

การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์การเกิดโรคมะเร็งเต้านม  
สำหรับเพศหญิง อายุ 25 – 30 ปี



ศิลปนิพนธ์เสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาหลักสูตรปริญญาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต  
สาขาวิชาการออกแบบสื่อวัฒนธรรม  
พฤษภาคม 2560  
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

MOTION GRAPHIC DESIGN FOR BREAST CANCER PREVENTION TO THE  
WOMEN AGED BETWEEN 25-30 YEARS.




A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Bachelor of Fine and Applied Arts in Innovative Media Design

May 2017

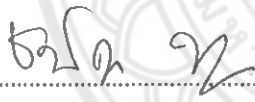
Copyright 2017 by Naresuan University

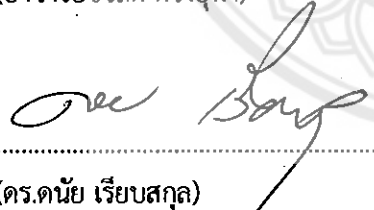
ศิลปนิพนธ์ เรื่อง “การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์การเกิดโรคมะเร็งเต้านม  
สำหรับเพศหญิง อายุ 25 – 30 ปี”  
ของนางสาวปัญญาพร ภูขวัญ  
ได้รับการพิจารณาให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร  
ศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการออกแบบสื่อวัฒนธรรม

คณะกรรมการสอบศิลปนิพนธ์


  
.....ประธานกรรมการสอบศิลปนิพนธ์  
(อาจารย์ลินดา อินทรลักษณ์)

  
.....อาจารย์ที่ปรึกษาศิลปนิพนธ์  
(อาจารย์ชฎานิศ ชิงช่วง)

  
.....กรรมการ  
(อาจารย์ชวลิต ดวงอุทา)

  
.....กรรมการ  
(ดร.दनัย เรียบสกุล)

อนุมัติ

  
.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุรชาติ เกษประสิทธิ์)  
หัวหน้าภาควิชาศิลปะและการออกแบบ

## ประกาศคุณูปการ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในความกรุณาของ อาจารย์ลินดา อินทรลักษณ์ อาจารย์ ชญานิศ ชิงช่วง ดร.दनัย เรียบสกุล อาจารย์วิสิฐ จันมา อาจารย์รุ่งโรจน์ รัตนพิเชษฐกุล อาจารย์มยุรี สุภังคณาช อาจารย์จุมพล เพิ่มแสงสุวรรณ อาจารย์ชวลิต ดวงอุทา อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม ทั้งคณะกรรมการสอบศิลปนิพนธ์ทุกท่าน ที่ได้อุทิศส่วเวลาอันมีค่ามาเป็นทีปรีक्षा พร้อมทั้งให้ คำแนะนำตลอดระยะเวลาในการทำศิลปนิพนธ์ฉบับนี้ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำตลอดจนแก้ไข ข้อบกพร่องของศิลปนิพนธ์ด้วยความเอาใจใส่ จนทำให้ศิลปนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้อย่างสมบูรณ์ และทรงคุณค่า

เหนือสิ่งอื่นใดขอกราบขอบพระคุณ บิดา มารดา ของผู้วิจัยที่ให้กำลังใจและให้ การสนับสนุนในทุกๆ ด้านอย่างดีที่สุดเสมอมา

คุณค่าและคุณประโยชน์อันพึงจะมีจากศิลปนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบและอุทิศแด่ผู้มี พระคุณทุกๆ ท่าน ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า งานวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ต่อเพศหญิงที่ต้องการหาข้อมูล เกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านม เช่นวิธีการตรวจคัดหาค่าความผิดปกติ และผู้ที่สนใจในเรื่องโรคมะเร็งเต้านม บ้างไม่มากนักน้อย

ปัญญาพร ภู่วัณญ์

ชื่อเรื่อง	การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์การเกิดโรคมะเร็ง เต้านม สำหรับเพศหญิง อายุ 25 - 30 ปี
ผู้วิจัย	นางสาวปัญจพร ภู่วัฒน
ที่ปรึกษา	นางสาว ชญานิศ ชิงช่วง
ประเภทสารนิพนธ์	ศิลปนิพนธ์ ศป.บ สาขาวิชาการออกแบบสื่อวัตกรรม มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2560
คำสำคัญ	สื่อเรขศิลป์เคลื่อนไหว โมชันกราฟิก กราฟิกเคลื่อนไหว

#### บทคัดย่อ

งานกราฟิกเคลื่อนไหว (Motion Graphic) ที่ได้รับความนิยมอย่างมากในปัจจุบันเนื่องจากมีความสามารถถ่ายทอดเรื่องราวต่างๆ ออกมาเป็นเป็นภาพการ์ตูนสองมิติที่มองดูแล้วเข้าใจง่ายโดยการนำกราฟิกภาพสองมิติมาทำการเคลื่อนไหว ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยต้องการศึกษาว่าการทำโมชันกราฟิกมีความเป็นมาและมีกระบวนการผลิตอย่างไร จึงจะมีประสิทธิภาพทางด้านการศึกษาสื่อสารออกมาในรูปแบบของสื่อรณรงค์เพื่อให้เกิดแรงกระตุ้นของบุคคลที่ได้รับชม

การทำโมชันกราฟิกหนึ่งผลงานเราต้องวางแผนการทำงานให้งานมีโครงสร้าง ทิศทางของเนื้อเรื่องที่เล่า เรื่องของ Mood and Tone หรือโทนของสีมีไว้เพื่อกำหนดอารมณ์ของงานซึ่งจะช่วยให้เข้าใจภาพได้มากขึ้น หลังจากนั้นผู้วิจัยจะต้องรู้จักการทำเนื้อเรื่อง (Script) โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน 1). Introduction เป็นส่วนแรกซึ่งเป็นส่วนที่ต้องเล่าเรื่องให้มีความน่าสนใจอยากที่จะติดตาม เช่นการพูดถึงปัญหา กริ่นนำเรื่อง 2). Main Idea เป็นใจความหลักของเนื้อเรื่อง ซึ่งเป็นประโยชน์ของผลงาน 3). Ending การสรุปเรื่องราวทั้งหมดที่เราต้องการจะบอกกับกลุ่มเป้าหมาย ให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้สึกรวมไปกับเรา การเขียนโครงสร้างเนื้อเรื่องนั้นไม่ควรมีความยาวมากจนเกินไป เพื่อความกระชับความเข้าใจง่าย และป้องกันความรู้สึกเบื่อหน่ายจากการรับชม

เมื่อผ่านขั้นตอนการเขียนเนื้อเรื่องก็จะนำมาทำการเขียนเรื่องด้วยภาพเพื่อการทำ Storyboard ทำการสเก็ตภาพแบบง่ายๆเพื่อให้เห็นภาพมากขึ้น จากนั้นก็ทำภาพกราฟิกในโปรแกรม Adobe illustrator และนำไปทำการเคลื่อนไหวใน Adobe after effect จากนั้นค่อยใส่ sound effect

ผลการวิจัยรูปแบบของงานกราฟิกบางภาพอาจจะยังไม่สามารถสื่อความหมายได้ชัดเจน หากรับชมอยู่ไกลอาจทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนในการสื่อความหมาย หรือจัดแสดงอยู่ในพื้นที่ที่ไม่สามารถเสียงดังได้ทำให้ไม่เข้าใจความหมาย สีของตัวอักษรในบางช่วงเป็นสีขาวบนสีพื้นอ่อน อาจจะทำให้เวลามองมาจากที่ระยะไกลจะเห็นข้อความได้ไม่ชัดเจน การดำเนินเรื่องมีน้ำหนักเท่ากันไปทั้งเรื่อง ควรจะต้องเพิ่มน้ำหนักให้กับจุดเด่นจริงๆที่เราอยากจะนำเสนอ เพราะผู้คนที่รับชมไม่สามารถจดจำได้ทั้งเรื่องที่เราอยากจะนำเสนอ

## สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา.....	1
ขอบเขตของงานวิจัย.....	1
ขอบเขตของประชากรกลุ่มเป้าหมาย.....	1
ขอบเขตของผลงานออกแบบสร้างสรรค์.....	1
วิธีการศึกษาและขั้นตอนการดำเนินงาน.....	2
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	2
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	3
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	4
ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาของงานวิจัย.....	4
สถิติการเสียชีวิตจากโรคมะเร็งเต้านมของผู้หญิงไทย.....	5
ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมจากสิ่งแวดล้อม.....	5
วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติในร่างกายด้วยตนเอง.....	6
ลักษณะอาการของโรคมะเร็งเต้านม.....	8
วิธีการรักษาโรคมะเร็งเต้านม.....	12
ผลข้างเคียงจากการรักษาโรคมะเร็งเต้านม.....	16
ข้อมูลเกี่ยวกับทฤษฎีการออกแบบในเรื่องที่ทำการวิจัย.....	18
การออกแบบเค้าโครงเรื่อง.....	19
การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหว.....	19
ภาพประกอบเรื่องกราฟิก.....	21
ลักษณะของตัวอักษร.....	23
ลักษณะของตัวอักษร.....	23
การออกแบบตัวอักษร.....	30
Mood and Tone.....	35
ภาพประกอบเรื่องเสียง.....	38
การควบคุมกล้อง.....	41

## สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
ข้อมูลพฤติกรรมกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย.....	45
เพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 - 30 ปี.....	45
พฤติกรรมคนโสด.....	51
3 การวิเคราะห์ข้อมูลและแนวความคิดในการออกแบบ.....	53
วิเคราะห์ปัญหาของงานวิจัย.....	53
จำนวนผู้ป่วยที่เพิ่มมากขึ้น.....	53
การตรวจคลำหาความผิดปกติด้วยตนเอง.....	53
ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม.....	54
อาการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมตามระยะตั้งแต่ระยะที่ 1 ไปถึงระยะที่ 4	54
วิธีการรักษาตามอาการป่วย.....	54
วิเคราะห์ทฤษฎีการออกแบบ.....	55
ข้อดีของการทำสื่อรณรงค์แบบโมชันกราฟิก.....	55
ข้อเสียของการทำสื่อรณรงค์แบบโมชันกราฟิก.....	55
วิเคราะห์พฤติกรรมกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย.....	56
ด้านกายภาพ.....	56
ด้านจิตวิทยา.....	56
สรุปแนวคิดในการออกแบบ.....	57
4 การออกแบบและการสร้างสรรค์ผลงาน.....	62
5 บทสรุป.....	105
สรุปผลการวิจัย.....	105
อภิปรายผลการวิจัย.....	105
ข้อเสนอแนะ.....	106

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม.....	108
ภาคผนวก.....	106
ประวัติผู้วิจัย.....	117





## สารบัญภาพ

ภาพ	หน้า
1 ภาพ 1 ลักษณะความผิดปกติของเต้านม.....	8
2 ภาพ 2 วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติด้วยตนเอง ขั้นที่ 1.....	9
3 ภาพ 3 วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติด้วยตนเอง ขั้นที่ 2.....	10
4 ภาพ 4 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 3.....	10
5 ภาพ 5 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 1.....	13
6 ภาพ 6 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 2.....	13
7 ภาพ 7 ระยะที่ 3A stage IIIA.....	14
8 ภาพ 8 ระยะที่ 3B stage IIIB.....	14
9 ภาพ 9 ระยะที่ 3C stage IIIC.....	15
10 ภาพ 10 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 4.....	15
11 ภาพ 11 ตัวอย่างสตอรี่บอร์ด 1.....	21
12 ภาพ 12 ตัวอย่างสตอรี่บอร์ด 2.....	21
13 ภาพ 13 การจัดวางองค์ประกอบ การสร้างจุดเด่น.....	23
14 ภาพ 14 วิธีการออกแบบตัวอักษร.....	34
15 ภาพ 15 ตัวอย่างการจัดวางตัวอักษร.....	35
16 ภาพ 16 ชั้นในสุดจะเป็นแม่สี .....	35
17 ภาพ 17 สีโทนร้อน สีโทนเย็น.....	36
18 ภาพ 18 Foley.....	39
19 ภาพ 19 เรื่อง Backdraft และ Star wars.....	40
20 ภาพ 20 เสียงประกอบของกลุ่มคน.....	40
21 ภาพ 21 ปกภาพประกอบเพลงจาก Disney.....	41
22 ภาพ 22 Shot sizes.....	43
23 ภาพ 23 Camera Angle.....	44
24 ภาพ 24 Camera Movement .....	45

## สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพ		หน้า
25	ภาพ 25 Adobe Photoshop, Adobe Illustrator, Adobe After Efface, Adobe Premiere.....	59
26	ภาพ 26 เฉดสี.....	60
27	ภาพ 27 ภาพประกอบผู้หญิง.....	60
28	ภาพ 28 ภาพประกอบผู้หญิง.....	61
29	ภาพ 29 ภาพประกอบผู้หญิงและริบบิ้นสีชมพู.....	61
30	ภาพ 30 ภาพประกอบฉาก.....	61
31	ภาพ 31 Beautiful World - Motion graphics music video.....	62
32	ภาพ 32 Motion Graphic Video of Wonderful Indonesia.....	62
33	ภาพ 33 โลโก้ของ Motion.....	63
34	ภาพ 34 รูปแบบตัวละครแบบที่ 1.....	64
35	ภาพ 35 การตัดเส้น.....	64
36	ภาพ 36 นำซึ่งพบข้อมูลที่เกี่ยวโรคมะเร็งเต้านม.....	67
37	ภาพ 37 สถิติการเสียชีวิตของเพศหญิงที่เกิดจากโรคมะเร็งเต้านมมากที่สุด.....	67
38	ภาพ 38 ซีส์ต์กับโรคมะเร็งแตกต่างกันอย่างไร.....	68
39	ภาพ 39 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง.....	68
40	ภาพ 40 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง ทำนั่ง.....	69
41	ภาพ 41 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง ทำนอน.....	69
42	ภาพ 42 ปัจจัยเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่ส่งผลต่อการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม.....	70
43	ภาพ 43 ลักษณะอาการของโรคมะเร็งเต้านม.....	71
44	ภาพ 44 วิธีรักษาทางการแพทย์.....	71
45	ภาพ 45 ผลข้างเคียงจากการรักษา.....	72
46	ภาพ 46 โอกาสในการหายขาดจากโรคมะเร็งเต้านม.....	72
47	ภาพ 47 ภาพโลโก้ของ Motion “breast cancer.....	73

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพ	หน้า
48 ภาพ 48 การปรับแก้ตัวละคร.....	73
49 ภาพ 49 การใช้ผลสัมมาแทน ด้านมของเพศหญิง.....	73
50 ภาพ 50 การใช้ผลสัมมาแทน ด้านมของเพศหญิง.....	74
51 ภาพ 51 รูปแบบตัวอักษรที่ใช้ในงาน Motions.....	74
52 ภาพ 52 โลโก้ของ Motion.....	90
53 ภาพ 53 สื่อโซเชียลมีเดีย .....	90
54 ภาพ 54 สื่อโซเชียลมีเดีย.....	90
55 ภาพ 55 การเสียชีวิตของเพศหญิง.....	90
56 ภาพ 56 สถิติการเสียชีวิต.....	91
57 ภาพ 57 เพศชายก็มีโอกาสที่จะป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมได้เช่นกัน.....	91
58 ภาพ 58 การส่งต่อทางพันธุกรรมจากแม่สู่ลูก.....	91
59 ภาพ 59 การป้องกันตัวเองจากโรคมะเร็งเต้านม.....	91
60 ภาพ 60 วิธีการตรวจหาความผิดปกติ มี 3 ขั้นตอน.....	92
61 ภาพ 61 ขั้นตอนที่ 1 หันหน้าเข้าหากระจก.....	92
62 ภาพ 62 วิธีการตรวจหาความผิดปกติที่หน้ากระจก.....	92
63 ภาพ 63 ขั้นตอนที่ 2 นั่ง คลำ หา.....	92
64 ภาพ 64 การใช้ปลายนิ้วมือคลำหาความผิดปกติ.....	93
65 ภาพ 65 ความผิดปกติของเต้านม.....	93
66 ภาพ 66 การตรวจหาความผิดปกติได้รั้งแร้.....	93
67 ภาพ 67 ขั้นตอนที่ 3 นอนคลำที่เตียง.....	93
68 ภาพ 68 อุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจหาความผิดปกติ.....	94
69 ภาพ 69 การนำหมอนมาหนุนที่สะบักหลัง.....	94
70 ภาพ 70 ผู้หญิงที่มีหน้าอกขนาดใหญ่.....	94
71 ภาพ 71 ปัจจัยเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการเกิดเป็นโรคมะเร็งเต้านม.....	94
72 ภาพ 72 พันธุกรรม.....	95
73 ภาพ 73 ฮอว์โมนเพศ.....	95
74 ภาพ 74 ยาฮอว์โมนเพศ.....	95
75 ภาพ 75 การกิน.....	95
76 ภาพ 76 ความเครียด.....	96

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพ	หน้า
77 ภาพ 77 สุราและบุหรี่.....	96
78 ภาพ 78 ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลต่อการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม.....	96
79 ภาพ 79 วิธีรักษาทางการแพทย์.....	97
80 ภาพ 80 การผ่าตัดรักษา การให้ยารักษา และการรังสีรักษา.....	97
81 ภาพ 81 การรักษาด้วยวิธีการผ่าตัดรักษา.....	97
82 ภาพ 82 ผลข้างเคียงการผ่าตัดรักษา.....	97
83 ภาพ 83 การรักษาด้วยวิธีการให้ยารักษา.....	98
84 ภาพ 84 ผลข้างเคียงจากการให้ยารักษา.....	98
85 ภาพ 85 การรักษาด้วยวิธีการรังสีรักษา.....	98
86 ภาพ 86 ผลข้างเคียงจากการรังสีรักษา.....	99
87 ภาพ 87 เทคนิคทางการแพทย์มาช่วยรักษาผู้ป่วยได้.....	99
88 ภาพ 88 ผู้ป่วยที่รักษาไม่หายขาดก็สามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้.....	99
89 ภาพ 89 ข้อมูลผู้จัดทำ.....	100
90 ภาพ 90 นามบัตร.....	101
91 ภาพ 91 ปกแผ่น CD.....	101
92 ภาพ 92 แผ่นพับ.....	108
93 ภาพ 93 โปสเตอร์.....	109
94 ภาพ 94 การ์ดรูปภาพ.....	110
95 ภาพ 95 ปกนอก ปกหลัง CD.....	111
96 ภาพ 96 กล่องด้านใน และ ฐานใส่ CD.....	111
97 ภาพ 97 กล่องด้านใน และ ฐานใส่ CD.....	112
98 ภาพ 98 พื้นที่การจัดแสดงงาน ณ Bacc.....	113
99 ภาพ 99 บุคคลทั่วไปที่ให้ความสนใจงาน.....	113
100 ภาพ 100 บุคคลทั่วไปที่ให้ความสนใจงาน.....	114
101 ภาพ 101 การได้รับคำแนะนำ.....	114
102 ภาพ 102 บูธการนำเสนอผลงาน.....	115
103 ภาพ 103 บูธการนำเสนอผลงาน.....	115
104 ภาพ 104 บูธการนำเสนอผลงาน.....	116

## สารบัญตาราง

ภาพ		หน้า
1	ตาราง 1 สื่อความหมายด้วย กรอบภาพ (Frame).....	42
2	ตาราง 2 Angle หมายถึง Camera Angle หรือมุมกล้อง หรือมุมภาพ.....	43
3	ตาราง 3 Movement หมายถึง Camera Movement หรือการเคลื่อนไหว.....	44



## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

โรคมะเร็ง จัดเป็นปัญหาสาธารณสุขของประชากรทั่วโลก ซึ่งองค์การอนามัยโลกพบว่า โรคมะเร็งเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตของผู้คนทั่วโลกที่มีผู้เสียชีวิตมากที่สุด และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นในทุกๆ ปี จากผลสำรวจคาดว่าประมาณปี พ.ศ. 2573 จะมีผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็งทั่วโลกเพิ่มขึ้นเป็นจำนวน 13 ล้านคนโดยประมาณ สำหรับในประเทศไทยโรคมะเร็งถือว่าเป็นสาเหตุของการเสียชีวิตเป็นอันดับ 1 ของคนไทย รองลงมาคือ การประสบอุบัติเหตุ และโรคหัวใจ รองลงมาตามลำดับ ซึ่งข้อมูลล่าสุดจากกระทรวงสาธารณสุขพบว่าคนไทยเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง ประมาณ 60,000 คนต่อปี เฉลี่ยแล้วชั่วโมงละ 7 ราย โดยเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็ง 5 อันดับแรก ได้แก่ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งเต้านม มะเร็งลำไส้ใหญ่และทวารหนัก และมะเร็งปากมดลูก ซึ่งถ้าจำแนกตามเพศแล้ว จะพบว่าในเพศชายจะมีจำนวนผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง 5 อันดับแรก ได้แก่ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก มะเร็งช่องปาก และ คอหอย อันดับสุดท้ายคือ มะเร็งเม็ดเลือดขาว ส่วนในเพศหญิงจะมีจำนวนผู้เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง 5 อันดับแรก ได้แก่ มะเร็งตับและท่อน้ำดี มะเร็งปอด มะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูก มะเร็งลำไส้ใหญ่ และทวารหนัก ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 เป็นต้นมา โรคมะเร็งเต้านมจึงกลายเป็นโรคมะเร็งที่พบบ่อยที่สุดจากสถิติผู้ป่วยด้วยโรคมะเร็งของสถาบันมะเร็งแห่งชาติ พบว่าผู้หญิงไทยป่วยด้วยโรคมะเร็งเต้านมเพิ่มขึ้น 34,539 ราย และเสียชีวิต 2,724 ราย เฉลี่ยถึง 7 รายต่อวัน ทำให้มะเร็งเต้านมถือเป็นสาเหตุการป่วยอันดับ 1 ของหญิงไทย โรคมะเร็งเต้านมเกิดจากเนื้อเยื่อของเต้านมมีการเปลี่ยนแปลงเป็นเซลล์มะเร็ง ซึ่งอาจจะเกิดเป็นมะเร็งเต้านมที่เกิดกับท่อน้ำนม หรือมะเร็งเต้านมที่เกิดกับต่อมน้ำนม มะเร็งเต้านมเป็นมะเร็งที่พบได้บ่อย มะเร็งเต้านมมักพบมากในหญิงอายุ 50 – 55 ปี หรือวัยที่หมดประจำเดือน แต่ในระยะหลังพบว่ามีผู้หญิงวัยรุ่นที่ยังอายุน้อยก็สามารถป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมได้เช่นกัน เนื่องจากสิ่งแวดล้อมความเจริญของสังคมเมือง และอุตสาหกรรมจึงเป็นปัจจัยให้เกิดโรคมะเร็ง สาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งเต้านมมาจากพันธุกรรม แต่ปัจจุบันพบว่า ผู้ที่ป่วยเป็นมะเร็งเต้านมจากพันธุกรรมมีเพียง 4 – 6% เท่านั้น สาเหตุอื่นก็คือคล้ายกับสาเหตุการเกิดมะเร็งชนิดอื่นคือ เกิดจากการทำปฏิกิริยาออกซิเดชัน (Oxidation) ของเซลล์ต่างๆ ทำให้เกิดอนุมูลอิสระ (Free Radicals) ขึ้น และเกิดการเปลี่ยนแปลงลักษณะทางพันธุกรรมขึ้นที่ DNA ของเซลล์ ทำให้เซลล์ในอวัยวะนั้น มีการทำงานที่ผิดปกติ ทำให้เกิดการแบ่งตัวอย่างรวดเร็ว จนกลายเป็นเซลล์มะเร็ง และนอกจากนี้ยังมีปัจจัยด้าน

สิ่งแวดล้อม การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่นสัตว์จำพวกเนื้อแดง และรวมไปถึงฮอริโมนเพศหญิงอีกด้วย

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงปัญหาของการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมที่พบมากขึ้นในผู้หญิงวัยรุ่นที่อายุน้อย จึงต้องการนำเสนอในรูปแบบสื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมในรูปแบบของเรขศิลป์เคลื่อนไหว ซึ่งเป็นสื่อที่สามารถเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ได้โดยง่าย เพราะมีทั้งภาพประกอบที่สนุกสนานไม่เครียดท้ง่ายต่อการทำความเข้าใจ และเสียงบรรยายประกอบงานเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อให้งานดูไม่น่าเบื่อ และเพื่อทราบถึงข้อมูลสถิติของผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมในเพศหญิง ความเข้าใจเกี่ยวกับก้อนซิสต์ว่าจริง ๆ แล้วซิสต์ ไม่ได้นำไปสู่การเป็นโรคมะเร็งเต้านมเสมอไป ปัจจัยอื่นๆ ที่มาจากสิ่งแวดล้อมที่จะส่งผลให้เกิดเชื้อมะเร็งเต้านมในอนาคตได้ อาจจะมาจากการดำเนินชีวิตของเราในปัจจุบัน เช่น ความอ้วนที่เกิดจากการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง ขาดการออกกำลังกาย ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่เกิน 2 ซองต่อวัน การได้รับรังสีในปริมาณสูงหรืออยู่ในที่มีอากาศเป็นพิษสูงและเป็นเวลานาน การที่มีประจำเดือนครั้งแรกตั้งแต่อายุน้อย การรับประทานยาฮอริโมนเพศติดต่อกันเป็นเวลานาน เป็นต้น อีกทั้งในเรื่องของการตรวจหาสิ่งผิดปกติที่เต้านมด้วยตนเอง

ดังนั้นโครงการออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมสำหรับเพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี ให้ตระหนักถึงอันตรายที่เกิดจากโรคมะเร็งเต้านม

## 2. วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาหาวิธีป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมในเพศหญิง
2. เพื่อศึกษาและการออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหว ให้เหมาะกับกลุ่มผู้หญิงอายุ 25-30 ปี
3. เพื่อเป็นการรณรงค์ให้ตระหนักถึงการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

## 3. ขอบเขตของงานวิจัย

### 3.1 ขอบเขตของประชากรกลุ่มเป้าหมาย

เป็นการให้ตระหนักถึงความอันตรายของโรคมะเร็งเต้านมสำหรับเพศหญิงที่อยู่ในช่วงอายุ ตั้งแต่ 25 – 30 ปี

### 3.2 ขอบเขตของผลงานออกแบบสร้างสรรค์

- การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหว (Motion Graphics) ไม่น้อยกว่า 5 นาที โดยมีเนื้อหาเกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านม คือ สถิติการเสียชีวิตจากโรคมะเร็งเต้านม ความเข้าใจเกี่ยวกับก้อนซิสต์ที่หน้าอก ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมส่งผลต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม วิธีการ





## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

โรคมะเร็งเต้านม (Breast cancer) หมายถึง เป็นโรคมะเร็งที่พัฒนาจากเนื้อเยื่อเต้านม อาจมีอาการแสดง ได้แก่ มีก้อนในเต้านม มีการเปลี่ยนแปลงรูปร่างของเต้านม ผิวหนังมีรอยบุ๋มมีสารน้ำไหลจากหัวนม หรือมีปื้นผิวหนังมีเกล็ดแดง ในผู้ที่มีการแพร่ของโรคไปไกล อาจมีปวดกระดูก ปุ่มน้ำเหลืองโต หายใจลำบากจะเริ่มพบได้ตั้งแต่วัยสาวเป็นต้นไป และจะพบได้มากขึ้นตามอายุ ส่วนมากจะพบในหญิงที่มีอายุมากกว่า 40 ปี

ซิสต์ (Cyst) หมายถึง ถุงน้ำ หรือก้อนตุ่มไคที่ผิดปกติ มักเป็นเนื้องอกไม่ร้าย (ไม่เป็นมะเร็ง) ประเภทหนึ่ง มีลักษณะเป็นถุงเมมเบรนปิดแยกออกจากเนื้อเยื่อบริเวณใกล้เคียง ภายในอาจบรรจุอากาศ ของเหลว ไขมัน หรือเซลล์ผิวหนัง เช่น กระจุก ฟัน ลูกตา เล็บ หรือเส้นผม เป็นต้น

เรขศิลป์ (Graphic design) หมายถึง การออกแบบรูปภาพสัญลักษณ์ที่มองเห็นด้วยตา (เป็นทัศนศิลป์อย่างหนึ่ง) และมีหน้าที่สื่อความหมายจากสัญลักษณ์สู่ความหมาย คนส่วนใหญ่มักเข้าใจผิดว่ากราฟิกดีไซน์เป็นงานที่ทำด้วยคอมพิวเตอร์หรือเป็นการสร้างแอนิเมชันสามมิติ ซึ่งในความเป็นจริงคอมพิวเตอร์เป็นเพียงเครื่องมือชิ้นหนึ่งที่ช่วยในการสร้างงานกราฟิกดีไซน์ได้

เช่นเดียวกับ ดินสอ ปากกา พู่กัน กราฟิกดีไซน์ เป็นการทับศัพท์มาจากภาษาอังกฤษ graphic design คำว่า graphic มีคำในภาษาไทยที่ใช้แทนได้คือ เรขศิลป์, เลขศิลป์ หรือ เรขภาพ ส่วน design แปลว่า การออกแบบ เมื่อรวมกันแล้ว กราฟิกดีไซน์จึงมีความหมายว่า การออกแบบเรขศิลป์ หรือ การออกแบบเลขศิลป์

เรขศิลป์เคลื่อนไหว (Motions Graphic) หมายถึง การนำเอางานกราฟิกเคลื่อนไหวมาจัดเรียงต่อกัน อธิบายให้เข้าใจอย่างง่ายคือการทำให้ภาพวาด 2 มิติของเราเคลื่อนไหวได้ เหมือนการทำการ์ตูนแอนิเมชันนั่นเอง ปัจจุบันได้มีการใช้ Motion graphic เป็นสื่อในโลกออนไลน์กันมากขึ้น เนื่องจากสามารถอธิบายและทำความเข้าใจได้ง่ายเมื่อถูกสื่อสารออกไป

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อใช้นำเสนอสำหรับโรงพยาบาลหรือผู้ที่เกี่ยวข้อง
2. ทำให้ผู้ที่สนใจและเกี่ยวข้องทราบถึงวิธีการตรวจหาโรคมะเร็งเต้านมด้วยตัวเอง และตระหนักถึงปัญหา ความสำคัญรวมถึงความเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยเรื่อง การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมสำหรับเพศหญิง อายุตั้งแต่ 25 - 30 ปี ได้ศึกษาแบ่งข้อมูลเป็นส่วนต่างๆ ดังนี้

#### ข้อมูลในการศึกษาค้นคว้า

1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาของงานวิจัย
  - 1.1. สถิติการเสียชีวิตจากโรคมะเร็งเต้านมของผู้หญิงไทย
  - 1.2. ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมจากสิ่งแวดล้อม
  - 1.3. วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติในร่างกายด้วยตนเอง
  - 1.4. ลักษณะอาการของโรคมะเร็งเต้านม
  - 1.5. วิธีการรักษาโรคมะเร็งเต้านม
  - 1.6. ผลข้างเคียงจากการรักษาโรคมะเร็งเต้านม
2. ข้อมูลเกี่ยวกับทฤษฎีการออกแบบในเรื่องที่ทำวิจัย
  - 2.1. การออกแบบเค้าโครงเรื่อง
  - 2.2. การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหว
  - 2.3. ลักษณะของตัวอักษร
  - 2.4. ภาพกราฟิกประกอบ
  - 2.5. เสียงประกอบ
  - 2.6. Moon and Tone
  - 2.7. มุมมองกล้อง
3. ข้อมูลพฤติกรรมกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย
  - 3.1. เพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 - 30 ปี
  - 3.2. คนโสด คือบุคคลที่อาศัยอยู่คนเดียว บุคคลที่ไม่มีคู่ครอง อย่างเช่นภรรยาหรือสามี

## 1. ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาของงานวิจัย

### 1.1. สถิติการเสียชีวิตจากโรคมะเร็งเต้านมของผู้หญิงไทย

มะเร็งเต้านม (Breast cancer) เป็นโรคมะเร็งที่มีความสัมพันธ์กับการมีระดับเอสโตรเจนในเลือดสูงเป็นเวลายาวนาน โดยเป็นมะเร็งที่พบบ่อยเป็นอันดับที่ 1-2 ของโรคมะเร็งที่พบได้ในผู้หญิง จะเริ่มพบได้ตั้งแต่วัยรุ่นเป็นต้นไป และจะพบได้มากขึ้นตามอายุ ส่วนมากจะพบในหญิงที่มีอายุมากกว่า 40 ปี โรคมะเร็งเต้านมนั้นเป็นปัญหาทางสาธารณสุขที่สำคัญและพบมากเป็นอันดับที่ 2 ของมะเร็งในหญิงไทยรองจากโรคมะเร็งปากมดลูก แต่จากแนวโน้มของอุบัติการณ์ที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องในช่วงหลัง โดยจากเพิ่มขึ้นของโรคมะเร็งเต้านมในหญิงไทยอยู่ที่ 20.5 รายต่อประชากร 100,000 คน ในปีพ.ศ. 2542 เพิ่มขึ้นเป็น 26.4 รายต่อประชากร 100,000 คนในปี พ.ศ. 2552 จึงทำให้ตั้งแต่ปี พ.ศ.2553 เป็นต้นมา โรคมะเร็งเต้านมจึงกลายเป็นโรคมะเร็งที่พบบ่อยมากที่สุดจากสถิติผู้ป่วยมะเร็งของสถาบันมะเร็งแห่งชาติ และล่าสุดสถิติสาธารณสุขของสำนักนโยบายและยุทธศาสตร์ปี พ.ศ.2554 พบว่าผู้หญิงไทยป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมรายใหม่ 34,539 คน เสียชีวิต 2,724 คนเฉลี่ยวันละ 7 คน จากจำนวนประชากรไทยกว่าครึ่งที่เป็นเพศหญิงคือ 32,546,885 คน ทำให้มะเร็งเต้านมถือเป็นสาเหตุการป่วยและเสียชีวิตอันดับ 1 ของผู้หญิงไทย ในปัจจุบัน 3 จังหวัดที่มีจำนวนผู้ป่วยสูงสุดตามลำดับ คือ ชลบุรี กรุงเทพมหานคร และระยอง โดยอยู่ที่ประมาณ 34 ถึง 40 รายต่อประชากรเพศหญิง 100,000 คน ซึ่งจะสังเกตได้ว่าทั้งหมดล้วนเป็นจังหวัดที่มีการเจริญเติบโตทางสังคมและเศรษฐกิจ และเป็นที่ตั้งของเขตอุตสาหกรรมหลายแห่ง โรคมะเร็งเต้านมสามารถพบได้ในคนอายุน้อยตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไป โดยมีช่วงอายุพบได้สูงสุดในหญิงอายุ 50 - 55 ปี แต่ในระยะหลังพบว่าผู้หญิงวัยรุ่นที่มีอายุน้อยก็สามารถป่วยเป็นมะเร็งเต้านมได้และความรุนแรงของโรคมะเร็งยิ่งมากกว่าผู้ป่วยที่อายุมาก ซึ่งเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงจากรูปแบบชีวิตที่เปลี่ยนไปตามความเจริญของสังคมเมืองและอุตสาหกรรมจึงทำให้มีโอกาสสัมผัสสารก่อมะเร็งหรือปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งได้มากยิ่งขึ้นแต่ไม่ใช่เพียงแค่ประเทศไทยเท่านั้น แต่โรคมะเร็งเต้านมถือเป็นปัญหาสาธารณสุขของโลกที่ทำให้สูญเสียชีวิตของประชากรและสิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลเป็นจำนวนมาก ในปัจจุบันมีผู้ป่วยรายใหม่มากกว่า 1.2 ล้านคนต่อปีทั่วโลกและในต่างประเทศ เช่น ประเทศสหรัฐอเมริกาและประเทศในทวีปยุโรป

พบว่าผู้ป่วยสูงกว่าประเทศไทยหลายเท่า คือในผู้หญิงต่างชาติ 8 คนจะมีคนเป็นมะเร็งเต้านมอยู่ 1 คน (โรงพยาบาลกรุงเทพพญา , 2554)

## 1.2. ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านมจากสิ่งแวดล้อม

สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคมะเร็งเต้านมทั้งในเพศหญิงและเพศชาย ยังไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด แต่ก็มีปัจจัยเสี่ยงที่จะเพิ่มโอกาสให้เกิดโรคมะเร็งเต้านมได้ ยกตัวอย่างเช่น

- 1.2.1. กรรมพันธุ์ ผู้หญิงที่มีญาติสายตรง ได้แก่ มารดา พี่สาว น้องสาว และลูกสาว ที่เคยเป็นมะเร็งเต้านมหรือมะเร็งรังไข่ โดยเฉพาะในกรณีที่ญาติเป็นมะเร็งตั้งแต่อายุน้อยหรือเป็นกันหลายคน จะมีโอกาสเป็นมะเร็งเต้านมเพิ่มขึ้นหลายเท่า
- 1.2.2. เพศ เพศหญิงมีฮอร์โมนเพศ เอสโตรเจนและโปรเจสเตอโรน ซึ่งสามารถกระตุ้นการเจริญของเซลล์มะเร็งเต้านมได้ จึงเพิ่มโอกาสป่วยเป็นโรคได้มากกว่าเพศชาย แต่เพศชายก็สามารถป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมได้เช่นกันโดยมีความเสี่ยงของโรคนี้น้อยกว่าผู้หญิงเกือบ 100 เท่า
- 1.2.3. อายุ เมื่ออายุมากขึ้น โอกาสที่จะเป็นโรคมะเร็งเต้านมก็เพิ่มมากขึ้น โดยพบว่าประมาณ 2 ใน 3 ของผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ผู้ป่วยจะมีอายุมากกว่า 50 ปีขึ้นไป
- 1.2.4. ประวัติโรคทางเต้านมในอดีต การเคยผ่าตัดรักษาโรคทางเต้านมมาก่อน จะทราบผลชิ้นเนื้อของก้อนที่ผ่าตัดรักษาออกมา ซึ่งโรบบางโรคที่มีการเจริญของเซลล์ที่ผิดปกติในเต้านมสามารถที่จะเพิ่มความเสี่ยงหรือพัฒนากลายเป็นมะเร็งเต้านมได้ในอนาคต เช่น Atypical ductal hyperplasia (ADH), Atypical lobular hyperplasia (ALH) และ Lobular carcinoma in situ (LCIS) เป็นต้น
- 1.2.5. ประวัติการมีประจำเดือน การมีประจำเดือนครั้งแรกก่อนอายุ 12 ปี หรือ หมดประจำเดือนช้ากว่าอายุ 55 ร่างกายของผู้หญิงจะมีช่วงเวลาสัมผัสกับฮอร์โมนเพศ เอสโตรเจนและโปรเจสเตอโรนมากขึ้น ทำให้มีความเสี่ยงในการเป็นโรคมะเร็งเพิ่มขึ้น การตั้งครรภ์และการให้นมบุตร ผู้ป่วยที่ไม่เคยตั้งครรภ์ หรือมีบุตรคนแรกตอนอายุมากกว่า 30 ปี จะเพิ่มความเสี่ยงในการเป็นมะเร็งเพิ่มขึ้น แต่ในขณะเดียวกันการตั้งครรภ์หลายครั้งและมีบุตรตั้งแต่อายุน้อยสามารถลดความเสี่ยงเป็นมะเร็งเต้านมได้ และการให้นมบุตรเป็นเวลามากกว่า 1 ปีขึ้นไปก็อาจจะช่วยลดความเสี่ยงเป็นมะเร็งได้เช่นกัน

1.2.6. ยาคุมกำเนิดและการใช้ฮอร์โมน ผู้หญิงที่ใช้ยาคุมกำเนิดมาเป็นเวลายาวนานจะเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคมะเร็งเต้านม เมื่อเทียบกับคนที่ไม่ได้ใช้ แต่ความเสี่ยงที่ว่านี้จะหมดไปหากหยุดใช้ยาเกิน 10 ปี ส่วนการใช้ฮอร์โมนทดแทนเพื่อรักษาอาการของภาวะหมดประจำเดือนจะเพิ่มทั้งความเสี่ยงและอัตราการเสียชีวิตจากมะเร็งเต้านม

1.2.7. ปัจจัยอื่น ๆ เช่น การดื่มสุราหรือเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่จะเพิ่มความเสี่ยงในกับเซลล์มะเร็งได้ถ้าดื่มเป็นประจำทุกวัน ภาวะอ้วนหรือน้ำหนักเกินโดยเฉพาะในสตรีวัยหมดประจำเดือนจะยิ่งเพิ่มความเสี่ยงการเกิดมะเร็งเต้านมได้ เนื่องจากไขมันส่วนเกินจะเปลี่ยนเป็นฮอร์โมนเพศทำให้ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนสูงขึ้น หรือแม้กระทั่งการอยู่ในสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ การได้รับรังสีในปริมาณที่สูงเป็นเวลานาน

แต่ปัจจัยที่กล่าวไปข้างต้นก็ไม่จำเป็น หากพบว่ามีปัจจัยเสี่ยงของการเกิดโรคมะเร็งเต้านมแล้ว ผู้หญิงรายนั้นจะต้องป่วยเป็นมะเร็งเต้านมเสมอไป เพราะยังมีผู้ป่วยจำนวนมากที่ไม่พบว่ามีปัจจัยเสี่ยงเลยแต่กลับป่วยเป็นมะเร็งเต้านมได้เช่นเดียวกัน จึงสรุปว่าถึงแม้จะมีหรือไม่มีปัจจัยเสี่ยง ก็ควรเอาใจใส่ในสุขภาพเต้านมของตนเองอยู่เสมอ เพราะในการป้องกันและรักษามะเร็งเต้านมนั้น ถ้าผู้ป่วยมาพบแพทย์ตั้งแต่ระยะเริ่มแรกของโรคที่มักจะไม่แสดงอาการทางร่างกายใดๆ จะมีโอกาสรักษาให้หายขาดจากโรคนี้นี้ได้สูงและสามารถมีอายุยืนยาวเหมือนคนปกติที่ไม่ได้เป็นมะเร็งได้ กระทรวงสาธารณสุขจึงรณรงค์ให้ผู้หญิงอายุมากกว่า 20 ปีทุกคนตรวจคลำเต้านมด้วยตนเองทุกเดือน และเมื่ออายุครบ 35 ถึง 40 ปีก็ควรมาตรวจเต้านมกับแพทย์ที่โรงพยาบาลทำแมมโมแกรมและอัลตราซาวด์เต้านมเป็นประจำทุกปี

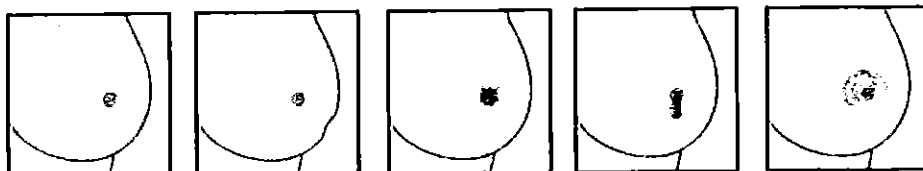
แต่ก็ยังมีผู้ป่วยมะเร็งเต้านมจำนวนหนึ่งมาพบแพทย์ด้วยการคลำพบก้อนเนื้อขนาดใหญ่ในเต้านม โดยโรคระยะนี้มักจะเริ่มมีการกระจายของเซลล์มะเร็งไปยังต่อมน้ำเหลืองและอาจลุกลามไปยังอวัยวะอื่นของร่างกายซึ่งเป็นสาเหตุส่วนใหญ่ที่ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิต (โรงพยาบาลกรุงเทพพญา , 2554)

### 1.3. วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติในร่างกายด้วยตนเอง

การตรวจหาโรคมะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้นด้วยวิธีการง่าย ๆ ด้วยตัวเองเป็นประจำทุกเดือน สามารถเริ่มตรวจได้ตั้งแต่อายุ 20 ปีขึ้นไป แต่ก่อนการตรวจเราจะต้องทราบก่อนว่าขนาดและลักษณะของเต้านมจะมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เพราะในบางคนจะมีขนาดโตมากขึ้นและแข็งมากขึ้นก่อนมีประจำเดือน หรือบางคนเต้านมจะแข็งตลอดเวลาขณะที่มีประจำเดือน และพอหลังการเข้าสู่ช่วงวัยทองขนาดของเต้านม

ก็จะมีเล็กลง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ถือเป็นเรื่องปกติ ไม่ใช่อาการที่ผิดปกติแต่อย่างใด ดังนั้น ช่วงเวลาในการตรวจเต้านมที่ดีที่สุดจึงควรจะเป็นช่วงวันที่ 5 - 7 หลังจากการมีประจำเดือนวันสุดท้าย เพราะในช่วงนี้เต้านมจะอ่อนนุ่มมากที่สุด ทำให้คลำเจอก้อนที่มีขนาดเล็กได้โดยง่าย แต่สำหรับผู้หญิงวัยทองหรือผู้ที่ได้รับการผ่าตัดมดลูกไปนั้นสามารถตรวจได้ตามสะดวก แต่แนะนำให้กำหนดวันที่แน่นอนสำหรับการตรวจเป็นประจำทุกเดือนเพื่อง่ายต่อการจดจำ (เช่น ตรวจทุกวันที่ 1 ของเดือน เป็นต้น) ส่วนวิธีการตรวจมีดังนี้

1.3.1. การดูเต้านมหน้ากระจก ให้ยืนตัวตรงมือแนบลำตัว แล้วสังเกตลักษณะของเต้านมทั้ง 2 ข้างของเราอย่างละเอียด เปรียบเทียบดูขนาดของเต้านม รูปร่างของหัวนม และการเปลี่ยนแปลงของผิวหนังทุกส่วนของเต้านม เช่น มีรอยบุ๋มขึ้นผิดปกติ รอยบวม หัวนมบอด ระดับของหัวนมที่ไม่เท่ากัน มีแผลหรือมีเส้นเลือดใต้ผิวหนังมากขึ้นผิดปกติ



Lump - may not be seen, but might be felt

Skin texture e.g. dimpling / puckering

Appearance or direction of nipple

Nipple discharge

Rash or crusting

ภาพที่ 1 ลักษณะความผิดปกติของเต้านมที่จะก่อให้เกิดโรคมะเร็งเต้านมได้

ที่มา : <https://medthai.com>

โดยในการสังเกตนั้นให้ทำการเปรียบเทียบเต้านมทั้ง 2 ข้าง ว่ามีความแตกต่างไปจากเดิมหรือผิดไปจากอีกข้างหรือไม่ (เพราะโดยส่วนใหญ่แล้วจะเป็นเพียงข้างเดียว) แล้วทำการหันตัวเล็กน้อยเพื่อให้มองเห็นด้านข้างของเต้านมได้ชัดเจนขึ้น แล้วคอยสังเกตการเปลี่ยนแปลงเช่นกัน ต่อจากนั้นให้ยกมือขึ้นทั้งสองข้างขึ้นเหนือศีรษะ เพื่อสังเกตดูความผิดปกติของรอยบุ๋มของผิวหนังบริเวณเต้านมที่เกิดจากการติ่งรังของผิวหนัง เพราะในรายที่เป็นมะเร็งอาจจะมีการติ่งรังของเนื้อเยื่อและทำให้เกิดรอยบุ๋มได้ ต่อมาให้เอามือทำสะเอวทั้งสองข้าง เพื่อให้กล้ามเนื้อหน้าอกตึงตัว แล้วต่อด้วยการโน้มตัวไปข้างหน้าเพื่อสังเกตรอยติ่งรังของผิวหนังเมื่อไม่พบความผิดปกติจากการสังเกตที่เต้านมแล้ว ให้ทำในขั้นตอนถัดไป



ภาพที่ 2 วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติด้วยตนเอง ขั้นที่ 1

ที่มา : <https://medthai.com>

- 1.3.2. การคลำเต้านมในท่านั่ง ให้ตรวจให้ทั่วพื้นที่ของบริเวณเต้านมทั้งสองข้างโดยรอบ โดยการใช้ด้านฝ่ามือของเราใช้ นิ้วชี้ นิ้วกลาง และนิ้วนาง (บริเวณที่ค่อนข้างไปทางปลายนิ้ว เพราะเป็นตำแหน่งที่ไวต่อการสัมผัส) การคลำเต้านมให้คลำในลักษณะคลึงเป็นกันหอยเล็ก ๆ ไปตามเต้านม เนื่องจากตำแหน่งของเต้านมที่อยู่บนผนังหน้าอกเป็นตำแหน่งที่สามารถตรวจพบก้อนมะเร็งเต้านมได้ง่าย ต่อมาให้สังเกตความผิดปกติว่ามีของเหลว เช่น เลือดออกมาจากหัวนมในขณะที่กดบริเวณปลายหัวนมหรือไม่ (การบีบบริเวณหัวนมควรทำอย่างเบามือ เพราะถ้ามีความผิดปกติจริงจะพบว่าน้ำหรือเลือดออกจากหัวนมได้ เมื่อมีการกดได้โดยไม่ต้องบีบเค้น) จากนั้นให้ใช้นิ้วมือคลำบริเวณเต้านมส่วนที่อยู่ใต้รักแร้ว่ามีก้อนหรือต่อมน้ำเหลืองที่โตผิดปกติหรือไม่ (ให้ห้อยแขนลงมาเพื่อให้กล้ามเนื้ออกหย่อนลง จะได้คลำรักแร้ได้อย่างชัดเจนขึ้น)



ภาพที่ 3 วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติด้วยตนเอง ขั้นที่ 2

ที่มา : <https://medthai.com>

1.3.3. การคลำเต้านมในท่านอน ต่อจากท่านั่งมา ให้ใช้หมอนหรือผ้าห่มหนุนตรงสะบักหลัง เพื่อให้หน้าอกด้านหน้าแอ่นตัวขึ้น ยกแขนหนุนศีรษะ แล้วใช้ฝ่ามือด้านตรงข้ามคลำตรวจเต้านมที่ละข้าง (เช่น ถ้าจะคลำเต้านมซ้ายก็ให้ใช้มือขวาคลำ) ส่วนวิธีการคลำนั้นให้ใช้นิ้วมือ 3 นิ้ว คือ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง คลำในลักษณะคลึงเป็นกันหอยเล็ก ๆ บริเวณเต้านมให้ทั่ว (ให้ไล่จากด้านนอกเข้ามายังหัวนม หรือจะคลำตามเข็ม หรือ ทวนเข็มนาฬิกาก็ได้) แล้วให้เพิ่มระดับความแรง 3 ระดับ คือ ระดับต้นลงไปจากผิวหนังเล็กน้อย ระดับลึกลงไปอีก และระดับที่ลึกไปจนถึงผนังหน้าอก แล้วสังเกตว่ามีก้อนอะไรดันอยู่หรือสะดุดใต้ฝ่ามือหรือไม่ (มะเร็งของเต้านมมักจะพบได้ที่ส่วนบนด้านนอกของเต้านมมากกว่าส่วนอื่น ๆ ดังนั้น จึงควรสังเกตดูบริเวณนี้ให้ละเอียด) ส่วนผู้หญิงที่มีเต้านมขนาดใหญ่ ให้ใช้วิธีนอนตะแคงโดยเอาด้านข้างของลำตัวด้านที่จะคลำหาความผิดปกติให้สูงขึ้น เพื่อที่จะคลำด้านข้างได้ชัดเจน เนื่องจากเนื้อของเต้านมจะไปกองอยู่ที่บริเวณด้านข้างจนทำให้คลำได้ยาก หรือจะใช้วิธีคลำลงล่างและขึ้นบนไปมาจนทั่วบริเวณ แล้วกลับมาอนหงายดังเดิมเพื่อคลำด้านในให้ทั่วเช่นเดียวกัน (หน่วยสารสนเทศมะเร็งโรงพยาบาลสงขลานครินทร์,2559)



ภาพที่ 4 วิธีการตรวจหาสิ่งผิดปกติด้วยตนเอง ขั้นที่ 3

ที่มา : <https://medthai.com>



อาการและอาการแสดงที่น่าสงสัยว่าจะเป็นมะเร็งเต้านม ได้แก่

- a. มีก้อนหรือการหนาตัวขึ้นของเนื้อเต้านมหรือที่บริเวณใต้รักแร้
- b. การเปลี่ยนแปลงของขนาด สี และ รูปร่างของเต้านม
- c. มีของเหลว เช่น เลือดไหลออกมาจากหัวนม
- d. ผิวหนังบริเวณเต้านมและหัวนมเกิดความผิดปกติ เช่น รอยบวมแดง ดูคล้ายผิวส้ม มีการยุบตัวหรือบวมลงไป เป็นผื่นหรือแผลเรื้อรัง เป็นต้น
- e. เต้านมอักเสบ
- f. ไม่มีอาการผิดปกติ แต่พบรอยโรคจากการตรวจแมมโมแกรมหรืออัลตราซาวด์เต้านม

ส่วนใหญ่สาเหตุที่ทำให้ผู้ป่วยมาตรวจกับแพทย์และกังวลว่าจะเป็นโรคมะเร็งเต้านมหรือไม่นั้น จะมาด้วย 2 อาการหลัก คือ มีก้อนที่เต้านม รongมาคือเจ็บหรือปวดเต้านม โดยผู้ป่วยที่มีอาการเจ็บเต้านมมักจะกลัวว่าจะเป็นโรคมะเร็งเต้านมกันมาก ทำให้มาพบแพทย์ค่อนข้างเร็ว ต่างกับผู้ป่วยที่มีก้อนที่เต้านม คลำได้ แต่ไม่รู้สึเจ็บ มักจะปล่อยไว้เพราะคิดว่าจะไม่เป็นอะไร จนก้อนผิดปกติมีขนาดใหญ่โตขึ้นทำให้รู้สึเจ็บ แล้วค่อยมาพบแพทย์ ซึ่งถ้าก้อนนั้นเป็นก้อนเนื้อมะเร็งก็อาจมีการกระจายหรือลุกลามไปที่ต่อมน้ำเหลืองหรืออวัยวะอื่นแล้วแน่นอน ดังนั้นเมื่อคลำพบก้อนที่เต้านมควรรีบมาพบแพทย์แต่โดยเร็ว เพราะว่ร้อยละ 90 ของผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านม ระยะเริ่มแรกจะมีแต่ก้อน โดยที่ไม่มีอาการเจ็บ ส่วนอาการเจ็บเต้านมนั้นเป็นอาการที่พบได้เท่าๆ กันทั้งในผู้ป่วยมะเร็งเต้านมและผู้ป่วยที่ไม่ได้เป็นมะเร็งเต้านม ผู้ป่วยมะเร็งเต้านมที่มาพบแพทย์ด้วยอาการเจ็บเต้านมนั้นพบว่ามีเพียงร้อยละ 10-15 ของจำนวนผู้ป่วยทั้งหมด อาการเจ็บเกิดจากการที่ก้อนมะเร็งมีขนาดใหญ่จนดึงรั้งให้ผิวหนังบริเวณเต้านมที่มีประสาทรับความรู้สึกมากโดยเฉพาะตรงบริเวณหัวนม หรือก้อนมะเร็งที่ลุกลามมาถึงชั้นผิวหนังทำให้เกิดแผลหรือผื่นผิดปกติขึ้นได้ (โรงพยาบาลกรุงเทพพญา , 2554)

#### 1.4. ลักษณะอาการของโรคมะเร็งเต้านม

ในระยะแรกของการเป็นมะเร็งเต้านมมักมีอาการที่ไม่ชัดเจน ต่อมาผู้ป่วยจะคลำเจอก้อนที่เต้านม (มักเกิดขึ้นเพียงข้างเดียว ส่วนโอกาสที่จะเกิดทั้งสองข้างมีเพียงแค่ 5%) ก้อนที่เซลล์มะเร็งเต้านมมักจะมีลักษณะแข็งและขรุขระ แต่อาจจะเป็นก้อนเรียบ ๆ ก็ได้ ผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเต้านมส่วนใหญ่จะไม่มีอาการเจ็บปวดแต่อย่างใด แต่จะมีเพียง 10% ของผู้ป่วยเท่านั้นที่มีอาการปวดเต้านม

ส่วนอาการอื่น ๆ ที่อาจพบได้แก่ หัวนมบวม เต้านมมีขนาดใหญ่ขึ้น หรือรูปทรงของเต้านมผิดปกติไปจากเดิม ผิวหนังบริเวณเต้านมบวมลงไปคล้ายลักยิ้ม ลักษณะของผิวหนังที่เต้านมมีผื่น แดง ร้อน และขรุขระคล้ายผิวส้ม อาจจะมีแผลที่หัวนมและรอบหัวนมได้ หรือมีน้ำเหลืองหรือน้ำเลือดไหลออกจากหัวนม ในบางรายอาจคลำพบก้อนบริเวณรักแร้ และน่าน ๆ ครั้งอาจพบมะเร็งเต้านมที่มีอาการบวมแดงคล้ายการอักเสบที่เต้านม

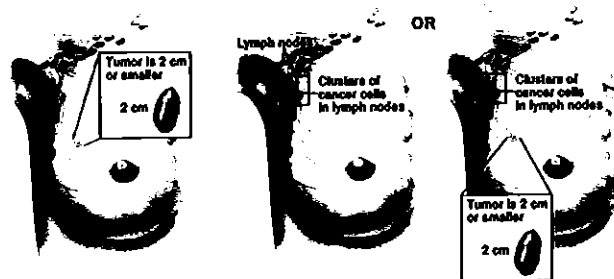
ดังนั้น โรคมะเร็งเต้านม เป็นหนึ่งในโรคมะเร็งที่เกิดขึ้นกับผู้หญิงมากที่สุด เพราะในเพศหญิงอาจมีความเสี่ยงเป็นโรคนี้อยู่แล้ว ทว่านอกจากวิธีป้องกันตัวเองจากโรคมะเร็งเต้านมแล้ว ผู้หญิงทุกคนจึงต้องทราบถึงลักษณะอาการของโรคมะเร็งเต้านมในระยะต่าง ๆ เอาไว้ด้วยว่า อาการของโรคมะเร็งระยะที่ 1, 2, 3 และ 4 มีความรุนแรงของโรคเพียงใด และโรคมะเร็งเต้านมสามารถเกิดได้ทั้งในผู้หญิงและผู้ชายจะแบ่งออกเป็น 4 ระยะด้วยกันเช่นเดียวกับโรคมะเร็งทั่วไป ดังนี้

##### 1.4.1. อาการมะเร็งเต้านมระยะที่ 1

มะเร็งเต้านมระยะที่ 1 นับเป็นอาการมะเร็งเต้านมในระยะก่อนลุกลาม เซลล์ก้อนมะเร็งจะมีขนาดเล็กกว่า 2 เซนติเมตร และยังไม่ลุกลามเข้าไปต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ (ระยะที่ 1A – Stage IA) หรือเป็นระยะที่มะเร็งได้ลุกลามเข้าไปต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ (เป็นเซลล์มะเร็งกลุ่มเล็ก ๆ) และยังไม่พบก้อนมะเร็งที่เต้านม หรือพบก้อนมะเร็งที่เต้านม แต่ยังมีขนาดเล็กไม่เกิน 2 เซนติเมตร (ระยะที่ 1B – Stage IB) ในระยะนี้หากทำการรักษาอย่างถูกต้องจะมีอัตราการรอดชีวิตเกิน 5 ปี สูงถึง 90 - 100%

Stage IA Breast Cancer

Stage IB Breast Cancer



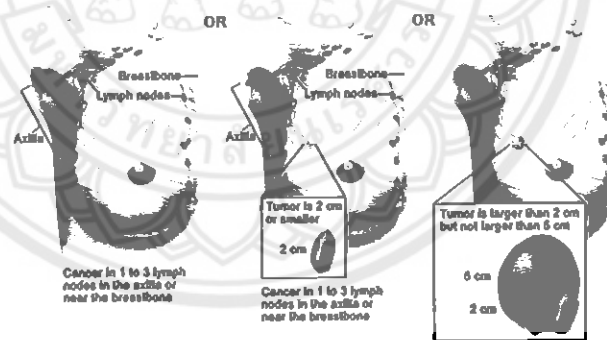
ภาพที่ 5 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 1

ที่มา : <https://medthai.com>

## 1.4.2. อาการมะเร็งเต้านมในระยะที่ 2

ก้อนมะเร็งมีขนาดระหว่าง 2-5 เซนติเมตร และมีการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งไปยังต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ข้างเดียวกันถึง 1-3 ต่อมน แต่ยังไม่พบก้อนมะเร็งที่เต้านม ในระยะนี้หากทำการรักษาอย่างถูกต้องจะมีอัตราการรอดชีวิตเกิน 5 ปี ประมาณ 85 - 90%

Stage IIA Breast Cancer



ภาพที่ 6 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 2

ที่มา : <https://medthai.com>

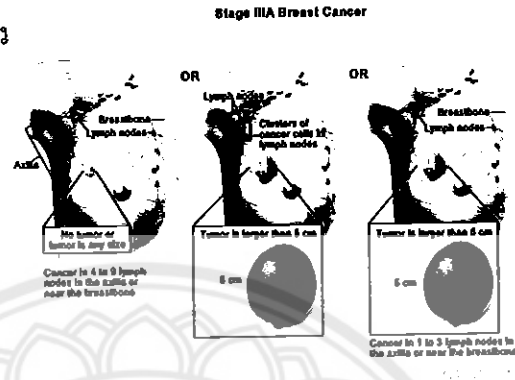
## 1.4.3. อาการมะเร็งเต้านมระยะที่ 3

ในระยะนี้หากทำการรักษาอย่างถูกต้องจะมีอัตราการรอดชีวิตเกิน 5 ปีอยู่ที่ประมาณ 65-70% โดยจะแบ่งออกเป็น 3 ระยะดังนี้

## a. ระยะที่ 3A (Stage IIIA)

เป็นระยะที่ยังไม่พบก้อนมะเร็งที่เต้านมหรือพบก้อนมะเร็งที่เต้านมขนาดเล็กก็ได้ แต่เซลล์มะเร็งจะลุกลามเข้าไปยังต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ 4-9 ต่อมน หรือพบ

ก้อนมะเร็งที่เต้านมขนาดใหญ่กว่า 5 เซนติเมตร และมะเร็งได้ลุกลามเข้าไปต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ (เป็นเซลล์มะเร็งกลุ่มเล็ก ๆ) หรือลุกลามเข้าไปต่อมน้ำเหลืองที่รักแร้ 1-3 ต่อ

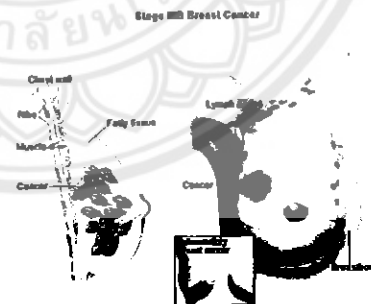


ภาพที่ 7 ระยะที่ 3A stage IIIA

ที่มา : <https://medthai.com>

b. ระยะที่ 3B (Stage IIIB)

เป็นระยะที่พบก้อนมะเร็งที่เต้านมมีขนาดโตก็ได้เช่นกัน และเชื่อมะเร็งได้ลุกลามไปที่ผนังหน้าอก หรือผิวหนังของเต้านมจนก่อให้เกิดอาการบวม และอาจลุกลามเข้าไปที่ต่อมน้ำเหลืองบริเวณรักแร้หรือต่อมน้ำเหลืองที่ใกล้กับกระดูกหน้าอกจนถึง 9 ต่อ



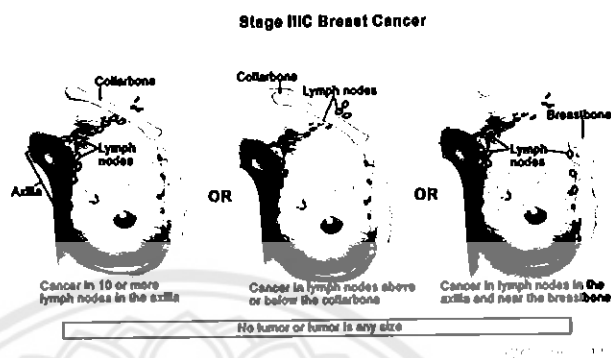
ภาพที่ 8 ระยะที่ 3B stage IIIB

ที่มา : <https://medthai.com>

c. ระยะที่ 3C (Stage IIIC)

เป็นระยะที่ก็ยังคงไม่พบก้อนมะเร็งที่เต้านมหรือพบก้อนมะเร็งที่เต้านมขนาดโตก็ได้ และเชื่อมะเร็งได้ลุกลามเข้าไปต่อมน้ำเหลืองบริเวณรักแร้มากกว่า 10 ต่อ หรือลุกลามไปต่อมน้ำเหลืองบริเวณที่ไหปลาร้า หรือลุกลามไปต่อมน้ำเหลืองที่

รักแร้และต่อมน้ำเหลืองที่อยู่ใกล้กับบริเวณกระดูกหน้าอก (PearlPoint Cancer  
 “Breast Cancer Treatment – Stages of Breast Cancer”,2558)

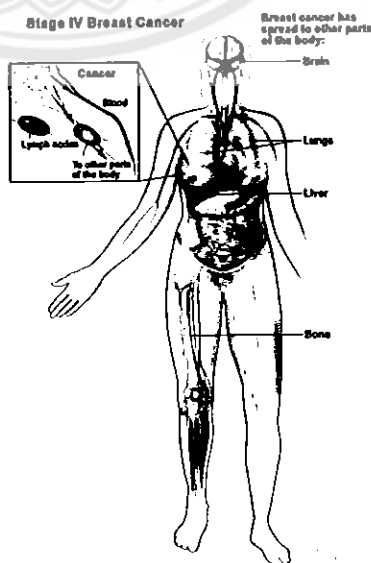


ภาพที่ 9 ระยะที่ 3C stage IIIc

ที่มา : <https://medthai.com>

#### 1.4.4. อาการมะเร็งเต้านมระยะที่ 4

ระยะนี้จะพบว่าก้อนมะเร็งมีขนาดโตเท่าไรก็ได้ แต่เป็นระยะที่มะเร็งได้แพร่กระจายเข้าสู่กระแสเลือดและอวัยวะอื่น ๆ ที่พบได้บ่อยคือ ปอด สมอง ตับ กระดูก และไขกระดูก ซึ่งโรคในระยะนี้มักจะไม่หายขาด เป็นต้น ซึ่งโรคในระยะนี้มักจะไม่หายขาด โดยทั่วไปผู้ป่วยจะมีชีวิตอยู่ได้ประมาณ 1-3 ปี โดยขึ้นอยู่กับอวัยวะที่มีโรคแพร่กระจาย ส่วนอัตราการรอดชีวิตเกิน 5 ปี จะอยู่ที่ประมาณ 0-20% (ภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล,2558)



ภาพที่ 10 ระยะการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 4

ที่มา : <https://medthai.com>

## 1.5. วิธีการรักษาโรคมะเร็งเต้านม

1.5.1. การรักษาผู้ป่วยมะเร็งเต้านม จะต้องอาศัยทีมแพทย์ในสาขาต่างๆ เช่น ศัลยแพทย์ รังสีแพทย์ และอายุรแพทย์ ผู้ที่เชี่ยวชาญด้านโรคมะเร็งเต้านม ร่วมกันวางแผนในการรักษาที่ดีที่สุดและเหมาะสมที่สุดสำหรับผู้ป่วยในแต่ละราย โดยปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกวิธีการรักษาของแพทย์ เช่น ขนาด ตำแหน่ง และ ลักษณะของเซลล์มะเร็ง ระยะโรคและการกระจายของมะเร็ง อายุและสุขภาพของผู้ป่วย ตัวรับฮอร์โมนของมะเร็ง ภาวะก่อนหรือหลังหมดประจำเดือน ปัจจัยที่บ่งบอกความรุนแรงของเนื้องอก เช่น ยีน HER2 และทางเลือกในการทำการรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมก็จะมีวิธี ได้แก่ การผ่าตัด รังสีรักษา เคมีบำบัด การรักษาโดยใช้ฮอร์โมน การใช้ยาที่ออกฤทธิ์เฉพาะเจาะจงต่อเซลล์มะเร็ง (targeted therapy) หรือเรียกว่ายาพุ่งเป้า จำเพราะนั่นเอง (โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์, 2559)

การรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมให้หายต้องทำการรักษาแบบเป็นขั้นตอน ทำการรักษาตามช่วงระยะที่ผู้ป่วยเป็น ดังนี้

- a. การรักษามะเร็งเต้านมระยะที่ 1 มะเร็งเต้านมในระยะนี้ แพทย์อาจพิจารณาจากแนวโน้มของอาการ โดยเฝ้าสังเกตการลุกลามของก้อนมะเร็งด้วยการทำแมมโมแกรมเป็นระยะ ๆ ซึ่งหากพบว่าก้อนมะเร็งเริ่มลุกลามแล้ว กรณีนี้แพทย์อาจรักษาด้วยการตัดเอา รอยของโรคที่เป็นเนื้อร้ายออกอย่างเดียว (Excision) หรือที่ตัดรอยโรคออกไปร่วมกับการฉายแสงรักษาเฉพาะบริเวณรอยโรค (Breast conservative treatment) หรือในรายที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งสูง แพทย์อาจตัดเต้านมทั้งข้างออกไปเลยก็ได้ และจะทดแทนด้วยเต้านมเสริม
- b. การรักษามะเร็งเต้านมระยะที่ 2 ในระยะที่เซลล์มะเร็งที่มีการแพร่กระจายมายังต่อมน้ำเหลืองที่บริเวณรักแร้ การรักษาอาจทำได้ 2 วิธี คือ ตัดรอยโรคออกไปร่วมกับการฉายแสงรักษาเฉพาะบริเวณพื้นที่ของรอยโรค (Breast conservative treatment) นอกจากนี้ยังต้องตัดเอาต่อมน้ำเหลืองที่ได้รับผลกระทบมาสุ่มตรวจ เพื่อประเมินการแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งด้วย เพราะหากพบว่ามี การแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งที่ต่อมน้ำเหลืองใต้รักแร้จริง แพทย์จะพิจารณาให้ยาเคมีบำบัดควบคู่ไปด้วยเป็นระยะเวลา 6 เดือน

และวิธีรักษาอีกวิธีหนึ่งสำหรับมะเร็งเต้านมระยะที่ 2 คือทำได้ด้วยวิธี Modified Radical Mastectomy (MRM) คือ การผ่าตัดเอาเต้านม และต่อมน้ำเหลืองใต้รักแร้ออกไป หากพบว่าเซลล์มะเร็งกระจายไปยังต่อมน้ำเหลืองแล้ว ซึ่งอาจจำเป็นต้องให้ยาเคมีบำบัดร่วมด้วยนาน 6 เดือน หรือหากกรณีผู้ป่วยหมดประจำเดือนแล้ว อาจมีการให้ยา Tamoxifen อย่างน้อย 5 ปี ถ้าผล ER เป็นบวก

c. การรักษา มะเร็งเต้านมระยะที่ 3 เมื่อวินิจฉัยระยะของโรคแล้วพบว่าอยู่ในระยะที่ 3 การรักษาอาจจะต้องเริ่มต้นด้วยการให้ยาเคมีบำบัด หรือให้ยาต้านฮอร์โมนในผู้ป่วยบางราย เพื่อควบคุมโรคไม่ให้ลุกลามมากขึ้น และลดขนาดของก้อนมะเร็งให้มีขนาดที่เล็กลงจนสามารถผ่าตัดเอาก่อนเนื้อร้ายออกไปจากร่างกายได้โดยไม่ลำบากมากนัก ทั้งนี้การรักษาอาจจะมีการให้ยาได้ 2 แนวทาง ซึ่งก็คือ ให้ยาทำลายเซลล์มะเร็งจนเหลือขนาดเล็ก ก่อนทำการผ่าตัด แล้วให้ยาต่ออีกหลังจากผ่าตัดจนครบกำหนด หรือในกรณีที่ให้ยาไปจนครบกำหนดแล้วจึงผ่าตัดเนื้อร้ายออกไปในคราวเดียว

d. การรักษา มะเร็งเต้านมระยะที่ 4 เนื่องจากเป็นระยะที่มีการเชื่อมะเร็งสามารถแพร่กระจายไปยังอวัยวะอื่น ๆ ได้แล้ว การผ่าตัดจึงไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุด เพราะแม้จะตัดเต้านมที่เป็นเนื้อร้ายออกไปแล้ว การแพร่กระจายของเซลล์มะเร็งก็ยังคงอยู่ ดังนั้นการรักษาส่วนใหญ่ก็คือเพื่อลดอาการแทรกซ้อน และเพิ่มคุณภาพชีวิตให้กับผู้ป่วย ซึ่งก็ขึ้นอยู่กับการปรึกษาแนวทางการรักษาอาการร่วมกันระหว่างแพทย์ ผู้ป่วยและญาติ ทั้งนี้ระหว่างการรักษาแพทย์อาจจะให้ยาฮอร์โมน หรือให้ยาเคมีบำบัด โดยอาจมีการพิจารณาให้ยา Trastuzumab ร่วมด้วยหรือให้ยา Tyrosine kinase inhibitors ร่วมกับยาเคมีบำบัดแบบรับประทาน (Capecitabine) หรือแพทย์อาจจะรักษาด้วยวิธีการฉายแสง หรือการผ่าตัดเพื่อลดอาการปวดและอาการอื่น ๆ หรือวิธีรักษาแบบ Bisphosphonate เพื่อลดอาการปวดจากการที่เซลล์มะเร็งแพร่กระจายไปยังกระดูกก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่สามารถทำได้

แต่อย่างไรก็ดี การรักษา มะเร็งเต้านมสามารถทำได้ทั้งการผ่าตัด การฉายรังสี การให้ยาเคมีบำบัด การให้ยาต้านฮอร์โมน รวมทั้งการรักษาที่มีการออกฤทธิ์จำเพาะ ตามที่กล่าวข้างต้น แต่โดยปกติแพทย์จะเลือกวิธีการรักษาตามลำดับความเหมาะสม เพื่อให้ได้ผลการรักษาที่ดีที่สุด โดยคำนึงถึงวัย

ภาวะประจำเดือน สุขภาพทั่วไป ขนาดของเซลล์มะเร็ง ตำแหน่งของ ก้อนมะเร็ง รวมไปถึงจนถึงระยะของมะเร็งเต้านมที่ผู้ป่วยแต่ละรายเป็นอยู่ เนื่องจากผู้ป่วยแต่ละรายมีรายละเอียดที่แตกต่างกันไป ทำให้การรักษาย่อมมีความแตกต่างกันตามไปด้วย ดังนั้นควรปรึกษาแพทย์ผู้ให้การรักษาเพื่อให้ได้ ข้อมูลที่ครบถ้วน หรือปรึกษาแพทย์เพื่อค้นหาแนวทางรักษาที่เหมาะสมกับ อาการป่วยของตัวเองให้มากที่สุด (การแพทย์ทางเลือก Wholly Medical Center (ออนไลน์) , 2555)

#### 1.6. ผลข้างเคียงจากการรักษาโรคมะเร็งเต้านม

ผลข้างเคียงจากการรักษาโรคนี้อาจขึ้นอยู่กับวิธีที่ใช้ในการรักษา ได้แก่

1.6.1. ผลข้างเคียงจากการผ่าตัด เช่น การเสียเลือด, แผลผ่าตัดติดเชื้อ, การสูญเสียเนื้อเยื่อ และเสี่ยงต่อการดมยาสลบ

1.6.2. ผลข้างเคียงจากการใช้รังสีรักษา คือ ผิวหนังในบริเวณที่ทำการฉายรังสีเกิดเป็นแผลถลอก เป็นแผลเปื่อยคล้ายแผลถูกไฟไหม้ น้ำร้อนลวก แผลมีขนาดใหญ่ และเสี่ยงต่อการติดเชื้อ

1.6.3. ผลข้างเคียงจากการใช้ยาเคมีบำบัด คือ ผมร่วง, เบื่ออาหาร, คลื่นไส้ อาเจียน, มือเท้าชา, อ่อนเพลีย, เกิดภาวะซีด, เม็ดเลือดขาวต่ำทำให้ติดเชื้อได้ง่าย, ภาวะเกล็ดเลือดต่ำทำให้มีเลือดออกได้ง่าย, การทำงานของไตลดลง เป็นต้น

1.6.4. ผลข้างเคียงจากการใช้ยาฮอร์โมนบำบัด คือ ตกขาวโดยไม่มีการติดเชื้อ, เลือดออกผิดปกติทางช่องคลอด (พบได้น้อย), ปวดข้อ, เสี่ยงเป็นมะเร็งเยื่อบุมดลูก (พบได้น้อยมากประมาณ 0.2-1.6 คน ต่อผู้ใช้นานี้ 1,000 คน)

1.6.5. ผลข้างเคียงจากการใช้ยาต้านมะเร็งแบบตรงเป้า คือ การเกิดสิ่วขึ้นทั่วตัวรวมทั้งใบหน้า และยาบางชนิดอาจก่อให้เกิดภาวะเลือดออกได้ง่าย ผลติดยากเมื่อเกิดบาดแผล และอาจเป็นสาเหตุทำให้ผนังลำไส้ทะลุได้

1.6.6. ผลข้างเคียงที่กล่าวมานี้จะสูงและรุนแรงมากขึ้น ในกรณีที่ใช้หลาย ๆ วิธีร่วมกันในการรักษา

a. ผู้ป่วยมีโรคประจำตัวหรือเป็นโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง



- b. ผู้ป่วยเป็นผู้สูงอายุ
- c. ผู้ป่วยสูบบุหรี่ และดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

## 2. ข้อมูลเกี่ยวกับทฤษฎีการออกแบบในเรื่องที่ทำการวิจัย

### 2.1. การออกแบบเค้าโครงเรื่อง

#### 2.1.1. ความหมายของสตอรี่บอร์ด (Story Board)

สตอรี่บอร์ด คือการเขียนภาพนิ่งและข้อความเพื่อเป็นการกำหนดแนวทางในการถ่ายทำหรือการผลิตภาพเคลื่อนไหวในรูปแบบต่างๆ เช่น ภาพยนตร์ โฆษณา การ์ตูน สารคดี โมชั่น เป็นต้น เพื่อกำหนดการเล่าเรื่อง ลำดับเรื่อง จัดมุมกล้อง กำหนดเวลา ซึ่งภาพที่วาดไม่จำเป็นจะต้องละเอียดมากเพียงแค่มุมกล้องประกอบสำคัญๆ ให้มีการระบุถึงตำแหน่งของตัวละครที่มีความสัมพันธ์กับฉากและตัวละครอื่นๆ กรอบแสดงภาพและมุมกล้อง แสงเงา เป็นการสเกตช์ภาพของเฟรม (Shot) ต่างๆ จากบทที่กำหนดไว้ เปรียบเสมือนการวาดการ์ตูนในกรอบสี่เหลี่ยมแต่ละช่อง

#### 2.1.2. ส่วนประกอบของสตอรี่บอร์ด

สตอรี่บอร์ด จะประกอบไปด้วยชุดของภาพ Sketches ของ shot ต่างๆ พร้อมด้วยคำบรรยายหรือบทสนทนาในเรื่อง ซึ่งอาจจะทำการเขียนเรื่องย่อและบทก่อน หรือ Sketches ภาพก่อนก็ได้ แล้วจึงค่อยใส่คำบรรยายลงไป อาจจะมีบทสนทนาหรือไม่มีบทสนทนาดก็ได้ และสำหรับการกำหนดเสียงในแต่ละภาพต้องพิจารณาว่าภาพและเสียงไปด้วยกันได้หรือไม่ ไม่ว่าจะเป็นเสียงดนตรี เสียงธรรมชาติหรือเสียงอื่นๆ เป็นต้น

#### 2.1.3. เทคนิคในการเขียนบทหรือเนื้อเรื่อง

- a. ต้องมีการบรรยายถึงบรรยากาศของสถานที่ หรือการพรรณนาภาพอย่างใดอย่างหนึ่ง เพื่อนำความคิดของผู้อ่านให้ซาบซึ้งในท้องเรื่อง ให้เห็นภาพฉากที่เราวาดด้วยตัวอักษรนั้นให้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น
- b. การวางโครงเรื่องต้องมีการดำเนินเรื่องตั้งแต่เริ่มเรื่องจนไปถึงปลายเรื่อง หรือที่เรียกว่าจุด ไคลแมกซ์ (Climax) และจบเรื่องลงโดยให้ผู้อ่านเข้าใจ และมีความรู้สึกตามเนื้อเรื่อง
- c. การจัดตัวละครและให้บทบาทให้กับตัวละครที่สำคัญในเรื่อง เพื่อแสดงลักษณะนิสัยอย่างหนึ่งอย่างใด ที่ก่อให้เกิดเรื่องราวต่างๆ ขึ้น

- d. การบรรยายเรื่อง แบบการมีตัวตนที่เข้าไปอยู่ในตัวเรื่อง และการเป็นบุรุษที่สาม ได้แก่ ตัวละครแสดงบทบาทของตนเอง เป็นวิธีที่ดีที่สุด
- e. การเปิดเรื่อง อาจใช้วิธีการให้ตัวละครสนทนากัน การบรรยายตัวละคร การวางฉากและการบรรยายตัวละครประกอบ การบรรยายพฤติกรรมของตัวละครแต่ละตัวละคร ก็ได้

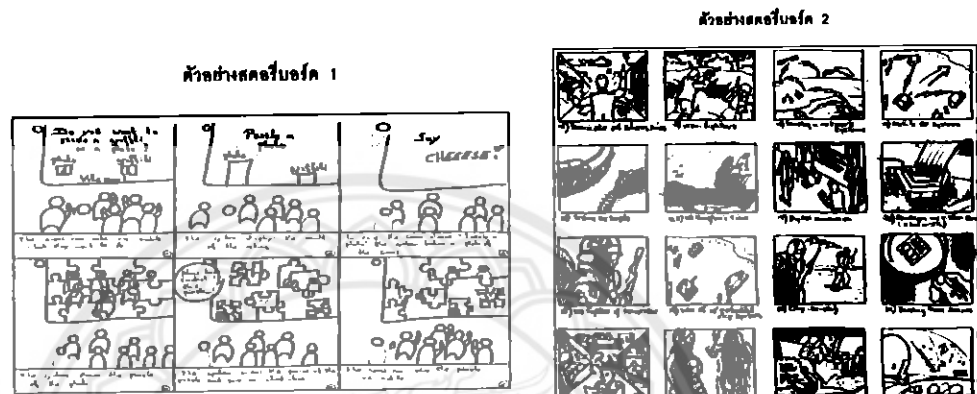
#### 2.1.4. ข้อดีของการทำ สตอรี่บอร์ด

- a. การทำให้เนื้อเรื่องสั้นไหลขึ้น เพราะได้อ่านทวนตั้งแต่ต้นจนจบก่อนจะลงมือทำงานจริง
- b. การทำให้เนื้อเรื่องไม่เกิดการพรรณนาที่ผิดประเด็น เพราะมีแผนการวาดกำกับไว้หมดแล้ว
- c. การทำให้ปริมาณของบทพูดให้มีความพอดีและเหมาะสมกับหน้ากระดาษ และกรอบคำพูดนั้น ๆ
- d. การช่วยในการทำงานไม่ซับซ้อนในแฟรมที่กำหนดไว้ได้ถูกต้อง (เรื่องของเวลา)

#### 2.1.5. ขั้นตอนการทำสตอรี่บอร์ด

1. วางโครงเรื่องหลัก ไม่ว่าจะ เป็น Theme, ตัวละครหลัก, ฉาก ฯลฯ
  - 1.1. แนวเรื่อง
  - 1.2. ฉากประกอบ
  - 1.3. เรื่องย่อ
  - 1.4. Theme/แก่น (ข้อคิด/สิ่งที่ต้องการจะสื่อ)
  - 1.5. ตัวละคร สิ่งสำคัญคือกำหนดรูปลักษณ์ของตัวละครแต่ละตัวให้โดดเด่นและไม่คล้ายกันจนเกินไป ควรออกแบบรูปลักษณ์ของตัวละครให้มีความโดดเด่นแตกต่างกัน และมองแล้วสามารถสื่อถึงลักษณะนิสัยของตัวละครได้ทันที
2. ลำดับเหตุการณ์พอสังเขป จุดสำคัญคือ ทุกเหตุการณ์จะมีความเป็นเหตุเป็นผลซึ่งกันและกัน เหตุการณ์ก่อนหน้าจะทำให้เกิดเหตุการณ์ต่อมาที่จะมีน้ำหนักที่มากขึ้น และต้องหา จุด Climax ของเรื่องให้ได้ จุดนี้จะเป็นจุดที่น่าตื่นเต้นที่สุดก่อนที่จะเฉลยปมทุกอย่างในเรื่อง การสร้างปมให้ผู้อ่านสงสัย ก็เป็นจุดสำคัญในการสร้างเรื่อง ปมจะทำให้ผู้อ่านเกิดคำถามในใจและคาดเดาเนื้อเรื่องรวมถึงตอนจบว่าจะจบลงแบบไหน

3. กำหนดหน้า
4. แต่งบท เป็นขั้นตอนสุดท้ายก่อนลงมือวาดสตอรี่บอร์ด ควรกำหนดคำบรรยายลงไปให้ชัดเจน (Krutu (ออนไลน์) , 2557)



ภาพ 11 ตัวอย่างสตอรี่บอร์ด 1

ภาพ 12 ตัวอย่างสตอรี่บอร์ด 2

## 2.2. การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหว

การออกแบบสื่อเรขศิลป์เคลื่อนไหวหรือที่เรียกว่า Motion Graphic นั้น ต้องทำความเข้าใจหรือแยกให้ได้ก่อนว่ามันจะแตกต่างกับ Animation ซึ่งงาน Motion Graphic จะแยกออกมาได้เป็น 2 ส่วนคือ motion หมายถึง การเคลื่อนไหว และ graphic หมายถึง ศิลปะประเภทหนึ่งที่จะสื่อความหมายด้วยเส้น เช่น แผนภูมิ แผนภาพ การ์ตูน ดังนั้น motion graphic ก็คือการสร้างภาพด้วยกราฟิกให้มีความเคลื่อนไหวได้ในหลากหลายมิติ ซึ่งจะต่างกับ animation ตรงที่ไม่มีตัวละครเป็นตัวดำเนินเรื่องหรือมีบทพูด และการตัดฉากสลับเหมือนภาพยนตร์ แต่จะเป็นการสร้างการเคลื่อนไหวให้กับงานกราฟิกแทน และใช้การพากย์เสียงบรรยายประกอบ นิยมใช้กับเรื่องราวที่ให้ข้อมูลเยอะๆ เข้าใจยาก ให้ออกมาในรูปแบบที่สนุกและเข้าใจได้ง่ายมากยิ่งขึ้น

การทำงาน Motion Graphic สักชิ้น ก็ต้องอาศัยขั้นตอนต่างๆมากมายถึงจะได้งานที่ออกมามีความสมบูรณ์มากที่สุด ดังนั้นขั้นตอนในการทำโมชันจึงจะแบ่งออกเป็น creative และ Motion graphic ขั้นตอนเป็นดังนี้

### 2.2.1. Direction concept

คือการที่เราได้รับข้อมูลมาแล้ว ซึ่งจะเป็นขั้นตอนของ Creative ที่ต้องคิดโครงสร้างทิศทางของเนื้อเรื่องที่จะนำเสนอออกมา โดยต้องทราบก่อนว่าจะนำเสนอเพื่อให้ผู้รับสารได้อะไร เป็นต้น

### 2.2.2. Mood board

มีไว้กำหนดอารมณ์ของงาน เพื่อให้เวลาทำงานแล้วจะเห็นภาพไปให้ทิศทางเดียวกัน ซึ่ง Mood board จะช่วยให้เข้าใจภาพได้มากยิ่งขึ้น การกำหนดโทนสีส่วนมากจะเป็นการใช้สีกำหนดสไตล์ของคาแรกเตอร์ รวมไปถึงจนถึงการใช้ฟอนต์

2.2.3. Script เมื่อผ่านกระบวนการทั้งสองข้อไปแล้ว ก็จะสามารถนำไปเขียน Script ต่อได้ โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ

2.2.4. Introduction : เป็นส่วนแรกซึ่งต้องเล่าให้น่าสนใจ และสร้างความน่าติดตาม เช่น การพูดถึงปัญหา หรือประเด็นที่ตรงกับคนดู เกริ่นขึ้นมาก่อน เพื่อเชื่อมโยงต่อไปที่ main idea

2.2.5. Main idea : เป็นใจความหลักของเนื้อเรื่อง ซึ่งเป็นการขายประโยชน์งานโมชั่น

2.2.6. Ending : คือการสรุปเรื่องราวทั้งหมด ว่าทั้งหมดที่กล่าวมาเราต้องการจะบอกสิ่งใดกับผู้รับสาร ให้ผู้รับสารรู้สึกอะไร เช่น คุ่มค่านะ ปลอดภัยนะ เป็นต้น อาจจะเป็นการบอกด้วย Keyword สั้นๆ เป็นต้น

โดยการเขียน script นั้นควรยาวตั้งแต่ 1 นาทีครึ่งและไม่ควรเกิน 2 นาทีครึ่ง เพื่อความกระชับและความเข้าใจง่าย โดยต้องไม่สั้นและยาวจนเกินไปซึ่งจะทำให้เกิดความน่าเบื่อ

2.2.7. Storyboard เมื่อผ่านขั้นตอนการเขียน script แล้วก็จะเอา script เหล่านั้นมาบอกเล่าควบคู่ไปกับภาพ ซึ่งเรียกว่า การเขียน Storyboard ซึ่ง process นี้มักออกแบบจะเป็นคนทำเพื่อทำให้เห็นภาพและเข้าใจตรงกันมากขึ้นโดยแบ่งออกเป็น 2 ขั้นตอนคือ

- a. Storyboard มือ : การสเก็ตซ์ภาพแบบง่ายๆ ควบคู่ไปกับสคริปต์เพื่อเล่าเรื่องราวให้เห็นภาพมากยิ่งขึ้น

โดยมีการเขียนประกอบด้วยว่า ภาพนี้เล่าว่าอะไรมี การเคลื่อนไหวแบบไหนเพื่อให้ง่ายต่อการแก้ไข เข้าใจ ได้อย่างรวดเร็ว

- b. Storyboard Ai : เมื่อ Storyboard มือผ่านแล้วก็ นำแต่ละฉากไปขึ้นใน Adobe illustrator ซึ่งทำเป็น ฉากพร้อม animate แล้วนำมาเรียงเป็น Storyboard โดยรูปแบบกราฟิกจะเป็นไปตาม Mood board ที่ กำหนดไว้ในตอนแรก

2.2.8. Animate นำฉากที่สร้างใน Adobe illustrator มาแยก layer และทำการเคลื่อนไหวใน Adobe After effect โดยนัก ออกแบบ และก่อนการ animate ควรอัดเสียงไกด์ตามสคิปต์ก่อน เพื่อจะได้ animate ภาพได้ตามเสียงโดยไม่ผิดเพี้ยนตาม timeline พร้อมทั้งการใส่ sound effect

2.2.9. Mix sound เมื่อ animate เสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็จะเข้าสู่ ขั้นตอนการอัดเสียงจริงที่จะใช้ในการบรรยายงาน Motion Graphic โดยอัดที่ห้องอัดเสียง เอให้ได้เสียงที่ออกมามีคุณภาพ มากที่สุด (infographic knowledge ,2557)

### 2.3. ภาพประกอบเรื่องกราฟิก

#### 2.3.1. การออกแบบกราฟิก

งานกราฟิกนั้นเป็นส่วนสำคัญที่มีบทบาทอย่างยิ่งต่อการออกแบบและสำคัญต่อ กระบวนการผลิตสื่อ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อที่ต้องการการสัมผัสรับรู้ด้วยตา ได้แก่ หนังสือ นิตยสาร วารสาร แผ่นป้ายบรรจุภัณฑ์ แผ่นพับ แผ่นปลิว โทรททัศน์ โฆษณา ภาพยนตร์ ฯลฯ นักออกแบบจะใช้วิธีการทางศิลปะและวิธีการทางการออกแบบร่วมกันสร้างรูปแบบสื่อ เพื่อให้เกิดศักยภาพสูงสุดในการที่จะเป็นตัวกลางในการสื่อความหมายระหว่างผู้ส่งสารและ ผู้รับสาร

วิธีที่จะออกแบบและวิธีแก้ปัญหาการออกแบบ โดยการนำรูปภาพประกอบ ภาพถ่าย สัญลักษณ์ รูปแบบ ขนาดตัวอักษร มาจัดวางเพื่อให้เกิดการนำเสนอข้อมูลอย่างชัดเจน เกิด ผลดีต่อกระบวนการสื่อความหมาย

### 2.3.2. ความหมายของการออกแบบกราฟิก

เป็นลักษณะของการออกแบบพื้นผิว 2 มิติ เพื่อเป็นสื่อกลางสำหรับการถ่ายทอดข้อความ ความรู้สึกนึกคิด และอารมณ์ จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง เพื่อให้เข้าใจและรู้เรื่องโดยใช้ประสาทตาในการรับรู้เป็นส่วนใหญ่ งานกราฟิกจึงมีอิทธิพลต่อชีวิตประจำวันของเราเป็นอย่างมาก สิ่งที่เรามองเห็นด้วยตาจะโน้มน้าวจิตใจได้ดีกว่าการรับรู้ประเภทอื่น งานกราฟิกที่ดีนั้นต้องขึ้นอยู่กับกรออกแบบที่ดีด้วย นับตั้งแต่หลักการเบื้องต้นของศิลปะ รวมไปถึงการเลือกใช้วัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ที่จะนำมาใช้ในการผลิตวัสดุกราฟิก นอกจากนี้ยังต้องมีความรู้ในเรื่องเทคโนโลยีใหม่ๆ อีกด้วย ซึ่งจะสามารถนำมาใช้ในการออกแบบกราฟิกได้อีกด้วย เพื่อที่จะสามารถพัฒนางานออกแบบให้ทันยุคสมัยที่มีการเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา

### 2.3.3. ความสำคัญของการออกแบบกราฟิก

กราฟิกที่ดีนั้นจะทำให้เห็นถึงความคิดในการออกแบบที่ดี ซึ่งจะมีอิทธิพลโดยตรงที่จะสามารถโน้มน้าวผู้รับสารให้เกิดความสนใจและยอมรับ และในขณะเดียวกันก็ยังแสดงถึงสิ่งต่างๆ เหล่านี้ ได้แก่

1. งานกราฟิกจะเป็นสื่อกลางในการสื่อความหมายที่ทำให้เกิดความเข้าใจตรงกัน จากจุดหนึ่งไปยังอีกจุดหนึ่งได้อย่างถูกต้องและชัดเจน
2. งานกราฟิกจะสามารถทำหน้าที่เป็นสื่อ เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ เกิดการศึกษา กับกลุ่มเป้าหมายได้เป็นอย่างดี
3. งานกราฟิกจะช่วยทำให้เกิดความน่าสนใจ ความน่าประทับใจ และความน่าเชื่อถือแก่ผู้พบเห็น
4. งานกราฟิกจะส่งเสริมให้เกิดการกระตุ้นกระบวนการทางความคิด และการคิดตัดสินใจอย่างรวดเร็ว
5. งานกราฟิกสามารถก่อให้เกิดอารมณ์ความคิดสร้างสรรค์
6. งานกราฟิกทำให้ผู้พบเห็นเกิดการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรม ทั้งทางด้านกรกระทำ และความคิด

### 2.3.4. อิทธิพลของการออกแบบกราฟิก

องค์ประกอบที่สำคัญจะช่วยให้งานกราฟิกมีความโดดเด่นและน่าสนใจ นักออกแบบจึงจะต้องใช้หลักการและวิธีการทางศิลปะเป็นแนวทางในการออกแบบ โดยพิจารณาจากสิ่งต่างๆ ดังนี้

### 1. รูปแบบตัวอักษรและขนาด

การสร้างรูปแบบตัวอักษรให้มีรูปแบบที่แปลกตา สวยงามจะช่วยเร่งเร้าความรู้สึกตอบสนองได้เป็นอย่างดี โดยที่เน้นความชัดเจนและสวยงาม สอดคล้องกับจุดประสงค์ สำหรับข้อความนำเรื่องและข้อความรายละเอียด นอกจากนั้นขนาดของตัวอักษรก็มีความสำคัญไม่น้อยไปกว่ากัน ขนาดของตัวอักษรทุกตัวบนชิ้นงานต้องมีความเหมาะสม อ่านได้ง่าย สื่อความหมายได้ดี ไม่ต้องคิดมาก นอกจากนั้นแล้วการจัดวางรูปแบบข้อความที่ดีก็สามารถช่วยให้การสื่อความหมายเป็น ไปอย่างมีประสิทธิภาพด้วย

### 2. การกำหนดระยะห่างและพื้นที่ว่าง

การจัดพื้นที่ว่างในการออกแบบกราฟิก มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการจัดระเบียบของข้อมูล ช่วยเน้นความเป็นระเบียบและความชัดเจน ระยะห่างหรือพื้นที่ว่างจะช่วยพักสายตาของผู้อ่านได้ ทำให้ดูสบายตา สร้างจังหวะลีลาขององค์ประกอบภาพให้เหมาะสมและสวยงาม

### 3. การกำหนดสี

สีก็มีบทบาทที่สำคัญเป็นอย่างมากที่ช่วยเน้นให้เกิดความชัดเจน ทำให้สะดุดตา สร้างสรรค์ความสวยงาม การกำหนดสีใดๆ ขึ้นอยู่กับประเภทของงานนั้นๆ ข้อสำคัญที่ควรคำนึงถึงคือ สีบนตัวภาพ พื้นภาพและตัวอักษร ต้องมีความโดดเด่น ชัดเจน และต้องเหมาะกับกลุ่มเป้าหมายซึ่งมีความชอบที่แตกต่างกันไป นักออกแบบจึงจะต้องพยายามใช้สีเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์มากที่สุด

### 4. การจัดวางตำแหน่ง

เป็นการจัดวางโครงร่างทั้งหมดเป็นตัวกำหนดตำแหน่งขนาดของภาพประกอบ ตำแหน่งของข้อความทั้งหมด และส่วนประกอบอื่นๆที่ปรากฏ ซึ่งต้องคำนึงถึงจุดเด่นที่ควรเน้น ให้เกิดความสมดุลต่างๆ ความสบายตาในการมอง นักออกแบบจึงต้องให้ความสำคัญต่อทุกๆ ส่วนที่ปรากฏบนชิ้นงานเท่ากันทั้งหมด ความพอเหมาะพอดีช่วยให้งานออกแบบมีความน่าเชื่อถือและน่าสนใจมากยิ่งขึ้น (จุฑารัตน์ จอกสูงเนิน,2556)

### 2.3.5. ส่วนประกอบของการออกแบบ

1. จุด เป็นส่วนประกอบที่เล็กที่สุด แต่เป็นพื้นฐานเบื้องต้นของส่วนประกอบต่างๆ โดยอาจเรียงเป็นเส้นหรือรวมเป็นภาพ

2. เส้น เป็นส่วนประกอบของจุดหลาย ๆ จุดต่อเนื่องกันจนกลายเป็นเส้น อาจเป็นเส้นตรง เส้นโค้งก็ได้ รวมถึงสิ่งอื่นๆ ที่มีลักษณะเป็นแนวเส้น

3. รูปร่าง เมื่อนำเส้นมาบรรจบกันจะเป็นภาพรูปร่างมีลักษณะเป็น 2 มิติ คือ กว้าง และยาว ซึ่งมีลักษณะ เช่น รูปสี่เหลี่ยม รูปสามเหลี่ยม รูปกลม รูปหลายเหลี่ยม รูปอิสระไม่แน่นอน

4. รูปทรง เป็นลักษณะของรูป 3 มิติ ซึ่งนอกจากจะมีความกว้างความยาวแล้ว ยังเพิ่มความหนาขึ้นอีกด้วย ทำให้เราทราบถึงรูปร่างสัณฐานของวัตถุต่างๆ ได้

5. แสงและเงา จะสามารถเห็นวัตถุต่างๆ ได้ก็ต่อเมื่อมีแสงไปกระทบวัตถุ นั้นๆ แล้วแสงจากวัตถุนั้นสะท้อนเข้าตาเรา จึงทำให้เราเห็นภาพขึ้น ส่วนเงานั้นจะทำให้เราเห็นภาพนั้นเด่นยิ่งขึ้น หรือเห็นรายละเอียดชัดเจนขึ้นว่าวัตถุนั้นมีรูปร่างเป็นอย่างไร

6. สี มีอิทธิพลอย่างมากต่อมนุษย์เรา สีที่ปรากฏนั้นอาจเกิดจากการมองเห็นของสายตา จากการที่แสงส่องมากระทบวัตถุ เกิดจากสีที่มีอยู่ในตัวของวัตถุเอง เราอาจแบ่งสีได้เป็น 2 ประเภท คือ

- สีที่เกิดจากธรรมชาติ เช่น สีของใบไม้ ดอกไม้ ท้องฟ้า สีผิว และอื่น ๆ อีกมากมาย
- สีที่เกิดจากการผลิตขึ้นมาโดยมนุษย์ อาจให้สีที่เหมือนกับธรรมชาติหรือสร้างขึ้นใหม่ก็ได้

7. ลักษณะพื้นผิว ในการออกแบบกราฟิก พื้นผิวแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

- พื้นผิวที่สามารถสัมผัสได้ อาจเรียบหรือขรุขระ
- พื้นผิวที่สีออกมาด้วยลายเส้น หรือวิธีการใด ๆ ทางกราฟิก

8. สัดส่วน สัดส่วนทั้งในส่วนของวัตถุ และความเหมาะสมระหว่างวัตถุและบริเวณภาพ ซึ่งเรื่องนี้เกี่ยวข้องกับเรื่องขนาด ปริมาณ และบริเวณว่าง จะต้องพิจารณาให้ละเอียดไม่ควรละเลย ซึ่งจะมีผลต่อการสื่อความหมายได้

9. ทิศทาง เป็นการนำสายตา จูงใจ และแสดงความคิดเห็น อาจแสดงด้วยเส้น ลูกศร สายตา การเดินทาง ถนน ฯลฯ



10. จังหวะ ลีลา การจัดวางเส้น รูปร่าง รูปทรงที่มีความต่อเนื่อง มีลีลาที่เคลื่อนที่แสดงความถี่หรือใกล้ชิด ความห่างหรือไกลกัน และอาจมีความพอเหมาะพอดีที่เรียกว่า “ลงตัว”

11. บริเวณว่าง ควรจะคำนึงถึงและการใช้ให้ถูกต้อง ไม่เช่นนั้นแล้วจะมีผลต่อการสื่อความหมายทำให้ผิดพลาดคลาดเคลื่อนได้ การใช้บริเวณว่างที่เหมาะสมจะทำให้ได้ภาพชัดเจน ง่ายต่อการรับรู้และเข้าใจรวมไปถึงความงามอีกด้วย

12. ระยะของภาพ สายตาของมนุษย์จะมองเห็นภาพที่อยู่ใกล้ชัดเจนมากที่สุด และมองเห็นภาพที่อยู่ไกลได้เลือนราง และให้รายละเอียดไม่ชัดเจน การรับรู้ของสายตาและการถ่ายทอดเพื่อสื่อความหมายในเรื่องระยะของภาพนี้ ทำให้เกิดความถูกต้อง สมจริง บอกได้ถึงขนาด สัดส่วน ระยะทาง ความลึก เป็นต้น

การจัดองค์ประกอบของงานกราฟิก

1. จัดให้เป็นเอกภาพ ในที่นี้หมายถึง สิ่งที่ช่วยทำให้ชิ้นงานเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน จึงต้องขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์นั้นๆ ทำให้ความเป็นเอกภาพจะครอบคลุมถึงเรื่องของความคิดและการออกแบบ

2. ความสมดุล ในงานกราฟิกเป็นเรื่องของความงาม ความน่าสนใจ เป็นการจัดสมดุลกันทั้งในด้านรูปแบบและสี มีอยู่ 2 ลักษณะที่สำคัญ คือ

- ความสมดุลในรูปทรงหรือความเหมือนกัน ทั้ง 2 ด้าน คือเมื่อเรามองดูภาพแล้วเห็นได้ทันทีว่า ภาพที่ปรากฏอยู่นั้นเท่ากัน ลักษณะภาพแบบนี้จะทำให้ความรู้สึกที่มั่นคง เป็นทางการ แต่อาจทำให้น่าเบื่อได้ง่าย

- ความสมดุลในความรู้สึก หรือความสมดุลที่สองข้างไม่เหมือนกัน เป็นความแตกต่างกันทั้งในด้านรูปแบบ สี หรือพื้นผิว แต่เมื่อมองดูโดยรวม จะเห็นว่าเท่ากัน ไม่เอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง ความสมดุลในลักษณะนี้ ทำให้เกิดความรู้สึกเคลื่อนไหว แปรเปลี่ยน ไม่เป็นทางการ และไม่น่าเบื่อ

3. การจัดให้มีจุดสนใจ ภายในเนื้อหาที่จำกัดนั้น จะต้องมีการเน้น การเน้นจะเป็น ณ จุดใดจุดหนึ่งที่เห็นว่ามีมีความสำคัญ อาจทำได้ด้วยภาพหรือข้อความก็ได้ โดยมีหลักว่า “ความคิดเดียวและจุดสนใจเดียว” การมีหลายความคิด หรือมีจุดสนใจหลายจุด จะทำให้การออกแบบเกิดความล้มเหลวได้เพราะหาจุดเด่นที่ชัดเจนไม่ได้ ภาพรวมจะไม่ชัดเจน ขาดเอกลักษณ์ของความเป็นผู้นำในตัวชิ้นงาน

สำหรับวิธีการที่จะทำให้มีจุดสนใจอาจเน้นด้วย สี ขนาด สัดส่วน และรูปร่างที่แปลกไปกว่าส่วนอื่นๆ ในภาพ ส่วนตำแหน่งที่เหมาะสมในการวางจุดสนใจนั้นสามารถกระทำได้ดังนี้

นำภาพมาแบ่งเป็น 3 ส่วน บริเวณที่เส้นตัดกันนั้นก็คือ ตำแหน่งที่เหมาะสม จากผลการวิจัยหลายๆ ครั้ง จะพบว่าตรงจุดตัดกันที่มุมบนซ้ายนั้นเป็นตำแหน่งที่ดีที่สุด และอีกเหตุผลหนึ่งที่สนับสนุนได้ก็คือ ในการอ่านหนังสือ นั้น เรามักอ่านจากมุมซ้ายไปขวา และจากบนลงล่าง ฉะนั้น ตำแหน่งนี้จะเป็นจุดแรกที่สายตาเรามองเพื่ออ่านหรือดูภาพบนแผ่นภาพนั่นเอง (จุฑารัตน์ จอกสูงเนิน, 2556)



ภาพ 13 การจัดวางองค์ประกอบ การสร้างจุดเด่น

ที่มา : <http://gdj.gdj.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2012/01/poster-advertisement-20.jpg>

### 2.3.6. หลักการออกแบบ

นักออกแบบต้องเข้าใจความหมายขององค์ประกอบศิลป์ และหลักการดังกล่าวและพอที่จะเข้าใจกับคำนิยามที่สื่อความหมายและมีลักษณะสัมพันธ์ที่ดี จึงจะใช้ประโยชน์ในการออกแบบหรือสร้างสรรค์ได้อย่างที่มุ่งหมายไว้ องค์ประกอบของศิลป์เป็นส่วนประกอบที่เป็นรากฐานสำคัญของศิลป์ นักออกแบบได้ศึกษาค้นคว้าและวิจัยกันมาเป็นเวลานานแล้วจึงได้ตั้งเป็นหลักการออกแบบผู้ศึกษาและสนใจในวิชานี้ควรจะได้ศึกษาให้เข้าใจหลักของศิลป์จึงจะสามารถเข้าใจถึงคุณค่าของความงามที่เป็นศิลป์ และเป็นประโยชน์ในการออกแบบ

#### หลักการออกแบบ ประกอบด้วย

1. ความกลมกลืน (Harmony)
2. สัดส่วน (Proportion)
3. ความสมดุล (Balance)
4. จังหวะ (Rhythm)

5. การเน้น (Emphasis)
6. เอกภาพ (Unity)
7. การตัดกัน (Contrast)

### 2.3.7. โครงสร้างการออกแบบ

โครงสร้างการออกแบบ เป็นการจัดองค์ประกอบของศิลป์ การสร้างสรรค์ที่สำคัญ เพื่อให้เกิดคุณค่าทางความงาม ทั้งนี้ผู้ออกแบบจะต้องพิจารณาเพื่อนำหัวข้อต่างๆ ที่กล่าวแล้วมาใช้ในการออกแบบ ผู้ออกแบบเวลาจะออกแบบต้องคำนึงว่าจะสร้างสรรค์อย่างไร และจะต้องนำไปประยุกต์เพื่อการใช้สอยตามความต้องการของมนุษย์ไม่ว่าการออกแบบ บ้านเรือน เครื่องเรือน รถยนต์ ผลิตภัณฑ์ต่างๆ ฯลฯ แม้กระทั่งสิ่งที่ไม่เกี่ยวกับความสวยงาม ก็เรียกว่าเป็นงานออกแบบ เช่นการออกแบบชุมชน เป็นต้น

นักออกแบบแบ่งออกเป็นหลายประเภท ซึ่งแต่ละประเภทก็มีชื่อเรียกเฉพาะแตกต่างกันไป เช่น สถาปนิก คือ ผู้ออกแบบอาคาร, มัณฑนากร คือ ผู้ออกแบบตกแต่งภายใน นักออกแบบทรงผมหรือเครื่องแต่งกาย นักออกแบบกราฟิก นักออกแบบเครื่องประดับ เป็นต้น

จะเห็นได้ว่างานออกแบบแต่ละประเภทเป็นงานออกแบบที่ไม่เหมือนกัน แต่การออกแบบแต่ละชนิดต้องมีโครงสร้างให้เหมาะสมกับงานนั้นๆ คุณสมบัติของนักออกแบบแต่ละประเภทลักษณะที่สำคัญจะต้องเป็นผู้ที่มีความคิดสร้างสรรค์ มีความสนใจรักความสวยงามและสังเกตสิ่งต่างๆรอบตัว การออกแบบที่ดีสามารถที่จะแสดงให้เห็นถึงผลงานของการจัดระเบียบที่ดี และความสวยงามจะปรากฏตามมาในขั้นตอนการออกแบบสำเร็จ

โครงสร้างการออกแบบต้องคำนึงถึงขนาด และ รูปร่าง ของงานออกแบบนั้นลักษณะพื้นผิวและสี ก็เป็นส่วนหนึ่งของการออกแบบ โครงสร้างการออกแบบต้องคำนึงถึงในการออกแบบดังนี้

2. ต้องบังเกิดความสวยงามตามที่ต้องการ
3. ต้องให้บังเกิดความพอใจและประทับใจต่อผู้พบเห็น
4. ต้องให้มีการใช้สอยที่ดี
5. การเลือกใช้วัสดุต้องเหมาะสมกับการออกแบบนั้น
6. ต้องรู้จักประหยัด

การออกแบบหรือการสร้างสรรค์หมายถึงการแสดงออกของความคิดหรือการปฏิบัติงานศิลปะซึ่งมีอยู่ในบุคคลทุกคน มิได้มีแต่เฉพาะกลุ่มที่ทำงานด้านศิลปะเท่านั้น เช่น

การออกแบบทางความคิด การจัดสรรเรียนการสอน ของอาชีพราชการครู เป็นต้น คือบุคคลทุกคนจะมีลักษณะเฉพาะของตนที่แตกต่างกันไป ฉะนั้นการแสดงออกของผู้ออกแบบในงาน การออกแบบหรือการสร้างสรรคจึงไม่เหมือนกัน จะต้องมึลักษณะพิเศษของแต่ละคนที่ออกแบบแตกต่างกันไป (staffnut ,2554)

#### 2.4. การออกแบบตัวอักษร

การออกแบบตัวอักษรกับความสามารถในการอ่านของคนในยุคที่การออกแบบต้องพึ่งพาคอมพิวเตอร์ เพราะทุกวันนี้เราคงเคยเจอปัญหาในการอ่านข้อมูล จากสื่อต่างๆ ไม่ว่าจะ เป็น สิ่งพิมพ์ นิตยสาร โฆษณา หรือสื่อลักษณะใหม่อย่างอินเทอร์เน็ต หรือสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ หลายคนคงเคยอย่างน้อยสักครั้งทีบ่นว่า ทำไมตัวหนังสือมันอ่านยาก ทำไมใช้แบบตัวอักษรนี้ ทำไมใช้ตัวขนาดเล็กขนาดนี้ ขนาดมันเล็กเกินไป เป็นต้น จึงเกิดปัญหาวกกลับมาถามว่า แล้วสิ่งที่อ่านได้ง่ายในความคิดของคุณ มันสมควรที่จะเป็นอย่างไร ต้องทำอะไรจึงน่าจะจัดได้ว่าเป็นความเหมาะสมกับการอ่าน? นักออกแบบเองก็มักจะบอกว่า สิ่งที่ทำก็คิดว่าอ่านง่ายดี แต่ทำไมคนอื่นจึงบอกว่าอ่านยาก? จุดนี้จึงกลายเป็นข้อสงสัย ตกผลงแล้วจะต้องทำอะไรให้มันอ่านได้ง่าย? ต้องประมาณแค่ไหนที่ยังอ่านได้? มันเป็นความบกพร่อง นักออกแบบ ตัวหนังสือ หรือ ตัวคนอ่าน จะเห็นได้ว่าแท้จริงเรื่องนี้เป็นเรื่องลักษณะของต่างคนต่างความคิด แต่อย่างไรก็ตามนักออกแบบเองก็ควรทำความเข้าใจกับข้อพิจารณาพื้นฐานบางประการของการอ่าน การพิจารณาเกี่ยวกับสมรรถนะในการอ่านนั้นมีข้อที่จำเป็นเบื้องต้นที่เราควรทำความเข้าใจอยู่ดังนี้

ก่อนอื่นควรที่จะต้องทำความเข้าใจอันดับแรกก่อนว่า แบบตัวอักษรที่ดีนั้นไม่ได้หมายความว่า เป็นแบบตัวอักษรที่อ่านง่ายเสมอไป เหตุผลก็คือตัวอักษรแต่ละแบบนั้นได้ถูกออกแบบมาเพื่อสนองลักษณะงานที่ต่างกัน บางตัวก็ถูกออกแบบมาเพื่อสนองการอ่านโดยตรง แต่บางตัวก็ถูกออกแบบมาเพื่อเป็นตัวสำหรับการตกแต่ง เพราะฉะนั้นความคิดในลักษณะที่ว่า แบบตัวอักษรอันนี้ไม่ดี อันนี้ดี อันนี้ดีกว่าอันนั้น จึงไม่น่าจะเป็นไปได้ เพราะการนำแบบตัวอักษรแต่ละแบบแต่ไปใช้นั้นเป็นการเลือกของนักออกแบบ หากงานออกแบบออกมาไม่ดี ความผิดก็ไม่น่าที่จะตกเป็นของแบบตัวอักษร ฉะนั้นประเด็นที่ขอบอากันว่า งานออกแบบไม่ดีเป็นเพราะตัวอักษรไม่ดี ประเด็นนี้จึงน่าจะตกไป ที่ถูกควรจะเรียกว่างานออกแบบไม่ดี เป็นความผิดของผู้เลือกแบบตัวอักษรมาใช้จึงจะถูกตอง แบบตัวอักษรเลือกตัวเองได้เสียที่ไหน? ทุกแบบตัวอักษรนั้นมีลักษณะที่รองรับการใช้งานที่แตกต่างกัน จึงเป็นหน้าที่ของนักออกแบบที่ควรให้ความใส่ใจกับการเลือกใช้ ขอยกคำกล่าวของ Jeffery Keedy

ศิษย์เก่า Cranbrook รุ่น Discourse ซึ่งปัจจุบันเป็นหนึ่งในคณาจารย์ของ Cal Art ได้กล่าวไว้ในบทความของเขาซึ่งถูกตีพิมพ์ในนิตยสาร Eye ไว้ว่า "There is no such a thing as bad typeface....just bad typography. (ไม่มีสิ่งที่เรียกว่าแบบตัวอักษรที่ไม่ดี จะมีก็แค่การจัดวางตัวอักษรที่ไม่ดี)" ซึ่งจะเห็นได้ว่ามีใจความตรงกันกับข้อสังเกตข้างต้นที่ได้กล่าวไปแล้ว เพราะฉะนั้นการเลือกใช้แบบตัวอักษร จึงแสดงถึงความสามารถที่แท้จริงของนักออกแบบคนนั้นๆ ออกมาได้เด่นชัด

ที่นี้จึงเกิดคำถามต่อไปว่า แล้วจะเอาอะไรมาวัดว่าตัวอักษรนี้อ่านได้ดีกว่าตัวอักษรนั้น? ที่จริงแล้วข้อพิจารณาเบื้องต้นที่เราควรคำนึงถึงเสมอในการตัดสินแบบตัวอักษรก็คือหลักการง่ายๆของ typography เบื้องต้น ก็คือเริ่มต้นการพิจารณาแบบตัวอักษรที่รูปร่างหน้าตา และความชัดเจนในการเป็นตัวอักษรนั้นๆ เช่น การออกแบบตัว "ถ" ทำให้เกิดความสับสนกับตัว "ท" หรือไม่ เป็นต้น ตรงนี้ฟังดูเหมือนว่าคำตอบที่ว่า ให้พิจารณาจากรูปร่างหน้าตาของตัวอักษร เป็นการตอบแบบกำปั้นทุบดิน แต่ความหมายจริงๆที่หมายถึงนั้น มันรวมความไปถึงปัจจัยประกอบอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อ การอ่านด้วยเช่น ความห่างระหว่างตัวอักษรแต่ละตัว (tracking) ความห่างระหว่างตัวอักษรเฉพาะตัว (kerning) และความห่างระหว่างบรรทัด (leading) สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่นักออกแบบมักจะละเลย ไม่เอาใจใส่เวลาออกแบบ ยิ่งในยุคของการทำงานบนโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูปต่างๆ ด้วยความที่คิดว่า tracking kerning และ leading ของ font นั้นๆที่อยู่แล้ว

ดังที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงขอยกตัวอย่างคำกล่าวที่มีความคิดน่าสนใจเกี่ยวกับการพิจารณาแบบตัวอักษร จากคำกล่าวที่ว่า "People read best what they read most (การอ่านนั้นสามารถเป็นไปได้ดีที่สุดโดยผ่านแบบตัวอักษรที่คุ้นตา)" ของ Zuzanna Licko หนึ่งในผู้ก่อตั้ง Emigre ประโยคดังกล่าว เป็นการตอบคำถามที่ว่า ทำไมโลกเราจึงยังคงใช้ font อย่าง Helvetica, Times และ Garamond นอกจากนี้ว่า font เหล่านี้จะมี tracking kerning และ leading ที่พอเหมาะกับการอ่านแล้ว ก็เป็นเพราะแบบตัวอักษรเหล่านั้นได้สร้างความคุ้นเคยกับเรามาเนิ่นนานจนเราสามารถอ่านมันได้คล่อง และสาเหตุที่เป็นเช่นนั้นก็เพราะเราเกิดความเคยชิน ฉะนั้นความเคยชินต่อแบบตัวอักษรจึงมีส่วนอย่างมากในการตัดสินว่าแบบตัวอักษรใดอ่านง่าย แบบใดอ่านยาก ตัวอย่างที่เคยเกิดขึ้นในอดีตที่สามารถนำมาสนับสนุนความคิดดังกล่าวได้เป็นอย่างดีก็คือ บทเรียนที่เราได้จาก Baskerville ย้อนไปเมื่อปี คศ 1757 เป็นครั้งแรกที่โลกเราได้รู้จักและสัมผัสกับแบบตัวอักษรที่ชื่อว่า Baskerville แบบตัวอักษรนี้เป็นลักษณะที่เรียกกันว่า Transitional ที่ถูกนำออกมาใช้ในตอนที่กระแสและความคุ้นเคยของสังคมยังเป็นการอ่านตัวอักษรลักษณะ Oldstyle หลังจากมีการเริ่มใช้

แบบตัวอักษรนี้ในการพิมพ์เพื่อเป็นเนื้อความของหนังสือ ได้จึงเกิดกระแสการปฏิเสธ Baskerville เป็นอย่างมาก เพราะสิ่งที่เรียกว่า “อ่านได้” ในสังคมขณะนั้นคือแบบตัวอักษรแบบ Oldstyle อย่าง Garamond โดยคนสมัยนั้นให้เหตุผลว่า Baskerville เป็นแบบตัวอักษรที่ไม่สวย และแบบตัวอักษรที่มีความแตกต่างของเส้นหนาและเส้นบางมากเกินไป ทำให้อ่านยาก แต่ปัจจุบันจะเห็นได้ว่า Baskerville นั้นจัดได้ว่าเป็นหนึ่งในสิบของแบบตัวอักษรที่สามารถรองรับการอ่านได้ดีที่สุด กรณีเดียวกันก็เกิดขึ้นอีกหลายครั้งกับแบบตัวอักษรอื่น เช่น Helvetica (Akzidenz Grotesque) และ Futura ของยุค modern หรือแม้แต่ Template Gothic และ Tema Cantante ของ postmodern ทฤษฎีนี้จึงเป็นการชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมกรอ่านและความสามารถในการอ่านนั้นเป็นสิ่งที่สามารถเปลี่ยนแปลงไปได้ และไม่มีคงที่ ดังนั้นการจะชี้ว่าแบบตัวอักษรใดอ่านได้ดีกว่าแบบใด จึงน่าจะอยู่ที่ลักษณะงานกับกลุ่มเป้าหมายที่งานชิ้นนั้นๆต้องการสื่อสารถึง เพราะแต่ละกลุ่มเป้าหมายก็มีความสามารถ และความเคยชินในการอ่านจากแบบตัวอักษรที่ต่างกัน

อีกคำกล่าวหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อกรออกแบบเพื่อการอ่านในช่วงต้นยุค 90 เป็นอย่างมาก มาจาก Rudy Vanderlans หนึ่งในผู้ก่อตั้ง Emigre เขาเคยกล่าวไว้ใน Emigre ว่า “If you cannot read something – never mind, it probably was not written for you”. (หากคุณไม่สามารถที่จะอ่านอะไรบางอย่าง ไม่ว่าจะที่สิ่งเหล่านั้นอาจจะไม่ได้ต้องการสื่อสารกับคุณ) คำพูดดังกล่าวดูเหมือนจะเป็นคำตอบให้กับคำถามที่มีต่อคำพูดของ Zuzanna Licko ที่ได้กล่าวถึงไปข้างต้นก่อนหน้านี้ ตรงนี้พอจะตีความและขยายความได้ว่า คนที่อ่านสื่อชิ้นๆ พวกเขามีความเคยชินกับการอ่านในลักษณะที่แตกต่างกัน เช่นหากคุณไม่ใช่แฟนเพลง rock นิตยสารอย่าง Ray Gun ก็คงไม่ได้คิดถึงคุณในฐานะกลุ่มเป้าหมายของนิตยสาร เพราะคุณไม่ใช่คนที่เขาต้องการที่จะสื่อสารด้วย ทีนี้ก็เกิดคำถามขึ้นอีกว่า แล้วถ้าชอบเพลง rock จำเป็นที่จะต้องชอบรูปแบบของ Ray Gun ด้วยหรือเปล่า? อันนี้มาคิด เมื่อเป็นเช่นนี้จึงเป็นการยากที่จะชี้ลงไปที่ความคิดจากคำพูดของ Rudy Vanderlans ดังกล่าว ควรได้รับการยอมรับเป็นบรรทัดฐานหรือไม่

นอกจากนี้แล้วเราควรคำนึงถึงตัวแปรอื่นๆ นอกเหนือจากแบบตัวอักษรเอง สื่อต่างๆ ในปัจจุบันก็มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงลักษณะ และความสามารถในการอ่าน จุดนี้เป็นอีกประเด็นหนึ่งที่พึงได้รับการพิจารณา นอกจากการพิจารณาที่แบบตัวอักษรเพียงอย่างเดียว ตัวอย่างเช่น อินเทอร์เน็ต ก็มีผลต่อพฤติกรรมการอ่าน เพราะการอ่านข้อมูลจากจอคอมพิวเตอร์นั้นก็มีข้อจำกัดและรูปแบบที่ต่างออกไปจากนิตยสาร หากไม่เคยชินต่อการอ่านข้อมูลบนจอคอมพิวเตอร์ ก็มีความจำเป็นที่จะต้องปรับความสามารถในการอ่านของ

ตนเองให้รองรับกับการอ่านข้อมูลแบบใหม่ๆ เพราะสื่อใหม่ๆ เหล่านี้เข้ามามีความสำคัญมากขึ้นทุกขณะในโลกปัจจุบัน หากคนจากยุคอดีตข้ามเวลามาในยุคปัจจุบัน แน่แน่นอนที่เขาคนนั้นต้องเผชิญกับความยากลำบากในการอ่านข้อมูลจากสื่อในยุคนี้ เพราะแบบตัวหนังสือยุคใหม่ที่ไม่เคยชิน และสื่อใหม่ๆ ที่ต้องการประสบการณ์และความคุ้นเคยในการอ่าน

ทั้งหมดนี้จึงเป็นเรื่องยากที่จะหาข้อสรุปเป็นกฎตายตัวเพื่อนำมาตัดสิน บางครั้งเราไม่สามารถที่จะรู้ได้เลยว่า ประมาณเท่าไรจึงสมควรที่จะเรียกได้ว่าอ่านง่าย และถ้าเกินไปจากนี้จะเป็นการอ่านยาก มันไม่มีหลักการที่แน่นอนที่สามารถใช้ซึ่งตรงได้เหมือนคณิตศาสตร์ คนแต่ละรุ่นก็มีบรรทัดฐานของความสามารถในการอ่านที่แตกต่างกัน จึงจำเป็นที่นักออกแบบควรเข้าใจว่างานของตนต้องการสื่อสารถึงใคร และกลุ่มเป้าหมายรับได้กับการใช้ลักษณะการออกแบบนั้น บนสื่อ นั้น โดยใช่แบบตัวอักษรนั้น หรือไม่ ถ้าอย่างนั้นเราจะระบุไปเลยได้หรือไม่ว่าทุกอย่างขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลจะมอง? ลักษณะของการออกแบบเพื่อการอ่านที่ดีเป็นสิ่งที่จับต้องไม่ได้และมันก็ยังคงไม่เคยเป็นสิ่งจับต้องได้ (Anuthin Wongsunkakon, 10 พฤษภาคม 2548)

#### 2.4.1. การออกแบบตัวอักษร

การที่จะออกแบบตัวอักษรหนึ่งชุด เบื้องต้นนักออกแบบมีความจำเป็นต้องรู้ถึงจุดมุ่งหมายในการทำงานเสียก่อน ต้องทราบว่าจะทำแบบตัวอักษรชุดนี้ไปเพื่อนำเสนอในงานประเภทใด จุดมุ่งหมายต้องการให้เป็นแบบตัวอักษรที่คำนึงถึงการอ่านเป็นหลัก หรือเป็นตัวหัวเรื่อง หรือสามารถใช้งานได้ทั้งสองประเภท อีกทั้งต้องคำนึงด้วยว่าขนาดตัวอักษรที่จะต้องถูกนำไปใช้บ่อยๆ นั้นเป็นขนาดประมาณเท่าใด จะเห็นได้ว่าการออกแบบตัวอักษรไม่สามารถเป็นไปได้ หากข้อมูลเบื้องต้นนั้นไม่เพียงพอ ซึ่งกรณีนี้สามารถพบได้ทั่วไป เหตุเพราะโดยทั่วไปผู้จ้างวานมักจะให้เพียงข้อมูลทางด้านความรู้สึกของแบบที่อยากให้เป็น และคิดเอาเองว่าเพียงพอที่จะเริ่มต้นการออกแบบ ดังนั้นนักออกแบบจึงควรสอบถามโดยละเอียดถึงการนำไปใช้ เพื่อให้มีข้อมูลเบื้องต้นให้พร้อมก่อนที่จะลงมือออกแบบและเมื่อถึงขั้นตอนการออกแบบก็ต้องทำความเข้าใจว่า เวลาที่เรานำตัวอักษรไปใช้งานจริงนั้น ทุกตัวอักษรไม่มีตำแหน่งเรียงคำตายตัว ตำแหน่งล้วนถูกเปลี่ยนแปลงตามตัวสะกดและคำที่สร้างรูปประโยคในเมื่อทุกตัวอักษรต้องทำงานร่วมกัน ดังนั้นการออกแบบให้ตัวอักษรแต่ละตัวมีความลงตัวในตัวของมันเอง และมีความสมบูรณ์ในแต่ละตัว จึงกลับเป็นการทำลายแบบตัวอักษรนั้นๆ ดังคำพูดเปรียบเปรยที่ว่า หากใบหน้าคนเราสลายไปทุกส่วน เมื่อมารวมกันบนใบหน้าเดียวกลับกลายเป็นไม่สลายไป เพราะแต่ละส่วนมีลักษณะเด่นที่แย่งความสนใจซึ่งกันและกัน เราคงเคย

ได้เห็นตัวอย่างมาบ้างแล้ว คำกล่าวที่ว่านี้สามารถช่วยตอบคำถามของการออกแบบตัวอักษร ให้มีความสมบูรณ์กลมกลืนได้เช่นกัน ด้วยเหตุนี้ในขั้นตอนของการออกแบบตัวอักษรแต่ละตัว จึงมีความจำเป็นในการที่จะต้องถ่วงเฉลี่ย และให้ความสำคัญกับผลของการออกแบบชุดตัวอักษรในภาพรวมนั่นเอง เพื่อที่ว่าเวลาเรานำไปใช้จะได้เกิดความสวยงามที่เป็นหนึ่งเดียว และเกิดความสอดคล้องต่อเนื่อง แต่อย่างไรก็ตาม เราควรทำความเข้าใจว่า การออกแบบตัวอักษรนั้นก็เหมือนการออกแบบสาขาอื่นๆ ที่ไม่มีกฎเกณฑ์ตายตัว และกฎทุกข้อสามารถละเว้นที่จะคำนึงถึงได้



ภาพ 14 วิธีการออกแบบตัวอักษร .

ที่มา : [http://typographyfordesign.blogspot.com/p/blog-page\\_26.html](http://typographyfordesign.blogspot.com/p/blog-page_26.html)

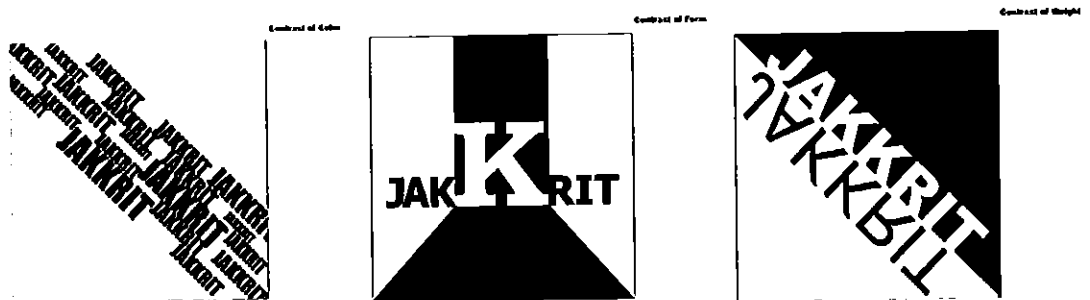
#### 2.4.2. ทฤษฎีการออกแบบ

Emphasis หมายถึงการเน้นจุดสนใจของภาพ ทั้งงานออกแบบที่เป็น 2 มิติ และสามมิติ เพื่อให้ภาพนั้นเกิดการสื่อสารเรื่องราวที่สำคัญ การเน้น สามารถที่จะทำได้หลายวิธี ได้แก่ รูปร่าง (shape) ขนาด (size) สี (color) ผิวสัมผัส (texture) และทิศทาง (direction)

Unity หมายถึงการสร้างความกลมกลืนให้แก่ภาพ เมื่อมีการเน้นจุดสนใจ (emphasis) จุดหนึ่งแล้ว องค์ประกอบในส่วนที่เหลือก็ไม่ควรรบกวนจุดเด่น จึงต้องสร้างความกลมกลืนให้กับภาพ

การสร้าง emphasis โดยการจัดวางองค์ประกอบ (composition) ในการจัดวางองค์ประกอบยังสามารถสร้าง เน้นจุดสนใจด้วยหลากหลายวิธี (ATOM (บทความ), 2554)





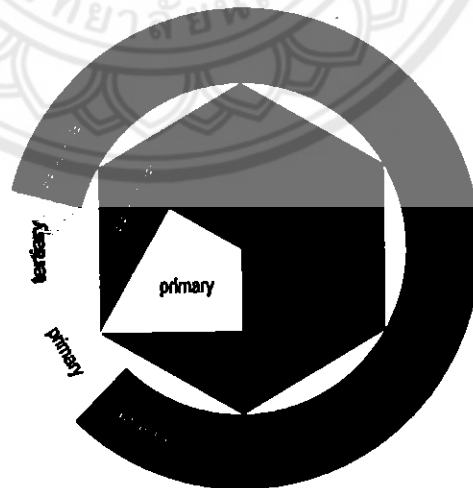
ภาพ 15 ตัวอย่างการจัดวางตัวอักษร

ที่มา : [http://typographyfordesign.blogspot.com/p/blog-page\\_26.html](http://typographyfordesign.blogspot.com/p/blog-page_26.html)

## 2.5. Mood and Tone

### 2.5.1. ทฤษฎีสี

สี นับเป็นส่วนประกอบที่สำคัญมากและเกี่ยวกับประสบการณ์ในการรับรู้สิ่งต่างๆ ของมนุษย์ เช่น มนุษย์เราใช้สีในการแยกแยะว่าผลไม้สุกหรือดิบ สีแบบไหนที่บ่งบอกว่ามีพิษหรือปลอดภัย เรียกได้ว่ามีผลต่อการอยู่รอดของมนุษย์ได้ การใช้สีได้อย่างถูกต้องนั้นช่วยทำให้ชิ้นงานมีความโดดเด่นและสะกดสายตาได้รวมถึงความรู้สึกที่มีอิทธิพลต่อจิตใจของผู้ที่ได้เห็นชิ้นงาน



ภาพ 16 ชั้นในสุดจะเป็นแม่สี (สีขั้นที่ 1 หรือสีปฐมภูมิ) ชั้นต่อมาได้จากการผสมกันของสีในขั้นที่ 1 เป็นสีขั้นที่ 2 (สีทุติยภูมิ) ชั้นต่อมา เป็นสีที่ได้จากการผสมสีขั้นที่ 2 ได้เป็น สีขั้นที่ 3 (สีตติยภูมิ)

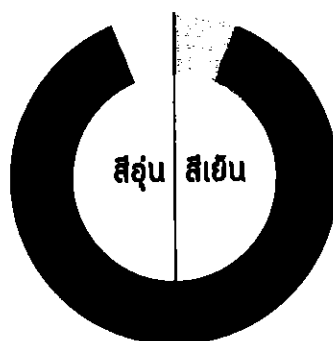
ที่มา : <https://krittayakorn.wordpress.com>

- a. สีทุกสี ในวงล้อเป็นสีแท้ เพราะทุกสีมีความเข้มหรือความสดใสในตัวของมันเอง ซึ่งเกิดจากการผสมของแม่สี
- b. เมื่อนำสีทุกสีมาผสมกันในอัตราส่วนที่เท่ากันจะทำให้เกิดสีเป็นกลาง
- c. สีที่อยู่ใกล้กันจะมีความกลมกลืนกัน เพราะเป็นการผสมสีจากสีร่วมกัน เช่น ม่วง แดง แดง และแสดแดง
- d. สีตรงข้ามกันในวงล้อสีจะมีลักษณะสีที่ตัดกัน หรือเป็นปฏิปักษ์ต่อกัน เช่น สีแดง กับสีเขียว ฉะนั้นในวงล้อสีจึงมีสีที่ตัดกันอย่างแท้จริง อยู่ 6 คู่ การนำสีตรงข้าม มาใช้ในการออกแบบ จะช่วยทำให้ภาพน่าสนใจมากขึ้น แต่ต้องใช้ให้ถูกหลักการ คือไม่ควรใช้สีที่ตัดกันอย่างแท้จริงสัดส่วนที่เท่ากัน ถ้าจะใช้ควรจะมีสัดส่วน ประมาณ 80 : 20 หรือมีฉะนั้นก็ต้องทำให้สีใดสีหนึ่งหรือทั้งคู่ ลดความสดใสรุนแรงลงไป ที่เรียกว่า การเบรกสี หรือ ฆ่าสี ซึ่งอาจทำได้โดย
  - การทำให้สีจางลง โดยการเติมสีขาวลงไปนสีแท้
  - การทำให้สีเข้มหรือมืด โดยการเติมสีดำลงไป

การใช้วิธีการใช้สีเทา ผสมลงเล็กน้อย จะทำให้สีหม่นลง หรืออาจใช้สีตรงข้ามเพียงเล็กน้อย ก็จะทำให้สีนั้นลดความสดใสไปได้ (The Designer's Guide to Color Theory, 2558)

### 2.5.2. วรรณะของสี

วรรณะของสี หมายถึง กลุ่มสีที่ปรากฏให้ความรู้สึกที่แตกต่างกัน สังเกตจากวงล้อสีจะปรากฏ เป็น 2วรรณะ คือ



ภาพ 17 สีโทนร้อน สีโทนเย็น

ที่มา : <http://baandotkosana.com/2013/06/colors/>

วรรณะสีร้อน ลักษณะของสีจะให้ความรู้สึกสดใส ร้อนแรง ฉูดฉาด หรือรื่นเริง สีในกลุ่มนี้ได้แก่ สีเหลือง สีแดง สีแสด และสีที่ใกล้เคียง

วรรณะสีเย็น ให้ความรู้สึกที่ปรากฏในภาพจะแสดงความสงบ เยือกเย็นจนถึงความเศร้า ได้แก่ สีน้ำเงิน สีม่วง สีเขียว และสีที่ใกล้เคียง

### 2.5.3. สีแสดงอารมณ์

#### a. สีแดง

เป็นสีของไฟ การปฏิวัติ ให้ความรู้สึกทางกามารมณ์ ความปรารถนา สีของความอ่อนเยาว์ ดังนั้นจึงเป็นที่ชอบมากสำหรับเด็กเล็กๆ สีแดงเป็นสีที่มีพลังมากสามารถบดบังสีอื่นๆ จึงไม่เหมาะที่จะใช้เป็นสีพื้นหรือฉากหลัง

#### b. สีเหลืองเขียวและม่วงทุกระดับสี

มีค่าสีแตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสีที่มาผสมสีดังกล่าวอาจทำให้เกิดความรู้สึกในทางบวกการแสดงออกเต็มไปด้วยความรู้สึกซาบซึ้งลึกลับ หรือให้ความรู้สึกในทางลบและเก็บกดก็เป็นได้

เมื่อนำสีแดงมาผสมกับสีขาวจะเป็นสีชมพู สีแดงจะลดพลังลง และทำให้รู้สึกถึงความอ่อนหวานนุ่มนวลและความเป็นกวีขึ้นมาแทน แต่ถ้าสีแดงและเหลืองถูกผสมให้เข้ม ผลลัพธ์ก็คือสีน้ำตาล ซึ่งมีความอ่อนแก่ต่างกัน แต่ไม่ว่าจะอ่อนแก่เพียงใด สีประเภ่น้ำตาลจะให้ความรู้สึกเกี่ยวกับพื้นดิน ความมั่นคง แข็งแรง เข้มแข็ง ความเป็นจริง อบอุ่น

สำหรับสีเหลือง เป็นสีที่มีพลังในด้านความสว่างอย่างมาก ให้ความรู้สึกเย็นมากกว่าสีเหลืองอมส้ม แต่ก็อุ่นกว่าสีเหลืองอมเขียว สีเหลืองสะท้อนถึงสติปัญญา มากกว่าจิตใจ คุณลักษณะของสีเหลือง จะรู้สึกได้เมื่อมีสีที่สองปรากฏอยู่ด้วย เช่น เมื่ออยู่กับสีเขียวจะทำให้รู้สึกมั่นคง และจับต้องได้มากขึ้น สีเขียวเป็นสีทางชีววิทยาซึ่งใกล้เคียงกับธรรมชาติ และช่วยให้ความคิดพุ่งพล่านสงบลง เป็นสีกลางๆ ไม่เย็นและไม่ร้อน แต่ถ้าเข้มข้นไปในทางสีน้ำเงินจะดูเป็นน้ำ สีเขียวอมฟ้า สีฟ้าพลอย เป็นสัญลักษณ์ของน้ำ และอาการเคลื่อนไหว โดยปกติแล้วสีเขียวอมฟ้าเป็นสีตรงข้ามกับสีฟ้า

#### c. สีน้ำเงิน

เป็นสีที่เก็บกด ซ้ำงุ่น เปล่าเปลี่ยว ถึงแม้ว่าจะทำให้โล่งขึ้นโดยการผสมสีขาวเข้าไปก็ตาม สีน้ำเงินให้ความประทับใจเกี่ยวกับความสะอาด บริสุทธิ์ จึงมักใช้ใน

ที่ต้องการแสดงสุขอนามัย

d. สีม่วง

แสดงถึงความใคร่ครวญ การทำสมาธิ ความลึกซึ้ง เวทมนต์คาถา และความเก่าแก่โบราณ แม้ว่าจะผสมสีขาให้เป็นสีม่วงใสแลค ก็ยังทำให้คนที่มองเห็นไม่กล้าเข้าใกล้ ไม่รู้สึกเป็นมิตร สีม่วงครามซึ่งใกล้สีน้ำเงินมาก จะดูเกี่ยวข้องกับโลกมากกว่าสีม่วงแดง แต่ยังให้ความเป็นเจ้านายและเต็มไปด้วยเกียรติยศอยู่นั่นเอง

e. สีดำ

สีดำ ซึ่งเรียกว่า อรงค์ คือ ถือว่าไม่ใช่สีดำ เป็นสัญลักษณ์ของความมืด ความว่าง ในการตีพิมพ์สีดำมีค่าในทางบวกมาก เนื่องจากเมื่อเราไม่ใช่สีอื่นๆ ไม่ว่าจะ เป็นภาพหรืออักษรวางลงไป ก็จะทำให้สีเหล่านั้นเจิดจ้าสะดุดตาขึ้น

f. สีขาว

สีขาวก็เช่นกัน ไม่เป็นทั้งสีอุ่นและเย็น ยกเว้นเมื่ออยู่กับสีเหลือง จะทำให้สีเหลืองจ้าขึ้น เราสามารถวางภาพหรืออักษรสีต่างๆ ลงบนพื้นขาวได้ผลดี เช่นเดียวกับสีดำ

หลักการพิจารณาเกี่ยวกับการใช้สี

การใช้สีในงานออกแบบกราฟิก มีวัตถุประสงค์ที่จะทำให้งานนั้นน่าดู สวยงาม และตื่นตา หรือส่งเสริมให้เนื้อหาสาระที่นำเสนอมีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น คนแต่ละวัยมีความสนใจกลุ่มสีแตกต่างกัน เด็กเล็กๆจะสนใจสีสด เข้ม สะดุดตา ไม่ชอบสีอ่อน และจะสังเกตได้ว่าเมื่อมีอายุมากขึ้นก็ยังไม่ชอบสีสดใสหลายๆ กลับนิยมสีอ่อนหวาน นุ่มนวล การวางโครงสร้างสีในงานออกแบบกราฟิกในเชิงพาณิชย์ จึงต้องเน้นเรื่องวัยของกลุ่มเป้าหมายเป็นสำคัญ (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุภวรรณ พันธุ์จันทร์ ,2555)

## 2.6. ภาพประกอบเรื่องเสียง

### องค์ประกอบของเสียงในภาพยนตร์

- 2.6.1. Dialog หรือ บทสนทนา เป็นส่วนที่มีความสำคัญที่มากที่สุดที่ใช้ในการบอกเล่าเรื่องราวและเนื้อหาของหนังได้ ส่วนมากจะบันทึกสดในขณะที่ถ่ายทำเพราะจะสื่อสารอารมณ์ได้ดีกว่าการนำมาพากย์ใหม่ แต่จะเสียค่าใช้จ่ายสูง ผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบในการอัดและใช้เครื่องบันทึกเสียงคือ Production Mixer โดยมี Boom Man เป็นผู้ช่วยในการถือและวางตำแหน่งของไมโครโฟนที่ใช้อัด หากช่วงไหนเสียงที่บันทึกมาคุณภาพไม่ดีเช่น มีเสียงที่รบกวนเยอะ เสียงเบาไป เสียงแตก หรือ เราต้องการเปลี่ยนบทสนทนา เราก็จะพากย์ใหม่ซึ่งเรียกว่าการทำ Looping หรือ ADR (Automated Dialog Replacement) คนที่ดูแลส่วนนี้ก็คือ ADR Recordist มักจะไปบันทึกกันที่ห้องอัด ADR Editor ก็คือผู้ที่นำเสียงที่มายับให้ตรงกับปากของนักแสดงหรือวางในตำแหน่งที่ต้องการ สิ่งที่สำคัญในการพากย์ใหม่ก็คือน้ำเสียงและอารมณ์ของนักแสดงควรให้ใกล้เคียงกับของเดิมมากที่สุดเพื่อไม่ให้ผู้ชมเกิดความรู้สึกสะดุดในขณะที่ชมภาพยนตร์ได้ ซึ่งอาจจะมี การใช้ effect ตกแต่งเสียงเช่นการ EQ หรือการใส่ Reverb เข้าช่วยบ้าง
- 2.6.2. Sound Effect คือเสียงต่างๆ ที่เกิดจะขึ้นรอบๆ ตัวนักแสดงซึ่งจะมีส่วนช่วยเสริมให้คนดูเชื่อในสิ่งที่เห็นบนจอ เราแบ่งเป็น 3 กลุ่มได้ดังนี้
- Foley คือการทำเสียงเท้าเดินหรือวิ่ง ส่วนมากจะทำขึ้นมาใหม่เพราะเป็นการยากที่จะอัดได้อย่างชัดเจนในขณะที่ถ่ายทำ และรวมไปถึงเสียงเสื้อผ้าที่เกิดจากการเคลื่อนไหวของตัวละคร หรือเสียงการหยิบ จับ วางของ ปิด เปิด เป็นต้น



ภาพ 18 Foley

ที่มา : [http://www.bricolagepgh.org/sites/default/files/gallery/FoleyStage5\\_0.JPG](http://www.bricolagepgh.org/sites/default/files/gallery/FoleyStage5_0.JPG)

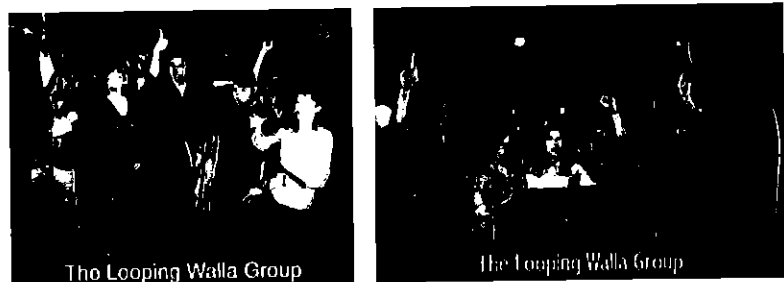
- b. **Sound Design** คือเสียงบางอย่างที่ไม่ได้เกิดขึ้นในชีวิตจริงแต่ไปเสริมความรู้สึกให้กับภาพได้ เช่น เสียงฮัมที่ต่ำๆ ก็อาจใช้แทนความรู้สึกถึงอันตรายที่กำลังจะเกิดขึ้น หรืออาจจะเป็นเสียงที่ทำขึ้นเองเช่นเสียงไฟที่กำลังลุกไหม้ในภาพยนตร์เรื่อง Backdraft หรือเสียงดาบเลเซอร์ในภาพยนตร์เรื่อง Star wars เป็นต้น



ภาพ 19 โปสเตอร์ภาพยนตร์ เรื่อง Backdraft และ Star wars

ที่มา : [https://www.google.co.th/search?q=Backdraft&biw=1366&bih=676&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjNw\\_qOvsjQAhVCP48KHdbWAR4Q\\_AUIBigB#imgrc=c\\_loRZ85bK3pAM%3A](https://www.google.co.th/search?q=Backdraft&biw=1366&bih=676&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjNw_qOvsjQAhVCP48KHdbWAR4Q_AUIBigB#imgrc=c_loRZ85bK3pAM%3A)  
<http://www.starwars.com/news/star-wars-the-force-awakens-theatrical-poster-first-look-in-theater-exclusives-and-more>

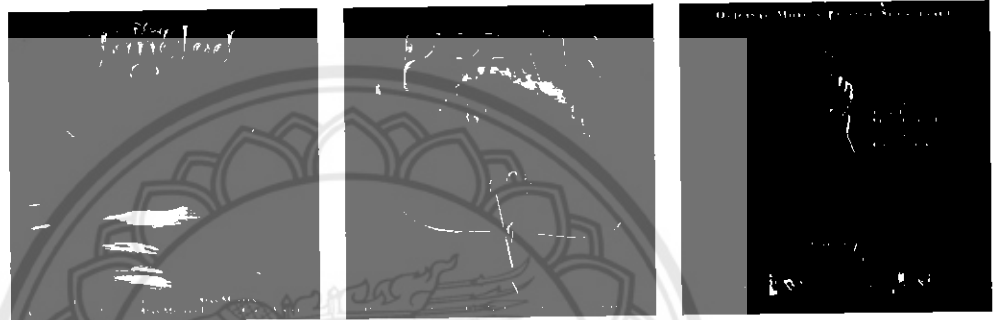
- c. **Ambience** คือเสียงบรรยากาศในสถานที่ต่าง ๆ เช่น ตอนในป่าช่วงเวลา กลางคืนที่ต้องมีเสียงจิ้งหรีด หรือเสียงความวุ่นวายของสภาพการจราจรในเมืองหลวง หรือเสียงของกลุ่มคน(Walla Group)ในงานเลี้ยง,ในงานแต่งงาน ,ภัตตาคาร,ร้านอาหาร ก็มักจะมีเสียงที่แตกต่างกันไป หรือเสียงสภาพบรรยากาศของห้อง ( Room Tone ) แต่ละห้องก็จะมีโทนเสียงที่ไม่เหมือนกัน



ภาพ 20 เสียงประกอบของกลุ่มคน

ที่มา : <http://juniperpost.com/why-walla-walla-walla-2/>

2.6.3. Music หรือดนตรีประกอบฉากทั้งหมด ก็เป็นอีกส่วนหนึ่งที่ใช้สร้างอารมณ์ของหนังให้สมบูรณ์ขึ้น ดังที่เราเคยได้ยินจากภาพยนตร์หลาย ๆ เรื่อง ผู้ที่ทำหน้าที่ตรงนี้ก็คือ Music Composer (รัฐพล แสนรักษ์,2552)



ภาพ 21 ปกภาพประกอบเพลงจาก Disney

ที่มา : <http://fandom.wikia.com/>

## 2.7. การควบคุมมุมกล้อง

### 2.7.1. มุมกล้อง

ผู้ถ่ายทำภาพยนตร์ไม่ใช่เพียงผู้ควบคุมกลไกของกล้องถ่ายภาพยนตร์ ที่ตั้งติดตายอยู่กับที่หนึ่ง ๆ ในระดับสายตาเท่านั้นหากแต่ผู้ถ่ายภาพยนตร์ จะต้องเป็นผู้ปรับปรุงและสร้างสรรค์สิ่งใหม่ของกลวิธีการทางศิลปะสื่อความหมายด้วย ผู้ถ่ายภาพยนตร์คือผู้เลือกสรรจัดแจง ความบังเอิญส่วนเกินอันล้นเหลือตามธรรมชาติแวดล้อม ให้เข้าสู่ความพอดี ด้วยกรอบภาพของกล้องถ่ายภาพยนตร์ใช้กล้องถ่ายภาพยนตร์ประดิษฐ์ปากกา เพื่อประพันธ์ และสื่อความหมาย ด้วยวิธีการเฉพาะตัว

### 3 คุณลักษณะพิเศษ ซึ่งผู้ถ่ายภาพยนตร์ใช้ในการสื่อความหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

#### 1. สื่อความหมายด้วย กรอบภาพ (Frame)

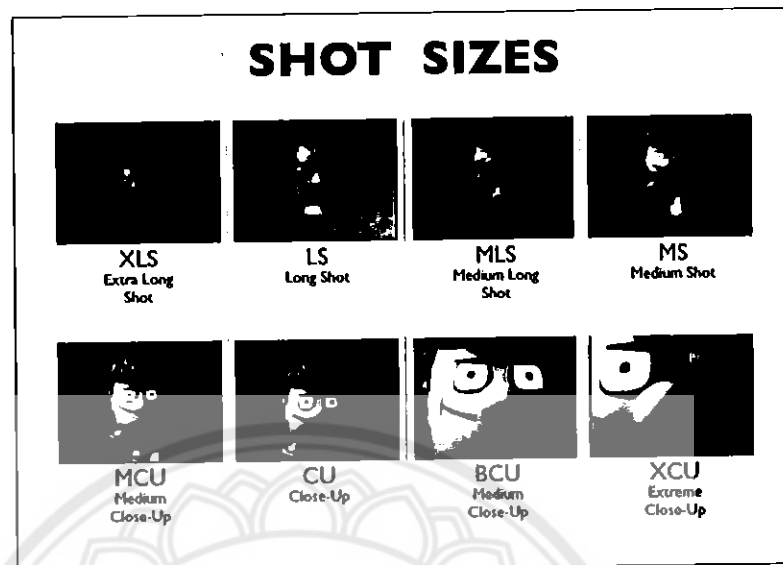
Frame หรือกรอบภาพ คือลักษณะจำกัดของภาพยนตร์ ทำให้ภาพที่ต้องการนำเสนอถูกจำกัดอยู่ในขอบเขตใดขอบเขตหนึ่ง แต่ด้วยลักษณะจำกัดนี้เองทำให้ภาพยนตร์มีลักษณะพิเศษในการสื่อความหมายเฉพาะตัวขึ้นมา ผู้ถ่ายภาพยนตร์จะเป็นผู้กำหนดว่า ต้องการให้เห็นส่วนใดบ้าง หรือไม่ต้องการให้เห็นส่วนใด เป็นผู้คัดสรรเฉพาะสิ่งที่ต้องการนำเสนอ

กำหนดขนาดภาพกำหนดระยะใกล้ไกล ตัดทอนสิ่งที่ไม่จำเป็นออกไป เน้น  
ในสิ่งที่ต้องการเฉพาะเจาะจง เปิดเผยสิ่งที่ต้องการเสนอ ปิดบังส่วนไม่ดีไม่  
งาม เพื่อไม่ให้เสียสมดุล

ตาราง 1 สื่อความหมายด้วย กรอบภาพ (Frame)

Extreme Close Up (E.C.U)	ใกล้มาก
Close Up (C.U.)	ใกล้
Medium Close Up (M.C.U.)	ใกล้ปานกลาง
Close Shot (C.S.)	ภาพใกล้
Medium Shot (M.S.)	ปานกลาง
Medium Long Shot (M.L.S.)	ปานกลางไกล
Long Shot (L.S.)	ไกล
Extreme Long Shot (E.L.S)	ไกลมาก
Full Shot (F.S.)	เต็มภาพ
Two Shot	ภาพสองคน
Close Two Shot	ภาพใกล้สองคน
Three Shot	ภาพสามคน
Group Shot	ภาพทั้งกลุ่ม





ภาพ 22 Shot sizes

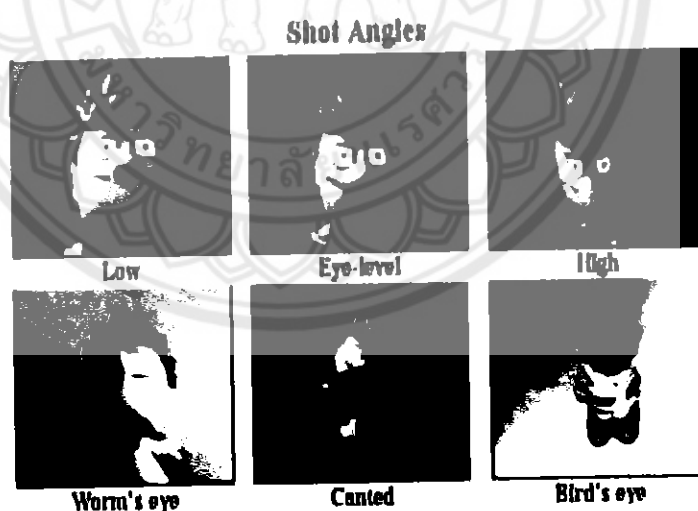
ที่มา : <https://benmckniff.wordpress.com/2015/09/09/shot-sizes/>

2. Angle หมายถึง Camera Angle หรือมุมกล้อง หรือมุมภาพ เป็นการออกแบบเลือกสรรโดยผู้ถ่ายภาพยนต์ ต้องการให้เห็นในด้านมุมหรือแง่มุมใด ปิดบังหรือซ่อนเร้นไม่ให้เห็นในบางแง่มุม ทำหน้าที่บอกเรื่องราวในแง่มุมที่เลือกสรรแล้ว ทั้งเพื่อให้เกิดความเข้าใจและเพื่อสร้างอารมณ์ เพื่อความงามและเพื่อดึงดูดความสนใจ
  - b. Objective Camera Angle เป็นมุมภาพที่มองจากบุคคลที่ไม่มีความเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในภาพยนตร์เป็นมุมภาพบอกเล่าทั่วไป
  - c. Subjective Camera Angle เป็นมุมภาพที่มองจากบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ในภาพยนตร์โดยตรง ให้ผู้ชมรู้สึกเข้ามาเกี่ยวข้องโดยตรงกล้องถ่ายภาพยนต์จะถูกสมมติให้เป็นหนึ่งในบุคคลในเหตุการณ์ เป็นการสร้างความสัมพันธ์ทางสายตากับผู้ชม บางครั้งเราจะเรียกว่า ภาพแทนสายตา
  - d. Point-of-View Camera Angle เป็นมุมภาพที่อยู่กึ่งกลางระหว่าง Objective Camera Angle และ Subjective Camera Angle ให้ความรู้สึกสนิทสนมกับเหตุการณ์แต่ไม่ได้

มีส่วนในเหตุการณ์บางครั้งเราเรียกว่าหรือถ่ายข้ามไหล่ Over the Shoulder Shot

ตาราง 2 Angle หมายถึง Camera Angle หรือมุมกล้อง หรือมุมภาพ

Level Angle	มุมระดับสายตา
High Angle	มุมสูง ถ่ายกดลงต่ำ
Low Angle	มุมต่ำ ถ่ายแหงนขึ้น
Double Angle	หรือ Angle-Plus-Angle เห็นทั้งสองด้าน
Dutch Tilt	มุมเอียง โดยการเอียงกล้อง
Bird-Eye-View	มุมสูงมากจากอากาศ
Top Shot	มุมสูง ดิ่งตรงลงพื้น
Low Shot	มุมระดับติดพื้น



ภาพ 23 Camera Angle

ที่มา : <http://benfuerydocumentary.tumblr.com/>

3. Movement หมายถึง Camera Movement หรือการเคลื่อนไหวหรือเคลื่อนที่ของกล้อง เพื่อเปิดเผย หรือนำความรู้สึกให้ติดตาม คล้ายการหันมอง เงยขึ้น หรือเดินใกล้เข้าไป หรือถอยห่างออกมา รวมถึงการติดตาม (สุรพงษ์ พินิจคำ, 2552)

ตาราง 3 Movement หมายถึง Camera Movement หรือการเคลื่อนไหว

Pan	หันกล้องซ้ายหรือขวา
Tilt	เงยขึ้นหรือก้มลง
Dolly in-out	กล้องเคลื่อนที่เข้าหรือออกหรือเคลื่อนไปด้านข้าง(Crab Dolly)
Track	กล้องติดตาม ไปทุกทิศทาง
Crane up-down	ยกกล้องขึ้นหรือต่ำลง
Copter & Arial Shot	กล้องเคลื่อนที่ในอากาศ

การเคลื่อนที่ของกล้อง



ภาพ 24 Camera Movement

ที่มา : <http://visual-memory.co.uk/daniel/Documents/short/gramtv.html>

### 3. ข้อมูลพฤติกรรมกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย

#### 3.1. พฤติกรรมการเลี้ยงดูของบุคคลอายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี

##### 3.1.1. พฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย

วัยผู้ใหญ่ตอนต้นหรือวัยหนุ่มสาว (young adult)

เป็นวัยของช่วงอายุ 18-35 ปี โดยทั่วไปคนจะมองว่าวัยรุ่นและวัยหนุ่มสาว นั้น เป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุดช่วงหนึ่งของชีวิต วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความรับผิดชอบในขอบเขตจำกัด ชีวิตมีแต่ความสนุกสนานรื่นรมย์ ส่วนวัยหนุ่มสาวนั้น แม้จะเริ่มมีภาระความรับผิดชอบ แต่ก็ยังไม่มากเท่ากับภาระของคนวัยกลางคน ที่สำคัญคือ ช่วงเวลานี้เป็นเวลาที่คนเรามีความใฝ่ฝันทะเยอทะยาน และมุ่งมั่นในการสร้างจุดมุ่งหมายให้กับชีวิตของตนเอง ถ้าพิจารณาวัยนี้ โดยใช้กฎเกณฑ์อายุ 18 ปี เป็นจุดเริ่มต้นในช่วง 5 ปีแรก คือ อายุ 18-23 ปี ถือเป็นระยะเริ่มแรกที่คนเริ่มมองหาอาชีพการงานของตนในอนาคต แสวงหารูปแบบของตนเองในแง่มุมต่างๆ เช่น เรื่องของค่านิยม (value) หน้าที่ ภาพพจน์ของตนเอง

ช่วงระยะ 10 ปีถัดมาคืออายุ 24-34 ปี เป็นการเริ่มต้นงานอาชีพอย่างแท้จริง เริ่มต้นชีวิตแต่งงาน และเริ่มต้นการเป็นพ่อแม่ สร้างฐานะครอบครัวต่อไป ช่วงอายุ 18-23 ปี เป็นระยะที่เริ่มแยกออกจากครอบครัว อาจจะได้โดยการศึกษาในที่ห่างไกล หรือการเริ่มต้นออกทำงาน เริ่มต้นมีรายได้สำหรับตนเอง พึ่งพาอาศัยพ่อแม่ครอบครัวน้อยลง เริ่มที่จะเลือกรูปแบบของชีวิตที่ตนพึงพอใจ เพื่อนหรือภาวะแวดล้อม ทางสังคม หน้าที่การงานจะมีบทบาทมากขึ้นแทนที่ครอบครัว คนในวัยนี้จะเริ่มสร้างมิตรภาพกับผู้อื่นในระดับของความเป็นเพื่อน เป็นผู้ใหญ่ต่อผู้ใหญ่ เริ่มมีหน้าที่ความรับผิดชอบแบบผู้ใหญ่ ต้องเปลี่ยนแปลงหรือเอาชนะความรู้สึกต่างๆที่เคยมีในวัยรุ่นซึ่งยึดมั่นในอุดมการณ์ความสมบูรณ์แบบบางอย่าง จนกลายมาเป็นเหตุของความขัดแย้ง ความคับข้องใจได้ ถ้ายังยึดมั่นแบบนั้นอยู่ต่อไปเมื่อเข้าสู่ภาวะของความเป็นผู้ใหญ่

ช่วงอายุ 24-34 ปี เป็นระยะที่เริ่มปักหลักเรื่องหน้าที่การงาน และมีครอบครัว รับภาระความรับผิดชอบต่างๆ มีความมุ่งมั่นกระตือรือร้นที่จะสร้างความสำเร็จในหน้าที่การงาน อันมีความหมายถึงการประสบความสำเร็จและความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนความเป็นเพื่อนนั้นก็นับว่าเป็นภาระหน้าที่ใหม่ที่นำต้นตอที่น่าสนใจ และท้าทายในช่วงปลายของวัยหนุ่มสาวนี้ คนเราจะหยุดคิดพิจารณาตัวเองว่า เราได้มาถูกทางหรือยัง ยืนอยู่ในจุดที่เราต้องการหรือไม่ พอใจหรือไม่ ถ้าจะมีการ

เปลี่ยนแปลงในชีวิตครอบครัวหรือหน้าที่การงาน ก็มักจะเกิดขึ้นในช่วงระยะนี้ ก่อนที่จะเริ่มเข้าสู่วัยกลางคน สังคมเองก็เริ่มมองว่าผู้ที่อายุ 30 ปีขึ้นไปนั้น เป็นผู้ใหญ่มากขึ้น และพร้อมจะรับภาระต่างๆได้ต่อไป

### 3.1.2. ภัยของการสร้างความสำเร็จ

โดยทั่วไป คนเราจะมองความสำเร็จในชีวิตว่า นอกจากการมีสุขภาพที่ดีแล้ว ก็น่าจะมีความสำเร็จในการทำงาน สัมพันธภาพระหว่างตนเองกับผู้อื่น และความสำเร็จในชีวิตครอบครัว ทั้งหมดนี้ย่อมได้มาด้วยความมุ่งมั่นที่จะเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ความมานะพยายาม ความอดทนที่จะต่อสู้แก้ไขปัญหาต่างๆให้ได้ มนุษย์มีแรงจูงใจ (motivation) ที่จะกระทำการเหล่านี้ พฤติกรรมต่างๆย่อมเกิดขึ้นจากแรงจูงใจและการเรียนรู้ แรงจูงใจนี้อาจจะเป็นสัญชาตญาณจากภาวะทางสรีรวิทยาภายในร่างกาย หรือเกิดจากภาวะทางสังคม คือ สัมพันธภาพกับผู้อื่น แรงจูงใจยังมีที่มาอีกประการหนึ่ง คือ เกิดจากการรู้จักคิดรู้จักใช้ปัญญา ทำให้คิดอย่างมีเหตุผลซึ่งนับว่าเป็นแรงจูงใจที่เราสามารถควบคุมได้ เมื่อเรามีเหตุผล รู้จักผิดชอบชั่วดี มีจุดมุ่งหมาย ก็เกิดความมานะพากเพียรไม่ทอดทิ้ง แต่ความคิดเหตุผลนี้ จะเกิดขึ้นต่อเมื่อได้มีพัฒนาการทางด้านสติปัญญาและอารมณ์อย่างเหมาะสมถึงขั้นความคิดแบบใช้เหตุใช้ผล จึงจะสร้างแรงจูงใจแบบนี้ได้สำเร็จ ซึ่งควรจะเกิดขึ้นในวัยผู้ใหญ่ทุกคน แต่ก็มีได้เป็นเช่นนั้นทุกรายไป ผู้ใหญ่บางคนก็ยังมีความคิดแบบเด็กๆอยู่ ทำให้เกิดปัญหาในการปรับตัวตามมา

### 3.1.3. แรงจูงใจ (Motivation)

ความต้องการของมนุษย์ อาจพิจารณาแบ่งได้เป็น 2 กลุ่มใหญ่ๆ คือ

a. ความต้องการพื้นฐาน (innate หรือ primary needs) เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม น้ำ การนอนหลับ พักผ่อน เป็นต้น ส่วนมากเป็นพื้นฐานความจำเป็นทางด้านสรีรวิทยาการตอบสนองความต้องการพื้นฐานเหล่านี้ เป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งยวดที่ทำให้มนุษย์ดำรงชีวิตอยู่ได้

b. ความต้องการที่เกิดจากพัฒนาการและการเรียนรู้ (acquired หรือ secondary needs) ขึ้นอยู่กับประสบการณ์การเรียนรู้ของแต่ละคนและมีความแตกต่างกันออกไป เช่น เด็กที่ต้องการแต่งกายให้เรียบร้อย ก็เป็นเพราะเด็กต้องการให้ตนเป็นที่รักและยอมรับของพ่อแม่ แรงจูงใจในการต้องการให้คนอื่นรัก หรือเป็น

ส่วนหนึ่งของกลุ่มนี้ ก็พบได้ในผู้ใหญ่เช่นกัน A.H. Maslow นักจิตวิทยา ได้เสนอ ทฤษฎีเรื่องแรงจูงใจของมนุษย์ และได้กำหนดความสำคัญของแรงจูงใจประเภท ต่างๆไว้ตามลำดับขั้นตอน 8 Maslow ได้แบ่งความต้องการนี้ออกเป็น 5 กลุ่ม เรียง ตามลำดับก่อนหลังจากความต้องการพื้นฐานไปสู่ความต้องการอันสูงสุดของมนุษย์ ดังนี้

- ความต้องการพื้นฐานทางสรีรวิทยา (Physiological needs)
- ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Security, Safety, Stability)
- ความต้องการมีส่วนร่วมและความรัก (Belongingness and Love)
- ความต้องการศักดิ์ศรี ความภาคภูมิใจในตนเอง และผู้อื่น (self – esteem and the esteem of others)
- ความต้องการที่จะได้ทำเต็มความสามารถและเป็นตัวของตัวเอง (Self-actualization, Self-realization)

เมื่อความต้องการในขั้นต้นได้รับการตอบสนองแล้ว มนุษย์ก็จะแสวงหา เพื่อตอบสนองความต้องการในขั้นต่อไป โดยมีความแตกต่างกันในรายละเอียดของแต่ละคนตาม ประสบการณ์ และแม้แต่ในคนคนเดียวก็ ยังมีความแตกต่างกันไปแล้วแต่กาลเวลา ความรู้สึกพึงพอใจเต็มที่ของการได้รับ acquired needs นี้ อาจเกิดขึ้นน้อยหรือนานๆ จึง จะเกิดขึ้น ทำให้บางคนต้องมีพฤติกรรมเพื่อจะตอบสนองความต้องการประเภทนี้อยู่ ตลอดเวลา จนทำให้ต้องเผชิญกับความกดดัน และเป็นเหตุให้จำเป็นต้องมีการปรับตัว (adjustment) ซึ่งส่วนใหญ่ผู้ที่มีการพัฒนาการของบุคลิกภาพเหมาะสม มีความเป็นผู้ใหญ่ บรรลุ วุฒิภาวะทางอารมณ์ (emotionally mature) ก็จะสามารถปรับตัวได้ดี บุคคลเหล่านี้จะมี จุดมุ่งหมายในชีวิต มีความยืดหยุ่นและมีพฤติกรรมการแก้ปัญหาที่มีประสิทธิภาพ ถ้ามี อุปสรรคเกิดขึ้นก็อาจจะยอมให้มีการเปลี่ยนแปลงจุดมุ่งหมายได้บ้าง แต่คนที่มีปัญหาทาง อารมณ์ หรือ มีการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ก็จะทำให้มีพฤติกรรมของความหงุดหงิด ความคับ ข้อนใจ (frustration) ตามมา

### 3.1.4. ความหวาดกังวล

ในชีวิตสมัยใหม่ที่มีภาวะเศรษฐกิจและสังคมเช่นปัจจุบัน ทำให้คนต้องดิ้นรนขวน ขวาย ทั้งในด้านการทำมาหากิน การหาความสุขสงบปลอดภัยให้กับตนเอง และครอบครัว บ่อยครั้งต้องเผชิญกับการหวาดกลัว ความวิตกกังวล (anxiety) ความอึดอัดคับข้องใจ (frustration) ความขัดแย้งต่างๆ (conflict) รวมทั้งความรู้สึกอ้างว้างเคียดแค้น (hostility)

นับครั้งไม่ถ้วน ความวิตกกังวลในเรื่องการทำมาหากินนั้นมีมาตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ แต่ในสภาพปัจจุบัน ทั้งที่มนุษย์มีความสะดวกสบายในทางด้านวัตถุแต่สุขภาพจิตทั่วไปกลับแย่งลง สาเหตุของความหวาดกังวลส่วนใหญ่ คือ เรื่องของความอ้างว้าง ความทอดอาลัย เห็นว่าชีวิตไร้ความหมาย ความกลัวเรื่องเพศ และความเคียดแค้นทั้งในตนเองและผู้อื่น ความอ้างว้างนั้นเกิดขึ้นได้แม้อยู่ในกลุ่มคนหลายๆ เช่น ลักษณะที่ Erick Fromm เรียกว่า “Lonely Crowd” ซึ่งต่างจากผู้ที่อยู่โดดเดี่ยว เพราะแสวงหาความวิเวกและมีความรู้สึกสบายใจที่ได้ อยู่ตามลำพัง มีตนเป็นเพื่อน ส่วนผู้ที่อ้างว้างมักจะห้อมล้อมด้วยผู้คน เป็นเพราะปราศจากเพื่อน แม้แต่ตนก็เป็นเพื่อนของตนไม่ได้ ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่ไว้วางใจจะมีคนหวังดีปรารถนาดีต่อตน ความไว้วางใจ (trust) หรือไม่ไว้วางใจ (mistrust) นี้เกิดขึ้นตั้งแต่สมัยเป็นทารก ถ้าเราคิดว่าตนมีค่า เป็นที่รักของคนอื่น เราก็มักไว้วางใจว่าคนอื่นจะมีความรักและหวังดี มีความยินดีต่อเรา ถ้าขาดความรู้สึกเช่นนี้มาตั้งแต่วัยเด็ก เมื่อมาถึงวัยหนุ่มสาวก็ถึงเวลาแล้วที่เราจะสร้างความนับถือตนเองขึ้นมา ผิดผนตนเอง สร้างเจตคติที่จะมองผู้อื่นในแง่ดี มีความไว้วางใจคนอื่นขึ้นมาบ้าง

### 3.1.5. วิธีสร้างความนับถือตนเองนั้น อาจทำได้ดังนี้

- a. ตระหนักในความจริงที่ว่า ไม่มีใครจะเพียบพร้อมสมบูรณ์ทุกประการ ดังนั้นเราก็ควรจะหยุดมองหาความสมบูรณ์ในตัวเองเสีย คนดีชนิดที่หาที่ติไม่ได้มันอาจมีอยู่ในหนังสือแต่หาไม่ได้ในชีวิตจริง
- b. ยุติการเปรียบเทียบตัวเรากับผู้อื่น เพราะไม่ว่าจะมองด้านใดก็มักจะพบความดีกว่าเราในด้านนั้นเสมอ การมองหว่าเราเองมีอะไรที่ดีบ้าง แล้วมุ่งมุ่งความดีนั้นให้ยิ่งขึ้นเป็นพอ
- c. อย่าถือเอาคำตัดสินหรือความคิดเห็นของคนอื่นเป็นเครื่องชี้ขาดสูงสุดเกี่ยวกับตัวเอง ถ้าฟังแต่คนอื่นตลอดเวลาที่ขาดความเป็นตัวของตัวเอง และความคิดเห็นนั้นเป็นธรรมดาที่ต้องมีทั้งด้านบวกและด้านลบ จึงควรรับฟังเพื่อเป็นข้อสังเกตตัวเอง และดำเนินชีวิตไปสู่จุดหมายปลายทางที่ตั้งเอาไว้ด้วยตัวของตัวเอง
- d. กล้าลองกล้าเสี่ยง เมื่อได้คิดใคร่ครวญดูแล้วว่า จะดำเนินการอย่างไรแม้จะต้องเสี่ยงบ้างก็ควรลอง เพราะการลองเป็นการรับความผิดชอบอย่างหนึ่ง ถ้าประสบความสำเร็จก็ได้รับความภูมิใจ ถ้าล้มเหลวก็ได้บทเรียน ทั้งนี้จะเกิดความมั่นใจและนับถือตนเองได้
- e. พิจารณาตนเองเรื่อยๆ ไป อย่าด่วนสรุปว่าเราเป็นคนฉลาด หรือซื่อฉลาด หรือคนดี หรือคนไม่เอาไหน ควรดูว่าเรามีลักษณะเฉพาะตนอย่างไร และจะใช้ให้เป็นประโยชน์ได้อย่างไร

### 3.1.6. วยสร้างมิตรภาพและการบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์

เมื่อเราเห็นตนเองมีค่า ก็แสวงหาความต้องการขั้นต่อไปตามธรรมชาติของมนุษย์ คือ ความต้องการมีเพื่อน แต่การมีเพื่อนนั้นทำอย่างไรจึงจะมีเพื่อนได้โดยตัวเอง ไม่ต้องสูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง หรืออิสรภาพของตนไป เช่น บางคนแสวงหาเพื่อนด้วยการวางอำนาจ ก็ต้องแสวงหาอำนาจไว้เรื่อยเพื่อรักษาบริวารไว้ บางคนแสวงหาเพื่อนด้วยการยอมอ่อนให้ เช่นนี้ ก็ต้องอึดอึดระวังตัวกลัวเขาจะโกรธ ทำให้ขาดความรู้สึกที่เป็นอิสระแก่ตัว Erick Fromm กล่าวว่า ผู้ที่รักตนเอง เห็นตนเองมีค่าจึงสามารถบำเพ็ญประโยชน์ให้ผู้อื่นได้ การได้เพื่อนโดยไม่ต้องเสียอิสรภาพนั้น คือ การมีความรัก ซึ่งเป็นความรักแบบผู้ที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์ ทำให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นใจ มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักความดีงามของชีวิต และมีส่วนหนึ่งของผู้อื่นมาในชีวิตอยู่ในตัวเรา ให้โอกาสซึ่งกันและกันที่จะเจริญเติบโต และเป็นตัวของตัวเองอย่างเต็มที่ มิตรภาพเช่นนี้มิได้ทิ้งระหว่างพ่อแม่ ลูกหนุ่มสาว บุคคลต่างวัย ต่างอาชีพ มิตรภาพนั้นเริ่มต้นในบ้าน ในครอบครัว ถ้ามีความรัก การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในครอบครัว ส่งเสริมให้สมาชิกในครอบครัวเป็นตัวของตัวเอง เป็นอิสระ พึ่งตนเอง ถ้าออกไปเผชิญโลกภายนอก และส่งเสริมให้เกิดการสร้างมิตรภาพกับผู้อื่นต่อไป ผู้ที่จะสร้างมิตรภาพกับผู้อื่นได้ และมิตรภาพนั้นมีความเจริญงอกงามต่อไปจำเป็นต้องมีคุณสมบัติของการบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์ (emotionally mature) เป็นคุณสมบัติสำคัญหนุนหลังอยู่ด้วย ไม่ว่าจะบุคคลจะอายุมากหรือน้อยก็ตาม ถ้ามีคุณสมบัติต่อไปนี้ก็แสดงถึงการบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์

- a. มีความอดทน พร้อมทั้งจะรอวาระอันควร ดังสุภาษิตว่า “อดเปรี้ยวไว้กินหวาน” มีความคิดรอบคอบ ไม่เห็นแต่ความสุขชั่วแล่น
- b. สามารถควบคุมความโกรธ รู้ตัวว่าโกรธตกลงกันได้ในเรื่องความขัดแย้งแตกต่างกันด้วยความใจเย็น มากกว่าที่จะวุ่นวาย
- c. มีความมานะพยายาม สามารถตรากตรำทำงาน สามารถฟันฝ่าสถานการณ์ ทั้งๆ ที่เกิดความผิดหวัง ล้มแล้วก็ลุกขึ้นมาสู้ต่อไปไม่ย่อท้อ
- d. สามารถเผชิญภาวะความคับข้องใจ ความไม่สบายกายต่างๆ ความพ่ายแพ้ โดยไม่ทอดอาลัยท้อแท้
- e. มีความอ่อนน้อมถ่อมตน และยอมรับผิดโดยซื่อตรงและเมื่อตนเป็นฝ่ายถูกก็ไม่สำคัญตาถ่างฝ่ายตรงข้ามกับตน
- f. มีความสามารถตัดสินใจเอง แล้วยืนหยัดอยู่กับการตัดสินใจนั้น แม้ผิดก็รับเป็นบทเรียน ไม่กลัวเสียหน้า



g. มีการรักษาคำพูด เชื่อถือได้ ฟังพาได้ ฟันฝ่าวิกฤตการณ์โดยไม่มีโทษใครมีระเบียบ ไม่รุ่มรวยสับสน มีความตั้งใจดี ทำจริงดังที่พูดไว้

h. มีศิลปะในการอยู่อย่างสงบกับสิ่งที่สุดท้ายไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลงได้

การบรรลุวุฒิภาวะทางอารมณ์เป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้ไม่ใช่เกิดเองตามธรรมชาติ ส่วนมากเป็นการเรียนรู้จากในครอบครัว พ่อแม่พี่น้อง จากโรงเรียน เมื่อเป็นผู้ใหญ่มีความรับผิดชอบต่อตัวเองแล้ว ก็เรียนรู้ที่จะมีคุณสมบัติเหล่านี้ได้ด้วยตัวเอง Erikson ได้กล่าวถึงชีวิตในวัยหนุ่มสาวไว้ว่า การพัฒนาในวัยนี้เป็นระยะของพัฒนาการทางจิตใจใน stage VI ซึ่งเป็นระยะที่ Erikson กล่าวว่า หลังจากที่ผ่านมาพ้นระยะวัยรุ่นจะมีความรู้สึกเป็นตัวของตัวเอง (sense of identity) แล้ว คนๆนั้นจึงจะสามารถพัฒนาไปถึงการมีสัมพันธ์ภาพที่สนิทชิดเชื้อ (intimacy) กับผู้อื่นได้ หรือกับเพศตรงข้ามได้ เป็นวัยที่มีการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มั่นคงเมื่อเทียบกับสัมพันธ์ภาพในวัยรุ่นที่เปลี่ยนแปลงได้ง่ายกว่า ความสามารถที่จะรักผู้อื่นได้นี้ เป็นวุฒิภาวะของการเป็นผู้ใหญ่อย่างหนึ่ง

คนบางคนจะเกิดความกลัวการผูกมัดตนเอง ถ้ามี intimacy เกิดขึ้น ความกลัวนี้จะนำไปสู่การแยกตัว (isolation) อยู่กับตัวของตัวเอง ในวัยหนุ่มสาวนี้การรักษาสมดุลระหว่างเรื่องของการรัก การให้ผู้อื่น และการทำงานเป็นสิ่งสำคัญ ถ้ามุ่งมั่นในสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากเกินไป ระหว่างความรักและการทำงาน ก็ย่อมจะทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ การหาจุดที่พอดีทำให้เกิดความสมดุลทั้ง 2 ด้าน บางครั้งก็ทำได้ยาก สำหรับวัยหนุ่มสาวแล้วภาวะทางจิตใจที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การสร้างหรือมีความสัมพันธ์ที่สนิทชิดเชื้อ แต่ในเวลาเดียวกันก็ไม่สูญเสียความเป็นตัวของตัวเองไป ซึ่งความรู้สึกนี้รวมไปถึงโอกาสในการเลือกอาชีพการงานและวิถีชีวิตของตน วัยนี้พัฒนาการที่สำคัญจึงเป็นเรื่องของ intimacy และ isolation (แพทย์หญิงศรีประภา ชัยสินธพ , 2557)

### 3.2. พฤติกรรมคนโสด

#### 3.2.1. ชีวิตโสด

เมื่อก้าวเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ คนส่วนมากมักแต่งงานมีครอบครัวมีบุตรธิดา แต่บางคนเลือกอยู่เป็นโสดซึ่งอาจเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ เช่น อุทิศชีวิตเพื่องานเพื่ออุดมการณ์ มีความรับผิดชอบกับครอบครัวเดิมของตนจนไม่มีเวลาเอาใจใส่ในเรื่องนี้อย่างจริงจัง โรคภัยไข้เจ็บ สิ่งแวดล้อมไม่เอื้ออำนวยมีประสบการณ์ไม่ดีเกี่ยวกับชีวิตครอบครัว ญาติพี่น้องไม่สนับสนุน เป็นความประสงค์ของผู้นั้นเองเพราะชอบชีวิตโสด ปัญหาของคนโสดที่สำคัญคือความรู้สึกด้อย ผู้ที่จะดำเนินชีวิตคนโสด

ได้อย่างมีความสุขคือผู้ที่พยายามแก้ไขอารมณ์ดังกล่าวนี้ได้โดยวิธีต่างๆ เช่น ใช้เวลาศึกษาเล่าเรียน ทำงานอดิเรก อุทิศตนเพื่อกิจกรรมสังคม ใช้ชีวิตให้หมดไปกับการงาน ไม่ตัดขาดจากสมาคม มีเพื่อนสนิทหลายคน หาทางสนองความต้องการรู้สึกอยากเป็น บิดามารดาและความรู้สึกทางเพศในแนวที่สังคมยอมรับ (Gormly and Brodzinsky 1989 ; Lefrancois 1990) ต่อไปนี้จะได้กล่าวถึงการปรับตัวต่อชีวิตโสดของคนทั้งในวัยผู้ใหญ่ตอนต้นและในวัยกลางคน (เพราะมีความต่อเนื่องและมีรูปแบบที่คล้ายกัน)

### 3.2.2. การปรับตัวในบทบาทของคนโสด

คนกลุ่มหนึ่งมีทัศนคติว่า ผู้เลือกอยู่เป็นโสดคือผู้ที่ไม่มีผู้ใดมารักและไม่รู้จัก รักใคร่ ขาดคนมาทะนุถนอมเอาอกเอาใจ มักจะมีชีวิตอย่างเงียบเหงา จึงมักเป็นผู้ที่ไร้ความสุข มีอารมณ์ไม่ค่อยคงเส้นคงวา ลักษณะบุคลิกภาพเช่นนี้แท้จริงอาจจะพบได้ทั้งในกลุ่มผู้ที่อยู่เป็นโสดและชีวิตสมรส สถานภาพทางการสมรสอาจมีอิทธิพล หรือไม่มีอิทธิพลต่อลักษณะบุคลิกภาพดังกล่าวนี้

ความรักต้องอาศัยการตอบสนองต่อกันและกันระหว่างตัวเรากับผู้ที่เรารักในแง่ๆดังต่อไปนี้

- ความเอื้ออาทรต่อกันและกัน
- ความรักนับถือซึ่งกันและกัน
- ความเข้าใจซึ่งกันและกัน
- ความรับผิดชอบต่อกันและกัน

หากปราศจากเอื้ออภัยต่อกันด้านอารมณ์และจิตใจในรูปแบบดังกล่าวมานี้ ความรักก็มีลักษณะรักเทียม อาจแตกสลายได้ง่าย

ความรักมีหลายรูปแบบ เช่น ความรักระหว่างเพื่อนกับเพื่อน สามีกับภรรยา พ่อแม่กับลูก ฯลฯ ดังนั้นคนโสดไม่จำเป็นจะต้องอยู่คนเดียว ถ้าเขาสามารถแสวงหาและสร้างสรรค์ความรักในรูปแบบอื่นๆ ชดเชย มีความสำคัญต่อการมีชีวิตที่เป็นสุข ไม่แพ้ความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส และการมีความรักในแบบอื่นก็สามารถชดเชยและดำรงชีวิตของตนไปได้อย่างราบรื่นจนตลอดอายุขัย

โดยทั่วไปจำนวนชายหญิงที่อยู่เป็นโสดจนถึงวัยกลางคน ก็จะพบว่าจำนวนผู้หญิงมีมากกว่า ทั้งนี้เพราะผู้หญิงมีขีดจำกัดทางวัฒนธรรมในการแสวงหาคู่ครองมากกว่าสำหรับชายที่อยู่เป็นโสดจนถึงวัยกลางคน โอกาสจะแสวงหาคู่ครองก็ยังมีอยู่แต่โอกาสแบบนั้นสำหรับหญิงส่วนมากนับว่าได้สิ้นสุดลงแล้ว

ทั้งชายหญิงที่โสดต้องปรับตัวต่อชีวิตโสดของตนโดยประการต่างๆ ซึ่งจะขอนำมา  
กล่าวในที่นี้ 4 ประการ ได้แก่

- 3.2.1. ปรับตัวต่อความต้องการทางเพศ
- 3.2.2. ปรับตัวต่อการต้องการเป็นพ่อแม่
- 3.2.3. ปรับตัวต่อความต้องการมิตรภาพ
- 3.2.4. ปรับตัวต่อการใช้เวลาว่าง

ทั้งชีวิตคู่และชีวิตโสดต่างมีข้อดีข้อเสีย และต้องการปรับตัวตามวัยทั้งสิ้นผู้  
พอใจเลือกชีวิตแบบใดแบบหนึ่งนั้นย่อมขึ้นอยู่กับสภาวะแวดล้อมทางสังคมของตน  
และลักษณะบุคลิกภาพเฉพาะตัวเป็นอย่างมาก แต่หลักสำคัญก็คือทั้งคนโสดและคน  
มีคู่ครองจะต้องปรับตัวให้เหมาะสมกับสภาพชีวิตของตน  
(ดร.ศรีเรื่อน แก้วกังวาน , 2545)



## บทที่ 3

### การวิเคราะห์ข้อมูลและแนวความคิดในการออกแบบ

การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมสำหรับเพศหญิง อายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี เพื่อตระหนักถึงอันตรายที่จะเกิดขึ้นจากการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม โดยนำเสนอผ่านทางสื่อภาพเคลื่อนไหวสองมิติ (motion graphic)

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

##### 1. วิเคราะห์ปัญหาของงานวิจัย

###### 1.1. จำนวนผู้ป่วยที่เพิ่มมากขึ้น

- 1.1.1. เนื่องจากการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมในระยะเริ่มแรก ผู้ป่วยจะไม่มีอาการเจ็บป่วยแต่อย่างใด การที่ไม่แสดงอาการทำให้เชื้อมะเร็งสามารถลุกลามเข้าสู่กระแสเลือดได้อย่างรวดเร็ว
- 1.1.2. การที่อัตราของอายุที่ลดลงในการเกิดโรคมะเร็งเต้านมในปัจจุบัน วัยรุ่นสมัยใหม่ยังไม่กล้าเปิดใจคุยเรื่องนี้กับแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ จึงยากที่จะรู้ว่าตนเองมีอาการที่ผิดปกติแล้วและมีภาวะเสี่ยงในการเกิดโรค
- 1.1.3. การที่ไม่มีสื่อรณรงค์เผยแพร่มากนัก เพื่อให้หญิงไทยตระหนักถึงอันตรายจากโรคมะเร็งเต้านมได้ตั้งแต่อายุน้อย จึงละเลยการตรวจคัดหาค่าความผิดปกติที่เต้านม

###### 1.2. การตรวจคัดหาค่าความผิดปกติด้วยตนเอง

- 1.2.1. การตรวจคัดหาค่าความผิดปกติด้วยตนเองที่หน้ากระจก ต้องสังเกต และเปรียบเทียบขนาดเต้านมทั้งสองข้างโดยละเอียด เช่น ลักษณะของผิวหนัง สี รูปร่าง รูปทรง
- 1.2.2. การตรวจคัดหาค่าความผิดปกติด้วยตนเองทำนึ่ง การใช้ปลายนิ้วมือทั้งสามนิ้ว ได้แก่ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง ให้การคัดหาค่าความผิดปกติที่เต้านมและบริเวณรักแร้ เพื่อสังเกตว่ารักแร้โตผิดปกติเนื่องจากต่อมน้ำเหลืองโตหรือไม่
- 1.2.3. การตรวจคัดหาค่าความผิดปกติด้วยตนเองทำนอน การใช้นิ้วทั้งสามนิ้วดังเดิม แล้วใช้ฝ่ามือ หรือ หมอนมาลองที่สะบักหลังเพื่อให้หน้าอกแอ่นตัวขึ้น แล้วคัดหาค่าความผิดปกติได้ราวหน้าอก เพื่อหาก้อนเนื้อผิดปกติ

### 1.3. ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการเกิดโรคมะเร็งเต้านม

- 1.3.1. ปัจจัยจากการพันธุกรรม เช่น แม่ส่งไปถึงลูก ในกรณีนี้เพศชายก็สามารถเป็นโรคมะเร็งได้เช่นกัน
- 1.3.2. เพศหญิงที่เคยผ่าตัดบริเวณเต้านม หรือเคยเป็นโรคมะเร็งเต้านมมาแล้วข้างหนึ่ง ก็เสี่ยงที่จะเป็นได้อีก
- 1.3.3. การมีประจำเดือนครั้งแรกเร็ว คือก่อนอายุ 12 ปี หรือ การที่หมดประจำเดือนครั้งสุดท้ายหลังอายุ 55 ปี ก็ส่งผลต่อการเป็นโรคมะเร็งเต้านมได้เช่นเดียวกัน
- 1.3.4. การใช้ยากลุ่มทดแทน เช่น ยากลุ่มกำเนิด ยากลุ่มเอสโตรเจน มาเป็นเวลายาวนาน
- 1.3.5. ปัจจัยด้านอื่น ๆ เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ ภาวะน้ำหนักตัวเยอะ การขาดการออกกำลังกาย การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษเป็นเวลานาน เป็นต้น

### 1.4. อาการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมตามระยะตั้งแต่ระยะที่ 1 ไปถึงระยะที่ 4

- 1.4.1. การป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมในระยะเริ่มต้น ซึ่งยังไม่ได้แสดงอาการใดมากนัก ซึ่งส่งผลทำให้เชื้อมะเร็งแพร่ไปทั่วร่างกาย
- 1.4.2. การแพร่กระจายของเชื้อมะเร็งในระยะสุดท้ายซึ่งเป็นระยะที่มีโอกาสที่จะหายน้อยมากที่สุดเพราะเชื้อแพร่กระจายผ่านทางกระแสเลือดแล้ว

### 1.5. วิธีการรักษาตามอาการป่วย

- 1.5.1. การรักษาด้วยยาเคมีบำบัด
- 1.5.2. การรักษาด้วยรังสีรักษา
- 1.5.3. การรักษาด้วยการผ่าตัด
- 1.5.4. การรักษาด้วยยาพุ่งเป้าจำเพาะ

## 2. วิเคราะห์ทฤษฎีการออกแบบ

### 2.1. ข้อดีของการทำสื่อณรงค์แบบโมชั่นกราฟิก (Motion Graphic)

- 2.1.1. การทำงานจะเป็นไปตามคอนเซ็ป โทนสีของโมชั่นจะเป็นสีพื้นเรียบๆ สีของเงาจะไม่ฟุ้งเมื่อกับงานอนิเมชัน เนื่องจากการบอกข้อมูลผ่านสื่อโมชั่นต้องทำให้ผู้รับสารเข้าใจความหมายได้อย่างรวดเร็วและไม่เข้าใจยากจนเกินไป
- 2.1.2. ตัวอักษรเลือกใช้ฟอนต์ที่อ่านง่ายมีลักษณะที่ตัวใหญ่เพื่อสะดวกต่อการอ่านของผู้ชม เนื่องจากเวลานำสื่อโมชั่นกราฟิกไปใช้งานจริงตามสถานที่ต่างๆ เช่นโรงพยาบาลที่สภาวะแวดล้อมมีเสียงรบกวนมาก อาจจะทำให้ไม่ได้ยินเสียงพากย์และอ่านข้อความได้ชัดเจนยิ่งขึ้น
- 2.1.3. การที่ใช้ภาพประกอบมาทำการเคลื่อนไหว จะไม่เหมือนการทำอนิเมชันที่มีตัวละครนำเรื่องหรือมีบทพูด หรือมีการตัดสลับบทเหมือนกับภาพยนตร์ เพราะเป็นการนำเสนอแบบโมชั่นกราฟิกคือเป็นภาพประกอบที่ต้องดูแล้วเข้าใจได้ในทันที
- 2.1.4. การนำเสนอในรูปแบบของโมชั่นกราฟิกจะสามารถบอกได้ถึงปัญหา แนวทางการแก้ไข และบทสรุปที่ชัดเจนในตอนท้ายได้ง่ายขึ้น
- 2.1.5. มีการใช้เสียงพากย์บรรยายโมชั่นกราฟิก เพื่อความเข้าใจง่ายของผู้รับชม
- 2.1.6. โโมชั่นกราฟิกจะรวบรวมเรื่องราว ข้อมูล แผนภาพ แผนภูมิ การยกตัวอย่าง เพื่อให้ผู้รับสารเข้าใจและเห็นภาพตามได้ในทันที และในระยะเวลาที่รวดเร็ว
- 2.1.7. ลักษณะงานจะออกมาในรูปแบบที่สนุกสนานเข้าใจง่าย และจะมีความเป็นขั้นเป็นตอน การแบ่งเรื่องราวที่นำเสนอได้ชัดเจนมากขึ้น เพื่อความเข้าใจง่าย

### 2.2. ข้อเสียของการทำสื่อณรงค์แบบโมชั่นกราฟิก (Motion Graphic)

- 2.2.1. เนื่องจากเวลาในการนำเสนอมีระยะเวลาที่น้อยทำให้การให้ข้อมูลบางอย่างได้ไม่ครบถ้วน ผู้ที่สนใจในรายละเอียดจำเป็นต้องศึกษาเพิ่มเติมหรือการปรึกษาแพทย์เพื่อขอคำแนะนำ
- 2.2.2. โโมชั่นกราฟิกที่เกี่ยวกับการรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านม เยาวชนที่มีอายุต่ำกว่า 12 ปีลงไป อาจจะไม่เข้าใจถึงเนื้อเรื่องในลักษณะนี้มากนัก

- 2.2.3. การทำการเคลื่อนไหวบางจุดอาจจะทำให้ผู้รับสารเกิดความไม่เข้าใจในบางส่วน เพราะบางช่วงบางตอนอาจจะมีการตัดเปลี่ยนฉากเปลี่ยนประเด็นไปในทันที ทำให้เกิดความสับสนได้
- 2.2.4. ภาพกราฟิกก่อนที่จะนำมาทำการเคลื่อนไหวอาจจะไม่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายในบางส่วน เพราะกลุ่มเป้าหมายบางส่วนอาจจะไม่ชอบภาพกราฟิกในลักษณะที่มีความน่ารักเกินไป
- 2.2.5. การทำสื่อโมชันกราฟิกหากเวลานานไปผู้ชมอาจจะเบื่อและไม่อยากที่จะดูต่อจนจบ

### 3. วิเคราะห์พฤติกรรมกลุ่มเป้าหมายของงานวิจัย

#### 3.1. ด้านกายภาพ

- 3.1.1. เริ่มจะเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว เริ่มมีการวางแผนในชีวิตมากขึ้น
- 3.1.2. ชอบทำในสิ่งที่อยากทำ เริ่มที่อยากจะมีครอบครัว
- 3.1.3. ลักษณะการดำเนินชีวิตที่ดูเป็นผู้ใหญ่มากยิ่งขึ้น การอยากที่ทำงานเพื่อให้
- 3.1.4. เกิดความเจริญเติบโตในหน้าที่การงาน เพื่อจุดประสงค์ต่างๆที่ต้องการ
- 3.1.5. การอยากที่เอาใจใส่ครอบครัวพ่อแม่ ผู้มีพระคุณ

#### 3.2. ด้านจิตภาพ

- 3.2.1. มีความต้องการสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตมากขึ้น อยากมีความมั่นคง เช่น บ้าน รถยนต์ หน้าที่การงาน ครอบครัวที่ดี
- 3.2.2. มีความกล้าได้กล้าเสีย อยากที่จะพบเจอกับอะไรใหม่ๆในชีวิต
- 3.2.3. เริ่มที่จะไม่ชอบสื่อเทคโนโลยีมากนัก ส่วนใหญ่ชอบเพียงดูโทรทัศน์ กับ การใช้สื่ออินเทอร์เน็ตทั่วไป
- 3.2.4. ชอบสื่อที่มีความเข้าใจง่ายขึ้น ไม่ซับซ้อน เพราะสนใจแต่การใช้ชีวิตของตนเองเท่านั้น
- 3.2.5. ไม่บ้างาน พยายามที่จะมีเวลากับครอบครัว มีแนวคิดและการทำงานในลักษณะรู้ทุกอย่างทำทุกอย่างได้เพียงลำพัง ไม่พึ่งพาใคร

มีความคิดเปิดกว้าง พร้อมรับฟังข้อติติง เพื่อการปรับปรุงและพัฒนาตนเอง

3.2.6. เนื่องจากกลุ่มเป้าหมาย 25 เพิ่งจะเรียนจบกันมาเพียงไม่นานหรือมีการเรียนต่อในระดับต่อไปก็ยังคงติดทำการคิดแบบวิธีการศึกษารับมือกับการทำงานยังคงเป็นเรื่องยากระดับหนึ่ง

3.2.7. เจนเอ็กซ์ (Generation X) คือ กลุ่มคนที่เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2508-2522 อายุ 30-44 ปีทำให้คนที่เติบโตมาในช่วงนี้มีลักษณะพฤติกรรมชอบอะไรอย่างๆ ไม่ต้องเป็นทางการ ให้ความสำคัญกับเรื่องความสมดุลระหว่างงานกับครอบครัว (Work-life Balance)

3.2.8. เจนวาย (Generation Y) คือ กลุ่มคนที่เกิดระหว่างปี พ.ศ. 2523-2543 อายุ 9-29 ปี เป็นกลุ่มคนที่โตมาพร้อมกับคอมพิวเตอร์ อินเทอร์เน็ตและเทคโนโลยีไอที

#### 4. การสรุปแนวความคิดในการออกแบบ

แนวคิด Breast Cancer “โรคมะเร็งเต้านม” รู้เร็วรักษาได้ หายไว

การออกแบบสื่อเคลื่อนไหวสองมิติ (motion graphic) การออกแบบ motion graphic เกี่ยวกับเรื่องของผู้หญิงวัยทำงาน โดยที่ในปัจจุบันมีสื่อเทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทกับชีวิตของเรามากขึ้นดังนั้นทำให้สามารถที่จะรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้จากสื่อโซเชียลเหล่านี้ และจะทำให้เราทราบได้ว่าตัวเราเองก็สามารถที่จะตรวจคัดกรองหาความผิดปกติได้ด้วยตนเองที่บ้านง่าย และวิธีการตรวจความผิดปกติมี 3 ขั้นตอนง่ายและไม่ต้องใช้อุปกรณ์ที่จะทำให้เกิดความวุ่นวาย และบอกถึงสาเหตุของการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมต่างๆรอบตัวเรา และวิธีการรักษาทางการแพทย์พร้อมผลข้างเคียงจากการเข้ารับการรักษา

##### แนวทางการออกแบบ

การออกแบบสื่อเคลื่อนไหวสองมิติ (motion graphic) เป็นการวางแผนการทำงานให้งานมีโครงสร้างทิศทางของเนื้อเรื่องที่เป็นการรวบรวมข้อมูลให้ผู้รับสารเข้าใจได้ง่ายในระยะเวลาอันสั้นในลักษณะงานที่สนุกสนาน ผ่านงานกราฟิก ผ่านทางข้อความ แผนภูมิ เรื่องราวสถิติต่างๆ และมีเสียงพากย์เพื่อให้การนำเสนอของสื่อมีความสื่งไหลและเข้าใจได้ง่ายเพราะกลุ่มเป้าหมายไม่ชอบที่จะต้องมาจดจ่อกับบางสิ่งนานจนเกินไป แต่การทำสื่อโมชันกราฟิกก็มีข้อเสียอยู่หลายด้าน เพราะเป็นสื่อที่ต้องใส่ข้อมูลเยอะ กลุ่มคนใน



อายุอื่นอาจจะไม่เข้าใจในเนื้อหาที่นำเสนอ และไม่ควรถือเวลาในการนำเสนอที่นานเกินไป เพราะอาจจะเกิดความเบื่อหน่ายขึ้น ส่วนในเรื่องของ Mood and Tone หรือโทนของสีมีไว้เพื่อกำหนดอารมณ์ของงานซึ่งจะช่วยให้เข้าใจภาพได้มากขึ้น โทนสีที่จะใช้เป็น สีน้ำตาลแดงเข้ม (361218), สีเขียวน้ำตาลเข้ม (09060a), สีเทาเข้ม (323232), สีเทาอ่อน (aeafa7), สีชมพูอ่อนมาก (f9f2e3), สีขาว (ffffff), สีน้ำตาลแดง (663e36), สีเหลืองเขียว (a98f30), สีเหลือง (eee831), สีเขียวหัวเปิด (2d2c14), สีเขียวเหลืองทอง (bac565), สีม่วงชมพู (cc6699), สีแดงเลือดหมู (991c1f), สีฟ้าเข้ม (6698cb), สีฟ้า (5bb8e8), สีฟ้าอ่อน (a6dce3), สีม่วง (7b4d84), สีปูน (cc6666), สีชมพูพีช (ec5858), สีเปลือกไข่ (fdcc99), สีม่วงไลแลค (ca9ec8)

หลังจากนั้นผู้วิจัยจะต้องทำเนื้อเรื่อง (Script) โดยแบ่งออกเป็น 3 ส่วน

1). Introduction เป็นส่วนแรกซึ่งเป็นส่วนที่ต้องเล่าเรื่องให้มีความน่าสนใจ อยากที่จะติดตาม เช่นการพูดถึงเรื่องอัตราการเพิ่มขึ้นของผู้ป่วย จำนวนอายุที่ลดลงของผู้ป่วย เกริ่นนำเรื่อง

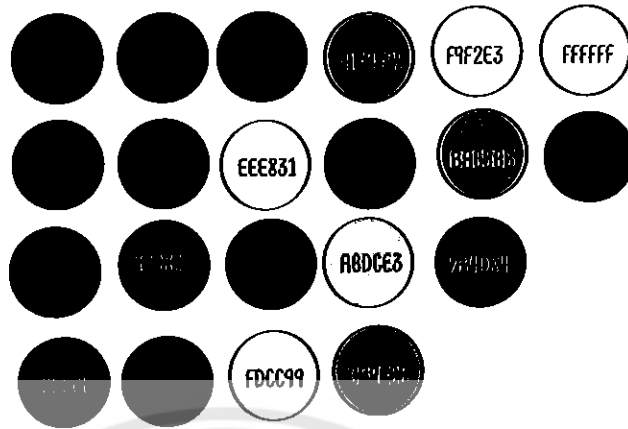
2). Main Idea เป็นใจความหลักของเนื้อเรื่อง ซึ่งเป็นประโยชน์ของผลงาน เช่นเรื่องของการที่เราจะตรวจหาความผิดปกติในร่างกายด้วยตนเอง หากมีก้อนเนื้อผิดปกติ จะได้พบแพทย์ทัน

3). Ending การสรุปเรื่องราวทั้งหมดที่เราต้องการจะบอกกับกลุ่มเป้าหมาย ให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้สึกร่วมไปกับเรา การเขียนโครงสร้างเนื้อเรื่องนั้นไม่ควรมีความยาวมากจนเกินไป เพื่อความกระชับความเข้าใจง่าย และป้องกันความรู้สึกเบื่อหน่ายจากการรับชม

เมื่อผ่านขั้นตอนการเขียนเนื้อเรื่องก็จะนำมาทำการเขียนเรื่องด้วยภาพเพื่อการทำ Storyboard ทำการสเก็ตซ์ภาพแบบง่ายๆเพื่อให้เห็นภาพมากขึ้น จากนั้นก็ทำการเคลื่อนไหวภาพที่เราได้ทำไว้ในโปรแกรม Adobe illustrator และนำไปทำการเคลื่อนไหวใน Adobe after effect จากนั้นค่อยใส่ sound effect



ภาพ 25 Adobe Photoshop, Adobe Illustrator, Adobe After Efface, Adobe Premiere



ภาพ 26 โทนสี สีน้ำตาลแดงเข้ม (361218) , สีเขียวน้ำตาลเข้ม (09060a), สีเทาเข้ม (323232) , สีเทาอ่อน (aeafa7) , สีชมพูอ่อนมาก (f9f2e3) , สีขาว (ffffff) , สีน้ำตาลแดง (663e36) , สีเหลืองเขียว (a98f30) , สีเหลือง (eee831) , สีเขียวหัวเปิด (2d2c14) , สีเขียวเหลืองทอง (bac565) , สีม่วงชมพู (cc6699) , สีแดงเลือดหมู (991c1f) , ฟ้ำเข้ม (6698cb) , สีฟ้า (5bb8e8) , สีฟ้าอ่อน (a6dce3) , สีม่วง (7b4d84) , สีปูน (cc6666) , สีชมพูพีช (ec5858) , สีเปลือกไข่ (fdcc99) , สีม่วงไลแลค (ca9ec8)



ภาพ 27 ภาพประกอบผู้หญิง

ลักษณะการแสดงสีหน้า และทรวดทรงตรงหน้าอก

ที่มา : [http://www.freepik.com/free-vector/collection-of-beautiful-women\\_807494.htm](http://www.freepik.com/free-vector/collection-of-beautiful-women_807494.htm)



ภาพ 28 ภาพประกอบผู้หญิง

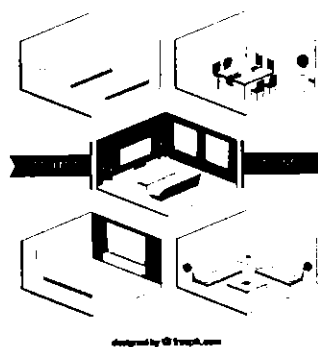
ลักษณะของการเคลื่อนไหว การแสดงอารมณ์ร่วม

ที่มา : [http://www.freepik.com/free-vector/smiling-woman\\_765703.htm](http://www.freepik.com/free-vector/smiling-woman_765703.htm)



ภาพ 29 ภาพประกอบผู้หญิงและริบบิ้นสีชมพู  
ริบบิ้นที่ให้ความหมายเกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านม

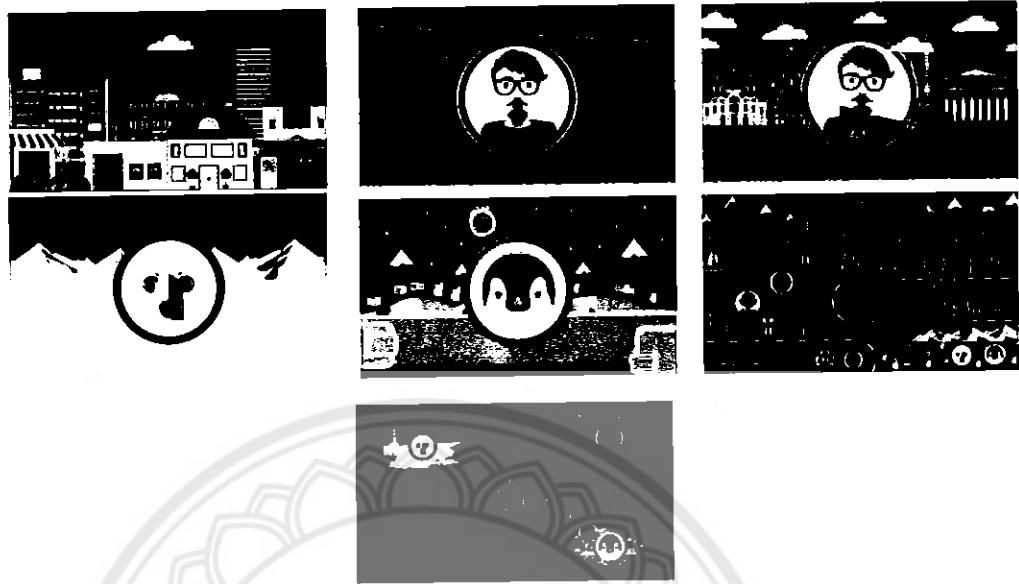
ที่มา : [http://www.freepik.com/free-vector/breast-cancer-girl-with-pink-ribbon\\_758022.htm](http://www.freepik.com/free-vector/breast-cancer-girl-with-pink-ribbon_758022.htm)



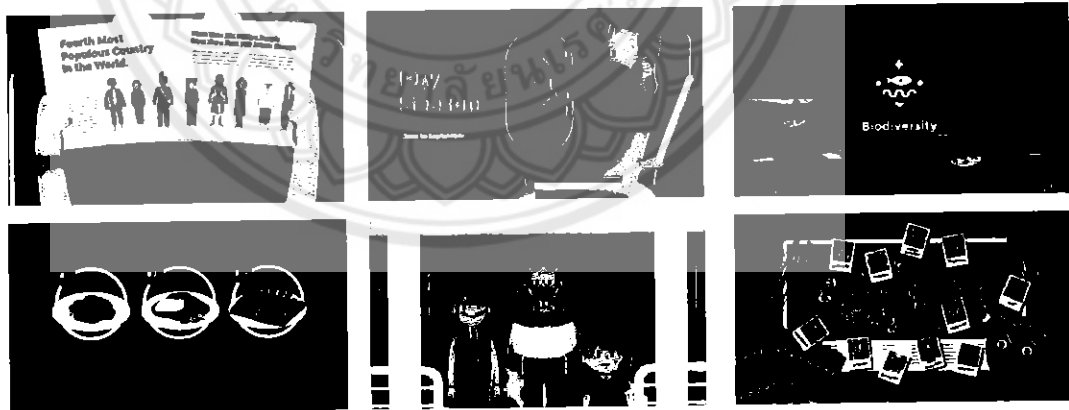
ภาพ 30 ภาพประกอบฉาก

ฉากที่ใช้ประกอบในงานเคลื่อนไหว เพื่อสร้างบรรยากาศ

ที่มา : [http://www.freepik.com/free-vector/isometric-rooms-set\\_821627.htm](http://www.freepik.com/free-vector/isometric-rooms-set_821627.htm)



ภาพ 31 Beautiful World - Motion graphics music video  
เป็นการเล่าเรื่องผ่านตัวละครไปในแต่ละฉาก เพื่อความเชื่อมโยง  
ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=aDB4sbayssc>



ภาพ 32 Motion Graphic Video of Wonderful Indonesia  
ฉากแต่ละฉากที่เปลี่ยนประเด็นจะมีความเชื่อมโยงกันแล้วก็มีความสั้นไหล ต่อเนื่องกัน  
ที่มา : <https://www.youtube.com/watch?v=UGfptUhQ41l>

## บทที่ 4

### การออกแบบและการสร้างสรรค์ผลงาน

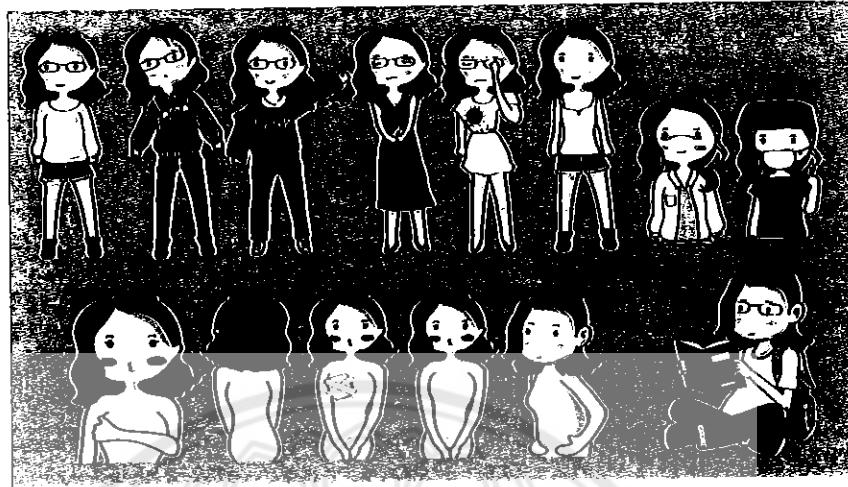
การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านมสำหรับเพศหญิง อายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี เค้าโครงเรื่อง breast cancer “โรคมะเร็งเต้านม” รู้เร็วรักษาได้ หายไว

#### แนวทางการออกแบบ

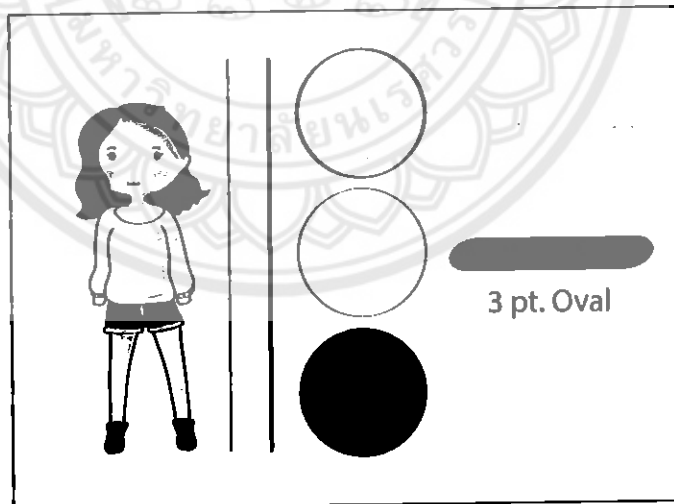
การออกแบบ motion graphic เกี่ยวกับเรื่องของผู้หญิงวัยทำงาน โดยที่ในปัจจุบันมีสื่อเทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทกับชีวิตของเรามากขึ้นดังนั้นทำให้สามารถที่จะรับรู้ข้อมูลข่าวสารได้จากสื่อโซเชียลเหล่านี้ และจะทำให้เราทราบได้ว่าตัวเราเองก็สามารถที่จะตรวจคัดกรองหาความผิดปกติได้ด้วยตนเองที่บ้านง่าย และวิธีการตรวจความผิดปกติมี 3 ขั้นตอนง่ายและไม่ต้องใช้อุปกรณ์ที่จะทำให้เกิดความวุ่นวาย และบอกถึงสาเหตุของการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมต่างๆรอบตัวเรา และวิธีการรักษาทางการแพทย์พร้อมผลข้างเคียงจากการเข้ารับการรักษา



ภาพ 33 การออกแบบโลโก้ของ Motion “breast cancer “ โดยมีแนวคิดมาจาก ริบบิ้นสีชมพูซึ่งหมายถึงโรคมะเร็งเต้านม และเต้านม บวกกัน โทนมสีที่ใช้ สีม่วงเข้ม (7f3caf), สีไวน์แดง (a51c4a), สีชมพูเข้ม (d8417f), สีชมพูพีช (f1687a), สีชมพู (ffabb9), สีชมพูอ่อน (ffe3ea), สีเปลือกไข่ (fcd1ab), สีเหลือง (ffc95c)



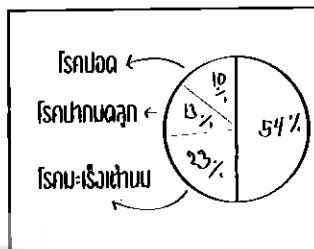
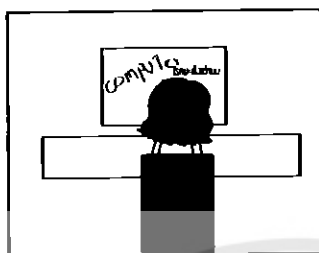
ภาพ 34 รูปแบบตัวละคร จะมีลักษณะเป็นผู้หญิงวัยทำงาน และจะใช้วิธีการตัดเส้นเพื่อให้ตัวละครดูเข้ากับกลุ่มเป้าหมาย โทนสีที่ใช้ สีน้ำตาลแดงเข้ม (361218) , สีเขียวน้ำตาลเข้ม (09060a) , สีเทาเข้ม (323232) , สีเทาอ่อน (aeafa7) , สีชมพูอ่อนมาก (f9f2e3) , สีขาว (ffffff) , สีน้ำตาลแดง (663e36) , สีเหลืองเขียว (a98f30) , สีเหลือง (eee831) , สีเขียวหัวเปิด (2d2c14) , สีเขียวเหลืองทอง (bac565) , สีม่วงชมพู (cc6699) , สีแดงเลือดหมู (991c1f) , ฟ้ำเข้ม (6698cb) , สีฟ้า (5bb8e8) , สีฟ้าอ่อน (a6dce3) , สีม่วง (7b4d84) , สีปูน (cc6666) , สีชมพูพีช (ec5858) , สีเปลือกไข่ (fdcc99) , สีม่วงไลแลค (ca9ec8)


















ภาพ 35 งานกราฟิกจะถูกตัดเส้นด้วย 3 pt. Oval ขนาด 0.75 กับ ขนาด 2 ด้วยสีน้ำตาลอมแดง (301b0f)

Storyboard

ครั้งที่ 1 โดยเล่าเรื่องแบบการจดบันทึกไดอารี่ของตัวละครที่มีชื่อว่าน้ำขิง



<p>สองคนกำลังคุยกันเรื่องน้ำขิง</p>	<p>๒ คนคุยกันเรื่องน้ำขิง</p>	<p>สามคนกำลังคุยกันเรื่องน้ำขิง</p>
<p>พวกมันช่วยรวมกันและนำไปใช้</p> <p>ตัดออก</p>	<p>วิธีการตรวจหาโรคเบาหวานที่ง่ายที่สุด</p>	<p>เพื่อนคนหนึ่งกำลังบอกกับเพื่อนคนอื่นว่า</p> <p>อย่ากินน้ำตาลมากเกินไป 2 วัน</p>
<p>เพื่อนคนหนึ่งกำลังบอกกับเพื่อนคนอื่นว่า</p> <p>อย่ากินน้ำตาลมากเกินไป</p>	<p>สามคนกำลังคุยกันเรื่องน้ำขิง</p> <p>น้ำขิง</p>	<p>วิธีการตรวจหาโรคเบาหวานที่ง่ายที่สุด</p> <p>ทำง่าย</p>
<p>วิธีการตรวจหาด้วยตนเอง</p> <p>ทำง่าย</p>	<p>วิธีการใช้ที่วัดน้ำตาลในเลือด</p> <p>ใช้น้ำตาลที่วัดได้มาเทียบกับ</p> <p>น้ำตาลในน้ำตาลที่วัดได้</p> <p>11 หรือต่ำกว่า</p> <p>นั่นคือค่าที่ดี</p>	<p>วิธีการใช้ที่วัดน้ำตาลในเลือด</p> <p>ใช้น้ำตาลที่วัดได้มาเทียบกับ</p> <p>น้ำตาลในน้ำตาลที่วัดได้</p> <p>11 หรือต่ำกว่า</p> <p>นั่นคือค่าที่ดี</p>
<p>วิธีการใช้ที่วัดน้ำตาลในเลือด</p> <p>ใช้น้ำตาลที่วัดได้มาเทียบกับ</p> <p>น้ำตาลในน้ำตาลที่วัดได้</p> <p>11 หรือต่ำกว่า</p> <p>นั่นคือค่าที่ดี</p>	<p>วิธีการตรวจหาด้วยตนเอง</p> <p>ทำง่าย</p>	<p>เพื่อนคนหนึ่งกำลังบอกกับเพื่อนคนอื่นว่า</p> <p>อย่ากินน้ำตาลมากเกินไป 2 วัน</p>
<p>เพื่อนคนหนึ่งกำลังบอกกับเพื่อนคนอื่นว่า</p>	<p>เพื่อนคนหนึ่งกำลังบอกกับเพื่อนคนอื่นว่า</p> <p>อย่ากินน้ำตาลมากเกินไป 2 วัน</p>	<p>ลักษณะอาการของ</p> <p>โรคมะเร็งเต้านม</p>

<p>60% ของคนไทยมีระดับน้ำตาลในเลือดสูง การรอดชีวิตเกิน 5 ปี สูงถึง 80-100%</p> 	<p>เป็นโรคเบาหวาน 2 ปีขึ้นไป หรือ 5 ปีขึ้นไป การรอดชีวิตเกิน 5 ปี สูงถึง 85-90%</p> 	<p>มีระดับน้ำตาลในเลือดสูง หรือ 1-1.5 เดคา เนื่องรับสารพิษที่เป็นพิษจากท่อ หรือมีอายุของเต้านม ทำให้อายุการรอด</p> 	
<p>การตรวจเลือดน้ำตาล ใน 1 ปี ลักษณะผิดปกติเกี่ยวกับเลือดน้ำตาล ผิดปกติ / รอยเท้า ผิดปกติของผิวหนัง</p> 	<p>เป็นระดับน้ำตาลสูง การตรวจพบด้วยวิธีอื่นที่ ไม่แน่นอน การรอดชีวิตเกิน 5 ปี สูงถึง 65-70%</p> 	<p>มีระดับน้ำตาลที่ผิดปกติสูง ที่ระดับมากกว่า 20 เดคา สารเสริมประสาทที่เชื่อมโยง เช่นน้ำตาลในเลือด "ก่อนป่วยแล้ว" การตรวจพบด้วยวิธีอื่นที่ "ไม่แน่นอน"</p> 	
<p>ด้วยวิธีวินิจฉัยการ วินิจฉัยระดับน้ำตาลใน เลือดสูง 100 มม 0.1 หรือ 100 มก/ดล ใช้การตรวจเลือดน้ำตาล ด้วยวิธีอื่นที่เชื่อมโยง เช่น 0.1 เดคาหรือ 100 มก/ดล หรือ 100 มก/ดล การรอดชีวิตเกิน 5 ปี หรือ 100 มก/ดล 0-20%</p> 	<p>วิธีการรักษาของ โรคมะเร็งเต้านม</p>		<p>วิธีการรักษาด้วย การผ่าตัด</p> 
<p>วิธีการรักษาด้วย การให้ยารักษา</p> 	<p>วิธีการรักษาด้วย ฉายรังสีรักษา</p> 	<p>ผลข้างเคียงจากการให้ยารักษา</p>	
<p>การผ่าตัดรักษา การเสียเลือด, แผลผ่าตัด ติดเชื้อ, การสูญเสียเนื้อเยื่อ และเส้นเลือดที่รบกวนสุขภาพ</p> 	<p>ยาเคมีบำบัด ผมร่วง, เบื่ออาหาร, คลื่นไส้อาเจียน, ปวดท้อง, อ่อนเพลีย, เม็ดเลือดขาวต่ำ การทำงานของไตลดลง เป็นต้น</p> 	<p>ยารักษาตรงเป้า การเกิดผิวไหม้ที่รุนแรงถึง โคม่า และอาการง่วงนอน หรือใช้กักตุนเลือดออกได้ง่าย เช่นเดียวกับเคมีบำบัด และอาจเป็นสาเหตุทำให้สมอง ทำงานผิดปกติ</p> 	
<p>รังสีรักษา ความเสียหายที่ผิวหนัง การระคายเคืองในเต้านม เป็นสาเหตุของแผลไฟฟ้ ปื้นรอยแตก และผิวหนังอักเสบ และเส้นเลือดอุดตัน</p> 	<p>โอกาส หายขาด ของผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านม</p>	<p>ผู้ป่วย-80% 80% โอกาสหายขาด-80% 20% ผลข้างเคียงสามารถทำให้ผู้ป่วยที่ ป่วยหนัก และอายุมากขึ้นที่ เป็นไปได้</p> 	

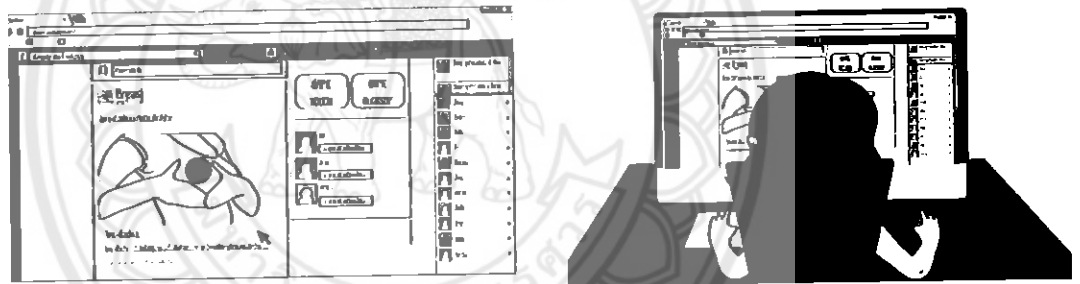
Storyboard ครั้งที่ 1 ที่นำเสนอเป็นการจดบันทึกชีวิตประจำวันของตัวละคร ทำให้ในแต่ละหน้าของงานที่จะนำเสนอมีความที่ละเอียดจนเกินไป อาจจะทำให้ผู้รับชมอ่านข้อความไม่ทัน อีกทั้งยังทำให้เกิดความเบื่อหน่ายเวลารับชม และจำหน่วยเวลาก็ยังนานอีกด้วย และความไม่ต่อเนื่องของเนื้อหาเป็นเรื่องดูกระโดดไปมา และการใช้ภาพประกอบซ้ำๆกันหลายหน้า ก็จะทำให้งานดูไม่น่าสนใจ



**การออกแบบภาพประกอบ**

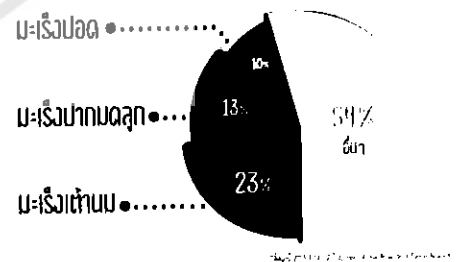
งานกราฟิกครั้งที่ 1 ตั้งแต่ตอนเริ่มเรื่องไปจนจบเรื่อง จะดำเนินเรื่องโดยตัวละครวัยทำงานที่ชื่อว่า “น้ำซิง” ที่เริ่มสังเกตเห็นความผิดปกติที่ไตด้านของตนเอง หลังจากได้เห็นข้อความผ่านทางสื่อโซเชียลมีเดีย จากนั้นน้ำซิงก็เริ่มที่จะจดบันทึกเรื่องราวต่างๆ ลงในสมุดไดอารี่ของเธอ

เนื้อเรื่องจะนำเสนอตั้งแต่ตอนที่น้ำซิงเจอข้อความที่เกี่ยวกับโรคมะเร็งไตด้านผ่านทางสื่อโซเชียล และทำให้ทราบถึงสถิติของการเสียชีวิตของเพศหญิงที่เกิดจากการป่วยเป็นโรคมะเร็งไตด้านมากที่สุดเป็นอันดับ 1 นำเสนอเรื่องความแตกต่างระหว่างชีวิตกับโรคมะเร็งไตด้าน วิธีการตรวจหาความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับไตด้านของเรา ปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลต่อการป่วยเป็นโรคมะเร็งไตด้าน ลักษณะอาการตั้งแต่ระยะเริ่มต้นไปจนถึงระยะที่ 4 ที่เชื้อมะเร็งแพร่กระจายเข้าสู่กระแสเลือดส่งผลทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อนภายในร่างกาย วิธีการทางการแพทย์ และผลข้างเคียงจากการรักษา และโอกาสที่จะรักษาให้หายขาด



ภาพ 36 น้ำซิงพบข้อมูลที่เกี่ยวข้องโรคมะเร็งไตด้านผ่านทางสื่อโซเชียลมีเดีย

**หญิงไทยเสียชีวิตด้วย  
โรคมะเร็งไตด้านเป็น อันดับ 1**



ผู้หญิงไทย **20%**  
มาพบแพทย์  
ในะยะแพร่กระจาย  
หรือ สายไปแล้ว **ไม่มีโอกาสหายขาด**

ภาพ 37 สถิติการเสียชีวิตของเพศหญิงที่เกิดจากโรคมะเร็งไตด้านมากที่สุด

ซิสต์  
โรคนี้=เรื่องที่น่า  
แตกต่างกันอย่างไร



กรณีอาการของโรคนี้เปลี่ยน  
กรวดๆ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของ  
ฮอร์โมนที่ตกต่ำ ภาวะน้ำหนักเบา หรือ  
ที่เรียกว่า "ซิสต์"

"ซิสต์" อาจจะไม่ทำให้รู้สึกมีอาการอื่น  
แต่อย่างใด ซึ่งส่วนใหญ่กับซิสต์จะไม่มีการ  
เจ็บ จุกๆ หรือมีอาการอื่นอย่างอื่น  
ให้หืออันตรายต่อชีวิต



ซิสต์ มีประ-ตพ-ไม่ที่เรียกว่า Cystic ovary  
sis ซึ่งไม่ใช่เนื้องอกที่พบ ซึ่งจะมีขนาด  
มากกว่า 2 ซม. ถ้าพบที่รังไข่ มีลักษณะเป็น  
โพรงอากาศ



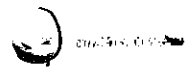
ภาพ 38 ซิสต์กับโรคนี้แตกต่างกันอย่างไร

วิธีการตรวจหา สิ่งผิดปกติ  
บริเวณเต้านมของตนเอง



วิธีการตรวจหาด้วยตนเอง  
หน้ากระจก

"จับเต้านมด้วยนิ้วหัวแม่มือและนิ้วชี้  
ส่วนอื่น 2 นิ้ว อย่างละซี่"  
กรณีตรวจพบความผิดปกติ  
การเคลื่อนไหวของรังไข่ของเต้านม  
ลักษณะของก้อนเนื้อผิดปกติ



"เอามือซ้ายขวา ฝ่ามือให้ส่วนเนื้อ  
หน้าอกฝั่งซ้ายขวาจับตัวไปข้างขวา"  
สังเกตรอยนูนหรือความผิดปกติ



"เอาแขนขึ้นเหนือศีรษะ ฝ่ามือให้หน้าอก  
ข้างหลังฝั่งซ้าย"  
กรณีตรวจพบรอยนูน  
ของผิวหนังบริเวณเต้านม  
ที่เกิดจากกรรมวิธี  
ลักษณะนูนเป็นวงหรือเป็นเส้น



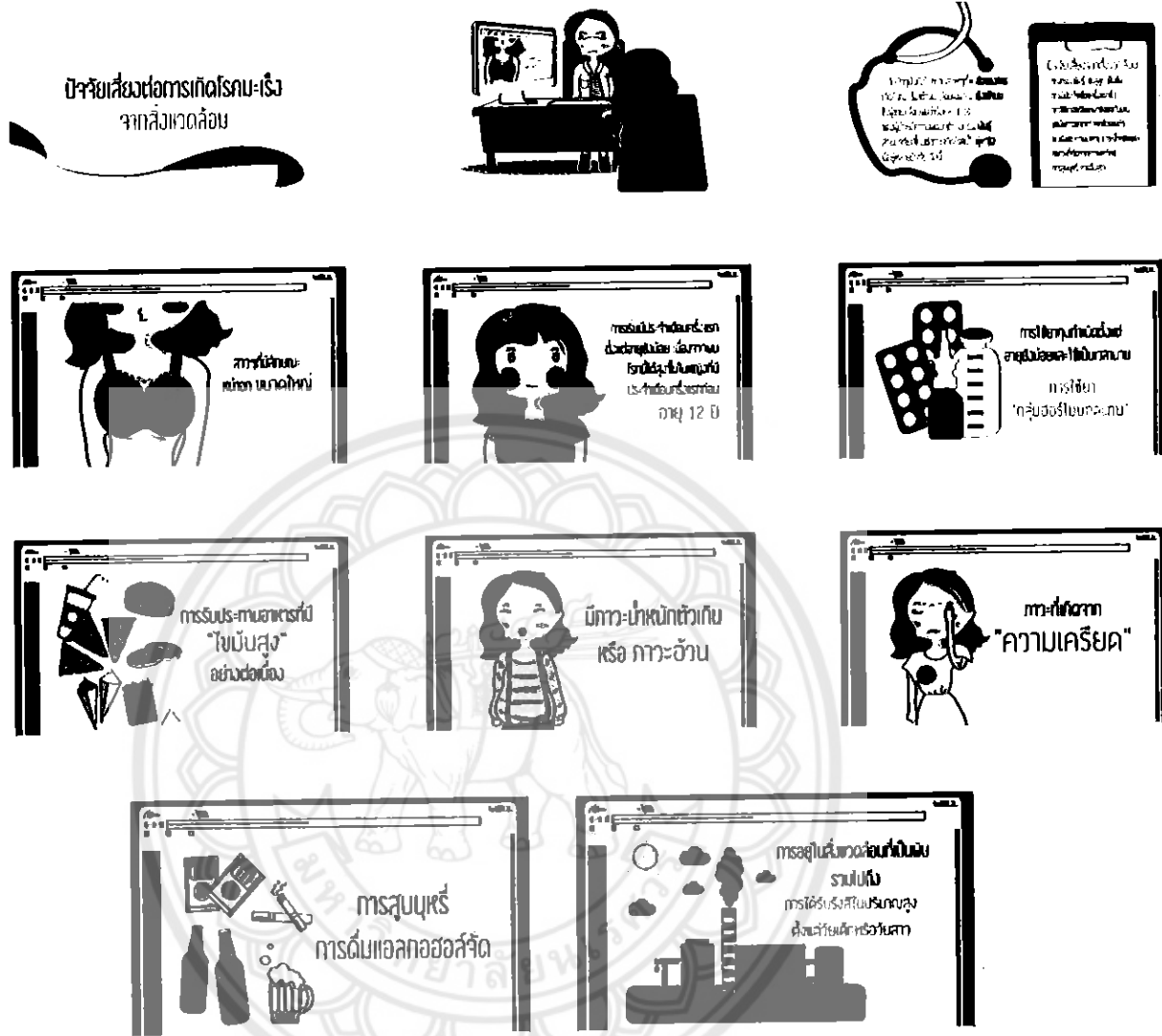
ภาพ 39 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง ที่หน้ากระจก ได้แก่ วิธีวางแขนที่ข้างลำตัว แล้วเปรียบเทียบขนาด  
เต้านมทั้งสองข้าง วิธีแน่อนหน้าอกตรวจหารอยนูน วิธียกแขนทั้งสองข้างขึ้นแล้วสังเกตหารอยนูนได้หน้าอก



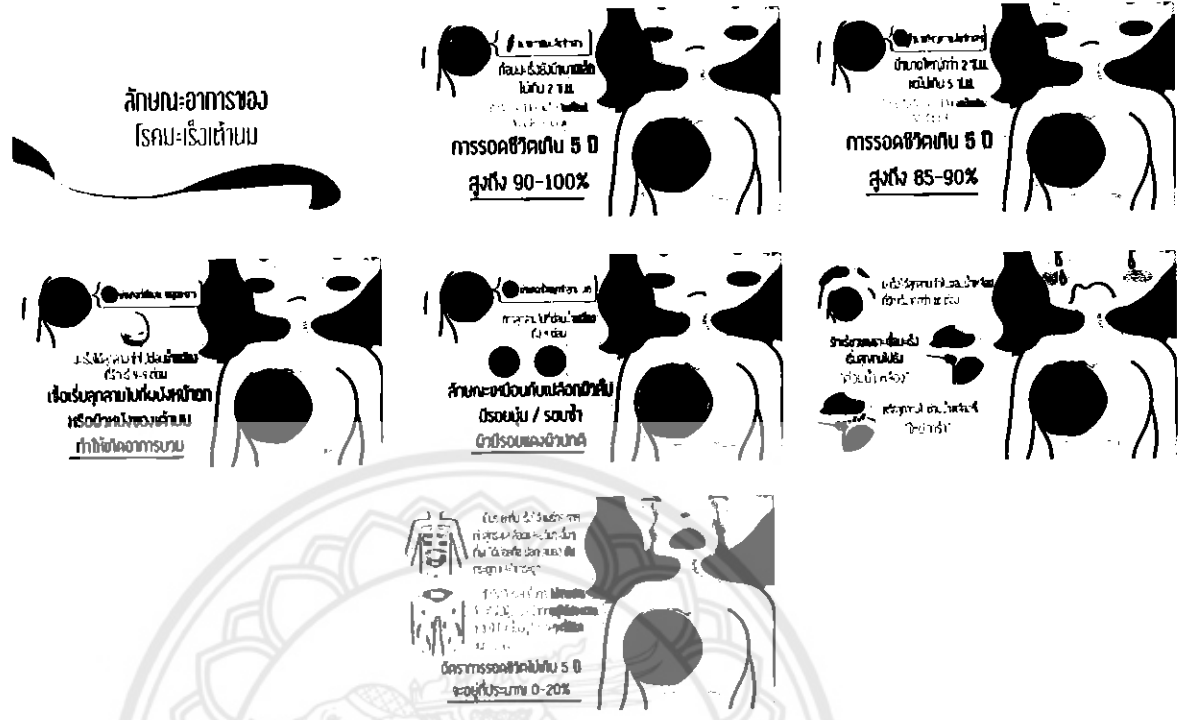
ภาพ 40 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง ท่านั่ง โดยการใช้ปลายนิ้วมือทั้ง 3 นิ้ว ได้แก่ นิ้วชี้ นิ้วกลาง นิ้วนาง ใช้คลำหาในลักษณะของกันหอย ที่บริเวณหน้าอกและใต้รักแร้



ภาพ 41 วิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยตนเอง ท่านอน นำหมอนหรือผ้าห่มมาหนุนตรงสะบักหลังเพื่อให้หน้าอกแอ่นตัว แล้วใช้ปลายนิ้วมือทั้ง 3 นิ้ว คลำหาความผิดปกติในลักษณะของกันหอย และส่วนผู้หญิงที่มีหน้าอกขนาดใหญ่ให้ใช้วิธีการนอนตะแคงเพื่อการคลำหาที่ง่ายขึ้น



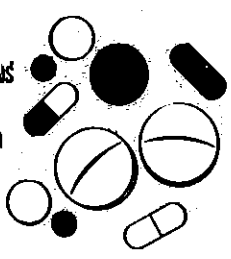
ภาพ 42 ปัจจัยเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมรอบตัวที่ส่งผลต่อการป่วยเป็นโรคเมอเร็งเรื้อรัง เช่น ขนาดหน้าอก การเป็น ประจำเดือนครั้งแรกเร็ว การรับประทานยาฮอร์โมนติดต่อกันนาน การรับประทานอาหาร ภาวะอ้วน ความเครียด การดื่มสุราและสูบบุหรี่ และมลภาวะ



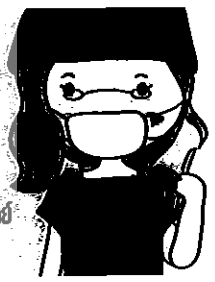
ภาพ 43 ลักษณะอาการของโรคหัวใจตีบที่เริ่มจากตอนที่ก่อนจะมีขนาดเล็ก จนเริ่มมีขนาดใหญ่ขึ้นแล้ว แพร่กระจายไปที่ต่อมน้ำเหลืองใต้รักแร้ และแพร่กระจายเข้าสู่กระแสเลือดกระจายไปทั่วร่างกายเกิดเป็นภาวะแทรกซ้อน นำไปสู่การเสียชีวิต

วิธีการรักษาอาการของโรคหัวใจตีบ

- ให้ยารักษา**
- ไขมัน-ย-เริ่มต้น และ กระจาย
  - การรักษาด้วยยา 3 ชนิด
    1. ยาเคมีบำบัด
    2. ยาต้านฮอร์โมน
    3. ยาฆ่าเชื้อรา



- ผ่าตัดรักษา**
- จำเป็นต่อผู้ป่วย-ย-เริ่มต้น เพื่อให้หายขาด
  - ตัดเฉพาะ-ก้อน-ย-เริ่มต้นไปผ่าตัดต่อตัดเต้านม
  - หากต้องตัดออกทั้งหมดแพทย์อาจเสริมเต้านมให้



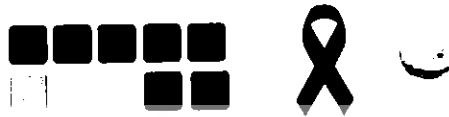
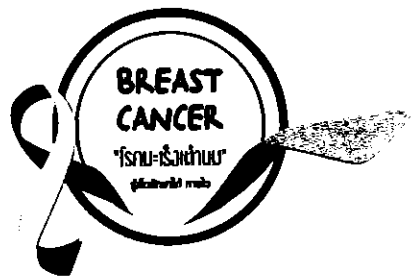
- รังสีรักษา**
- ผู้ป่วย-ย-เริ่มต้นที่มีก้อนขนาดใหญ่ กระจายไปยังต่อมน้ำเหลือง หรือได้รับกร-ย-เริ่มต้นแบบสวมเต้านม
  - ผู้ป่วย-ย-แพร่กระจายไปยังต่อมน้ำเหลือง



ภาพ 44 วิธีการรักษาทางการแพทย์ ได้แก่การผ่าตัด การให้ยารักษา การ รังสีรักษา



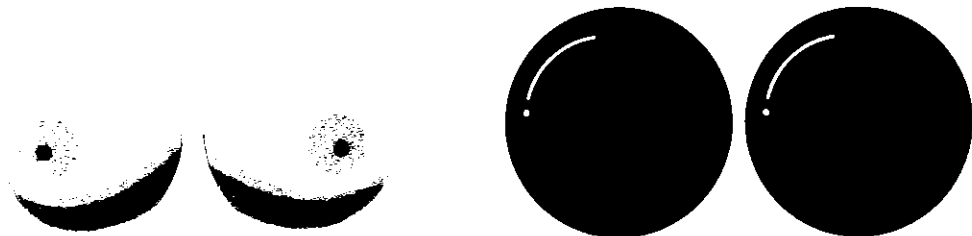
ภาพ 46 โอกาสในการหายขาดจากโรคเม-เร็งเต้านม



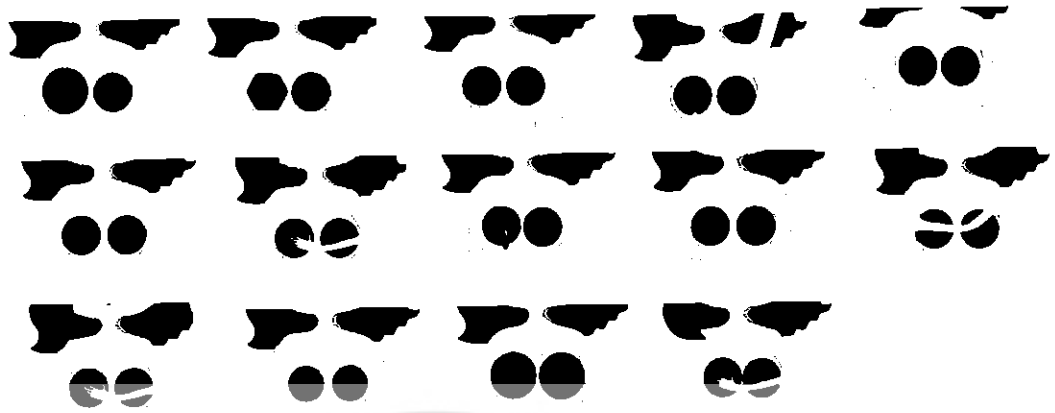
ภาพ 47 ภาพโลโก้ของ Motion “breast cancer” ที่เสร็จสมบูรณ์ โทนสีที่ใช้ สีม่วงเข้ม (7f3caf) , สีไวน์แดง (a51c4a) , สีชมพูเข้ม (d8417f) , สีชมพูพีช (f1687a) , สีชมพู (ffabb9) , สีชมพูอ่อน (ffe3ea) , สีเปลือกไข่ (fcd1ab) , สีน้ำตาลส้ม (b06a28) , สีน้ำตาลเข้ม (5b3125)



ภาพ 48 การปรับแก้ตัวละคร คือลดความน่ารักของตัวละครออกไป โดยการเอาเส้นตัดครอบออก และลงสีให้มีเงาเพิ่มขึ้นเพื่อที่จะให้ตัวละครดูเป็นผู้ใหญ่มากยิ่งขึ้น



ภาพ 49 การใช้ผลส้มมาแทน ด้านมของเพศหญิง เพื่อลดอาการเขินอายของคนที่รับชม และความแตกต่างของผลส้ม ที่ใช้สีส้ม (e97d24) แทนด้านมปกติ กับ ส้มเน่าสีน้ำตาลเข้ม (935e56) แทนด้านมที่เกิดความผิดปกติ



ภาพ 50 การใช้ผลสัมมาแทน เต้านมของเพศหญิง

### Peach Play

### Peach TV

### Waan free

ก ข ค ค ห ง จ ฉ ช ษ  
 ฉ ณ ฎ ฏ ฐ ฑ ฒ ณ ด  
 ต ถ ท ธ น บ ป ผ ฝ พ  
 ฟ ภ ม ย ร ล ว ศ ษ ส ห  
 พื อ ฮ  
 Aa Bb Cc Dd Ee Ff  
 Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm  
 Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt  
 Uu Vv Ww XxYy Zz  
 1234567890

ก ข ข ค ค ห ง จ ฉ ช ษ  
 ฉ ณ ฎ ฏ ฐ ฑ ฒ ณ ด  
 ต ถ ท ธ น บ ป ผ ฝ พ  
 ฟ ภ ม ย ร ล ว ศ ษ ส ห  
 พื อ ฮ  
 Aa Bb Cc Dd Ee Ff  
 Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm  
 Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt  
 Uu Vv Ww XxYy Zz  
 1234567890






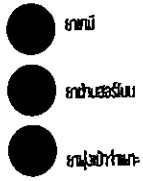



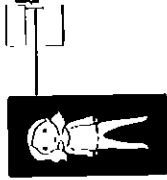




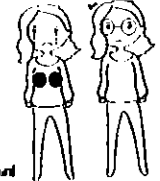

ก ข ข ค ค ห ง จ ฉ ช ษ  
 ฉ ณ ฎ ฏ ฐ ฑ ฒ ณ ด  
 ต ถ ท ธ น บ ป ผ ฝ พ  
 ฟ ภ ม ย ร ล ว ศ ษ ส ห  
 พื อ ฮ  
 Aa Bb Cc Dd Ee Ff  
 Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm  
 Nn Oo Pp Qq Rr Ss Tt  
 Uu Vv Ww XxYy Zz  
 1234567890

ภาพ 51 รูปแบบตัวอักษรที่ใช้ในงาน Motions ได้แก่ Peach Play จะใช้เป็นฟอนต์หลักที่ใช้นำเสนอ เพราะเป็นฟอนต์ที่มีหัวทำให้อ่านง่ายและไม่ดูจริงจังจนเกินไป เหมาะสำหรับกลุ่มเป้าหมายที่ยังเป็นวัยรุ่นอยู่ และดูน่ารักเหมาะกับกลุ่มผู้หญิง Peach TV เป็นฟอนต์ที่ใช้สำหรับทำตัวหนา เพราะฟอนต์ Peach Play ไม่สามารถที่จะปรับเป็นตัวหนาได้ และมีลักษณะรูปแบบใกล้เคียงกัน และสุดท้าย waan free เป็นฟอนต์ที่ใช้น้อยที่สุด เพื่อนเป็นเปลี่ยนรูปแบบฟอนต์ที่เหมือนกันของฟอนต์ทั้ง 2 อันแรก เช่น เปลี่ยนตรงเลข เป็นต้น



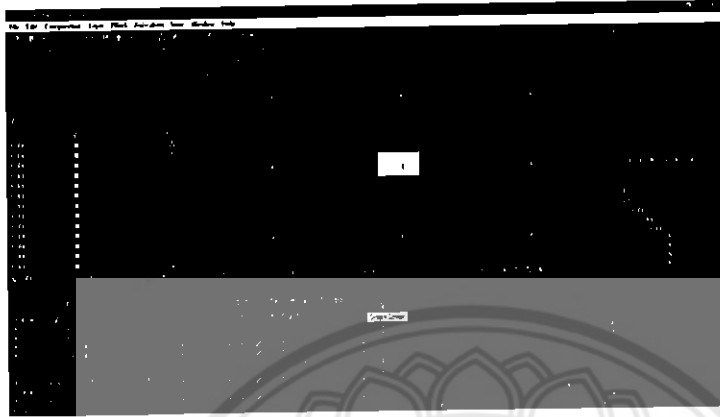
Storyboard ครั้งที่ 2

	<p>Live</p> <p>Job</p> <p>FB</p> <p>TV</p>		
<p>โรคมะเร็งเต้านม</p>	<p>โรคมะเร็งเต้านม เสียชีวิต</p>		<p>ผู้ชายที่ป่วยเป็น โรคมะเร็งเต้านม</p>
<p>งานอดิเรก (ไม่เครียด)</p> <p>ไม่เครียด</p>	<p>วิธีการตรวจหา</p> <p>ความผิดปกติได้ด้วยตัวเอง 3 ขั้นตอน</p>	<p>ขั้นตอนที่ 1</p> <p>ตรวจหาที่หน้ากระจก</p>	<p>ความผิดปกติ</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ขนาด</li> <li>รูปร่างผิดปกติ</li> <li>ลักษณะผิว</li> </ul>
<p>ขนาด</p> <p>รอยบุ๋มของผิวหนัง บริเวณใต้เต้านม</p>	<p>ตำแหน่ง</p> <p>รอยแดง รอยฉีกของ ผิวหนังบริเวณเต้านม</p>	<p>ขั้นตอนที่ 2</p> <p>ทำนึ่ง</p>	<p>ใช้ 3 นิ้ว</p> <p>ในกรณีสงสัยสงสัยผิดปกติ</p>
<p>ความผิดปกติ ดังนี้</p> <p>ขนาด มีอาการเหลวไหลออกมาหรือไป</p>	<p>หน้าตาผิดปกติ</p>	<p>ขั้นตอนที่ 3</p> <p>ทำนอบ</p>	<p>นอบ</p> <p>นึ่ง</p>
	<p>ผู้หญิงที่หน้าอกใหญ่</p> <p>ใช้ขั้นตอนที่ตรวจเพื่อค้นหา</p>	<p>ปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม</p> <p>ที่ส่งผลต่อการป่วยเป็น โรคมะเร็งเต้านม</p>	<p>กรณีเป็นโรค-พันธุกรรมหรือฮอร์โมน</p> <p>กรณีพันธุกรรม-ฮอร์โมน</p>

<p>วีธีการรับภาพการแพทย์</p>	 <p>การถ่ายภาพ เอ็กซเรย์ รังสีสีแทน</p>	 <p>การรับภาพด้วยวิธีการถ่ายภาพ</p>	<p>การนำโด</p> 
<p>ผลของการถ่ายภาพรังสี</p>	 <p>การได้รับรังสีมาก การได้รับรังสีน้อย ผลของรังสีต่ออวัยวะ</p>	 <p>การรับภาพด้วยวิธีการถ่ายภาพ</p>	 <p>ยาฆ่า ยาฆ่าเชื้อ ยาฆ่าเชื้อรา</p> 
<p>ผลของการถ่ายภาพรังสี</p>	 <p>ผลรังสี การได้รับรังสีในคนไข้และสัตว์ ผลต่ออวัยวะ และผลต่อมารดาที่</p>	 <p>การรับภาพด้วยวิธีการถ่ายภาพ</p>	 
<p>ผลของการถ่ายภาพรังสี</p>	 <p>การได้รับรังสี ผลต่ออวัยวะ (ผลต่อมารดาที่)</p>		 <p>การรับภาพ</p> 
 <p>การทำกิจกรรมชีวิตประจำวัน</p>			

การปรับเนื้อเรื่องจากครั้งที่ 1 โดยการตัดเนื้อหาที่เยอะจนเกินไปออกทิ้ง เช่นเรื่องก้อนซีสต์ เป็นต้น การนำเสนอเรื่องราวที่ออกไปทางการ์ตูนมากเกินไปออก คือเรื่องของการจดไดอารีออก เพราะจะทำให้ผู้ชมเกิดความสับสนได้ ตัดข้อความที่เยอะจนเกินไปให้เหลือแต่ประเด็นที่จะนำเสนอจริง แต่เพียงอย่างเดียว อีกทั้งยังประหยัดเวลาเพิ่มมากขึ้นอีกด้วย เพราะให้ครั้งที่ 1 ความยาวของงาน Motion มีความยาวโดยประมาณ 7 นาทีซึ่งจะทำให้ผู้ชมเกิดความเบื่อหน่ายและไม่อยากรับชมอีกต่อไปได้ จึงทำให้เกิดการสร้างเนื้อเรื่องใหม่อีกครั้งโดยที่ Story board ครั้งนี้จะมีความยาวอยู่ที่ 5 นาที ซึ่งเป็นเวลาที่ผู้ชมสามารถรับชมได้โดยไม่รู้สึกว่าเนื้อเรื่องยาวจนเกินไป และมีข้อความที่กระชับมากยิ่งขึ้นและความต่อเนื่องของเนื้อเรื่องก็จะทำให้เกิดความสนใจเวลารับชม

## ขั้นตอนการทำ Motions Graphic : Adobe After effect cs6



นำ Background มาวางที่เฟรม แล้วกด Rotation (R) เลือกช่อง timing ทำการหมุนพื้นหลัง



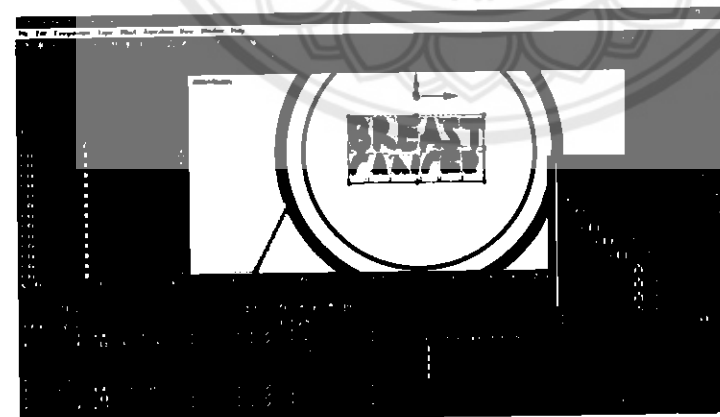
โลโก้ Breast Cancer

“โรคมะเร็ง เต้านม รู้เร็ว

รักษาได้ หายไว

จะใช้วิธีการ Mask ที่ริบิ้นโดย

ใช้ Pen Tool ปักหมุด ให้รอบตัวริบิ้น แล้วกด Time ตรง Mask Path



ทำ Mask ที่ Text กด Position (P) เพื่อให้ Text หายไปก่อน แล้วค่อยกดเลือกตรง timing เพื่อให้ Time ตกลงมายังตำแหน่งที่เราต้องการ จากนั้น กด effect and presets แล้ว ค้นหาคำว่า 3d เลือก 3D Text ที่เราต้องการใช้ ทำกับทุกคนที่อยู่ให้เฟรมนี้



จากนั้นสร้างวงกลมขึ้นมาก็จะได้ชื่อว่า shape layer ขึ้นมา จากนั้นกด P เพื่อทำการเคลื่อนที่ของตำแหน่งวงกลม แล้วกด Scale (S) เพื่อให้วงกลมมันเล็กลงจนหายไปในช่วงแรกสุด แล้วค่อยมาขยาย แล้วหายไปอีกทีตอนที่ตอนการให้วงกลมหายไป

แล้วกด Motion Blur เพื่อให้เกิดเป็นเอฟเฟกต์เวลาเคลื่อนไหว

นำกราฟิกมากด P+S เพื่อให้อยู่ในตำแหน่งที่เราต้องการ

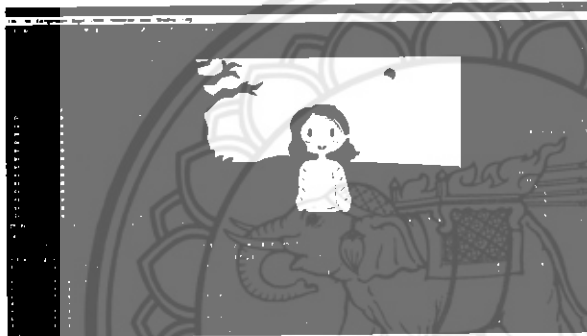


แล้วก็ทำเช่นเดียวกันกับกราฟิกที่เป็นรูปสี่เหลี่ยม

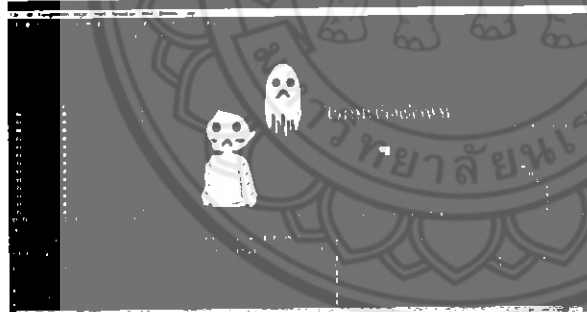
จากต่อมาเป็นฉากโต๊ะคอมพิวเตอร์แล้วใช้เครื่องมือ Pen Behind (V) เพื่อนำจุด Anchor Point มาอยู่จุดกลางกลางเพื่อเวลาทำการขยายขอบโต๊ะจะได้โผล่ออกมาจากด้านล่าง



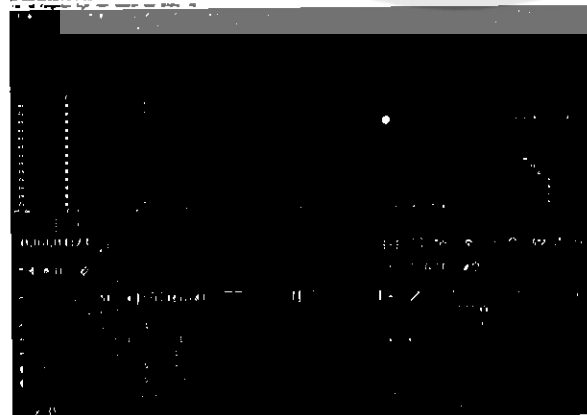
จากนั้นก็ทำการอนิเมชั่นโดยการ  
ใช้ P+S ส่วนตรงนิ้วมือใช้  
Puppet Tool (Ctrl+P) ปัก  
หมุดไว้ แล้วกดขยับตามจังหวะ  
การกดที่เราวางไว้



ต่อมานำกราฟิกมาด P+S เพื่อให้อยู่ใน  
ตำแหน่งที่เราต้องการ จากนั้นก็นำกราฟิก  
อีกอันมาซ้อนแทนเพื่อเปลี่ยนคาเรกเตอร์  
โดยใช้เครื่องมือ Opacity (T) เพื่อปรับค่า  
ความทึบแสงให้เป็น 0 แล้วเป็น 100 พร้อม  
กับตัวละครวิญญานเท่ากัน



ต่อด้วยการขยับไปมุมซ้าย  
(P) ส่วนเรื่องของ Text ใช้  
Mask แล้วปรับตำแหน่งของ  
Anchor Point ตามที่เรา

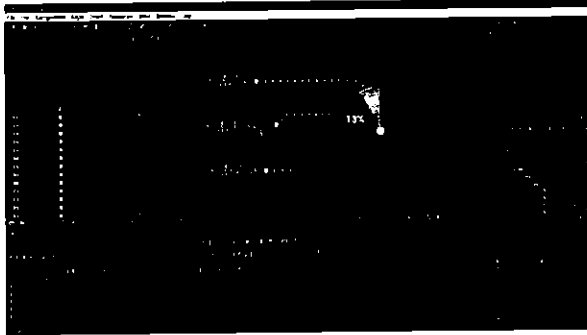


ต้องการ แล้วสร้างพื้นหลังสีฉากต่อไปให้  
ออกมาจากดวงตาของตัวละคร ด้วยวิธี

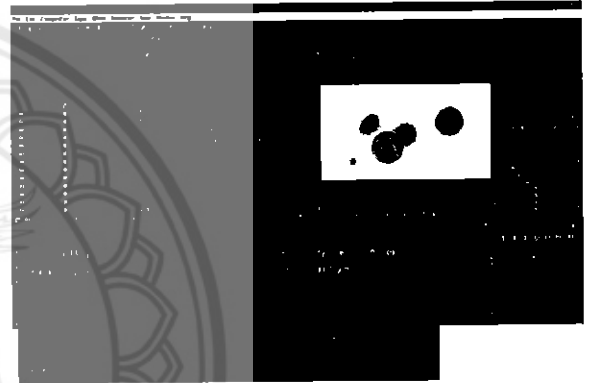
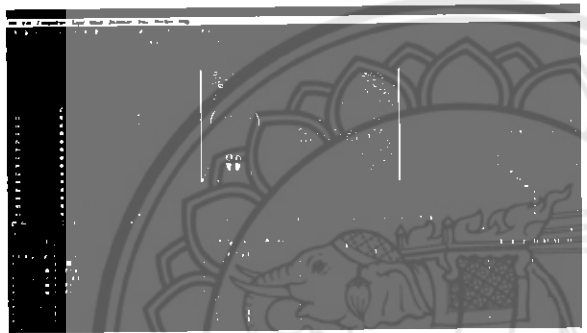
Mask

ฉากต่อมาสร้างวงกลม แล้วปรับเป็นเส้นแต่  
ใช้ความหนาถึง 440 เพื่อให้ความหนาแน่น  
เต็มวง แล้วกด Trim Path1 แล้วปรับค่าทั้ง

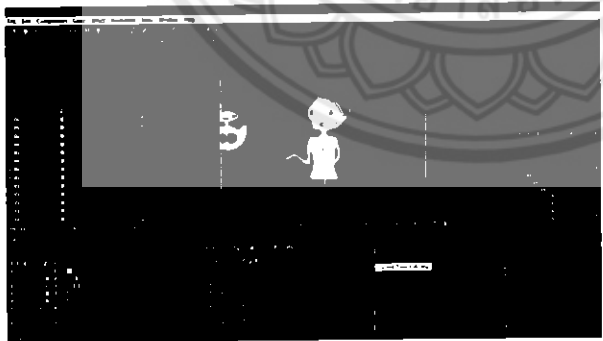
3 วง



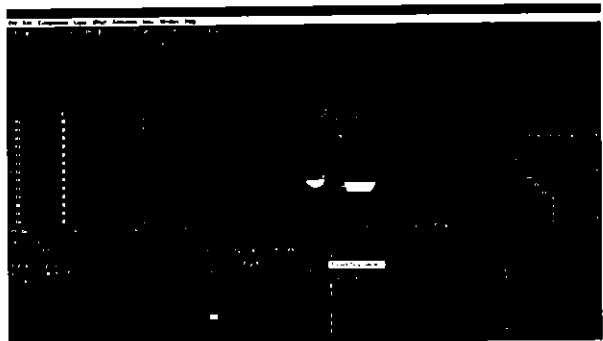
แล้วใส่ Text สร้างวงกลมวางตรงตำแหน่ง  
เพื่อให้เป็นเส้นไปยังตัวค่าของเปอร์เซ็นต์  
แล้วใส่เอฟเฟค 3D Text ใช้ (S) ปรับวงกลม  
ให้ค่อยๆ ขึ้นมาแล้วข้างไว้



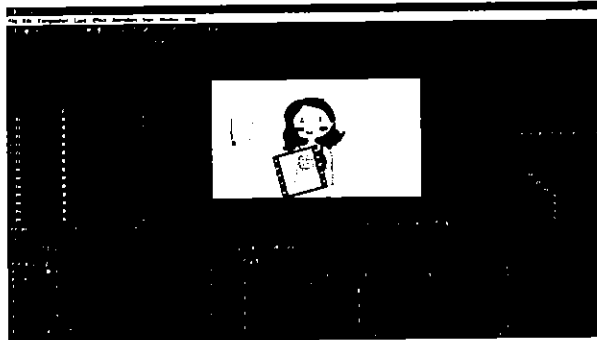
ต่อมานำกราฟิกมาท P+S เพื่อให้อยู่ในตำแหน่งที่เราต้องการ แล้วใส่ Text ปรับด้วย 3D Text อัน  
ต่อมาใช้ camera แล้วปรับค่ากล้องให้เป็นหน้าชัดหลังเบลอ และต้องนำภาพกราฟิกมาจัดวางให้  
ตำแหน่งมันอยู่ห่างกันพอสมควร วิธีการสังเกตต้องเลือกหน้าจอเป็น 2 จอ มุมบน



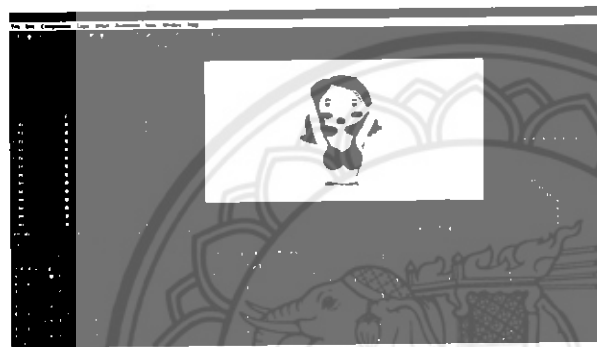
ต่อมานำกราฟิกมาท P+S เพื่อให้อยู่ใน  
ตำแหน่งที่เราต้องการ แล้วใส่ Text ปรับด้วย  
3D Text แล้วก็ซ้อนกราฟิกอันต่อมาไป 3  
เฟรมที่ต่อกัน



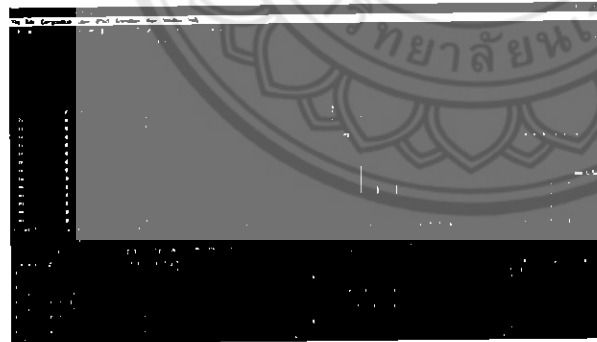
ต่อมาเป็นการนำกราฟิกที่แยกชิ้นส่วนแล้ว  
ปรับ Anchor Point มาล่างสุดแล้วใช้ S ปรับ  
ค่าให้ค่อยๆ ขึ้นมาให้เต็มองค์ประกอบของงาน  
แล้วใส่ 3D Text ที่ตัวอักษรแล้วเปลี่ยนฉาก



ต่อมานำกราฟิกมาท P+S เพื่อให้อยู่ในตำแหน่งที่เราต้องการ แล้วใส่ Text ปรับด้วย 3D Text แล้วใช้ Puppet ปักที่ผมแล้วขยับฉากหลังก็ใช้เทคนิคมุกกล้อง แล้วปรับค่าทึบแสงเพื่อไม่ให้เด่นจนเกินไป



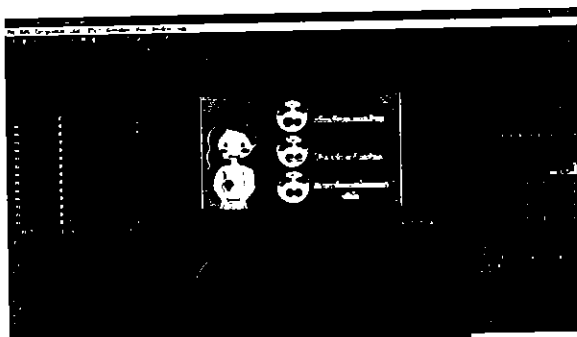
ใช้กราฟิกที่แยกส่วนตรงต้นแขน กับ แขนออกจากตัวเพื่อทำการอนิเมชันภาพแรกคือยกแขนขึ้นเหนือศีรษะ ส่วนที่ 2 เป็นการเท้าเอว แล้วตามด้วยกราฟิกที่จะเข้ามาด้านข้างต่อด้วยการใส่ Text ปรับด้วย 3D Text



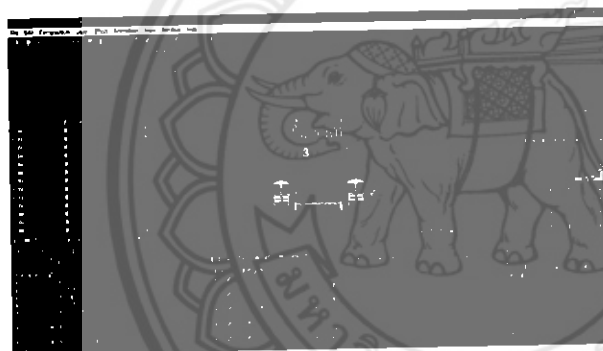
การนำกราฟิกที่แยกชิ้นส่วนแล้วปรับ Anchor Point มาล่างสุดแล้วใช้ S ปรับค่าให้ค่อยๆ ขึ้นมาให้เห็นมุกประกอบของงาน แล้วใส่ 3D Text ที่ตัวอักษรแล้วเปลี่ยนฉาก



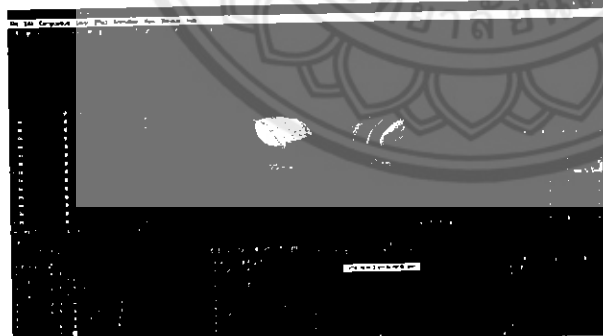
ใช้กราฟิกที่แยกส่วนตรงแขนออกจากตัว แล้วใช้ Puppet ปักที่มือแล้วปรับให้มือเป็นท่าคล้ายด้านในลักษณะกันหอย แล้วนำกราฟิกนี้ไปไว้ด้านข้าง ตามด้วย 3D Text



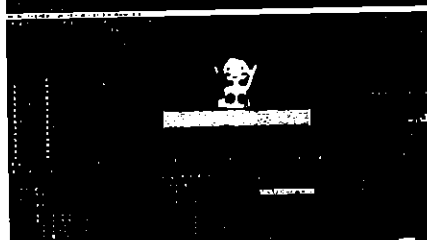
ใช้กราฟิกที่แยกส่วนตรงต้นแขนออกจากตัว เพิ่มวงกลมสีแดงเพื่อเป็นสัญญาณเตือนว่าถ้าเกิดความผิดปกติตามที่บอกแล้ว คืออันตรายมากแล้วจะมีน้ำเลือด กับ น้ำเหลืองไหลออกมาจากเต้านม



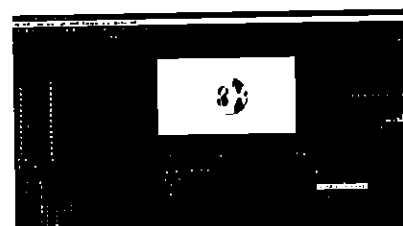
การนำกราฟิกที่แยกชิ้นส่วนแล้วปรับ Anchor Point มาล่างสุดแล้วใช้ S ปรับค่าให้ค่อยๆ ขึ้นมาให้เห็นมอค์ประกอบของงานแล้วใส่ 3D Text ที่ตัวอักษรแล้วเปลี่ยนฉาก



ใช้ S ปรับค่าของหนอมกับผ้าห่มแล้วนำผ้าห่มเลื่อนลงมาเพื่อเปลี่ยนฉากแล้วตามด้วยกราฟิกที่เป็นคนโผล่ขึ้นมาจากใต้ผ้าห่มพร้อมหนอมรองใต้สะบักหลัง แล้วซูมเข้าไป



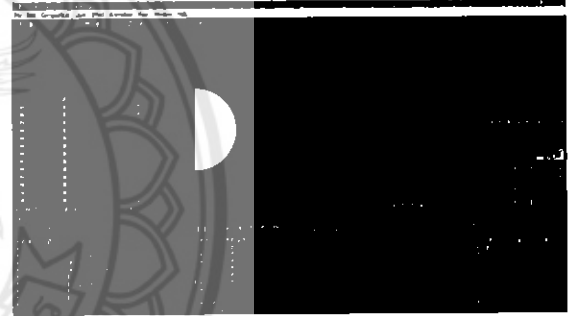
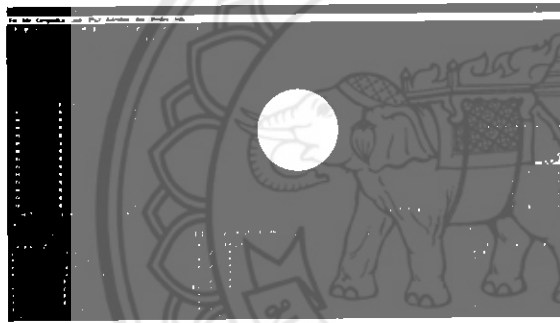
เป็นท่าคล้ำที่เต้านมในลักษณะกั้นหอยโดยการให้ Puppet ปักหมุดที่มือ เปลี่ยนฉากโดยใช้พื้นหลังสามสีไล่กันมาแล้วตามด้วยกราฟิกที่แยกตรงหน้าอก (ส้ม) เพื่อการเพิ่มขนาดของหน้าอก แล้วตามด้วยภาพที่เป็นการนอนตะแคงแล้วมีมือที่คล้ำที่เต้านมอยู่








ฉากการปรึกษาแพทย์ ที่เกี่ยวกับปัจจัยเสี่ยง จากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการป่วยเป็น โรคมะเร็ง เต้านม จากนั้นจะมีฉากที่น้ำเงิน เข้มขึ้นมาจากหน้าจอคอมแล้วก็เปลี่ยนฉาก ไป



เมื่อได้ฉากมาแล้วที่ต่อจากฉากพบแพทย์ก็จะสร้างวงกลมให้มันตกลงมาที่กลางจอแล้วค่อยย้ายไปไว้ที่มุมซ้าย



แล้วสร้างที่เหลี่ยมผืนผ้าวาง Text ลงไปโดยการ  link แล้วลากเส้นไปที่ layer ที่เป็นแผ่นสี่เหลี่ยมผืนผ้า ปรับจุด Anchor Point ไปที่ซ้ายมือแล้วกด Rotation (R) หมุน ขึ้นมาตรงกลางจอ ค้างไว้สักครู่แล้วค่อยหมุนขึ้นให้หายไป ตามด้วยวงกลมสีขาวที่จะขยายใหญ่ขึ้นจนเต็มจอ เพิ่มกราฟิกพื้นธุรกรรมเข้ามาโดยปรับ S ให้เล็กจนไม่เห็นแล้ว ค่อยปรับให้ค่าพอดีกับขนาดที่เรากำหนดไว้ แล้วหมุน R เพื่อ สร้างความสวยงาม แล้วก็ปรับให้หายไป ตามด้วยกราฟิกคุณ ย่า ลูกศรที่เปรียบเสมือนการส่งตามทางพันธธุรกรรมไปสู่ ลูกหลาน



เพิ่ม Text ปรับด้วย 3D Text แล้วก็ต่อด้วยการเพิ่มสัมผัสที่หน้าอกแทนขนาดของผู้หญิงที่มีหน้าอกขนาดใหญ่



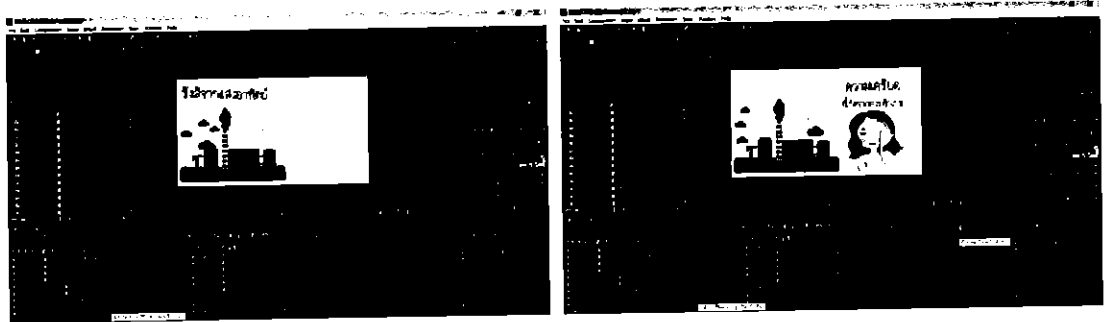
เพิ่มกราฟิกขวดยาแดงยาให้ใหญ่ขึ้นมา ปรับจุด Anchor Point ไปที่จุดล่างสุดแล้วปรับค่า S แล้วตามด้วย R เพื่อให้ขวดดูเหมือนถูกเขย่า ตามด้วยเม็ดยาที่ไหลขึ้นมาจากขวดยา



เป็นรูปอาหารที่ค่อยไหลขึ้นมาแล้วค่อยเลื่อนเข้ามาที่ปาก โดยใช้ Position และค่อยเพิ่มตรงแก้มให้ป่องขึ้นให้ดูเหมือนคนอ้วนเพราะกินเยอะ



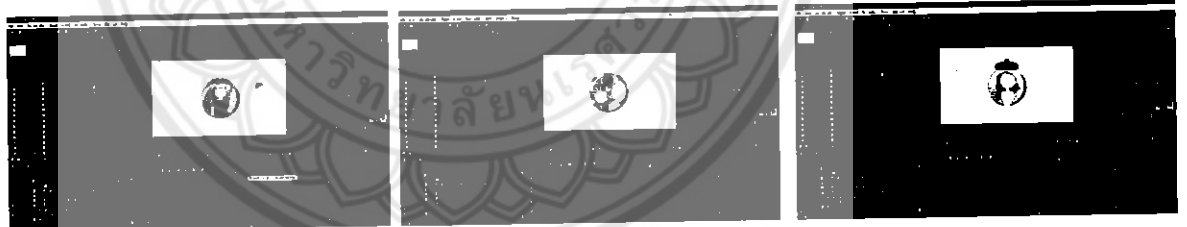
เพิ่มกราฟิกโรงงานอุตสาหกรรมขึ้นมาแล้วแยก layer ก้อนเมฆเพื่อให้ลอยไปลอยมาได้ แล้วเพิ่ม Text



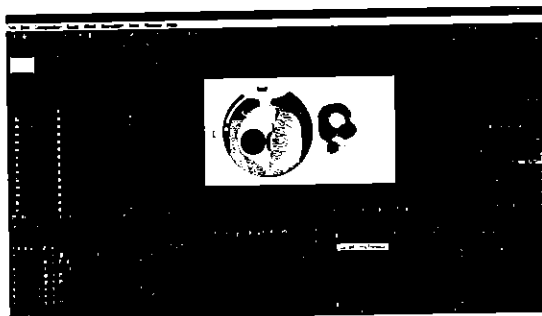
เพิ่มพระอาทิตย์โดยการใช้ Rotation หมุน เพิ่ม 3D Text เข้าไป แล้วเพิ่มตัวละครเข้าไปแยกเซนออก จากตัวปกหมดด้วย Puppet ที่มีมือเหมือนการขยี้ตาแล้วเพิ่ม 3D Text



เพิ่มของบุรี่เข้าแล้วตั้งมันบุรี่ออกมา จากช่องแล้วเพิ่มคว้นบุรี่เข้าไป ต่อด้วย การเพิ่มขวดสุราเข้าไป แล้วใช้ Rotation ทำให้ขวดมันชนกันแล้วทำ Mask ที่แก้ว เบียร์



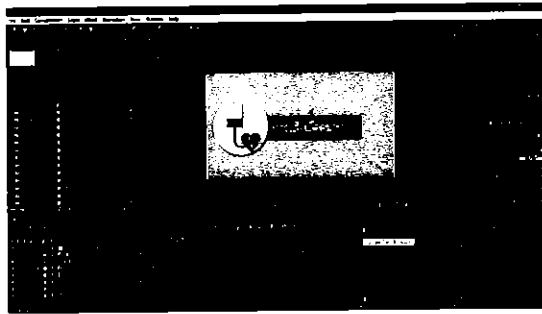
ใช้ camera เอาไว้แสดงกราฟิก โดยการเลื่อนกล้องเข้าไปเรื่อยๆ เพิ่มการเพิ่มลูกเล่นให้กับงาน แล้ว เปลี่ยนฉากไปเป็นฉากต่อไปแล้วใช้ Mask สร้างวงกลมด้านหลังแล้วซ้อนด้วยสี่วงกลมซ้อนต่อไป แล้ว เพิ่ม Text ไป



เลื่อนกราฟิกเข้ามาแล้วปรับมุมกล้องแล้วเลื่อน ตัวกราฟิกวงกลมเพิ่มขึ้นมาแล้วสร้างชั้นเนื้อร้าย ไว้ กับรอยผ้าตัดเข้าไป แล้วค่อยเอา

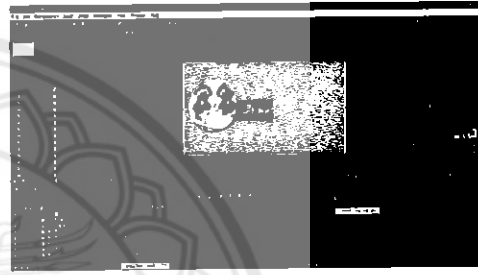
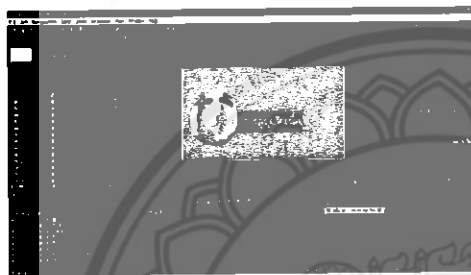


ก้อนเนื้อร้ายออกแล้วปรับความทึบ แสงจนก้อนเนื้อหายไป

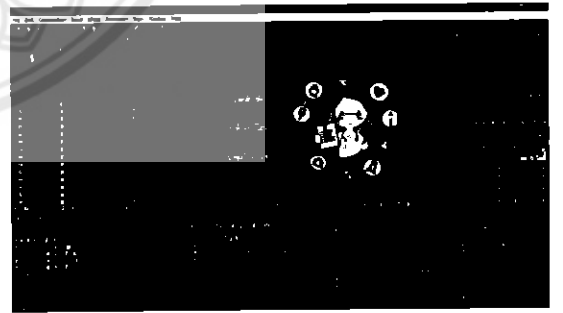
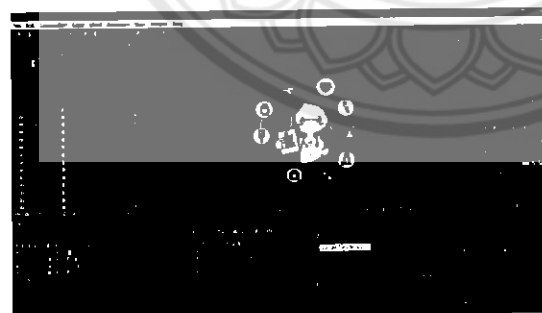


ต่อมาเลื่อนกราฟิกโดยใช้ Position มาไว้ตรงกลางจอแล้วค่อยเลื่อนไปด้านซ้าย ตามด้วยการ Mask กล่องข้อความสีส้ม (อันนี้เป็นภาพกราฟิก)

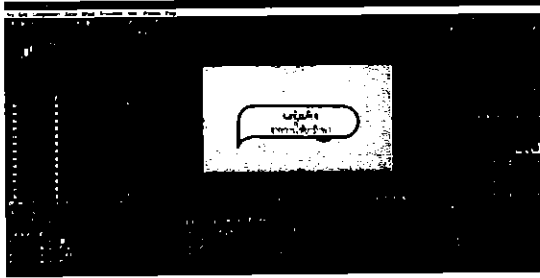
แล้วก็ใช้ link ปัก 2 อันเข้าไว้ด้วยกัน จากนั้นก็เลื่อนทั้ง 2 ชั้น ออกไปจนครบทุกอัน



สร้างวงกลมด้านหลังแล้วซ้อนด้วยสี่เหลี่ยมชั้นต่อไป แล้วเพิ่ม Text ไป



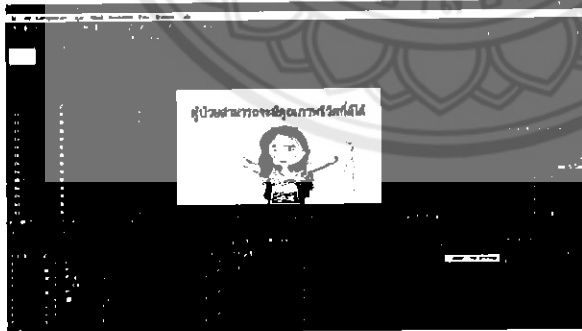
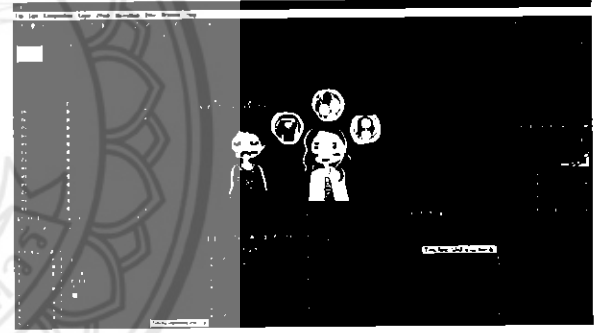
แล้วเพิ่ม layer ต่อไปเข้ามาตรงกลางโดยการใช้ Scale แล้วค่อยเลื่อนตัวหมอบไปด้านขวา แล้วเพิ่ม text ของยารักษาต่างๆเข้าไปแล้วหมุนวงล้อเข้าไปซ้ำโดยใช้ Rotation



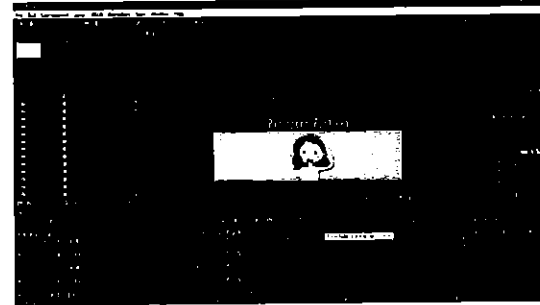
แล้วใช้ Scale ขยายกล่องข้อความไว้ แล้วตามด้วย text ลงมาพร้อมด้วยการปัก link ไว้ ค้างไว้สักครู่แล้วค่อยหมุนออกไป



การปักหมุดของ Anchor Point ไว้ล่างสุดแล้วค่อยใช้ scale ขยายจนขนาดที่เรากำหนดไว้ แล้วหม้อค่อยเลื่อนเข้ามาจากทางด้านขวา แล้วขึ้น text ขึ้นมาแล้วเปลี่ยนไปเป็นฉากของผลข้างเคียง เหมือนที่กล่าวไว้ด้านบน



ใช้ mask สร้างตัวกราฟิกเมขึ้นมาแล้วขยับไปไว้มือ พร้อมกับหม้อขึ้นมาใหม่ พร้อมกับขึ้น popup วิธีการรักษาทางการแพทย์ขึ้นมา แล้วค่อยซ้อนกราฟิกที่สุภาพดีขึ้นมาแทนส่วนพื้นหลังก็จะมีคนเดินไปมาจากการใช้ Behind Tool



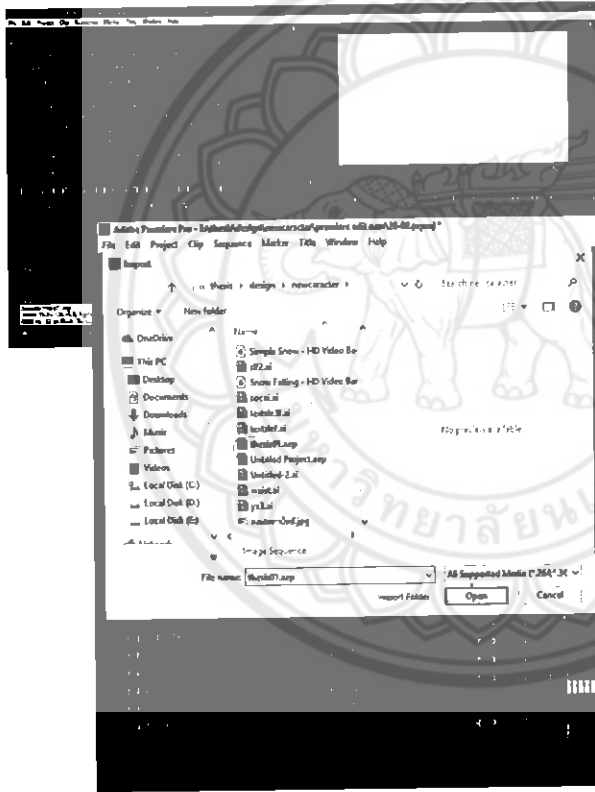
แล้วก็ใส่ End Edit ตอนจบโดยวิธีการใช้ Mask



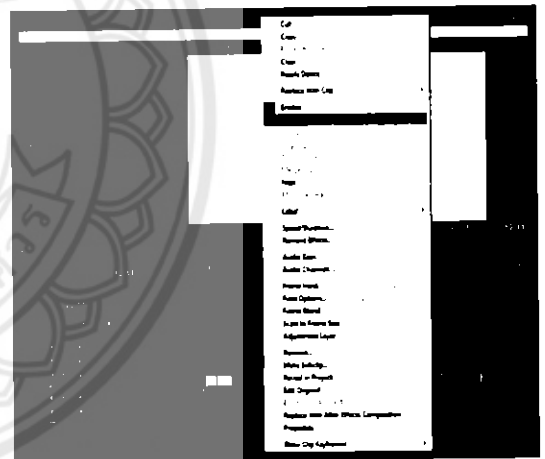
แล้วนำ comp ทั้งหมดมาเรียงต่อกัน แล้ว Save ไฟล์ไว้แล้วไปที่ Adobe Premiere Pro cs6



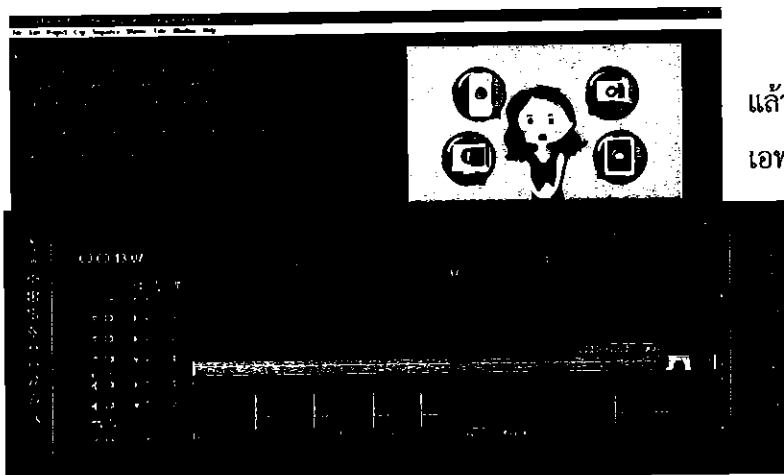
ตั้งค่าใน Adobe Premiere Pro cs6 ตรง sequence แล้วเลือกที่อยู่ของไฟล์



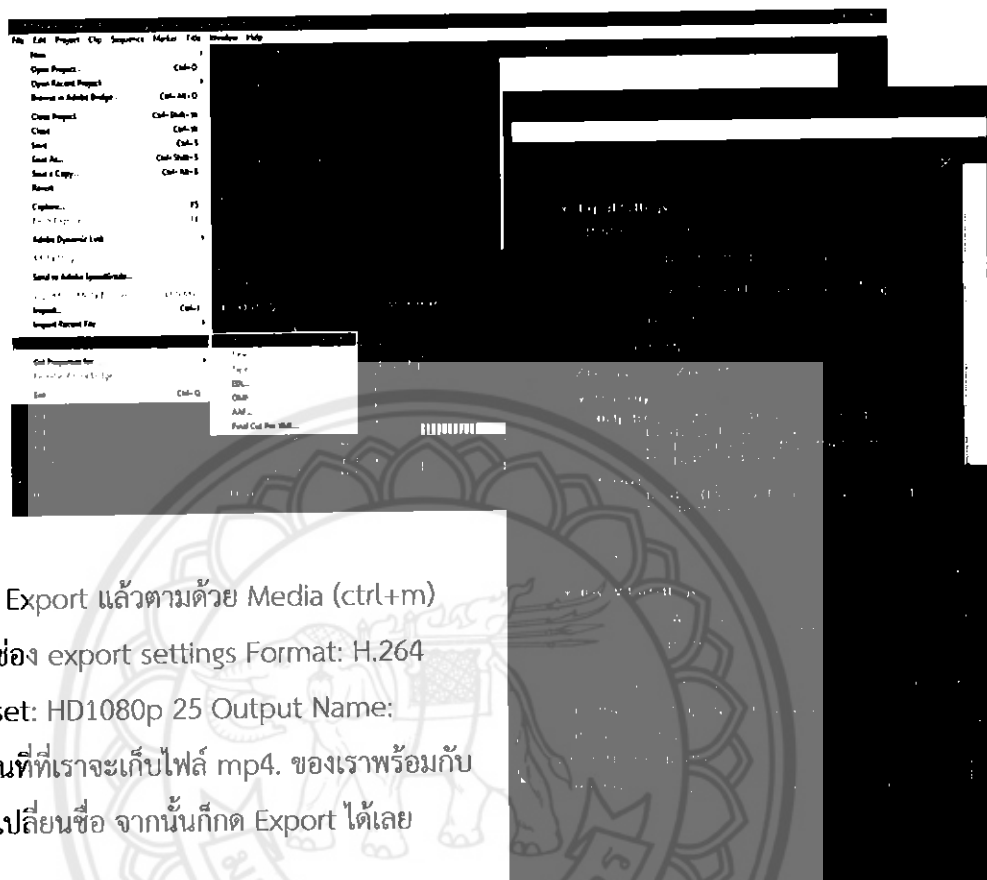
แล้วดับเบิลคลิกตรงช่อง Project แล้วเลือกไฟล์งานที่นามสกุล aep. แล้วลากไฟล์มาลงช่อง timing



แล้วค่อยคลิกขวาที่ Unlink แยกไฟล์เสียงออกจากไฟล์งานโมชัน



แล้วนำเสียงพาทย์มาใส่ เสียงเอฟเฟค และเสียง Background มาใส่จากนั้นกด Enter เพื่อ Rendering เพื่อดูภาพรวมของงานเรา จากนั้นก็ Render

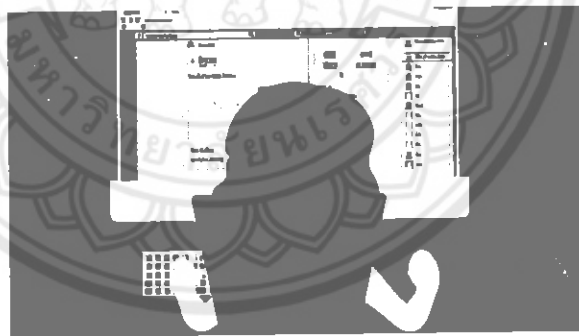




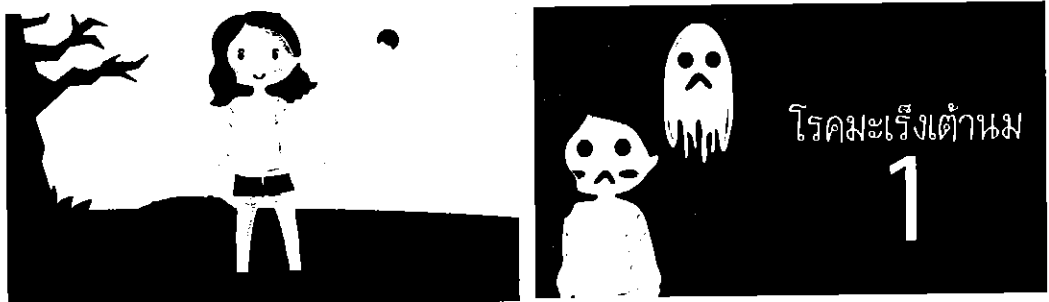
ภาพ 52 โลโก้ของ Motion “breast cancer “โรคมะเร็งเต้านม” รู้เร็วรักษาได้ หายไว



ภาพ 53 สื่อโซเชียลมีเดีย

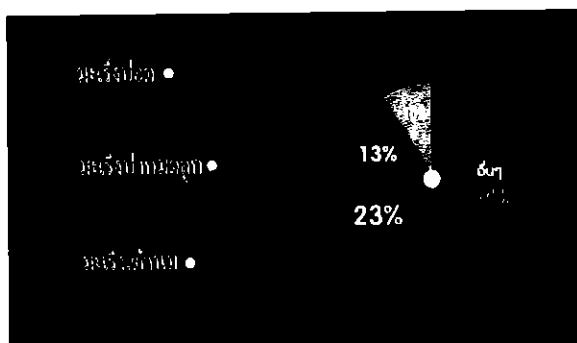


ภาพ 54 สื่อโซเชียลมีเดีย



ภาพ 55 การเสียชีวิตของเพศหญิง





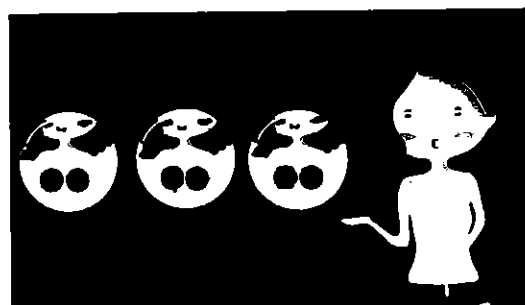
ภาพ 56 สถิติการเสียชีวิต



ภาพ 57 เพศชายก็มีโอกาสที่จะป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านมได้เช่นกัน



ภาพ 58 การส่งต่อทางพันธุกรรมจากแม่สู่ลูก



ภาพ 59 การป้องกันตัวเองจากโรคมะเร็งเต้านม



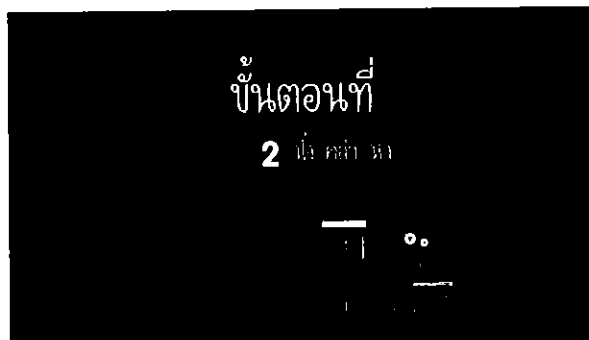
ภาพ 60 วิธีการตรวจหาความผิดปกติ มี 3 ขั้นตอน



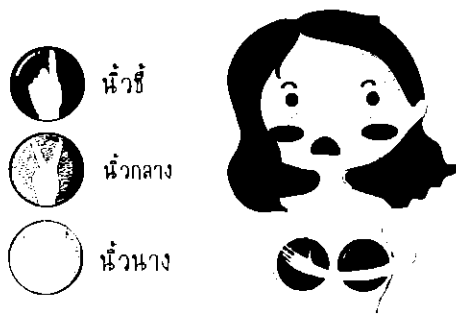
ภาพ 61 ขั้นตอนที่ 1 หันหน้าเข้าหากระจก



ภาพ 62 วิธีการตรวจหาความผิดปกติที่หน้ากระจก



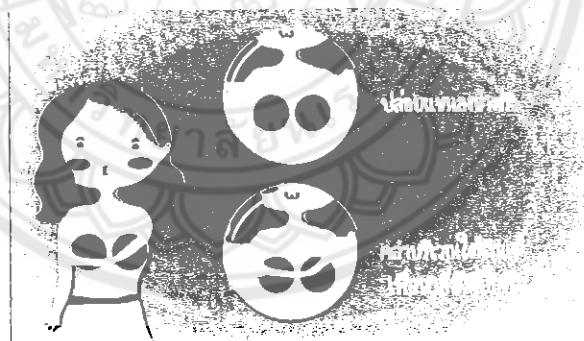
ภาพ 63 ขั้นตอนที่ 2 นั่ง คลำ ทา



ภาพ 64 การใช้ปลายนิ้วมือค้นหาความผิดปกติ



ภาพ 65 ความผิดปกติของต่านม



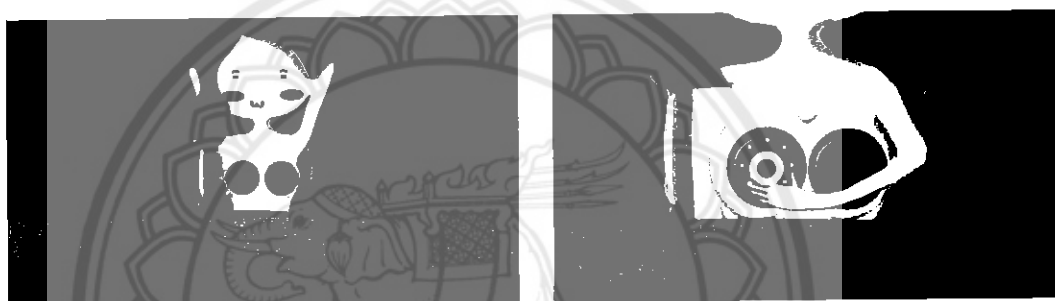
ภาพ 66 การตรวจหาความผิดปกติใต้รักแร้



ภาพ 67 ชั้นตอนที่ 3 นอนคล้าที่เตียง



ภาพ 68 อุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจหาความผิดปกติ



ภาพ 69 การนำหมอนมาหุนที่สะบักหลัง แล้วคล้ำเต้านมในลักษณะก้นหอยดั้งเดิม

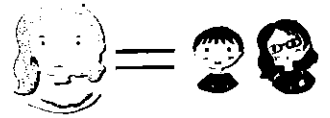


ภาพ 70 ผู้หญิงที่มีหน้าอกขนาดใหญ่ ให้ใช้วิธีการนตะเครงเพื่อการคล้ำหาได้ง่ายขึ้น



ภาพ 71 ปังจยเสียงจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการเกิดเป็นโรคมะเร็งเต้านม

พันธุกรรม



ภาพ 72 พันธุกรรม

ฮอร์โมนเพศ



ฮอร์โมนเพศ  
ก่อนอายุ 17 ปี



ภาพ 73 ฮอร์โมนเพศ

ยาฮอร์โมนเพศ

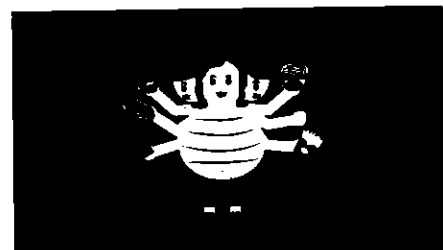


ภาพ 74 ยาฮอร์โมนเพศ

การกิน



ภาวะอ้วน!



ภาพ 75 การกิน



มลภาวะจากสิ่งแวดล้อม



รังสีจากแสงอาทิตย์



ความเครียด  
ที่เกิดจากการทำงาน



ภาพ 76 ความเครียด



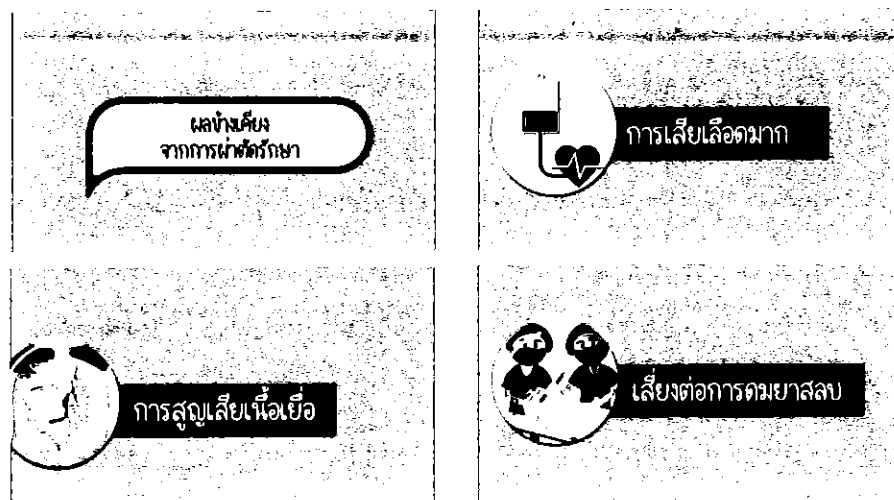
ภาพ 77 สุราและบุหรี่



ภาพ 78 ปัจจัยเหล่านี้ส่งผลต่อการป่วยเป็นโรคมะเร็งเต้านม

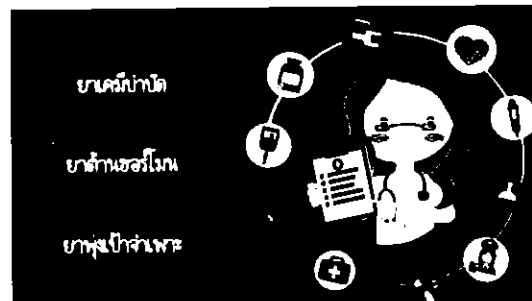
# วิธีการรักษา ทางการแพทย์

ภาพ 79 วิธีรักษาทางการแพทย์



ภาพ 82 ผลข้างเคียงการผ่าตัดรักษา

การ  
รักษาด้วยวิธี  
การให้ยารักษา

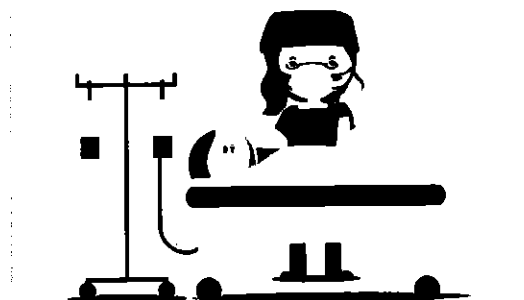


ภาพ 83 การรักษาด้วยวิธีการให้ยารักษา



ภาพ 84 ผลข้างเคียงจากการให้ยารักษา

การ  
รักษาด้วยวิธี  
การรังสีรักษา



ภาพ 85 การรักษาด้วยวิธีการรังสีรักษา





ภาพ 86 ผลข้างเคียงจากการรังสีรักษา



ภาพ 87 ถึงจะมีผู้ป่วยที่รักษาไม่หายขาดแต่ก็มีเทคนิคทางการแพทย์มาช่วยรักษาผู้ป่วยได้

ผู้ป่วยสามารถจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีได้



ภาพ 88 ผู้ป่วยที่รักษาไม่หายขาดก็สามารถมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้



ภาพ 89 ข้อมูลผู้จัดทำ ฯลฯ

## บทที่ 5

### บทสรุป

ในการศึกษาเรื่อง “การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านม สำหรับเพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี”

#### สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการรณรงค์ให้เพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 ปีขึ้นไปตระหนักที่จะตรวจหาความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับเต้านมของเรา เพราะโรคมะเร็งเต้านมเป็นสาเหตุหลักที่ทำให้ผู้หญิงไทยเสียชีวิตมากเป็นอันดับหนึ่ง ดังนั้นผู้หญิงควรที่จะเริ่มตรวจหาความผิดปกติผ่านวิธีการตรวจหาความผิดปกติด้วยวิธีง่ายๆ และสามารถทำได้ที่บ้านของเราเอง ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยโดยการสร้างสื่อเรขศิลป์เคลื่อนไหว (Motion Graphic) โดยระบุข้อมูลตั้งแต่การบอกถึงความอันตรายของโรคมะเร็งเต้านมที่คร่าชีวิตผู้หญิงไทยไปเป็นจำนวนมาก วิธีการตรวจหาความผิดปกติของเต้านมด้วยวิธีง่ายๆ 3 ขั้นตอน ปัจจัยเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการตรวจเป็นโรคมะเร็งเต้านม วิธีการรักษาทางการแพทย์ ได้แก่ การผ่าตัดรักษา การให้ยารักษา และวิธีการรังสีรักษา การบอกผลข้างเคียงจากการรักษาว่าจะมีผลเสียตามมาอย่างไร และการสรุปว่าถึงแม้จะมีผู้ป่วยที่รักษาไม่หายขาดแต่เทคนิคทางการแพทย์ก็สามารถที่จะทำให้คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้ และการออกแบบกราฟิกที่ใช้ผลของส้อมมาแทนหน้าอกเพื่อลดอาการเขินอายเวลารับชมเพราะกลุ่มเป้าหมายที่อายุตั้งแต่ 25 ปีก็ยังมีรูปร่างที่การพูดคุยเรื่องเพศนั้นยังไม่จำเป็นมากนัก อีกทั้งยังสามารถที่จะนำผลงานนี้ไปเปิดตามสถานที่ราชการโดยที่ไม่ทำให้รู้สึกอับอายหรือเสียใจ สีสันของงานก็จะมีสีสันที่สวยงาม สดใสสบายตาเหมาะกับเพศหญิงที่ชอบสีสันที่สดใส รูปแบบของตัวละครต่างๆ ก็ออกแบบให้ดูเข้ากับกลุ่มเป้าหมายที่ยังต้องการรับชมสื่อที่มองออกง่าย ไม่ได้ซับซ้อนอะไร เพราะงาน motion graphic ที่ใช้เวลานำเสนอที่ยาวเกิน 5 นาทีอาจทำให้ผู้รับเลิกที่จะรับชมก่อนจะจบได้

#### อภิปรายผล

ผลการวิจัยเรื่อง “การออกแบบเรขศิลป์เคลื่อนไหวเพื่อรณรงค์ป้องกันการเกิดโรคมะเร็งเต้านม สำหรับเพศหญิงอายุตั้งแต่ 25 – 30 ปี” รูปแบบของงานกราฟิกบางภาพอาจจะยังไม่สามารถสื่อความหมายได้ชัดเจน หากรับชมอยู่ห่างไกลจากจอแสดงผลภาพอาจจะทำให้เกิดความคลาดเคลื่อนในการสื่อ

ความหมาย หรืออยู่ในสถานที่ที่ไม่สามารถส่งเสียงดังได้ก็อาจจะส่งผลต่อความเข้าใจในเนื้อหาได้ ลักษณะของสีตัวอักษรในบางช่วงนั้นเป็นสีขาวบนสีพื้นอ่อนหากจัดแสดงบนจอที่มีขนาดใหญ่และจัด กลางแจ้งจะทำให้ตัวอักษรมันกลืนไปกับพื้นหลังทำให้เวลาอ่านลำบาก การดำเนินเรื่องมีน้ำหนัก เท่ากันไปทั้งเรื่อง ต้องเพิ่มน้ำหนักให้กับจุดเด่นจริงๆ ที่เราอยากนำเสนอ เพราะผู้คนที่รับชมไม่ สามารถจดจำได้ทั้งหมดที่เราอยากนำเสนอ

### ข้อเสนอแนะ

เนื่องจากภาพประกอบมีการลงรายละเอียดไปเยอะ อาจจะทำให้การมองภาพจากทาง ระยะไกลไม่ชัดเจนได้ เพราะในปัจจุบันการทำโมชันกราฟิกจะทำแบบ minimal เน้นทำน้อยแต่เข้าใจ ได้ใจทันที และพื้นหลังที่มีสีสันทางเยอะเกินไป รวมไปถึงตัวงานเองด้วย บางช่วงของงานก็ไม่ได้มีคำ อ่านอยู่ อาจส่งผลให้ช่วงนั้นผู้ชมไม่เข้าใจความที่เราสื่อออกไป และสุดท้ายการไม่ได้ใส่ขอบรอบ เฟรมตอนที่ทำในโปรแกรม Adobe after effect ทำให้งานดูอืดอาดมากจนเกินไป



### บรรณานุกรม

ศูนย์มะเร็ง คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลมหาวิทาลัยนเรศวร.(2556) .บทความเรื่อง “แนวทางการรักษาโรคมะเร็งเต้านม”

สืบค้นเมื่อ 26 สิงหาคม 2559, จาก ศูนย์มะเร็ง คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลมหาวิทาลัยนเรศวร มะเร็งวิทยาสมาคมแห่งประเทศไทย.(20 กรกฎาคม 2559).บทความเรื่อง “มะเร็งเต้านม รู้เร็ว รักษาได้”

สืบค้นเมื่อ 26 สิงหาคม 2559, จาก <http://www.thethaicancer.com/index.html>  
รศ.นพ.อดุลย์ รัตนวิจิตราศิลป์ ศัลยแพทย์ด้านศีรษะ คอ เต้านม คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล. (11 พฤศจิกายน พ.ศ. 2553). บทความเรื่อง “เมื่อไร สงสัยว่าเป็นมะเร็งเต้านม”

สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559, จาก <http://www.si.mahidol.ac.th/sidoctor/e-pl/articledetail.asp?id=771>

เรียบเรียงข้อมูลโดยเว็บไซต์ MEDTHAI .(16 มีนาคม 2559). บทความเรื่อง "มะเร็งเต้านม อาการสาเหตุ และการรักษาโรคมะเร็งเต้านม 6 วิธี !!”

สืบค้นเมื่อ 22 สิงหาคม 2559, จาก <https://medthai.com/>

เรียบเรียงข้อมูลโดยเว็บไซต์ POB PAD (พบแพทย์) .( 2559). บทความเรื่อง "ความหมายของโรคมะเร็งเต้านม”

สืบค้นเมื่อ 28 สิงหาคม 2559, จาก <https://www.pobpad.com/>

โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์. (ไม่ปรากฏปีที่เผยแพร่ข้อมูล).บทความเรื่อง “มะเร็งเต้านม”

สืบค้นเมื่อ 28 สิงหาคม 2559, จาก <https://www.bumrungrad.com/th/horizon-cancer-treatment-center-chemotherapy-bangkok-thailand/conditions/breast-cancer>

อุทิศ แจ้งถิ่นป่า.(9 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2556). บทความเรื่อง “เรียนคอมพิวเตอร์กับทีชเซอร์อุทิศ” ตอน การเขียน Story Board.

สืบค้นเมื่อ 31 สิงหาคม 2559, จาก <https://kruuthit.wordpress.com>

พาศนา ดัฒลักษณ์. (ไม่ปรากฏปีที่พิมพ์).หนังสือการออกแบบ.กรุงเทพมหานคร.โรงพิมพ์พิทักษ์อักษร.

สืบค้นเมื่อ 4 กันยายน 2559, จาก หอสมุดมหาวิทาลัยนเรศวร

อนุทิน วงศ์สรรคกร.(2543).บันทึกบรรยาย 10 บทความเลขนศิลป์ศึกษาเชิงไปรเวทจากบันทึกการสอน.(1).ไม่ปรากฏจังหวัดที่พิมพ์.โรงพิมพ์อัมเมจพริ้นติ้งกรุ๊ป.

สืบค้นเมื่อ 4 กันยายน 2559, จาก หอสมุดมหาวิทาลัยนเรศวร

วรรณรัตน์ ตั้งเจริญ. (17 สิงหาคม พ.ศ. 2544). บทความเรื่อง ความรู้เกี่ยวกับการสร้างภาพประกอบ. สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2559, จาก [http://www.wwartcoll.com/articles2\\_wi1\\_sub.php?id=5](http://www.wwartcoll.com/articles2_wi1_sub.php?id=5)  
 จุฑารัตน์ จอกสูงเนิน. (11 มีนาคม พ.ศ. 2556). บทความเรื่อง งานกราฟิกดีไซด์องค์ประกอบของการ ออกแบบ.

สืบค้นเมื่อ 11 กันยายน 2559, จาก <http://bowtysnoo.blogspot.com/2013/03/2-1.html>  
 รัฐพล แสนรักษ์. (พ.ศ. 2552). บทความเรื่อง องค์ประกอบของเสียงในภาพยนตร์.

สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน 2559, จาก <https://www.l3nr.org/posts/127738>  
 สุรพงษ์ พิณีจักษ์. (พ.ศ. 2552). บทความเรื่อง การถ่ายภาพยนตร์ เพื่องานภาพยนตร์ (Cinematography).

สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน 2559, จาก <https://www.l3nr.org/posts/127738>

ศรีสกุล วิบูลย์วงศรี.(พ.ศ. 2559).บทความเรื่อง การตัดต่อวิดีโอ

สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน 2559, จาก [http://www.kjn.ac.th/wordpress/srisakul/?page\\_id=529](http://www.kjn.ac.th/wordpress/srisakul/?page_id=529)

แพทย์หญิงศรีประภา ชัยสินธพ (พ.ศ. 2557).บทความเรื่อง สภาพจิตใจของวัยผู้ใหญ่

สืบค้นเมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2559, จาก

<http://rama4.mahidol.ac.th/ramamental/?q=generalknowledge%2Fgeneral%2F06272014-1009>

ดร.ศรีเรื่อน แก้วกั้งวาน.(2545).จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย (เล่ม 2 ) วัยรุ่น – วัยสูงอายุ.

(8).กรุงเทพมหานคร.สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สืบค้นเมื่อ 4 กันยายน 2559, จาก หอสมุดมหาวิทยาลัยนเรศวร



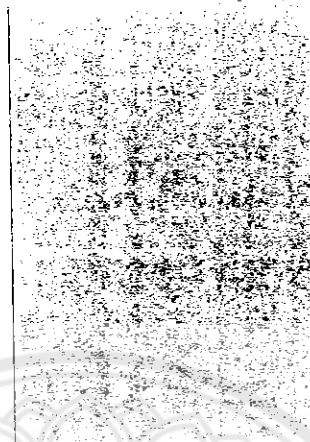




ภาพ 90 นามบัตร ที่ออกแบบให้เกี่ยวกับตัวงานเรขศิลป์เคลื่อนไหว และช่องทางการติดต่อ



ภาพ 91 ปกแผ่น CD



การรณรงค์การป้องกันการป่วยเป็น "โรคมะเร็งเต้านม" เบื้องต้น

**ปรึกษาแพทย์**

ถ้าไม่ทราบผลวินิจฉัย  
เมื่ออายุ 50 ปี ควรตรวจพบ

**ตรวจวินิจฉัย**

สามารถตรวจหาได้ก่อน ควบคุมไม่ให้  
เกิดขึ้นในเต้านมของจริง

Breast Cancer

การรักษาทางการแพทย์

**การผ่าตัด**

1. งดสูบบุหรี่และดื่มแอลกอฮอล์  
2. งดรับประทานไขมันอิ่มตัว  
3. งดรับประทานไขมันทรานส์

**การฉายรังสี**

1. งดสูบบุหรี่ และ ดื่มแอลกอฮอล์  
2. งดรับประทานไขมันอิ่มตัว  
3. งดรับประทานไขมันทรานส์

**ฮอร์โมน**

1. งดสูบบุหรี่ และ ดื่มแอลกอฮอล์  
2. งดรับประทานไขมันอิ่มตัว  
3. งดรับประทานไขมันทรานส์

Breast Cancer

เพศชายก็สามารถป่วยเป็น "โรคมะเร็งเต้านม" ได้เช่นเดียวกัน

Breast Cancer

วิธีการตรวจหาความผิดปกติของการป่วยเป็น "โรคมะเร็งเต้านม"

- การมีเนื้องอกเต้านมทั้ง 2 ด้าน
- การตรวจดูรูปร่างของเต้านม
- การตรวจท่อน้ำนมของเต้านม

Breast Cancer

ปัจจัยเสี่ยงจากสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการป่วยเป็น "โรคมะเร็งเต้านม"

Breast Cancer

ภาพ 92 แผ่นพับให้ความรู้เกี่ยวกับโรคมะเร็งเต้านม



ภาพ 93 โปสเตอร์เรขศิลป์เคลื่อนไหว เรื่อง Breast cancer โรคมะเร็งเต้านม รู้เร็วรักษาได้ ทายไว



ภาพ 94 การ์ตูนรูปภาพ



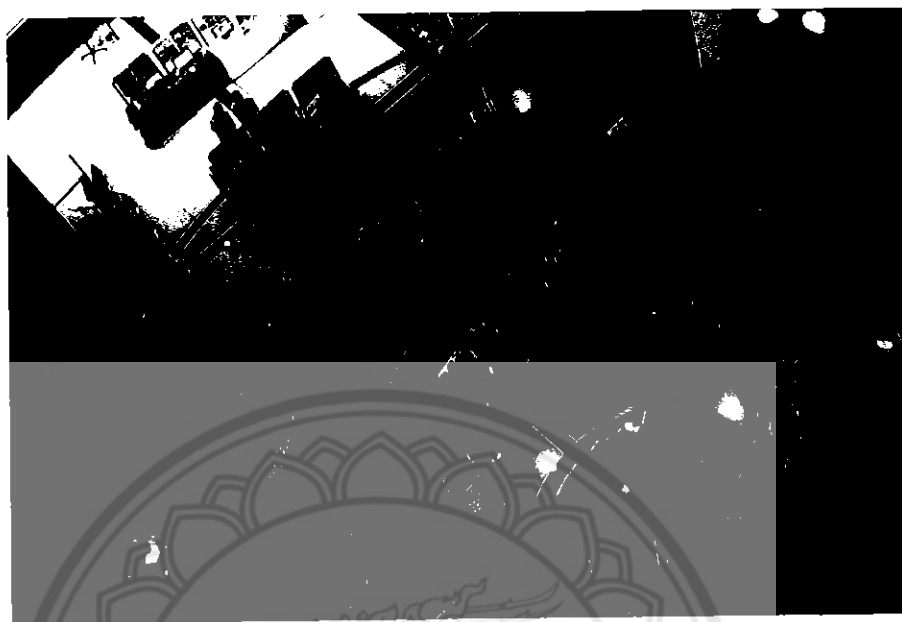
ภาพ 95 ปกนอก CD ด้านหน้า ด้านหลัง และด้านข้าง



ภาพ 96 กล่องด้านใน และ ฐานใส่แผ่น CD



ภาพ 97 กล่องด้านใน และ ฐานใส่แผ่น CD



ภาพ 98 พื้นที่การจัดแสดงงาน ณ Bacc หอศิลป์วัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานครฯ บริเวณชั้น 1  
 ที่มา : นางสาวกมลชนก คำเสมอ



ภาพ 99 บุคคลทั่วไปที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับการออกแบสื่อเรขศิลป์เรื่อง Breast cancer  
 ที่มา : นางสาวกมลชนก คำเสมอ



ภาพ 100 บุคคลทั่วไปที่ให้ความสนใจเกี่ยวกับการออกแบบสื่อเรขศิลป์เรื่อง Breast cancer

ที่มา : นางสาวกลมชนก คำเสมอ



ภาพ 101 การได้รับคำแนะนำ ว่าควรปรับแก้ไขตรงจุดใด  
ในเรื่องของงานเรขศิลป์เคลื่อนไหว และการจัดบุธ

ที่มา : นางสาวกลมชนก คำเสมอ





ภาพ 102 บูธการนำเสนอผลงาน  
ที่มา : นางสาวกมลชนก คำเสมอ



ภาพ 103 บูธการนำเสนอผลงาน  
ที่มา : นางสาวกมลชนก คำเสมอ



ภาพ 104 บูธการนำเสนอผลงาน  
ที่มา : นางสาวกมลชนก คำเสมอ