

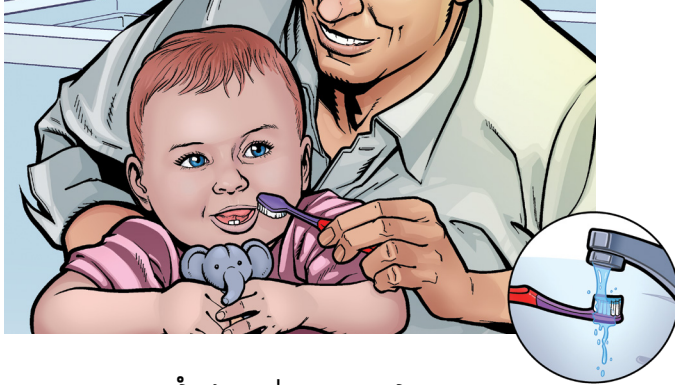
ការថែទាំធ្មេញ និង អញ្ចាញធ្មេញរបស់ ទារកអ្នក

អាយុក្រោម១៨ខែ

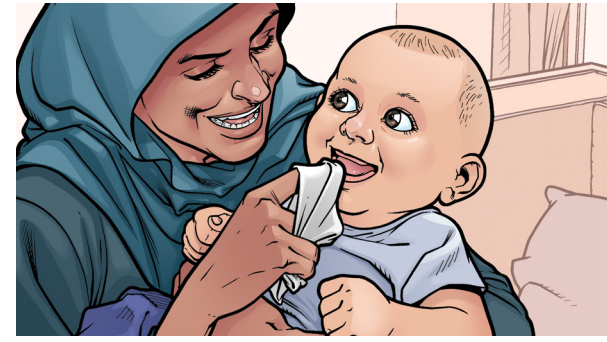
ប្រសិនបើទារករបស់អ្នកមិនចូលចិត្តឱ្យ ដុសធ្មេញទេ អ្នកអាចព្យាយាមធ្វើឱ្យការ ដុសធ្មេញកាន់តែសប្បាយរីករាយ ដោយច្រៀង ចម្រៀង ឬឱ្យទារករបស់អ្នកលេងជាមួយ ប្រដាប់ក្មេងលេង។ សូម្បីតែការព្យាយាម ដុសធ្មេញលឿន ក៏ប្រសើរជាងការមិនបាន ដុះធ្មេញដែរ ដូច្នេះទារករបស់អ្នកចាប់ផ្តើមរៀន ដឹងថា ការដុសធ្មេញគឺជាផ្នែកធម្មតាមួយនៃ ទម្លាប់ប្រចាំថ្ងៃរបស់ពួកគេ។

ការចាប់ផ្តើមទម្លាប់ឱ្យបានឆាប់ ផ្តល់ ឱ្យទារករបស់អ្នកនូវឱកាសល្អបំផុត សម្រាប់ធ្មេញមានសុខភាពល្អ។

តើខ្ញុំចាប់ផ្តើមថែទាំធ្មេញទារករបស់ខ្ញុំនៅពេលណា ?



ពេលណាធ្មេញដំបូងរបស់ទារកអ្នកដុះចេញមកភ្លាម ដុសធ្មេញថ្មីៗដោយប្រើប្រាស់ដុសធ្មេញទន់ភ្លុច ឬអ្នកអាច ជូត ដោយប្រើក្រណាត់ជូតមុខដែលសើម ហើយស្អាត។ ដុស ឬជូតធ្មេញជាមួយទឹក រហូតដល់ទារករបស់អ្នកមាន អាយុ១៨ខែ។



សូម្បីតែមុនពេលធ្មេញដុះចេញមក អ្នកអាចជូត អញ្ចាញធ្មេញរបស់ទារក ដោយប្រើក្រណាត់ជូតមុខ ដែលសើម ហើយស្អាត។ នេះអាចជួយឱ្យទារករបស់ អ្នកត្រៀមខ្លួនសម្រាប់ការដុសធ្មេញនឹងប្រាស។

តើខ្ញុំចាប់ផ្តើមប្រើថ្នាំដុសធ្មេញនៅពេលណា ?



នៅពេលទារករបស់អ្នកមានអាយុ១៨ខែ ដុសធ្មេញជាមួយ ថ្នាំដុសធ្មេញដែលមានជាតិហ្វ្លូរាយទាបសម្រាប់កុមារ។

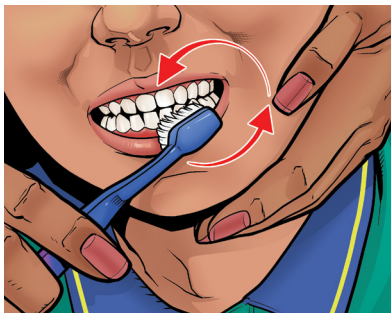
តើខ្ញុំត្រូវដុសធ្មេញទារករបស់ខ្ញុំញឹកញាប់ដូចម្តេចដែរ ?



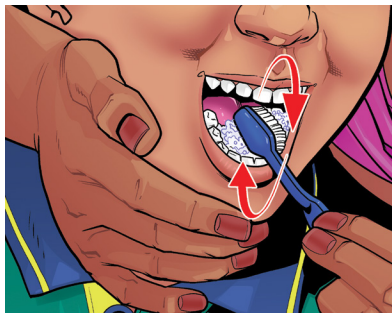
ដុសធ្មេញនៅពេលព្រឹក និងពេលយប់មុនពេល ចូលគេង។



ដុសធ្មេញនៅពេលព្រឹក និងពេលយប់មុនពេលចូលគេង។
ប្រើថ្នាំដុសធ្មេញដែលមានជាតិហ្វ្លូរ៉ាយទាបសម្រាប់កុមារ
ដែលមានទំហំប៉ុនគ្រាប់សណ្តែកលើប្រាសដុសធ្មេញទន់។



ដុសខាត់ផ្ទៃធ្មេញខាងក្រៅ ដោយប្រើ
ចលនាជារង្វង់ថ្មីៗ។



បន្ទាប់មក ដុសផ្ទៃធ្មេញខាងក្នុង
ដោយប្រើចលនាជារង្វង់ថ្មីៗ។



ប្រើចលនាទៅមុខទៅក្រោយ លើផ្ទៃ
ទំពារផ្នែកខាងលើ និងខាងក្រោម។



ប្រាប់ឱ្យកូនរបស់អ្នកស្តោះចេញថ្នាំដុសធ្មេញ ហើយកុំលាងជម្រះ
ជាមួយទឹក។
ការមិនលាងជម្រះជាតិហ្វ្លូរ៉ាយ អាចជួយការពារធ្មេញ។

វិធីដុសធ្មេញ កូនរបស់អ្នក ១៨ខែ ទៅ៦ឆ្នាំ

គន្លឹះដ៏មានប្រយោជន៍៖

- ជ្រើសរើសទីតាំងដែលអ្នកអាចមើលឃើញ
ធ្មេញរបស់កូនអ្នក។ ព្យាយាមទីតាំងផ្សេងៗ
គ្នាដែលសមស្របសម្រាប់អ្នក និងកូនរបស់
អ្នក។
- នៅពេលដែលកូនរបស់អ្នកកាន់តែមាន
ឯករាជ្យភាព ឱ្យពួកគេដុសធ្មេញដោយខ្លួន
គេផ្ទាល់ ហើយអ្នកជួយដុសសម្អាតធ្មេញ
កូននៅចុងបញ្ចប់។
- កុមារត្រូវការជំនួយក្នុងការដុសធ្មេញ
រហូតដល់អាយុយ៉ាងតិច៨ឆ្នាំ។

