

បំរាមដល់ប្រជាជននិងគ្រួសារដែលចូលចិត្តបរិភោគ ត្រី

ទោះបីជាត្រីដែលចាប់បានក្នុងរដ្ឋខ្មែរនិងទីតាំងត្រីដែលញ៉ាំទៅដោយគ្មានគ្រោះថ្នាក់ហើយផ្តល់សុខភាពល្អ ប៉ុន្តែ មានត្រីខ្លះពោរពេញទៅដោយជាតិគីមីក្នុងខ្លួន។

បើសិនជាអ្នកធ្វើតាមយោបល់ខាងក្រោមអ្នកនឹងគ្រួសារអាចញ៉ាំត្រីដោយ គ្មានគ្រោះថ្នាក់

ស្ទឹងនិងបឹងក្នុងរដ្ឋខ្មែរនិងទីតាំង (រដ្ឋទាំងមូល)

ត្រីភាគច្រើនជាមានជាតិបារត(mercury)តិចតួចនៅក្នុងខ្លួនយ៉ាងណា មិញចំពោះមនុស្សដែលបានរៀបរាប់ខាងក្រោមនេះ មិនគួរបរិភោគត្រីដែលចាប់បានពីស្ទឹងនិងបឹងក្នុងរដ្ឋខ្មែរនិងទីតាំងលើសពីមួយពេលក្នុងមួយខែឡើយចំពោះ:

- ស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ
- ស្រ្តីមានគំរោងនិងមានផ្ទៃពោះ
- ស្រ្តីដែលបំបៅដោះកូន
- ក្មេងអាយុក្រោមប្រាំមួយឆ្នាំ

លើកលែងតែត្រី trout ដែលគ្មានគ្រោះថ្នាក់

ត្រី ទឹកប្រៃ Long Island Sound

ត្រីទឹកប្រៃភាគច្រើនញ៉ាំទៅគ្មានគ្រោះថ្នាក់ទេលើកលែងតែត្រីផ្សំប្រភេទគី bluefish (មានប្រវែងជាង២៥ inches) ហើយនិង striped bass ត្រីទាំងពីរប្រភេទនេះពុំគួរញ៉ាំឡើយចំពោះស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ ស្រ្តីមានគំរោងនិងមានផ្ទៃពោះស្រ្តីដែលបំបៅដោះកូននិង ក្មេងអាយុក្រោមប្រាំមួយឆ្នាំ។ អ្នកដទៃទៀតអាចញ៉ាំបានកុំ ឲ្យលើសពីប្រាំមួយដងក្នុងមួយឆ្នាំ។

ប្រភេទស្ទឹងនិងបឹងក្នុងរដ្ឋខ្មែរនិងទីតាំង

ផ្ទៃទឹកដែលមាន ជាតិគីមីធ្វើឲ្យមានគ្រោះថ្នាក់ដូចជា:

- ស្ទឹង Housatonic (above Derby Dam)
- ស្ទឹង Quinnipiac (upstream of Quinnipiac)
- Gorge/ស្រះ Hanover – Meriden
- ស្ទឹង Eight Mile (Southington)

- ស្រះ Brewster (Stratford)
- បឹង Wyassup (North Stonington)
- ស្រះ Union (Manchester)
- ស្រះ Dodge (East Lyme)
- បឹង McDonough (Barkhamsted)
- បឹង Silver (Berlin/Meriden)
- ស្រះ Versailles & Papermill (Sprague)

ត្រីភាគច្រើនដែលមកពីទីកន្លែងនេះមិនគួរបរិភោគឡើយ ជាពិសេសស្រ្តីមានផ្ទៃពោះស្រ្តីមានគំរោងនិងមានផ្ទៃពោះ និងក្មេងអាយុក្រោមប្រាំមួយឆ្នាំ។ ជាបន្ថែមស្រ្តីមានផ្ទៃពោះស្រ្តីមានគំរោងនិងមានផ្ទៃពោះស្រ្តីដែលប្រើដោះបំបៅកូននិងក្មេងអាយុក្រោមប្រាំមួយឆ្នាំមិនគួរបរិភោគត្រីដែលចាប់មកពីស្ទឹងក្នុងរដ្ឋខ្មែរនិងទីតាំងឡើយ។

ត្រីដែលទិញនៅផ្សារ

ត្រីភាគច្រើនដែលទិញនៅតាមផ្សារអាចញ៉ាំបានដោយគ្មានគ្រោះថ្នាក់។ ស្រ្តីមានផ្ទៃពោះ ស្រ្តីមានគំរោងនិងមានផ្ទៃពោះ ស្រ្តីដែលប្រើដោះបំបៅកូននិង ក្មេង អាយុក្រោមប្រាំមួយឆ្នាំ គួរតែធ្វើតាមការណែនាំខាងក្រោមនេះ:

- ញ៉ាំត្រី Tuna កំប៉ុង និងគ្រឿងសមុទ្រមិនលើសពី ១-២ ដងក្នុងមួយអាទិត្យ
- ជ្រើសរើស Light Tuna មានជាតិ mercury តិចជាង White, Chunk White Tuna
- **កុំបរិភោគ** swordfish ឬត្រីឆ្កាប ត្រីទាំងនេះមានជាតិ mercury ច្រើន លើសលប់ចំពោះស្រ្តីមានផ្ទៃពោះនិងស្រ្តីដែលប្រើដោះបំបៅកូន។

បើត្រូវការព័ត៌មានបន្ថែមសូម ទូរស័ព្ទ

(៨៦០) ៥០៧-៧៧៤២ ឬ visit this web site:

<http://www.dph.state.ct.us/BCH/EEOH/webfish.htm>

ព័ត៌មាន សូចត្រី សូមទូរស័ព្ទ

(៨៦០)៤២៤-៣៨៧៤ ឬ visit this web site:

<http://www.dep.state.ct.us/burnatr/fishing/fdhome.htm>