានគុណភាពប្រសើរក៏ដោយគឺ ត្រូវតែមានយុទ្ធនាការផ្សព្វផ្សាយពីការលាងសម្អាតធុង សម្រាប់រក្សាទុកទឹកនិងការប្រើប្រាស់ធុងឱ្យមាន សុវត្ថិភាពដើម្បី ប្រជាជនមានសុខភាពល្អ។

លើកទឹកចិត្តប្រជាជនលាងសម្អាតដៃមុនពេលផឹកទឹក។ ក្នុងពេលចែកចាយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកដល់ប្រជាជន គឺជាឱកាសល្អក្នុងការចែកចាយសាប៊ូ និងផ្តល់សារសំខាន់ៗអំពីការលាងដៃ។

ការផ្សព្វផ្សាយពីការបន្សុទ្ធទឹក និងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ

ការបណ្តុះបណ្តាល

ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកមិនត្រូវផ្តល់ឱ្យប្រជាជនប្រើប្រាស់ដោយគ្មានការបង្រៀនពីរបៀបប្រើនោះទេ។ ត្រូវរៀបចំផែនការបណ្តុះបណ្តាលប្រជាជនមុន ពេលចែកចាយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក។ ត្រូវបង្រៀនបច្ចេកទេសអំពីការប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹករួមទាំងការលើកកម្ពស់ អនាម័យដូចរៀបរាប់ខាងក្រោម៖ ការណែនាំអំពីការប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកត្រូវមានធុងតាមស្តង់ដា ២០ លីត្រឬ ១០ លីត្រ (មើលឯកសារបច្ចេកទេសបន្ថែមដូចមានបញ្ជាក់ក្នុង ទំព័រទី៤០នៃសៀវភៅនេះ)។ ប្រជាជនអាចប្រើពាងទឹក ឬ ក្អមទឹកដែលមានទំហំធំ ខុសស្តង់ដាកំណត់ឧទាហរណ៍ ក្អម១៤ លីត្រ។ ពិភាក្សាជាមួយប្រជាជនដើម្បីរកវិធីកែឆ្នៃសាមញ្ញដែលងាយយល់ និងអាចបន្តការអនុវត្តបានដោយខ្លួនឯង។

បើប្រជាជនមិនធ្លាប់ប្រើផលិតផលថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកពីមុននោះធ្វើឱ្យពួកគាត់ពិបាកនឹងជឿជាក់ណាស់។ មធ្យោបាយល្អមួយគឺ ត្រូវសាកប្រើផលិតផលនោះខ្លួនឯងជាមុនសិន។

ពេលផ្តល់វគ្គបណ្តុះបណ្តាលព្យាយាមបង្ហាញពីរបៀបប្រើផលិតផលមុនគេបង្អស់ បន្ទាប់មកនិយាយអំពីការប្រើក្លរីនឬតម្រងសម្រាប់បន្សុទ្ធទឹកផឹក ហើយផឹកទឹកនោះនៅចំពោះមុខអ្នកចូលរួម។

សកម្មភាពផ្សព្វផ្សាយអនាម័យ

យកថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកទៅចែកជូនប្រជាជនតែមួយមុខគឺ មិនបានធ្វើឱ្យសុខភាពប្រជាជនប្រសើរឡើងនោះទេ។ ការគាំទ្រប្រជាជនឱ្យទទួលយកការបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ និងរក្សាទុកទឹកឱ្យមាន សុវត្ថិភាពបង្ហាញអំពីការផ្លាស់ប្តូរទម្លាប់របស់គាត់។

ផ្ទុយទៅវិញបើប្រជាជនជឿជាក់នោះ ការផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តឬទម្លាប់មិនត្រូវការប្រើ ពេលយូរនោះទេជាមួយគ្នានេះដែរការផ្លាស់ប្តូរក្នុងរយៈពេលដ៏ខ្លីពិតជាសំខាន់ណាស់ជាពិសេសនៅកន្លែង ដែលមានហានិភ័យសុខភាពខ្ពស់។

ប្រសិនបើប្រជាជនយល់ថាខ្លួនគាត់ផ្ទាល់មានហានិភ័យខ្ពស់ពេលនោះពួក គាត់នឹងផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តយ៉ាងឆាប់បំផុត។

ប្រសិនបើប្រជាជនស្ម័គ្រចិត្តធ្វើដោយខ្លួនឯងនោះ ការផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្តនឹងកើតមានឡើងឆាប់បំផុត។ ឧទាហរណ៍ ធុងរក្សាទុកទឹកផ្តល់នូវភាពងាយស្រួលសម្រាប់ក្រុមគ្រួសារក្នុងការរក្សាទុកទឹកបានត្រឹមត្រូវក្នុងផ្ទះ។ រាល់សកម្មភាពដែលរៀបរាប់ខាងលើគឺ ចង់ឱ្យស្ត្រី បុរស និងកុមារ ចាប់ផ្តើមកាត់បន្ថយហានិភ័យសុខភាព។ នេះមានន័យថាគឺធ្វើឱ្យប្រជាជនអនុវត្តអនាម័យបានល្អ ជាជាងការធ្វើបង្ហាញអំពីមូលហេតុបណ្តាលឱ្យកើតជំងឺ។

ក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន កត្តាជំរុញដ៏សំខាន់សម្រាប់ធ្វើការផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្ត គឺនិយាយអំពីអត្ថប្រយោជន៍សុខភាព។ ប៉ុន្តែវាមិនដូចគ្នាគ្រប់ករណីនោះទេសំខាន់បំផុត ត្រូវស្វែងយល់អំពីវប្បធម៌ប្រពៃណីក្នុងសហគមន៍ដើម្បីងាយស្រួលក្នុងការលើកទឹកចិត្តឱ្យប្រជាជនមានការផ្លាស់ប្តូរការប្រព្រឹត្ត។ ឧទាហរណ៍ ម្តាយម្នាក់អនុវត្ត វិធីសាស្ត្រសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកក្រោយពីបានដឹងថាអ្នកជិតខាងរបស់គាត់បានប្រើវា។ ការផ្តល់សម្ភារ អនាម័យគឺ ជាការលើកទឹកចិត្តដល់ប្រជាជនឱ្យចូលរួមក្នុងសកម្មភាពការ លើកកម្ពស់អនាម័យខ្លួនប្រាណ។

មានឯកសារជាច្រើនដែលអាចយកមកប្រើប្រាស់បានសម្រាប់ការលើកកម្ពស់សុវត្ថិភាពនៃការ ធ្វើអនាម័យជាប្រចាំក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន (**ព័ត៌មានបន្ថែមអាចរកមើលតាមវេបសាយដូចមានក្នុងទំព័រ៤០នៃសៀវភៅនេះ**)។

ពេលចែកចាយថ្នាំសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ ជាឱកាសដ៏ល្អបំផុតផ្តល់សាប៊ូសម្ភារអនាម័យផ្សេងៗ និងផ្សព្វផ្សាយសារគន្លឹះអំពីការប្រើប្រាស់ទឹកនិងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។ ប្រសិនបើប្រជាជនក្នុងសហគមន៍មិនទទួលបានព័ត៌មានគ្រប់គ្រាន់អំពីអត្ថប្រយោជន៍នៃសម្ភារៈដែលចែកចាយ នោះធ្វើឱ្យឱកាសសំខាន់ក្នុងការលើកកម្ពស់អនាម័យសុខភាពត្រូវបាត់បង់ទៅវិញ។

ជំហានជាមូលដ្ឋាន៤ សម្រាប់ការលើកកម្ពស់អនាម័យក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្ន ៖

១. ធ្វើការប៉ាន់ប្រមាណអំពី ទឹក បង្គន់អនាម័យ និងអនាម័យ

ទឹក					បង្គន់អនាម័យ	អនាម័យ
ប្រភពទឹក	ការដង និងដឹកជញ្ជូនទឹក	ការរក្សាទុកទឹក	ការបន្សុទ្ធទឹក	ការប្រើទឹក	ការប្រើបង្គន់អនាម័យ	ការលាងសម្អាតដៃ
១ ប្រភពទឹក ត្រូវប្រើដោយប្រុងប្រយ័ត្ន និងរក្សាទុកនៅកន្លែងស្អាត	៣ ទឹកសម្រាប់ផឹកគួរចេញពីទុយោស្អាត និងមិនប៉ះជា មួយដៃ	៥ រក្សាទុកទឹកក្នុងធុងស្អាតគ្របគម្រប និងសម្អាតធុងទឹកទៀងទាត់	៧ ត្រូវបន្សុទ្ធទឹកនៅផ្ទះ ប្រសិនបើប្រភពទឹកមិនស្អាតឬរក្សាទុកមិនបានត្រឹមត្រូវ ។	៨ ទឹកសម្រាប់ផឹកត្រូវតែដងដោយសម្ភារស្អាត ដូចជា ផ្តិលឬកែវដែលមានដងវែងសម្រាប់កាន់	៩ ប្រើបង្គន់អនាម័យ កុំបន្ទោរបង់ពាសវាលពាសកាល	១២ ក្នុងផ្ទះត្រូវមានសាប៊ូឬផេះ ទឹកសម្រាប់លាងសម្អាតដៃ
២ គ្មានហានិភ័យនៃការចម្លងមេរោគពីបង្គន់នៅក្បែរ លូទឹកកខ្វក់ សត្វឬវត្ថុផ្សេងៗធ្លាក់ចូលក្នុងអណ្តូង។	៤ គ្របធុងទឹកពេលដឹកជញ្ជូន	៦ ត្រូវរក្សាទុកទឹកផឹកដាច់ដោយឡែកពីធុងទឹកផ្សេងៗក្នុងផ្ទះ។			១០ សង់បង្គន់ ឱ្យឆ្ងាយពីប្រភពទឹក និងថែទាំឱ្យបានស្អាត	១៣ ប្រជាជនត្រូវលាងដៃបន្ទាប់ពីបន្ទោរបង់រួច
					១១ អាងស្តុកលាមកត្រូវសារឱរទៅងទាត់	

២. ការជ្រើសរើសក្រុមគោលដៅ

ក្នុងដំណាក់កាលដំបូងផ្តើមនៃគ្រោះអាសន្ន យើងតែងតែធ្វើយុទ្ធនាការផ្សព្វផ្សាយដោយគ្មានក្រុមគោល ដៅជាក់លាក់។ ដូចនេះយើងត្រូវកំណត់ក្រុមគោលដៅឱ្យបានជាក់លាក់ដើម្បីផ្តល់សារទៅឱ្យក្រុមគោលដៅនោះទទួលខុសត្រូវក្នុងការអនុវត្តសកម្មភាពដែលត្រូវធ្វើ។

ឧទាហរណ៍ កុមារដែលជាអ្នកទទួលខុសត្រូវក្នុងការដងទឹក ពួកគេគឺជាក្រុមគោលដៅដែលត្រូវបានកំណត់នៅក្នុងសារដែលទាក់ទងនឹងការប្រមូលនិងដឹកជញ្ជូនទឹក។

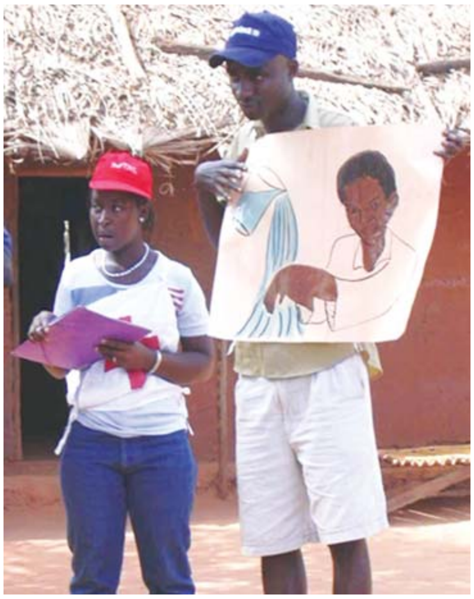
៣. បង្កើតសារអនាម័យ

A ខ្លឹមសារនៃសារអនាម័យត្រូវផ្តោតលើចំណុចសំខាន់ៗនៃការអនុវត្តមួយឬពីរ កាន់តែតិចកាន់តែប្រសើរ។ ការផ្តល់ព័ត៌មានច្រើនពេកអាចនាំឱ្យទទួលបានផលអវិជ្ជមាន។

B បង្ហាញសារអនាម័យនៅក្នុងន័យវិជ្ជមាន និងបរិយាយក្នុងភាពកំប្លែងដើម្បីទាក់ទាញអារម្មណ៍អ្នកចូលរួម។

C សារផ្សព្វផ្សាយអនាម័យគួរប្រើពាក្យសាមញ្ញៗ និងជាភាសាក្នុងស្រុក។

ប្រសិនបើអាច សូមធ្វើការសាកល្បងសារនោះជាមួយក្រុមដែលមានអាយុ កម្រិតការអប់រំ និងវប្បធម៌ប្រហាក់ប្រហែលគ្នាសមស្របតាមសារដែលត្រូវផ្សព្វផ្សាយនោះ។



៤. ជ្រើសរើសវិធីសាស្ត្រនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង

ជម្រើសវិធីសាស្ត្រនៃការប្រាស្រ័យទាក់ទង គឺអាស្រ័យទៅតាមប្រភេទ អ្នកចូលរួម និងធនធានដែលអាចរកបាន។ ជាទូទៅក្នុងពេលមានគ្រោះអាសន្នសូមប្រើវិធីសាស្ត្រផ្សព្វផ្សាយតាមប្រព័ន្ធសារព័ត៌មានជាបន្ទាន់ឱ្យបានទូលំទូលាយដល់ប្រជាជន។

ឱកាសដ៏ល្អសម្រាប់ការផ្តល់សារដល់ប្រជាជន គឺពេលពួកគាត់មករង់ចាំទទួលអំណោយមនុស្សធម៌ ព្រោះពេលនោះប្រជាជនមកចូលរួមច្រើនដែលយើងអាចផ្តល់សារបានលឿនដល់ពួកគេគ្រប់ៗគ្នា។

ប្រើទីតាំងចែកចាយដើម្បីធ្វើការផ្សព្វផ្សាយទៅតាមសកម្មភាពខុសៗគ្នាដោយប្រើវិធី ផ្សព្វផ្សាយដែលមានប្រជាប្រិយដូចជា ល្ខោន តុក្កតា ចម្រៀង និងនិទានរឿង។ល។ (បញ្ចូលការកម្សាន្តជាមួយនឹងការណែនាំជាក់ស្តែង)ឬប្រើប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយចម្រុះតាមរយៈឧបករណ៍ បំពងសំឡេង សន្លឹកបត់ ប័ណ្ណប្រកាស ផ្ទាំងប្រកាស ក្តារព័ត៌មាន អាវយឺត។ល។

សារដែលបានផ្តល់ឱ្យតាមប្រព័ន្ធផ្សព្វផ្សាយចម្រុះ អាចធ្វើបានតាមរយៈការចុះជួបជាមួយប្រជាជនផ្ទាល់ ដូចជាចុះជួបតាមខ្នងផ្ទះ ពេលមានសកម្មភាពចែកចាយសម្ភារមិនមែនស្បៀង។

ការចុះជួបតាមខ្នងផ្ទះពីផ្ទះមួយទៅផ្ទះមួយទៀត ជាឱកាសសម្រាប់អ្នកផ្សព្វផ្សាយធ្វើការវាយតម្លៃបរិស្ថានតាមផ្ទះដើម្បីផ្សព្វផ្សាយសារអនាម័យទៅតាមតម្រូវការជាក់លាក់របស់គ្រួសារនីមួយៗ។

ចំណុចគួរពិចារណាពេលចុះតាមខ្នងផ្ទះ :

- ការចុះជួបតាមខ្នងផ្ទះ ត្រូវតែមានការប្រុងប្រយ័ត្នខ្ពស់ សូម្បីតែនៅពេលមានគ្រោះអាសន្ន ក៏ត្រូវផ្តោតលើ "សុភាវធម៌ និងការគួរសម " ។
- ជាមធ្យម អ្នកស្ម័គ្រចិត្ត ១នាក់ អាចទៅជួប ៥ទៅ៦ គ្រួសារក្នុងមួយថ្ងៃ (៤ ម៉ោង) ។
- ផ្តល់សម្ភារដូចជា ក្រដាសផ្ទាំងធំ ប័ណ្ណប្រកាសឬប័ណ្ណរូបភាពផ្សព្វផ្សាយដែលមានសារៈប្រយោជន៍ដើម្បីជំរុញដល់ការពិភាក្សា។
- ត្រូវរៀបចំពេលវេលា រួចផ្តល់ព័ត៌មានជាមុនជូនដល់ប្រជាជនមុន ពេលចុះតាមផ្ទះ ព្រោះថាពេលមានគ្រោះអាសន្នប្រជាជនរវល់រកសម្ភារផ្សេងៗ សម្រាប់ការរស់នៅរបស់គាត់។

> ការពិនិត្យតាមដាន

ការបណ្តុះបណ្តាលគ្រាន់តែដឹងអំពីវិធីសាស្ត្រការបន្សុទ្ធទឹកនិងការរក្សាទុកទឹកតែប៉ុណ្ណោះ ដូច្នេះត្រូវតែមានវគ្គបំប៉ន និងការពិនិត្យតាមដានបន្ថែមទៀត។

អ្នកផ្សព្វផ្សាយអំពីអនាម័យ ត្រូវតាមដានអំពីចំណុចផ្លាស់ប្តូរក្នុងសហគមន៍ ដូចខាងក្រោម ៖

- ការពេញចិត្តរបស់ប្រជាជនទៅនឹងផលិតផលដែលបានជ្រើសរើស
- ការប្រើប្រាស់ផលិតផលត្រឹមត្រូវ
- ការអនុវត្តអនាម័យរបស់ប្រជាជនជាលក្ខណៈគ្រួសារទាក់ទងទៅនឹងការប្រើនិងរក្សាទុកទឹក។

> គំនូសតាងនៃការសម្រេចចិត្តស្ដីពីការបន្សុទ្ធទឹក និងរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ

តើប្រភពទឹកកខ្វក់មែនឬទេ?

- **មិនមែន** — ផ្សព្វផ្សាយអំពីការប្រើប្រាស់និងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
- **មែន** — តើផលិតផលបន្សុទ្ធទឹកដែលផលិតនៅក្រៅស្រុក អាចរកបាននៅលើទីផ្សារក្នុងសហគមន៍ឬតាមអំណោយមនុស្សធម៌ ឬទេ?
  - **មិនមែន** — ទឹកល្អក់(មានភក់)មែនឬទេ?
    - **មែន** — ផ្សព្វផ្សាយអំពីការច្រោះទឹក វិធីសាស្ត្រក្អមពា ច្រកទឹកក្នុងដបហាលថ្ងៃ រក្សាទុកទឹកមានសុវត្ថិភាព រហូតដល់មានប្រភពទឹកថ្លាឬមានវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗអាចប្រើបាន
    - **មិនមែន** — មានអុសឬប្រភពកម្ដៅផ្សេងទៀតមែនឬទេ?
      - **មិនមែន** — ផ្សព្វផ្សាយអំពីការច្រោះទឹក ច្រកទឹកក្នុងដបហាលថ្ងៃ វិធីសាស្ត្រក្អមពាឬប្រើចម្រោះដោយលាងសម្អាតជាប្រចាំ និងការរក្សារទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
      - **មែន** — ផ្សព្វផ្សាយអំពីការច្រោះទឹក ការដាំទឹកឱ្យពុះ ការប្រើប្រាស់និងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព។ លើកកម្ពស់ការទទួលខុសត្រូវប្រមូលឧសនិងការដាំព្រៃឈើ
  - **មែន** — ទឹកល្អក់(មានភក់)មែនឬទេ?
    - **មែន** — ផ្សព្វផ្សាយអំពីការច្រោះទឹក វិធីសាស្ត្រក្អមពា ការធ្វើទឹកឱ្យរងដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក ឬប្រើចម្រោះដោយលាងសម្អាតជាប្រចាំ និងការរក្សារទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
    - **មិនមែន** — ទឹកល្អក់មែនឬទេ?
      - **មិនមែន** — ប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក តាមកម្រិតធម្មតា និងផ្សព្វផ្សាយអំពីការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព
      - **មែន** — ច្រោះទឹក និងប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកកម្រិតទ្វេដងនិងផ្សព្វផ្សាយអំពីការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាព

មនុស្សជិតមួយពាន់លាននាក់ទូទាំងពិភពលោកខ្វះទឹកស្អាតសម្រាប់បរិភោគ។ ជារៀងរាល់ឆ្នាំមានមនុស្សជាង៤លានបានស្លាប់ ភាគច្រើនជាកុមារ។

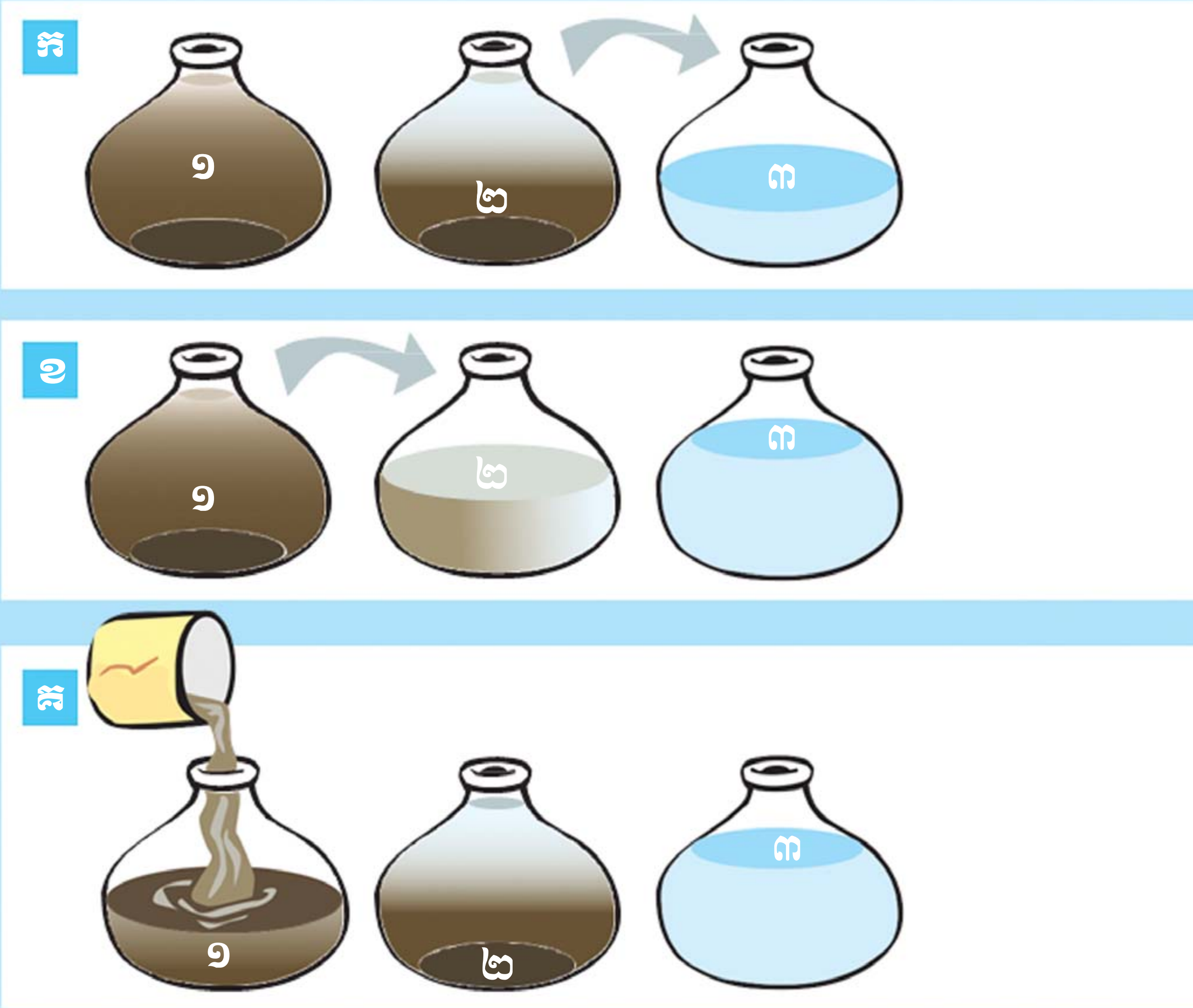
ក្នុងរយៈពេល១៥ឆ្នាំចុងក្រោយនេះសហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហមបានជួយមនុស្សជាង៩លាននាក់តាមរយៈកម្មវិធីទឹកស្អាតនិងអនាម័យ។
ក្នុងឆ្នាំ២០១៥គេរំពឹងថាមានមនុស្សចំនួន១៤លាននាក់នឹងទទួលបានផលប្រយោជន៍ពីកម្មវិធីនេះ។

ប័ណ្ណព័ត៌មាន (Fact sheets)

ប័ណ្ណព័ត៌មានខាងក្រោមត្រូវបានបោះពុម្ព និងចែកជូនដល់អ្នកពាក់ព័ន្ធទាំងអស់ដែលចូលរួមក្នុងការងារអប់រំ និងផ្សព្វផ្សាយអំពីវិធីសាស្ត្រផ្សេងៗដែលមានក្នុងសៀវភៅនេះ។

វិធីសាស្ត្រក្អម៣

ទឹកផឹក : ទឹកផឹកត្រូវយកពីក្អមទី៣ ហើយទុកយ៉ាងហោចណាស់ឱ្យបាន ២ថ្ងៃ ដើម្បីឱ្យទឹកថ្លាបន្តិចម្តងៗ។ ត្រូវលាងសម្អាតកំណកនៅក្នុងក្អមទាំងបីជាប្រចាំ ដោយប្រើទឹកក្តៅ។



ប្រើទុយោ ដើម្បីបង្ហូរទឹកចេញពីក្អមមួយទៅក្អមមួយទៀត ជៀសវាងកុំឱ្យរញ្ជួយដល់កករក្នុងបាតក្អម ដោយសារការចាក់ទឹក។

ជារៀងរាល់ថ្ងៃពេលដងទឹកមកដល់ផ្ទះ

ចាក់ទឹកយឺតៗ ពីក្អមទី២ ទៅក្អមទី៣
រួចលាងសម្អាតក្អមទី២ ។

ចាក់ទឹកយឺតៗ ពីក្អមទី១ ទៅក្អមទី២
រួចលាងសម្អាតក្អមទី១ ។

ចាក់ទឹកដែលទើបដងមក(ធុងទី៤)ចូលទៅក្នុងក្អមទី១។
ច្រោះទឹកនោះដោយក្រណាត់អំបោះ។

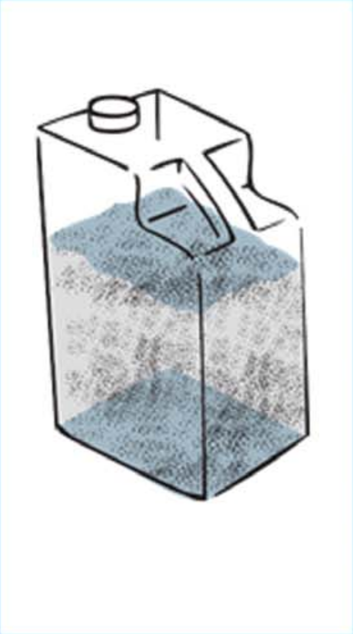
សំគាល់ ៖ វិធីសាស្ត្រច្រោះដោយក្រណាត់អំបោះខាងលើនេះមានប្រសិទ្ធភាពពេលចាក់ទឹកចូលក្នុងក្អម។

> តើការប្រើ វ៉តធ័រហ្គាត (WaterGuard) បន្សុទ្ធទឹកបានយ៉ាងដូចម្ដេច ?

លាងដៃជាមួយសាប៊ូ ឬផេះ

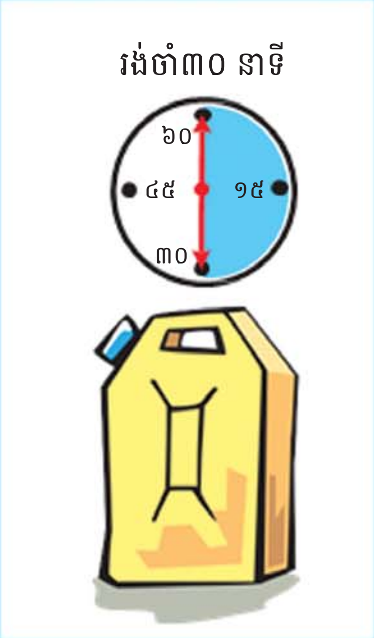
ទឹកថ្លា ?

ដាក់ថ្នាំ១គម្រប
ទឹក ២០លីត្រ រួចបិទគម្រប



ទឹកល្អក់ ?

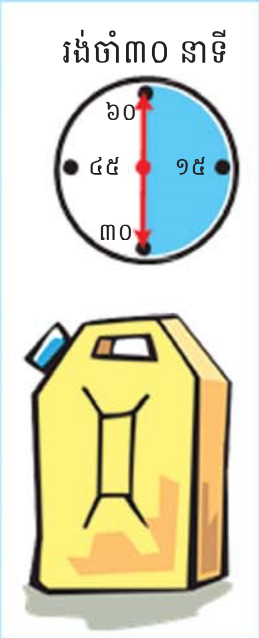
ច្រោះនឹងក្រណាត់អំបោះ



រង់ចាំ៣០ នាទី

ទឹកអាចផឹកបាន

ដាក់ទឹកថ្នាំ២ គម្របក្នុងទឹក
២០លីត្រួចបិទគម្រប



រង់ចាំ៣០ នាទី

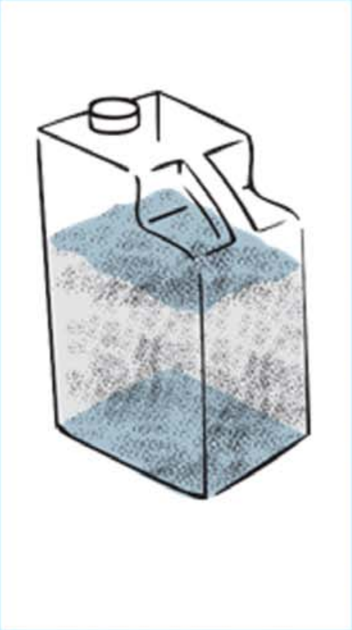
ទឹកអាចផឹកបាន

តើត្រូវប្រើថ្នាំគ្រាប់ក្លរីនបន្សុទ្ធទឹកយ៉ាងដូចម្តេច ?

លាងដៃជាមួយសាប៊ូ ឬផេះ

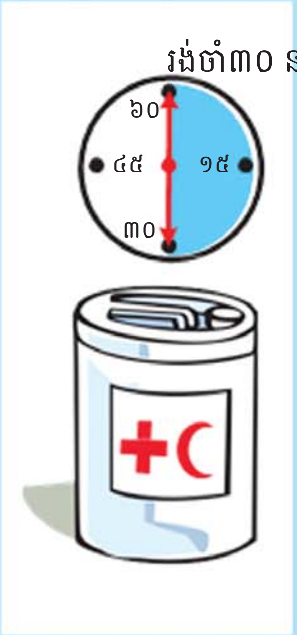
ទឹកថ្លា ?

ដាក់ថ្នាំក្លរីន១គ្រាប់រួច បិទគម្រប



ទឹកល្អក់ ?

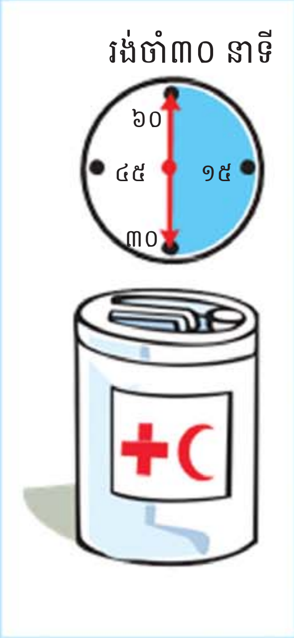
ច្រោះនឹងក្រណាត់អំបោះ



រង់ចាំ៣០ នាទី

ទឹកអាចផឹកបាន

ដាក់ថ្នាំក្លរីន ២គ្រាប់ទៅក្នុងធុង
រួចបិទគម្រប



រង់ចាំ៣០ នាទី

ទឹកអាចផឹកបាន

> តើត្រូវបន្សុទ្ធទឹកដោយថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក (Watermaker) យ៉ាងដូចម្តេច ?

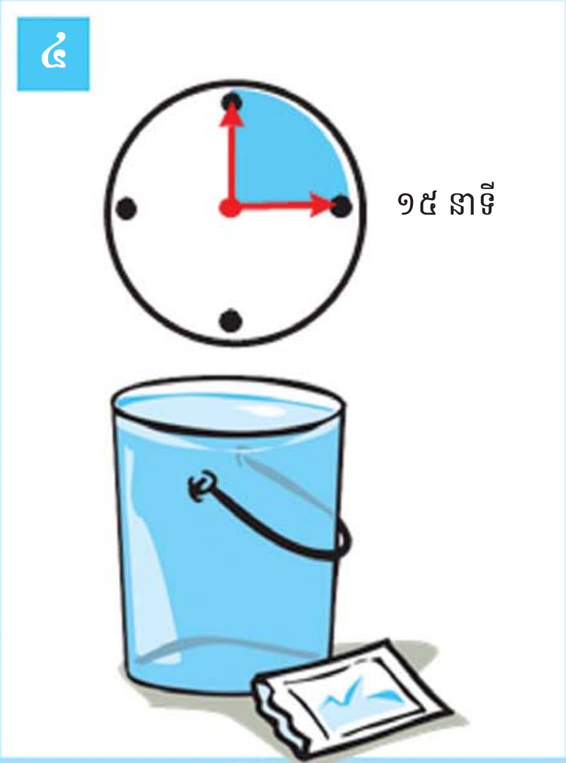
លាងដៃជាមួយសាប៊ូ ឬផេះ

ចាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹកWatermaker
មួយកញ្ចប់ចូលក្នុងធុង

ចាក់ទឹកដែលបន្សុទ្ធរួច
ត្រងដោយក្រណាត់អំបោះស្អាត

ទឹកអាចផឹកបាន

កូរឱ្យរលាយ៥នាទី



រង់ចាំ ១៥ នាទី

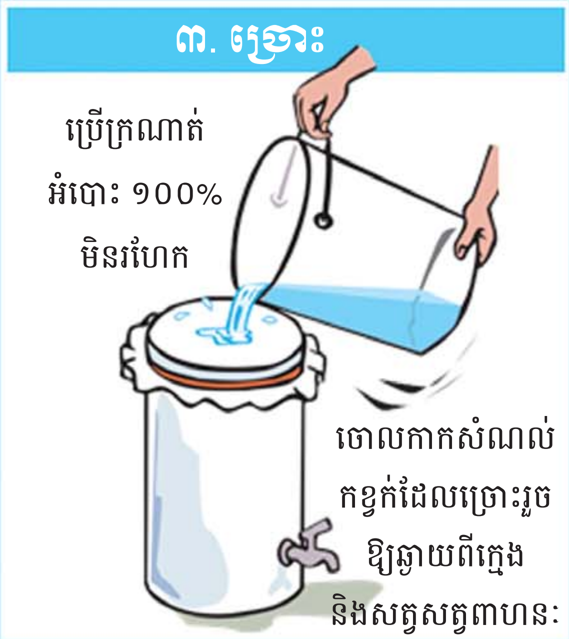
កុំផឹក ប្រសិនបើទឹកនោះមានពណ៌លឿង

រក្សាទុកទឹកនៅក្នុងធុងបិទជិត

តើត្រូវប្រើថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក PUR យ៉ាងដូចម្តេច ?

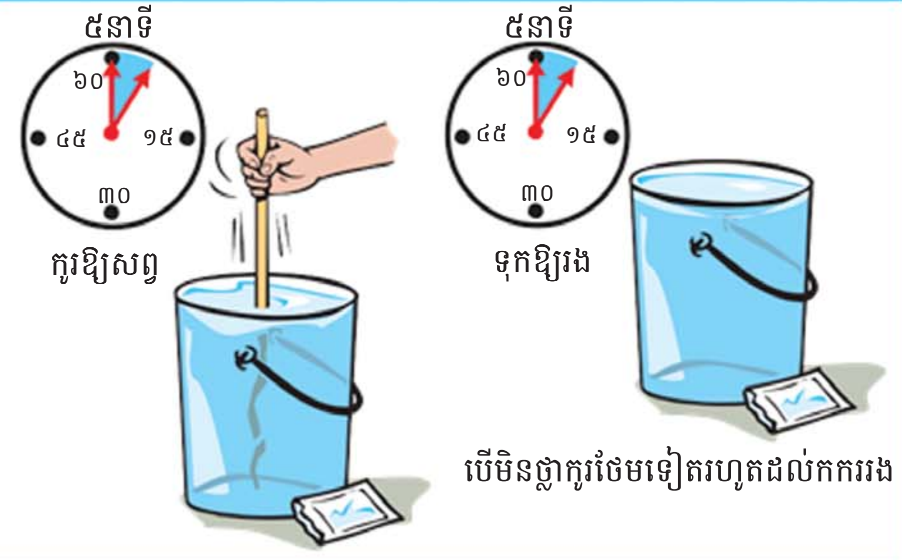
លាងដៃជាមួយសាប៊ូ ឬ ផេះ

ដាក់ថ្នាំបន្សុទ្ធទឹក១កញ្ចប់សម្រាប់ទឹក១០លីត្រ



ចាក់ទឹកដែលបន្សុទ្ធរួចក្នុងធុង
ដោយត្រងនឹងក្រណាត់អំបោះ

២. កូរ



កូរល្បាយទឹក ៥នាទី រងចាំ ៥នាទី

រង់ចាំ ២០នាទី

៤. ការផឹក

ទឹកអាចផឹកបាន
កុំផឹកបើទឹកមានពណ៌លឿង

ប្រភពព័ត៌មានបន្ថែមសូមមើលក្នុងវេបសាយខាងក្រោម

Household Water Treatment Fact Sheet

http://www.lboro.ac.uk/well/resources/fact-sheets/fact-sheets-htm/Household%20WT.htm

Field Water Quality Testing in Emergencies

http://www.lboro.ac.uk/well/resources/fact-sheets/fact-sheets-htm/WQ%20in%20emergencies.htm

Hygiene promotion

http://www.ifrc.org/what/health/water/hygiene.asp

Drinking Water Quality

http://www.who.int/water_sanitation_health/dwq/en/

គោលការណ៍គ្រឹះ នៃចលនាអន្តរជាតិកាកបាទក្រហម អឌ្ឍចន្ទក្រហម

១- ភាពមនុស្សធម៌

ចលនាអន្តរជាតិកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម កើតឡើងដោយបំណងប្រាថ្នាសំដៅជួយជនរងរបួស នៅក្នុង សមរភូមិ ដោយមិនបែងចែក ឬរើសអើង។ ខិតខំខ្នះខ្នែងទៅតាមសមត្ថភាពជាតិ និងអន្តរជាតិរបស់ខ្លួនដើម្បី បង្ការ និងកាត់ បន្ថយទុក្ខលំបាកវេទនារបស់មនុស្សលោក គ្រប់ទីកន្លែងដែលជួបប្រទះ។ គោលបំណងនៃចលនា គឺការពារជីវិត និង សុខភាព ហើយធានាការគោរពមនុស្សលោក។ ចលនានឹងលើកកម្ពស់ការយោគយល់គ្នា ទៅវិញ-ទៅមក មិត្តភាព សហប្រតិបត្តិការ និងសន្តិភាពស្ថិតស្ថេរក្នុងចំណោមជនគ្រប់រូប។

២- ភាពមិនលំអៀង

ជាភាពមិនបែងចែក ឬរើសអើងសញ្ជាតិ ពូជសាសន៍ ជំនឿសាសនា វណ្ណៈ ឬទស្សនៈនយោបាយ ឡើយ។ ភាពមិនលំអៀង ខិតខំប្រឹងប្រែងសម្រាលការឈឺចាប់ខ្លោចផ្សារបស់ជនគ្រប់រូបដោយចំពោះតែអ្នកដែល ត្រូវការចាំបាច់ ឱ្យជួយ និងជូនអាទិភាពដល់ករណីដែលជាគ្រោះអាសន្នជាងគេ។

៣- អព្យាក្រឹតភាព

ដើម្បីបន្តរក្សាក្តីសោមនស្សរីករាយ និងជំនឿទុកចិត្តពីគ្រប់មជ្ឈដ្ឋានចលនាមិនគប្បីចូលរួមក្នុងក្នុងការវែកញែករក ខុសត្រូវក្នុងបញ្ហានយោបាយពូជសាសន៍ ជំនឿសាសនា មនោគមន៍វិជ្ជាឡើយ។

៤- ឯករាជ្យភាព

ចលនាត្រូវតែឯករាជ្យ សមាគមជាតិទោះជាជំនួយការក្នុងការផ្តល់សេវាកម្មមនុស្សធម៌របស់រដ្ឋាភិបាល និងស្ថិតនៅ ក្រោមច្បាប់របស់ប្រទេសជាតិក៏ដោយក៏ជានិច្ចកាលត្រូវតែរក្សាស្វ័យភាពរបស់ ខ្លួន ដើម្បីអាចធ្វើសកម្មភាពបាន ស្របតាម គោលការណ៍គ្រឹះនៃចលនា។

៥- សេវាកម្មស្ម័គ្រចិត្ត

គឺជាអង្គការសង្គ្រោះដោយស្ម័គ្រចិត្ត ដែលមិនមែនធ្វើសកម្មភាពដោយសារតែចង់បានផល ចំណេញនោះឡើយ។

៦- ឯកភាព

នៅក្នុងប្រទេសមួយ អាចមានសមាគមជាតិតែមួយគត់ សមាគមជាតិនោះត្រូវតែបើកចំហជូនជនគ្រប់រូបហើយត្រូវ បំពេញភារកិច្ចមនុស្សធម៌នៅទូទាំងប្រទេស។

៧- សកលភាព

ចលនាអន្តរជាតិកាកបាទក្រហម អឌ្ឍចន្ទក្រហម ក្នុងនោះគ្រប់សមាគមជាតិទាំងអស់ មានឋានៈស្មើគ្នា មានការ ទទួលខុសត្រូវ និងករណីកិច្ចដូចៗគ្នា ក្នុងការជួយគ្នាទៅវិញ-ទៅមក គឺជាលក្ខណៈសកល។

Together for
humanity

សហព័ន្ធអន្តរជាតិកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម លើកកម្ពស់សកម្មភាពមនុស្សធម៌នៃសមាគមជាតិក្នុង ចំណោមអ្នកងាយទទួលរងគ្រោះបំផុត។

ការសម្របសម្រួលជួយដល់គ្រោះមហន្តរាយអន្តរជាតិ និងលើកទឹកចិត្តដល់ការគាំទ្រការអភិវឌ្ឍ ស្វែងរកការគាំទ្រដើម្បីកាត់បន្ថយទុក្ខវេទនារបស់មនុស្ស។

សហព័ន្ធអន្តរជាតិនៃសមាគមនជាតិ និងគណៈកម្មាធិការអន្តរជាតិនៃកាកបាទក្រហមរួមគ្នាបង្កើតចលនាអន្តរជាតិកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម។

ការបន្សុទ្ធទឹកនិងការរក្សាទុកទឹកប្រកបដោយសុវត្ថិភាពជាលក្ខណៈគ្រួសារ

សៀវភៅនេះសម្រាប់បុគ្គលិក អ្នកស្ម័គ្រចិត្តកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហមក្នុងការចូលរួមឆ្លើយតបបញ្ហាទឹកស្អាតក្នុងពេលគ្រោះអាសន្ន ។ សៀវភៅនេះបង្ហាញពីជម្រើសជាច្រើនសម្រាប់កែលម្អគុណភាពទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ។

មាតិការួមមាន ៖

- ទិដ្ឋភាពទូទៅនៃគុណភាពទឹក
- តើធ្វើដូចម្តេចដើម្បីបន្សុទ្ធទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ
- វិធីប្រើប្រាស់ទឹកតាមខ្នងផ្ទះនីមួយៗ
- របៀបជ្រើសរើសមធ្យោបាយត្រឹមត្រូវក្នុងការកែលម្អគុណភាពទឹក
- វិធីសាស្ត្រផ្សព្វផ្សាយការបន្សុទ្ធទឹក និងការរក្សាទុកទឹកជាលក្ខណៈគ្រួសារ

បន្ទាប់ពីបទអន្តរាគមអ្នកទទួលផលត្រូវទទួលការបណ្តុះបណ្តាលជាក់លាក់អំពីការប្រើវិធីសាស្ត្រសម្លាប់មេរោគក្នុងទឹក។ សៀវភៅនេះបានបញ្ចូលនូវព្រឹត្តិការណ៍សង្ខេបដែលអាចផ្តល់ឱ្យអ្នកស្ម័គ្រចិត្តយកទៅបណ្តុះបណ្តាលបន្ត។

ព័ត៌មានបន្ថែម សូមទំនាក់ទំនង
នាយកដ្ឋានថែទាំ សុខភាព អនាម័យទឹកស្អាតសហព័ន្ធអន្តរជាតិកាកបាទក្រហមនិងអឌ្ឍចន្ទក្រហម

P.O. Box 372, CH-1211 Geneva 19, Switzerland Telephone: +41 22 730 4222
Telefax: +41 22 733 0395 E-mail: secretariat@ifrc.org
សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែមសូមចូលមើលគេហទំព័ររបស់សហព័ន្ធអន្តរជាតិក្នុងវេបសាយ : **www.ifrc.org**

142000 09/2008 E 2,000