

၂.၃။ ငါးမွေးမြူခြင်း နှင့် အထီးအမအချိုးအစား ကန်ဇရီယာ ၁ စတုရန်းမီတာလျှင် မျိုးငါး ၂-၄ ကီလို ထည့် မွေးပါ။ အထီး (၂) ကောင်လျှင် အမ (၁) ကောင်နှုန်း မွေးပါ။

၂.၄။ အစာကျွေးခြင်း နှင့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း ငါးပြေမများကို တစ်နေ့လျှင် ၂ ကြိမ် အစာကျွေးပါ။ အစာကို ငါးပေါင်းမှုန့် ၅၀%၊ ပုစွန်မှုန့် ၂၅%၊ ဖွဲ ၂၅% ရောစပ်ပြီး ငါး၏ အလေးချိန် ၅% ကျွေးပါ။ ၂ ကြိမ်ကို အညီအမျှ ခွဲကျွေးပါ။

၃) ငါးပြေမသားပေါက်ခြင်း

သားပေါက်ရာသီ - ဧပြီလ မှ စက်တင်ဘာလအတွင်း

ဥချနှုန်း - အမကြီး တစ်ကီလိုမှ ဥ ၇၈၀၀၀ မှ ၁၄၀၀၀၀ အထိ ရနိုင်သည်။

သားပေါက်သောအကြိမ် - ပထမအကြိမ် ဥချပြီး ၂၅-၃၀ ရက် ကြာသောအခါ နောက်တစ်ကြိမ် ထပ်မံ ဥချနိုင်သည်။ ငါးပြေမ များသည် တစ်နှစ်လျှင် ၃-၄ ကြိမ် ဥချသားပေါက်နိုင်သည်။

၄) ငါးပြေမသားဖောက်ခြင်း

၄.၁။ ဟိုမုန်းဆေးထိုးရန် အဆင့်ဆင့်ပြုလုပ်ခြင်း  
ခန္ဓာကိုယ်ပေါ်တွင် အနာဒဏ်ရာမရှိသော ဝမ်းဗိုက်ဖောင်း ကားပြီး ပုံစံကျန လှပသော မျိုးငါးအမများကို သားဖောက်ရန် ရွေးချယ်ပါ။ ကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး ဖျတ်လတ်သော ငါးအထီး များကို ရွေးချယ်ပါ။

၄.၂။ သားဖောက်ကန်  
အကျယ်အဝန်း ၁၀-၂၀ စတုရန်းမီတာ ရှိသင့်ပါသည်။ သားဖောက်မည့် ငါးအရေအတွက်ကို မူတည်၍ နေရာလိုအပ် ပါသည်။ ရေအနက်သည် ၀.၄ မှ ၀.၈ မီတာ ရှိရပါမည်။ သားဖောက်ကန်ကို တိတ်ဆိတ်ငြိမ်သက်သော နေရာတွင် ထားရပါမည်။ ဆူညံသံများသည် ငါးများကို ထိတ်လန့်စေနိုင် ပါသည်။

၄.၃။ ငါးကို ဟိုမုန်းဆေးထိုးခြင်း  
LH-LRH နှင့် HCG ဟိုမုန်းများကို အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ အောက်ပါအဆင့်အတိုင်း ဆေးထိုးရပါမည်။

အမကို ဆေးထိုးခြင်း

အမ တစ်ကီလိုလျှင် LH-LRH ၈၀-၁၀၀ mg  
အမ တစ်ကီလိုလျှင် HCG ၂၅၀၀-၃၀၀၀ IU

အထီးကို ဆေးထိုးခြင်း

အမကို ဆေးထိုးသောအခါ ထက်ဝက်ကိုအသုံးပြုရပါမည်။ (Intramuscular) ပါးဟက်အနောက်ဘက်တွင် ဆေးထိုးရမည်။

ငါးဥချခြင်း

ဆေးထိုးပြီး ၆-၈ နာရီ အကြာတွင် စတင်မိတ်လိုက်ပါသည်။ ဥချခြင်းမှာ ၂-၃ နာရီခန့် ကြာနိုင်ပါသည်။

အထီးအမတွဲခြင်း

အထီး ၂ ကောင် အမ ၁ ကောင်နှုန်း တွဲပေးပါ။

သားပေါက်နှုန်း

သားပေါက်ရာသီတွင် ဆေးထိုးသားဖောက်ခြင်းမှ ၃၆-၁၀၀% အထိ ဥချပါသည်။ သန္ဓေအောင်နှုန်းမှာ ၈၂-၉၃% ခန့် ရှိပါသည်။ သားပေါက်နှုန်းမှာ ၈၇% ရှိပါသည်။

“ The original material in this leaflet was produced by the Rural Extension for Aquaculture Development (READ) project sponsored by Danida and implemented by the Mekong River Commission in collaboration with the Research Institute for Aquaculture #2 (RIA-2). Translation into Myanmar language, graphic design and printing of this leaflet has been funded by the EU and BMZ funded Myanmar Sustainable Aquaculture Programme (MYSAP).”

Contact: inlandmysap@cgiar.org

Funded by:



# MYSAP Inland



## ငါးပြေမ မျိုးစေ့ထုတ်လုပ်ခြင်း

မြန်မာရေသတ္တဝါမွေးမြူရေးကဏ္ဍရေးရာဌာန၊ ဖြိုးတိုးတက်ရေးစီမံကိန်း

Implemented by:



**ဥဖောက်ခြင်း**

ဥချကန်မှ သန္ဓေအောင်ဥများကိုဆယ်ယူပြီး အဝကျယ် ၅၀ စင်တီမီတာခန့်၌ ပလတ်စတစ်ဇလုံသို့ ပြောင်းရွှေ့ပါ။ ထို ပလတ်စတစ်ဇလုံအတွင်း သန္ဓေအောင်သောဥ ၅၀၀၀ ခန့် ကို ဆယ်ပေးရန်မလို သားပေါက်စေနိုင်ပါသည်။



၅၀ စင်တီမီတာ အကျယ်သော ပလတ်စတစ်ဇလုံများသည် ငါးဥ ၅၀၀၀၀ ခန့်ကို တည်ငြိမ်သော သားဖောက်ခြင်းအတွက် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ လေထပ်မံထည့်ပေးခြင်း (သို့) ရေလဲပေးခြင်း လုပ်ရန် မလိုပါ။

**ဥပုံသဏ္ဍာန်**

သန္ဓေအောင်ဥများတွင် အဆီအိတ်ပါရှိသောကြောင့် ရေ ပေါ်တွင် မျောနေပါသည်။ သန္ဓေအောင်ပြီးသော ဥသည် ရေကို စုပ်ယူပြီးသောအခါ ရေမာဥအရွယ်မှာ ၀.၉ စင်တီ မီတာအရွယ်အထိ ကြီးလာပါသည်။ သန္ဓေမအောင်သော ဥမှာ ၀.၇၅ စင်တီမီတာ အရွယ်အစား ရှိပါသည်။ သန္ဓေ အောင်သောဥများမှာ အဝါရောင်သန်းလျက် ရှိပါသည်။ သန္ဓေမအောင်သောဥမှာ အဖြူရောင် ရှိပါသည်။

**ငါးသားပေါက်များကိုပြုစုခြင်း နှင့် အသားတိုးမွေးခြင်း**

**ကန်ပြုပြင်ခြင်း**

ပြုစုကန်အရွယ်အစားမှာ ၅၀၀-၁၀၀၀ စတုရန်းမီတာ ရှိ သင့်ပါသည်။ ကန်ကို ရေခန်းပြီး နေခြောက်လှမ်းခြင်း၊ ပိုးသတ်ခြင်း၊ ငါးရိုင်းသတ်ခြင်း ပြုလုပ်ပါ။

ကန်မျက်နှာပြင် ၁၀၀ စတုရန်းမီတာတွင် ထုံး ၁၀ ကီလို ထည့်ပါ။ နွားချီး ၂၅-၃၀ ကီလို ထည့်ပါ။ ငါးမထည့်မီ ၂-၃ ရက် ကြိုတင်၍ ကန်ကို ရေဖြည့်ပါ။

ငါးသားပေါက်ပြုစုနှုန်း ကန်ရေပြင် ၁၀၀ စတုရန်းမီတာလျှင် ငါးမူ ၅၀၀-၁၀၀၀ ပြုစုပါ။



Photo Credit: Nguyen Tuan

**အစာကျွေးခြင်း စောင့်ရှောက်ခြင်း**

ပထမ ၁၀ ရက် - ငါးမူ ၁၀၀,၀၀၀ လျှင် ဘဲဥ ၅ လုံး၊ ပဲပိစပ်မူ ၄၀၀ ဂရမ် နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

၁၁-၁၂ ရက်သား - ငါးမူ ၁၀၀,၀၀၀ လျှင် ပဲပိစပ်မူ ၃၀၀ ဂရမ်၊ ဖွဲနု ၃၀၀ ဂရမ်၊ ငါးပေါင်းမူ ၃၀၀ ဂရမ် နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

၃၁-၄၀ ရက်သား - ငါးမူ ၁၀၀,၀၀၀ လျှင် ဖွဲနု ၆၀၀ ဂရမ်၊ ငါးပေါင်းမူ ၆၀၀ ဂရမ် နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

ရက် ၅၀ ကျော်လျှင် ငါးများ၏အရွယ်အစားမှာ ၅-၆ စင်တီမီတာ (၁.၅-၂.၀) ဂရမ်အထိ ကြီးထွားလာပါသည်။ ရှင်သန်နှုန်းမှာ ၂၀-၂၆% အတွင်း ရှိနိုင်ပါသည်။

**၁) သားဖောက်ရန်မျိုးငါးရွေးချယ်ခြင်း**

သားဖောက်မည့် ငါးများ၏အရွယ်အစား အလေးချိန်မှာ ၃၀-၇၀ ဂရမ် (သို့) ထိုထက်ပိုကြီးသော ငါးများဖြစ်ရပါမည်။ မျိုးငါးအဖြစ် ရွေးချယ်သောငါးများမှာ ငါးပုံသဏ္ဍာန်မှန်ခြင်း၊ အနာတရမရှိခြင်း၊ ကျန်းမာသန်စွမ်းခြင်းနှင့် ပြည့်စုံရပါမည်။

**၁.၁။ အထီးအမခွဲခြားခြင်း**

(ဖော်ပြထားသော ငါးပုံကိုကြည့်ပါ) သာမန်အားဖြင့် အသက် တူပါက အထီးသည် အမထက် အရွယ်ငယ်သည်။ ကိုယ်ခန္ဓာ သေးသွယ်သည် (ဖော်ပြထားသော ငါးပုံတွင် အပေါ်ပုံကို ကြည့်ပါ)။ အမသည် ဝမ်းဗိုက် ဖောင်းကားသည်။ နှာဖျားမှ အမြီးအရင်းအထိ ကိုယ်အလျား (standard length) နှင့် ကိုယ်အမြင့် (ဝမ်းဗိုက် နှင့် ကျောဘက် အကွာအဝေး အများ ဆုံးနေရာ) မှာ အထီးထက်ကြီးသည်။ (ဖော်ပြထားသော အောက်ပုံကို ကြည့်ပါ။)

**၂) သားဖောက်ရန်မျိုးငါးများကိုပြုစုခြင်း**

သားဖောက်ရာသီမတိုင်မီ အနည်းဆုံး ၂ လခန့် ကြိုတင် ၍ မျိုးငါးများကို ပြုစုပါ။

၂.၁။ သားဖောက်မည့်မျိုးငါးကြီးများ မွေးမြူသောကန် သားဖောက်မည့် မျိုးငါးကြီးများကို မွေးမြူသောကန် အရွယ်အစားမှာ ၂၀၀-၅၀၀ စတုရန်းမီတာ ရှိသင့်ပါသည်။ ရေအနက် ၀.၈-၁.၀ မီတာ ရှိရပါမည်။

၂.၂။ မျိုးငါးကြီးများစတင်မွေးမြူရန် ကန်အသင့်ပြုပြင်ခြင်း ကန်အတွင်းရှိ ရေများကို ထုတ်ပြီး ရက်အနည်းငယ်ကြာ သည်အထိ နေခြောက် လှမ်းထားပါ။ ငါးရိုင်းများ နှင့် ရောဂါ ပိုးများ ဖယ်ရှားနိုင်ရန် ထုံးဖြူးပါ။ ငါးကန် ၁၀၀ စတုရန်း မီတာလျှင် ထုံး ၁၀ ကီလို ထည့်ပါ။ ရေဩဇာ တက်လာ စေရန် ၁၀၀ စတုရန်းမီတာလျှင် နွားချီး ၃၀-၄၀ ကီလို ထည့်ပါ။