อภินันทนาการ

การออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่อง อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม

ชนาวิชญ์ กิจสมุทร

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยนเรศวร
วันลงทะเบียน ๒๙ มี.ค. ๒๕๕๘
เลขทะเบียน ๑.๖๗๓๓๑๖๗ ๐.๒
เลขเรียกหนังสือ.....

การศึกษาอิสระ เสนอเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรปริญญาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาการออกแบบสื่อนวัตกรรม
พฤษภาคม 2557
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยนเรศวร

MOTIONGRAPHIC DESIGN HARMFUL FROM BEAUTY TECHNOLOGY

CHANAWIT KITSAMUT

An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment

Of the Requirements for the Bachelor of Fine and Applied Arts Degree

In Innovative Media Design

May 2014

Copyright 2014 by Naresuan University

อาจารย์ที่ปรึกษาและหัวหน้าภาควิชาศิลปะและการออกแบบ ได้พิจารณาการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เรื่อง "การออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่อง อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม" เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต สาขาออกแบบสื่อนวัตกรรม ของมหาวิทยาลัยนเรศวร

.....

(อาจารย์มยุรี สุภังคนาช)

อาจารย์ที่ปรึกษา

.....

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศุภรัก สุวรรณวัจน์)

หัวหน้าภาควิชาศิลปะและการออกแบบ

พฤษภาคม 2557

ประกาศคุณูปการ

การศึกษาอิสระฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความกรุณาอย่างยิ่งจาก อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์มยุรี สุภังคนาช ตลอดจนตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างยิ่งจนการศึกษาอิสระครั้งนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ รวมถึงอาจารย์ทุกท่าน คณะกรรมการทุกท่าน ที่ได้แนะนำและให้คำปรึกษาผู้ศึกษาค้นคว้าวิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณบิดา มารดา ครอบครัวที่ให้กำลังใจและให้การสนับสนุนในทุกๆด้านอย่างดีที่สุดเสมอมา และเพื่อนๆที่คอยช่วยเหลือ คอยให้กำลังใจในการทำงาน ร่วมแก้ปัญหาต่างๆให้ผ่านพ้นไปด้วยดี และขอขอบคุณแหล่งข้อมูลต่างๆ หนังสือ เว็บไซต์ บทความต่างๆที่ได้ให้ความรู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้

คุณค่าและประโยชน์อันพึงมีจากการศึกษาค้นคว้าฉบับนี้ ผู้ศึกษาค้นคว้าขออุทิศแด่ผู้มีพระคุณทุกๆท่าน

ชนาวิชญ์ กิจสมุทร

ชื่อเรื่อง	**การออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่อง อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม**
ผู้ศึกษาค้นคว้า	ชนาวิชญ์ กิจสมุทร
ที่ปรึกษา	อาจารย์มยุรี สุภังคนาช
ประเภทสารนิพนธ์	การศึกษาอิสระ ศป.บ. สาขาออกแบบสื่อนวัตกรรม มหาวิทยาลัยนเรศวร,2557
คำสำคัญ	การออกแบบ โมชั่นกราฟิก อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม

บทคัดย่อ

การออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่อง อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม ใช้เทคนิคโมชั่นกราฟิกในการนำเสนอข้อมูล โดยมีจุดประสงค์ให้ผู้รับสื่อได้เข้าใจเรื่องการใช้เทคโนโลยีความงาม เพื่อให้วัยรุ่นตระหนักถึงอันตรายและผลเสียที่ตามมาเมื่อใช้เทคโนโลยีเหล่านี้ การหลีกเลี่ยงการใช้เทคโนโลยีความงาม เห็นความสำคัญของการดูแลสุขภาพและบุคลิกของตนเองโดยไม่พึ่งพาเทคโนโลยีเหล่านี้ การออกแบบโมชั่นกราฟิกอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม เรื่อง ดูดีโชคไม่ดี จะนำเสนอผ่านเนื้อหาที่เป็นภาพกราฟิก ซึ่งง่ายต่อการเข้าใจในเนื้อหาเรื่องราว ใช้เทคนิคโมชั่นกราฟิกเป็นการผสมผสานกันระหว่างงานออกแบบกราฟิกกับการเคลื่อนไหวให้เกิดออกมาเป็นสื่อที่น่าสนใจมากขึ้น ใช้สำนวนเสียงของการบรรยายในลักษณะพูด เพื่อง่ายต่อการฟัง ใช้ภาษาที่เป็นกันเอง เพื่อบรรลุถึงกลุ่มเป้าหมาย โดยกลุ่มเป้าหมายอายุระหว่าง 19-21 ปี ซึ่งเป็นกลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	**บทนำ**	
	ที่มาและความสำคัญของการศึกษา	1
	วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
	ขอบเขตการวิจัย	2
	ระยะเวลาในการทำงาน	2
	ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
	คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	3
2	**เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง**	
	ค่านิยมในการใช้เทคโนโลยีความงาม	4
	เทคโนโลยีความงาม	8
	โมชั่นกราฟิก	18
	การออกแบบ	22
	ตัวอย่างกรณีศึกษา	28
3	**วิธีดำเนินงานวิจัย**	
	วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย	32
	วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	32
	การวิเคราะห์ข้อมูล	32
	สรุปแนวทางในการออกแบบ	34
4	**สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล**	
	4.1 Pre-production	35

สารบัญ(ต่อ)

บทที่ **หน้า**

4.2 Production..... 47

4.3 Post-production..... 77

5 สรุปสรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์..... 81

สรุปผลการวิจัย..... 81

ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน..... 82

แนวทางการแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะ..... 82

บรรณานุกรม..... 83

ประวัติผู้วิจัย..... 84

สารบัญภาพ

ภาพ		หน้า
1	ตัวอย่างโมชั่นกราฟิกเคลื่อนไหว ภาพที่ 1	19
2	ตัวอย่างโมชั่นกราฟิกเคลื่อนไหว ภาพที่ 2	19
3	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	28
4	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	29
5	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	29
6	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	30
7	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	30
8	ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา	31
9	การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 1	36
10	การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 2	36
11	การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 3	36
12	แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 1	37
13	แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 2	37
14	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 1	38
15	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 2	38
16	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 3	39
17	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 4	39
18	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 5	39
19	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 2	40
20	แบบร่างตัวละครครั้งที่ 3	40
21	การแก้ไขบทบรรยายครั้งที่ 1	43
22	การแก้ไขบทบรรยายครั้งที่ 2	46
23	แบบสำเร็จตราสัญลักษณ์	47
24	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	48

สารบัญภาพ(ต่อ)

ภาพ		หน้า
25	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	49
26	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	49
27	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	50
28	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	50
29	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	51
30	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	51
31	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	52
32	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	52
33	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	53
34	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	53
35	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	54
36	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	54
37	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	55
38	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	55
39	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	56
40	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	56
41	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	57
42	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	57
43	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	58
44	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	58
45	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	59
46	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	59
47	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	60
48	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	60

สารบัญภาพ(ต่อ)

ภาพ		หน้า
49	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	61
50	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	61
51	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	62
52	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	62
53	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	63
54	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	63
55	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	64
56	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	64
57	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	65
58	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	65
59	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	66
60	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	66
61	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	67
62	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	67
63	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	68
64	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	68
65	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	69
66	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	69
67	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	70
68	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	70
69	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	71
70	แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด	71
71	แบบสำเร็จตัวละครใช้สารเร่งผิวขาว	72
72	แบบสำเร็จตัวละครดัดฟันแฟชั่น	72

สารบัญภาพ(ต่อ)

ภาพ		หน้า
73	แบบสำเร็จตัวละครลดความอ้วนโดยใช้ยา.....	73
74	แบบสำเร็จตัวละครเสริมจมูก.....	73
75	แบบสำเร็จตัวละครใส่บิ๊กอาย.....	74
76	แบบสำเร็จตัวละครสักลาย.....	74
77	โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก.....	77
78	โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก.....	78
79	โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อใส่เสียงประกอบ.....	78
80	งาน Say Play นิทรรศการศิลปะนิพนธ์ และ การศึกษาอิสระครั้งที่ 12.....	79
81	Booth จัดแสดงผลงานการออกแบบโมชั่นกราฟิก..... เรื่องอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม	79
82	Booth จัดแสดงผลงานการออกแบบโมชั่นกราฟิก..... เรื่องอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม	80

บทที่ 1

บทนำ

ที่มาและความสำคัญของการศึกษา

ยา ผลิตภัณฑ์และเทคโนโลยีความงามต่างๆ เพื่อเพิ่มความงาม หุ่นดี เป็นที่นิยมกันมากในปัจจุบัน ซึ่งเป็นการสวยหล่อทางลัด เป็นค่านิยมในหมู่วัยรุ่น เพราะช่วงวัยรุ่น เป็นวัยที่อยากดูแลตัวเอง มีอิสระในการเปลี่ยนแปลงตามความชอบของตนเอง ชอบเป็นที่หน้าสนใจของผู้อื่น จึงเลือกที่จะใช้ยาและเทคโนโลยีเหล่านี้เพื่อให้ได้ผลที่ชัดเจนขึ้น เห็นผลเร็วและมีประสิทธิภาพที่ดี นอกจากนั้นแล้วยังเป็นกระแสนิยมเป็นการบอกต่อๆกันผ่านโลกออนไลน์ ทำให้เข้าถึงวัยรุ่นได้ง่ายในการเลือกซื้อ โดยที่เหล่าวัยรุ่นคำนึงถึงผลดีแต่มองข้ามผลเสียที่ตามมา

อันตรายจากเทคโนโลยีความงามต่างๆในปัจจุบันที่วัยรุ่นนิยมใช้กัน มีหลากหลายประเภทให้ผลต่างกันไป เช่น การใส่เหล็กดัดฟันแฟชั่นที่มาพร้อมกับสารปรอท สารตะกั่ว การทำให้ผิวที่ขาวใสเลือกที่จะรับประทานหรือฉีดกลูต้าไธโอน การฉีดสารฟิลเลอร์ในการเสริมดั้ง วัยรุ่นคิดแค่ว่า จะทำให้ตัวเองดูดี และเห็นผลรวดเร็วทันใจ แต่อันตรายที่ตามมาได้แฝงอยู่กับเทคโนโลยีความงามที่ได้รับเข้าไป จึงได้รับผลเสียและผลข้างเคียงภายหลัง เช่น สารปรอท หรือสารหนู ที่ปะปนอยู่ในสารของการดัดฟันแฟชั่นที่จะไปสะสมในร่างกายมากจนก่อให้เกิดอันตรายหรือกระตุ้นให้เกิดอาการแพ้ตามมาได้ ที่สำคัญคืออันตรายต่อฟันและเนื้อเยื่อในช่องปากโดยเฉพาะลวดที่ใส่เข้าไปในช่องปากหากปรับแต่งโดยผู้ที่ไม่มีความรู้จะทำให้เกิดแรงกดตัวฟันมากเกินไปเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งเนื้อในช่องปาก ลดน้ำหนักโดยใช้ยาอาจมีสาร phentermine ที่ปะปนมากับยาลดความอ้วน ได้ผลดีในการลดน้ำหนัก แต่มีฤทธิ์ข้างเคียงอื่นๆ อาจมีอาการหงุดหงิด นอนไม่หลับ และในคนไข้บางรายที่มีความไวต่อยาอย่างมาก อาจทำให้เกิดอาการหวาดระแวง และประสาทหลอนได้ หรือสารกลูต้าไธโอน ภูมิต้านทานของผิวจะลดลง เกิดการระคายเคืองแพ้แสงแดดได้ง่ายขึ้นและเสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งผิวหนังได้

เหตุนี้จึงได้เกิดงานโมชั่นกราฟิกขึ้นมาโมชั่นกราฟิกคืองานที่เคลื่อนไหวได้โดยการนำมาจัดเรียงต่อๆกัน หรืออีกนัยหนึ่งคือ การผสมผสานระหว่างงานดีไซน์กับงานเคลื่อนไหวให้เกิดออกมาเป็นตัวงานที่น่าสนใจขึ้นทำให้เนื้อหาดูไม่น่าเบื่อและไม่ยาวจนเกินไปจึงได้นำเรื่องปัญหาในจากใช้เทคโนโลยีความงามของวัยรุ่นมาเป็นประเด็นในการดีไซน์เพราะปัญหาเหล่านี้พบมากในปัจจุบันและมีจำนวนมากขึ้นเรื่อยๆเนื่องจากไม่รู้ว่ามีมีอันตรายแฝงอยู่ในเทคโนโลยีความงามนอกจากนั้นยังเป็นเนื้อหาที่น่าสนใจแล้วยังใช้สื่อโมชั่นกราฟิกเพื่อให้น่าสนใจยิ่งขึ้น ดูสนุกและ

ไม่เป็นทางการมากเกินไป ดูแล้วเข้าใจง่ายด้วยภาพและตัวอักษร สามารถเข้าถึงผู้รับสารในหมู่วัยรุ่นได้ จากการมีภาพประกอบจะเข้าใจง่ายมากกว่าการอ่านข้อมูลธรรมดา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ให้วัยรุ่นตระหนักคำนึงถึงความปลอดภัยที่จะใช้ยาและเทคโนโลยีความงามเหล่านั้น เห็นอันตรายและ ผลข้างเคียงที่ตามมา เพื่อลดการใช้ยาและสารมากขึ้น
2. เพื่อออกแบบโมชั่นกราฟิกที่เข้าใจถึงเนื้อหาได้ง่ายและน่าสนใจ

ขอบเขตการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

ผู้หญิงและผู้ชายอายุ19-21ปีเพราะเป็นช่วงวัยรุ่นตอนปลาย กำลังศึกษาอยู่ในระดับมหาวิทยาลัย มีการเปลี่ยนแปลงมีอิสระในการดูแลตัวเองเนื่องจากยังใช้เงินจากผู้ปกครองจึงเลือกที่จะรับประทานยาและเทคโนโลยีความงามที่มีราคาถูกเพราะงบจำกัด

ขอบเขตของการศึกษา

การออกแบบโมชั่นกราฟิก มีความยาว 5 นาที

- ซีดี cover โมชั่นกราฟิก

ระยะเวลาในการทำงาน

	กันยายน	ตุลาคม	พฤศจิกายน	ธันวาคม	มกราคม	กุมภาพันธ์	มีนาคม	เมษายน
Pre-production								
หาหัวข้อที่น่าสนใจ		→	→					
Proposal บทที่ 1		→	→					
Proposal บทที่ 2			→	→				
Case Study			→	→				
Concept +mood& tone			→	→				
Story board + Charactor				→	→			
Production								
กราฟฟิก+ทำให้เคลื่อนไหว					→	→		

Export ส่งตัวงาน						→	→	
Post-production								
นำเสนอ ปรับปรุง แก้ไข							→	→
รูปเล่ม วิทยานิพนธ์							→	→

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.ให้วัยรุ่นตระหนักคำนึงถึงความปลอดภัยที่จะใช้ยาและเทคโนโลยีความงามเหล่านั้น เห็นอันตรายและผลข้างเคียงที่ตามมา

2. มีความเข้าใจง่ายมากขึ้นจากสื่อโมชั่นกราฟิก

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

โมชั่นกราฟิกคืองานกราฟิกที่เคลื่อนไหวได้โดยการนำมาจัดเรียงต่อๆกันหรืออีกนัยหนึ่งคือ การ ผสมผสานระหว่างงานดีไซน์กับงานเคลื่อนไหวให้เกิดออกมาเป็นตัวงานที่น่าสนใจขึ้น ทำให้เนื้อหาดูไม่น่าเบื่อและไม่ยาวจนเกินไป

เทคโนโลยีความงาม คือเทคโนโลยีที่ส่งเสริมให้บุคลิกภาพให้ดูดีขึ้น เป็นเทคโนโลยีที่ช่วยส่งเสริมให้สวยหล่อตามความต้องการของผู้ใช้

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาค้นคว้าถึงกระบวนการ การออกแบบโมชั่นกราฟิก อันตรายจากเทคโนโลยีความงาม วิชาแปงหัวข้อต่างๆ ดังนี้

1. ค่านิยมในการใช้เทคโนโลยีความงาม
2. เทคโนโลยีความงาม
3. โมชั่นกราฟิก
4. การออกแบบ
5. ตัวอย่างกรณีศึกษา

1.ค่านิยมในการใช้เทคโนโลยีความงาม

1.1.ค่านิยมในการทำให้ผิวขาว

ค่านิยมเรื่อง "ความขาว" กลายเป็นเรื่องใหญ่ในสังคมไทยมากขึ้นทุกขณะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเด็กและเยาวชน หากดูผิวเผินก็ไม่น่าจะมีปัญหา เด็กอยากผิวขาวก็เป็นเรื่องธรรมดา แต่ที่ไม่ธรรมดาก็เนื่องเพราะสังคมในทุกระดับต่างก็ให้"ค่า"เรื่องความขาวจนเกินงาม

เราปฏิเสธไม่ได้ว่าสื่อมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชนอย่างมาก โดยเฉพาะสื่อทีวีที่เห็นภาพทันทียิ่งปัจจุบันมีภาพยนตร์โฆษณาที่ว่าด้วยเรื่องผิวขาวมากมายจริงๆเวลาที่มีการโฆษณานั่นหมายความว่าชิ้นงานนั้นต้องถูกผลิตมาให้เกินจริง ทั้งขั้นตอนการถ่ายทำ การใช้เทคโนโลยีเข้าช่วยให้ขาวเนียนได้สุดๆเพราะวัตถุประสงค์เพื่อขายสินค้าให้ได้มากๆ

บรรดาครีมบำรุงผิวสารพัดที่ขับเน้นเรื่องการทำให้ผิวสาวขาวได้ในเวลาอันรวดเร็วถูกนำเสนอผ่านสื่อ เป็นตัวกระตุ้นเร้าความอยากของผู้บริโภคอย่างรวดเร็วเช่นกัน

กรณีของผู้ใหญ่ที่ผ่านประสบการณ์ก็เข้าใจได้ว่า การโฆษณาเป็นเรื่องเกินจริง แต่เด็กที่ต้องเสพสื่อเหล่านี้จำนวนมากทุกวัน ยังขาดวิจารณญาณหรือคนชี้แนะ เมื่อเห็นก็อยากเลียนแบบ อยากใช้ผลิตภัณฑ์ที่พบเห็น สร้างความสนใจและดึงดูดใจเด็กสาวจำนวนมาก รวมไปถึงเด็กหนุ่มจำนวนไม่น้อย ที่หันมานิยมผิวขาวกันมากขึ้น

กระแสเรื่อง "ผิวขาว" กลายเป็นปัญหาของเด็กหนุ่มสาวยุคใหม่ ไม่ว่าจะเป็นทิศทางการให้ "ค่า" ของคนที่ประสบความสำเร็จ ดารา นักร้องที่ผิวขาวก็จะได้รับความสนใจ มักจะประสบความสำเร็จ ในขณะที่คนผิวเข้มจะถูกจัดวางให้อยู่ในบทบาทการแสดงที่ด้อยกว่า หรือเป็นตัว

แสดงที่เป็นปมด้อยเช่นตัวตลกนางร้ายฯลฯ

เด็กที่เกิดมาผิวคล้ำก็จะถูกพูดในทำนองว่า เด็กคนนี้เกิดมาอาภัพตัวดำ จะโดยที่ผู้ใหญ่ตั้งใจหรือไม่ก็ตาม แต่เด็กก็จะรู้สึกเป็นปมด้อยมาตั้งแต่เด็ก พอเข้าโรงเรียนเด็กเหล่านี้ก็มักจะถูกเพื่อนล้อเลียนอยู่เสมอก็ยิ่งทำให้เด็กเกิดความไม่มั่นใจในตัวเองรู้สึกว่าสีผิวเป็นปัญหาของตัวเอง สิ่งเหล่านี้กลายเป็นเรื่องที่เด็กและเยาวชนซึมซับอยู่ทุกวัน ยิ่งเมื่อผู้ประกอบการจับจุดนี้ได้อาศัยค่านิยมด้วยการฉวยโอกาสเปิดธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับความงามมากมายโดยเฉพาะเรื่องการทำให้ผิวขาวชั่วข้ามคืน

สื่อเป็นปัญหาใหญ่มากในสังคมขณะนี้โดยเฉพาะสื่อทีวีที่ส่งผลกระทบต่อเด็กและเยาวชน ทำให้เกิดการเลียนแบบ ความนิยมผิวขาว ทำให้หนุ่มสาวรุ่นใหม่สรรหาสารพัดวิธีที่จะทำให้ผิวขาวตนเองในเวลาอันรวดเร็วหลงเชื่อการโฆษณาอวดอ้างตามสื่อต่างๆว่ามียาหรือเครื่องสำอางทำให้หน้าขาว แม้กระทั่งการฉีดยารักษาโรคมะเร็งที่มีสารกลูตาไธโอน เข้าเส้นเลือด หวังผลข้างเคียงของยาไปยับยั้งการสร้างเม็ดสีที่ผิวหนัง เพื่อให้ผิวขาว โดยหารู้ไม่ว่าการได้รับสารปริมาณมากมีอันตรายถึงชีวิต แต่ที่น่าประหลาดใจกลับพบว่าเด็กรุ่นใหม่ยอมเสี่ยงภัยเพื่อความงาม โดยไม่สนใจผลกระทบที่ตามมา มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด และปัญหาที่น่าห่วงตามมาและอันตรายที่สุดน่าจะเป็นเรื่องค่านิยมเรื่องรูปลักษณ์ภายนอกที่ถูกให้"ค่า"มากกว่าคุณค่าของตัวตนและจิตใจของมนุษย์

1.2 ค่านิยมการใช้ยาลดความอ้วน

อ้วน ทำให้ปัจจุบันกระแสการลดน้ำหนักจึงเป็นที่นิยม ทำได้ง่าย ไม่ต้องใช้เวลามาก แต่เห็นผลเร็ว อย่าง การใช้ยาหรือวิตามินลดความอ้วน'โดยมีการโฆษณาชวนเชื่อถึงสรรพคุณต่างๆที่ทำให้ผอมเพรียวได้ในเวลาอันรวดเร็วก็ยิ่งได้รับความสนใจมากขึ้นแต่การใช้ยาหรือวิตามินลดความอ้วนเป็นอันตรายต่อร่างกายและชีวิตเป็นอย่างมาก

อาจารย์สาธิก ธนะทักษ์ นักวิทยาศาสตร์การกีฬาได้พูดถึงอันตรายของยาลดความอ้วนว่า การบริโภคยา หรือวิตามินลดความอ้วน มีโอกาสเสี่ยงสูงที่จะเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ โดยเบื้องต้นเมื่อผู้บริโภคใช้ได้สักระยะหนึ่งจะทำให้ ร่างกายอ่อนเพลียและเป็นโรคขาดสารอาหาร ส่วนผลกระทบด้านอารมณ์และจิตใจ ตามปกติถ้าเราไม่ได้กินอาหาร หรือกินในปริมาณที่ไม่เพียงพอต่อร่างกาย ทำให้ขาดพลังงานและรู้สึกหิว เกิดอาการหงุดหงิด อารมณ์แปรปรวน ซึ่งผู้ใช้ยาลดความอ้วนก็มีอาการเช่นเดียวกัน

ส่วนปฏิกิริยาที่เรียกว่า 'โยโย่ เอฟเฟค' คือ การลดน้ำหนักมากเท่าไหร่ ก็จะกลับมามากขึ้นเท่านั้น ซึ่งเรื่องอายุ และเพศก็มีส่วนเกี่ยวข้องเหมือนกัน เพราะผู้หญิงมีกล้ามเนื้อน้อยกว่าผู้ชาย จึง

มีการเผาผลาญน้อยกว่า ทำให้มีโอกาสเกิดโยโย่ เอฟเฟคได้ง่ายและมากกว่าผู้ชาย ส่วนผู้ที่มีอายุมากจะมีโอกาสเกิดได้ง่ายและเยอะกว่าวัยหนุ่มสาว

1.3 ค่านิยมการใช้สารฟิลเลอร์ในการศัลยกรรม

เทคโนโลยีความงามนั้นเปรียบได้กับเหรียญที่มี "สองด้าน" คือมีทั้งด้านดีและด้านร้าย จากสารพิษปลิดชีวิตก็สามารถพัฒนาด้วยเทคโนโลยีให้กลายมาเป็นสารที่เติมแต่งความงามให้กับคน

เนื่องจากปัจจุบันค่านิยมในการใช้โบท็อกซ์และฟิลเลอร์ เสริมความงามแก่ใบหน้าและเรือนร่างในสังคมไทย ทวีมากขึ้นอย่างฉุดไม่อยู่

พล.ต.นพ.กฤษฎา ดวงอุไร ชี้ให้เห็นว่า สิ่งที่น่าวิตกในขณะนี้ก็คือ สังคมไทยมองแต่คุณประโยชน์ของเทคโนโลยีความงาม ส่วนผลเสียกลับไม่มีใครคิดพูดถึง โดยเฉพาะในส่วนของโบท็อกซ์และฟิลเลอร์ที่กำลังเป็นที่นิยมอย่างมากอยู่ในขณะนี้

ด้านสารเติมเต็มอย่างฟิลเลอร์ก็มีอันตรายต่อชีวิตไม่ด้อยไปกว่ากัน นพ.จินดา โรจนเมธินทร์ รอง ผอ.สถาบันโรคผิวหนังระบุว่า คนเราพออายุ 20 ปีขึ้นไป การสร้างคอลลาเจนของผิวจะลดลงแต่การทำลายยังมีอยู่ต่อไป ทำให้เกิดภาวะผิวเหี่ยวเป็นรอยย่น จึงมีการคิดค้นนำสารเติมเต็มจากภายนอกใส่เข้าไปแทน ซึ่งในปัจจุบันมีสารฟิลเลอร์อยู่ 3 แบบ คือ

1.แบบชั่วคราว อายุการใช้งาน 4-6 เดือน มีความปลอดภัยสูงแต่มีราคาสูงเช่นกัน เพราะเป็นสารสกัดจากธรรมชาติย่อยสลายเองได้

2.แบบกึ่งถาวร แบบนี้มีอายุการใช้งานประมาณ2ปีความปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลาง

3.แบบถาวร เช่น ซิลิโคน หรือพาราฟิน แบบนี้มักพบผลข้างเคียงระยะยาวเพราะฉีดแล้วจะอยู่ในผิวตลอดไป

1.4 ค่านิยมในการใส่เหล็กดัดฟัน

ปัจจุบันนี้วัยรุ่น นิยมที่จะเดินเข้าร้านทำฟัน เพื่อที่จะจัดฟัน จนกลายเป็นค่านิยม ของฮิตของวัยรุ่น เพราะค่านิยมที่ผิด ๆ นั่นเอง อย่างเช่น ดัดฟันแล้วจะดูน่ารัก จะทำให้ผอมลง หรือทำหรูแบบว่าดูดีมีฐานะ ฯลฯนี่ก็เป็นเพียงส่วนหนึ่งเท่านั้นที่วัยรุ่นหันมานิยมจัดฟันด้วยเหตุผลผิดๆการจัดฟันช่วยให้ทำความสะอาดฟันได้ง่ายขึ้น จะเห็นได้ชัดเจน ในคนที่มีฟันเกไป เกมา ซึ่งจะทำความสะอาดให้สะอาดนั้น จะทำได้ยาก และเป็นต้นเหตุของฟันผุ เหงือกอักเสบ และโรคปริทันต์ โดยการจัดฟันก็จะทำให้มีฟันเกไปเกมาทำความสะอาดฟันได้ง่ายและทั่วถึงขึ้น

การจัดฟันเป็นวิธีที่จะช่วยขจัดปัญหาผู้ที่มีข้อบกพร่องทางฟันที่จะช่วยสร้างบุคลิกภาพ

และเสริมสร้างความมั่นใจให้กับผู้จัดฟันมากขึ้นอีกด้วย การจัดฟันทางการแพทย์นั้น เค้ามีไว้สำหรับสร้างเสริมสุขภาพทางช่องปากและสร้างเสริมบุคลิกภาพของเราให้ดีขึ้นในกรณีที่มีข้อบกพร่องทางช่องปากเท่านั้น

1.5 ค่านิยมการใส่บิ๊กอายส์

บิ๊กอายส์ เป็นคอนแท็กต์เลนส์ชนิดหนึ่งที่มักจะย้อมด้วยสีสันต่างๆ ฟ้า ม่วง เหลือง ฯลฯ ตามแต่ความนิยม หรือความต้องการของตลาด ความนิยมในบิ๊กอายส์ของวัยรุ่นไทยนั้นส่วนมากจะได้รับอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมต่างประเทศอย่างเจป๊อบหรือเคป๊อบที่เข้ามากับนักร้องหนังหรือซีรีส์

นพ.พรเทพ พงศ์ทวิกร หัวหน้าศูนย์จักษุและต้อกระจก โรงพยาบาลบ้านแพ้ว องค์การมหาชน อธิบายว่า บิ๊กอายส์ก็คือคอนแท็กต์เลนส์ชนิดหนึ่ง แต่ใช้สำหรับแฟชั่น ทั้งๆ ที่ความจริงแล้วคอนแท็กต์เลนส์ออกแบบมาเพื่อแก้ไขปัญหาสายตาเป็นหลักซึ่งมีทั้งข้อดีและข้อเสีย

ข้อดีก็คือ สามารถช่วยเหลือเรื่องกระจกตา ทำให้สามารถมองเห็นภาพได้ชัดเจนขึ้น ส่วนข้อเสียคือ อาจเกิดอาการติดเชื้อ "ซูโดโมแนส ออรูจิโนซ่า" ซึ่งเป็นเชื้อแบคทีเรียที่มากับคอนแท็กต์เลนส์ ความสามารถของเจ้าเชื้อตัวนี้ก็คือ สามารถกัดกระจกตาทะลุภายในระยะเวลาเพียง 2 วัน นั่นคือ มีโอกาสตาบอด หรือบางรายเชื้อกินเร็วมาก ติดเชื้อตอนเช้า ตอนเย็นไปหาหมอก็ไม่ทันแล้ว

ด้วยความคิดที่ว่า สาว "ตาเล็ก" หรือ "ตาชั้นเดียว" ไม่สวย ไม่มีเสน่ห์ ทำให้บรรดาสาววัยรุ่นชาวเอเชียจำนวนไม่น้อยพยายามดิ้นรนที่จะเพิ่มขนาด ของดวงตาให้ใหญ่ขึ้น เช่น การผ่าตัดทำตาสองชั้นเป็นต้น ซึ่งล่าสุด ก็มาถึงคิวของนวัตกรรมใหม่ที่กำลังได้รับความนิยมอย่างกว้างขวาง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มสาวๆ ชาวญี่ปุ่นและเกาหลี นั่นก็คือ "คอนแทกต์เลนส์ตาโต" หรือที่รู้จักกันในชื่อของ"บิ๊กอายส์" และแน่นอนว่า ขณะนี้ได้แพร่สะพัดมาสู่สาวตาเล็กชาวไทยไปเรียบร้อยแล้ว ด้วยเหตุผลเพื่อเพิ่มขนาดของดวงตาและทำให้ตาหวาน

1.6 ค่านิยมการสักบนร่างกาย

ค่านิยมการสักบนร่างกายกลายเป็นที่นิยมอย่างกว้างขวางในเหล่าบรรดานักร้อง นักแสดง และนักกีฬา กระแสความนิยมการสักลามไปถึงเหล่าวัยรุ่น เพราะได้รับอิทธิพลมาจากดารา นักร้อง นักแสดงหรือนักกีฬาดังๆจากอเมริกายุโรป

การสักถือเป็นศิลปะอย่างหนึ่งและศิลปะการสักก็มีแตกแขนงย่อยๆออกไปอีกตามวัตถุประสงค์ มีทั้งสักเพื่อความสวยงาม สักเพื่อเสริมพลังความเชื่อให้กับจิตใจของตัวเอง สักตามกระแสนิยม สักเพราะศรัทธา ฯลฯ โดยส่วนมากผู้หญิงสมัยใหม่นิยมสักเพื่อความสวยงาม) ส่วนใหญ่ผู้ชายจะสักเพราะความเชื่อ

การสักเพื่อความสวยงาม ส่วนใหญ่ผู้หญิงจะสักร่างกายเพราะจุดประสงค์นี้ ผู้หญิงกับความสวยงามเป็นของคู่กัน ผู้หญิงที่เลือกสักเพื่อความสวยงามจะไม่มีอักขระเลขยันต์ปรากฏบนร่างกาย จะเป็นลวดลายที่มีสีสันหลากหลายและสวยงามตามความชอบของเจ้าของร่างกาย และยังสะท้อนถึงความรู้สึกนึกคิดและหรือตัวตนของเจ้าของร่างกายได้ด้วย เพราะโดยบรรทัดฐานทางความคิดของผู้หญิงที่ตัดสินใจสักลงบนร่างกายนั้นจะเป็นคนที่มั่นใจในตัวเองสูง รักอิสระ ประกอบกับสังคมปัจจุบันที่ให้อิสระเสรีออกไปในวงกว้างแทบจะทั้งโลกความคิดนี้จึงผันแปรไปตามยุคสมัย เรื่องของความสะอาดปัจจุบันเครื่องที่เกี่ยวข้องกับการสักพัฒนาไปมากการรักษาความสะอาดก็มากขึ้นด้วยปัญหาข้อนี้จึงถูกตัดไปเพราะเจ้าของร่างกายจะเป็นผู้เลือกช่างสักที่เชื่อถือได้ในเรื่องนี้

การสักประเภทความเชื่อ สักอักขระเลขยันต์ลงบนร่างกายเพราะต้องการเสริมความมั่นใจในการใช้ชีวิต บริบทรอบข้างของผู้สักประเภทนี้จะต้องมีเรื่องเกี่ยวกับความเชื่อเรื่องไสยศาสตร์

2. เทคโนโลยีความงาม

2.1 **ยาเร่งผิวขาว**

สารเร่งผิวขาวยอดนิยมผิวขาวใสกำลังกลายเป็นที่ยอดนิยมของเหล่าวัยรุ่นในยุคปัจจุบัน บางคนโชคดีที่ผิวขาวตั้งแต่กำเนิด ไม่ต้องพึ่งเทคโนโลยีหรือตัวช่วยใดๆ แต่สำหรับบางคนที่ไม่ได้เกิดมาขาว ต้องหันไปพึ่งเทคโนโลยี และตัวช่วยต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นไวท์เทนนิ่ง เครื่องดื่มบำรุงให้ผิวขาวอาหารเสริม หรือแม้แต่สารเร่งผิวขาวทั้งหลายที่กำลังเป็นที่นิยม ทั้งการฉีด การทา การรับประทาน ซึ่งด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์และการฉวยโอกาสเอาเปรียบจากกลุ่มคนที่หวังหากินกับคนอยากสวย ทำให้เกิดข่าวคราวตามหน้าหนังสือพิมพ์เกี่ยวกับอันตรายที่เกิดขึ้นไม่น้อยเลยทีเดียว

กลูต้าไธโอน..สารเร่งผิวขาวยอดนิยมอันดับหนึ่ง กลูต้าไธโอน (Glutathione) เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ (Anti Oxidant) ซึ่งร่างกายสามารถผลิตได้เองตาม ธรรมชาติ และมีในอาหาร เช่น นม ไข่ ผลอะโวคาโด สตรอเบอรี่ มะเขือเทศ ผักบรอคโคลี ส้มเกรปฟรุต และผักโขม กลูต้าไธโอนเป็นเหมือนตัวที่ช่วย Detox และขับสารพิษต่างๆ ที่อยู่ในร่างกายออกไป ในวงการแพทย์ใช้กลูต้าไธโอนใน การรักษาโรคต่างๆ เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจ ข้ออักเสบโรคพาร์กินสัน โรคตับ โรคไต โรคเอดส์ ภาวะเป็นหมันในเพศชาย ภาวะหูตึงจากเสียงดัง และใช้รักษาควบคู่กับการรับประทานยา เพื่อช่วยในการ Detox ตับ ให้สารพิษที่ตกค้างขับออกไปได้ เร็วขึ้นกลูตาไธโอน เป็น Tripeptides ของกรดอะมิโน 3 ตัว คือ ซิสทีน (cysteine) กรดกลูตามิค (glutamic acid) และไกลซีน (glycine) ซึ่งผลข้างเคียงจากการรักษา คือจะไปยับยั้งการสร้างเม็ดสี (Melanin) ที่สร้างโดย Melanocyte ซึ่งเม็ดสีนี้จะมีอยู่ 2 แบบ คือเม็ดสีอ่อนหรือฟีโอเมลานิน (Pheomelanin) และเม็ดสีเข้มหรือยูเมลานิน (Eumelanin) ที่จะเป็นตัวกำหนดสีผิวของมนุษย์ว่าจะขาวหรือดำ ซึ่งโดยพื้นฐานของคนไทยจะมีการสร้างเม็ดสียูเมลานินมากกว่า ในขณะที่ชาวตะวันตกจะสร้างเม็ดสีแบบฟีโอเมลานิน ซึ่งกลูต้า

ไธโอนมีคุณสมบัติที่สามารถทำให้เม็ดสีอ่อนลงได้ แต่จะอยู่ได้เพียงชั่วคราวเท่านั้น หากสารหมดไปจากร่างกาย ผิวก็อาจกลับมาคล้ำได้ จึงต้องใช้ในปริมาณสูง ในความถี่ที่ปอยพอสมควรและต้องใช้วิธีฉีดเข้าเส้นจึงจะเห็นผล ซึ่งมีความเสี่ยงทำให้ยาสะสมในร่างกายมากขึ้น และอาจส่งผลให้เกิดอันตรายในระยะยาวได้

ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการฉีดกลูต้าไธโอนในประเทศไทยคือ การใช้ยาปลอมเพราะกลูต้าไธโอนแบบฉีดที่ได้รับการขึ้นทะเบียนอย่างถูกต้องไม่มีในประเทศไทย และบริษัทที่ผลิตในต่างประเทศก็ไม่ได้นำเข้ามาในไทยด้วยเพราะฉะนั้นยาที่ฉีดทั้งหมดคือยาปลอม และหากคลินิกใดมีการฉีดกลูต้าไธโอนถือว่าผิดกฎหมาย ทั้งนี้การมีกลูต้าไธโอนในร่างกายมากเกินไป ก็เสี่ยงต่อการเป็นมะเร็งผิวหนัง เนื่องจากกลูต้าไธโอนจะไปยับยั้งการสร้างเมลานิน ทำให้ผิวไม่มียูเมลานินที่คอยดูดซับและป้องกันรังสี UV ที่สำคัญคือกลูต้าไธโอนไม่ได้ไปยับยั้งการสร้างเมลานินเฉพาะที่ผิวหนังเท่านั้น แต่ยังส่งผลถึงเมลานินในดวงตาอีกด้วย จึงทำให้ตาสู้แสงไม่ได้ และค่อยๆพร่ามัวลงเรื่อยๆ หากในบางรายที่เกิดอาการแพ้อย่างรุนแรง อาจส่งผลให้ตาบอดและมีอันตรายถึงชีวิตในที่สุด

สำหรับกลูต้าไธโอนแบบรับประทาน ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบน้ำ ผง หรือเม็ดทางองค์การอาหารและยา (อ.ย.) อนุญาตให้มีปริมาณสารกลูต้าไธโอน 250 มิลลิกรัมต่อเม็ด ในรูปแบบอาหารเสริม ซึ่งผลิตภัณฑ์ที่วางขายตามท้องตลาดก็มีทั้งของแท้และของปลอม และหากมีปริมาณของกลูต้าไธโอนเกิน 250 มิลลิกรัม แสดงว่าไม่ได้รับการรับรองจาก อ.ย. ส่วนผลลัพธ์ที่ได้จากการรับประทานกลูต้าไธโอนนั้น ต้องรับประทานในปริมาณที่มากพอสมควรจึงจะเห็นผล และสารสามารถถูกทำลายได้ในระบบทางเดินอาหารอีกด้วย ทั้งนี้ จากการศึกษาเรื่องผลที่ได้จากการรับประทานนั้นยังน้อยมาก และไม่สามารถเห็นผลได้ด้วยการทาหรือซึมผ่านทางผิวหนัง ดังนั้นจึงควรศึกษาให้ดีก่อนใช้ และไม่ควรเชื่อคำโฆษณาที่อวดอ้างสรรพคุณเกินจริง

Transamin หรือ Tranexamic acid ตัวช่วยผิวขาวของวัยรุ่น ทรานซามิน (Transamin) หรือ Tranexamic acid หรือที่วัยรุ่นเรียกกันว่า เจเอ เป็นยาที่ทางการแพทย์นำมาใช้ในการทำให้เลือดแข็งตัว ซึ่งในการผ่าตัดใหญ่ที่มีเลือดออกมาก แพทย์จะให้ผู้ป่วยรับประทานหรือฉีดเข้าเส้นเพื่อช่วยให้เลือดแข็งตัวเร็วขึ้น จะได้ไม่เสียเลือดมาก ทั้งนี้ผลข้างเคียงจากการใช้ยา พบว่าตัวยาไปยับยั้งเอ็นไซม์ที่ช่วยในการสร้างเม็ดสี (ซึ่งเป็นคนละตัวกับกลูต้าไธโอน) จึงมีผลทำให้ผิวขาวขึ้นได้ และโดยปกติแล้วได้มีการนำมาใช้ในการรักษาฝ้าร่วมกับยาหรือเทคนิคอื่นร่วมด้วย แต่ไม่มีข้อบ่งชี้ในการนำมารับประทานหรือฉีดเพื่อให้ผิวขาวแต่อย่างใดทรานซามิน ถือเป็นยาอันตรายที่ต้องได้รับการสั่งยาจากแพทย์เท่านั้น ไม่ควรไปซื้อรับประทานเอง เพราะมีผลข้างเคียงและผลเสียที่อันตราย เนื่องจากจะมีผลต่อตับ และทำให้เกิดลิ่มเลือดในร่างกาย หากมียาในร่างกายในปริมาณมากอาจส่งผลให้เส้นเลือดอุดตัน และอาจเกิดอาการปวดท้อง คลื่นไส้ อาเจียน ปวดหัวได้ โดยเฉพาะผู้ที่มีปัญหาเกี่ยวกับเลือด หรือมีโรคเลือด อาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้ด้วย

Alpha Arbutin..ความขาวจากไวท์เทนนิ่ง อัลฟ่า อาร์บูติน (Alpha Arbutin) เป็นสารชนิดหนึ่งที่เป็นส่วนผสมในครีมบำรุงผิวหรือไวท์เทนนิ่งต่างๆ ทำหน้าที่ยับยั้งการ Oxidation ของเอ็นไซม์ Tyrosine และ DOPA ซึ่งกระบวนการ Oxidation ของเอ็นไซม์ทั้งสองตัวนี้ จะเป็นกระบวนการในการผลิตเม็ดสี (Melanin) ยกตัวอย่างที่สามารถเห็นได้ชัดๆ จากการที่เราปอกเปลือกผลไม้ เช่น แอ๊ปเปิ้ล เมื่อวางทิ้งไว้จะเกิด Oxidation ของ Tyrosine ทำให้ผิวของแอ๊ปเปิ้ลมีสีคล้ำดำขึ้น การยับยั้งกระบวนการดังกล่าวนี้ จึงเรียกได้ว่าเป็นการยับยั้งผิวคล้ำที่ต้นเหตุเลยทีเดียว อัลฟ่า อาร์บูตินเป็นสารสกัดที่ได้จากพืชหลายชนิด เช่น Mulberry เป็นต้น เป็นอนุพันธ์ของสารจำพวกไฮโดรคิวโนน (Hydroquinone) ดังนั้นจึงจัดเป็นกลุ่ม Whitening ที่ออกฤทธิ์ได้ผลดี แต่ไม่มีอาการข้างเคียงมากเหมือนกับไฮโดรคิวโนน จึงไม่อยู่ในกลุ่มสารเคมีควบคุม เป็นที่นิยมอย่างมากในผลิตภัณฑ์ไวท์เทนนิ่งต่างๆ โดยเฉพาะเครื่องสำอางราคาแพง เนื่องจากเห็นผลได้เร็วกว่าสารตัวอื่นๆ และเห็นผลได้ดีด้วยการทาให้สารซึมผ่านผิวหนัง แต่ข้อเสียคือมีราคาแพง และไม่เสถียร เพราะเป็นสารที่ละลายได้ในน้ำ

กลูต้าไธโอนในร่างกาย

หมู่อาหารโปรตีนได้แก่ เนื้อสัตว์ นม ก็จะมีกรดอะมิโนเป็นโบกี้เล็กๆที่มาเชื่อมต่อคือสารที่เรียกว่า กลูต้าไธโอน Glutathione คือโปรตีนชนิดหนึ่ง แต่เป็นอณูโปรตีนที่ไม่ยาวมากนักที่เกิดจากอะมิโน Amino Acid 3 ชนิดมาประกอบกันคือ Cysteine Glutamate และ Glycineกลูตาไธโอนสามารถสังเคราะห์โดยเซลล์ในร่างกายของเราเองจากกระบวนปฏิกิริยาชีวเคมีในทุกเซลล์ทั่วๆไป แต่จะพบได้มากที่สุดที่ตับของเรา

เมื่อร่างกายขาดกลูต้าไธโอน

จุดเริ่มต้นทางการแพทย์ พบว่าการขาดสารตัวนี้จะเกิดปัญหาทางสุขภาพในคนไข้หลายๆ ราย เช่นคนไข้ที่เป็นโรคตับเรื้อรังอยู่แล้วพอมีการลดลงของกลูตาไธโอนนี้เกิดในเซลล์ตับ Hepatocyte จะมีโอกาสทำให้เกิดตับไม่ทำหน้าที่ ถ้าขาดมากๆจะทำให้เกิดตับวายและเสียชีวิตได้ในที่สุด และในคนไข้ที่มีภูมิคุ้มกันไม่ปกติ หรือเกิดเนื้อร้าย มะเร็ง รวมทั้งโรคเอดส์ พอขาดสารกลูตาไธโอนอย่างเรื้อรัง กลับเร่งให้เกิดให้อาการโรคเหล่านี้แย่ลงไปอีก จึงมีการวิจัยศึกษาสารตัวนี้อย่างจริงจัง

ผลข้างเคียงของกลูต้าไธโอน

การรักษามักจะให้โดยการฉีดเข้าเส้นหรือเข้าที่กล้ามเนื้อ โดยการรักษาต้องอยู่ภายใต้การดูแลของทีมแพทย์และเภสัชกรเท่านั้น เพื่อติดตามผลการรักษาและคอยป้องกันไม่ให้เกิดผลข้างเคียงของยาดังกล่าวที่อาจเกิดขึ้นได้แก่

- ผิวหนังแดง
- ความดันโลหิตต่ำ
- หอบหืดเฉียบพลัน
- อาจเกิดอาการแพ้ Anaphylactic Reaction จากการปนเปื้อนหรือความไม่บริสุทธิ์
- เนื่องจากกลูตาไธโอนเองมีผลไปการยับยั้งเอนไซม์ไทโรซิเนส ซึ่งปกติแล้วเอนไซม์นี้มีหน้าที่ทำให้เม็ดสีของผิวหนังเปลี่ยนจากเม็ดสีน้ำตาลดำเป็นเม็ดสีชมพูขาว ผลข้างเคียงของการใช้สารนี้ในลักษณะนี้จึงส่งผลให้ร่างกายมีปริมาณเม็ดสีลดลง จึงทำให้ดูเสมือนว่ามีผิวขาวยิ่งขึ้น

2.2 **ยาลดความอ้วน**

จัดเป็นวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท ต้องอยู่ภายใต้ความดูแลของแพทย์ ร้านที่จะขายได้ต้องมีใบอนุญาต ฤทธิ์ของยาจะกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง ลดความถี่ของความรู้สึกหิว

การใช้ยาลดน้ำหนักทุกชนิดจะทำให้น้ำหนักลดลงได้ในช่วงที่กินยา แต่น้ำหนักจะสูงกลับขึ้นเท่าเดิมเมื่อหยุดยาด้วยอาการที่เรียกว่า yo-yo effect คือผู้ใช้ยาจะมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นกว่าเดิมมาก เพราะร่างกายปรับสภาพให้เผาผลาญพลังงานน้อยไป

ยาลดความอ้วนส่วนใหญ่ จัดเป็นอนุพันธ์ของแอมเฟตามีน(amphetamine) ที่เป็นยาประเภทเดียวกับยาบ้า แต่พัฒนายาให้มีผลข้างเคียงต่อระบบประสาทน้อยกว่า

ประเภทของยาลดความอ้วน

2.2.1 ยาควบคุมความหิว ยากลุ่มนี้ออกฤทธิ์กดศูนย์ควบคุมความหิวในสมอง ทำให้ไม่รู้สึกอยากทานอาหารและอิ่มเร็วแต่เนื่องจากยาประเภทนี้ออกฤทธิ์ต่อสมองโดยตรงทำให้เกิดผลแทรกซ้อนค่อนข้างมากเช่น นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย หงุดหงิด ใจสั่น ปากแห้ง

2.2.2 ยาเพิ่มการเผาผลาญพลังงานในร่างกายเป็นการนำยาในกลุ่ม "ไทรอยด์ฮอร์โมน" ที่ใช้รักษาผู้ป่วยโรคไทรอยด์มาใช้ เพราะยากลุ่มนี้สามารถเพิ่มอัตราการเผาผลาญพลังงาน น้ำหนักจึงลดลงอย่างรวดเร็วอย่างไรก็ตามน้ำหนักที่ลดลงเป็นน้ำหนักที่เกิดจากมวลรวมของร่างกายแทนที่จะเป็นไขมัน ดังนั้น ยานี้จึงส่งผลข้างเคียงสูงมาก แถมยังเป็นอันตรายต่อระบบหัวใจและหลอด

เลือดอีกด้วย

2.2.3 ยาระบายและยาขับปัสสาวะ เป็นที่นิยมอย่างมาก เนื่องจากทำให้เห็นผลเร็วและน้ำหนักลดลงมาก แต่ความจริงแล้วถือเป็นภาพลวงตา เพราะสิ่งที่ลดลงไม่ใช่ไขมัน แต่เป็นน้ำภายในร่างกาย การใช้ยาประเภทนี้จะส่งผลข้างเคียง เช่น ทำให้ขาดเกลือแร่ที่สำคัญ และอาจทำให้ไตมีปัญหาได้

2.2.4 ยาที่ช่วยทำให้รู้สึกอิ่มเร็วขึ้น ส่วนใหญ่จะเป็นพวกใยอาหาร (ไฟเบอร์) เช่น บุกแมงลักซึ่งมักทำให้เกิดอาการท้องอืด

2.2.5 ยาลดการดูดซึมไขมัน ทำหน้าที่ยับยั้งการทำงานของน้ำย่อย ที่มีหน้าที่ย่อยสลายไขมัน เมื่อไขมันไม่ถูกย่อยก็จะไม่ถูกดูดซึมเข้าร่างกาย และในที่สุดจะถูกขับถ่ายออกไป อย่างไรก็ตาม ยาประเภทนี้มีผลข้างเคียงทำให้ มีลมในลำไส้มาก ท้องอืด ถ่ายอุจจาระเป็นน้ำมัน ผายลมมีน้ำมันปนออกมาอุจจาระปอยหรือกลั้นอุจจาระไม่อยู่เป็นต้น

2.2.6 อาหารเสริมที่อ้างว่าสามารถช่วยลดน้ำหนัก เช่น ไคโตซาน ส้มแขก

2.2.7 วิตามิน มันถูกจ่ายควบคู่มาด้วย เนื่องจากผลข้างเคียงของยาต่างๆ ข้างต้นทำให้ไม่รู้สึกหิว กินอาหารไม่เพียงพอ หรือระบายน้ำออกจากร่างกายมากไป ทำให้ร่างกายสูญเสียเกลือแร่และวิตามัน

ส่วนยากลุ่มที่เป็นปัญหามากที่สุด คือ ยาในกลุ่มออกฤทธิ์ระงับความหิว โดยที่นิยมมาก คือ "เฟนเตอมีน" (Phentermine) หรือยาในกลุ่มเดียวกัน จัดเป็นวัตถุออกฤทธิ์ต่อจิตและประสาท ประเภท 2 และต้องจ่ายโดยแพทย์เท่านั้น ยาประเภทนี้ถูกควบคุมจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา(อย.)อย่างเข้มงวดเนื่องจากส่งผลข้างเคียงสูง

อย.อนุญาตให้ขาย "เฟนเตอมีน" แก่แพทย์ได้ไม่เกิน 5,000 เม็ดต่อเดือน เพื่อป้องกันการจ่ายยาพร่ำเพรื่อ นอกจากนี้ แพทย์ยังต้องรายงานการใช้การนี้ทุกครั้ง

2.3 สารฟิลเลอร์

Filler คือการฉีดเติมเต็มด้วยสาร Hyaluronic Acid (HA) ซึ้งเป็นสารประกอบของคอลลาเจนที่มีอยู่แล้วในผิวหนัง คอลลาเจนนั้นเป็นโปรตีนสำคัญของผิว เพราะเป็นส่วนที่เปรียบได้กับสปริงของผิวหนัง ช่วยสร้างความตึงให้กับผิวหนังชั้นหนังแท้ คอลลาเจนโปรตีนจะเสื่อมสภาพลงเมื่ออายุมากขึ้นพอสปริงไม่เด้งเหมือนเก่า ผิวหนังจึงยุบตัวลง ความเหี่ยวย่น ริ้วรอย ความชราของผิวพรรณจึงปรากฏ

การฉีด Filler ถูกนำมาฉีดเพื่อช่วยในการปรับแก้ไขรูปหน้า เช่น เสริมจมูก เสริมคาง เสริมแก้ม หรือเพื่อเติมเต็มริ้วรอยบนใบหน้า เติมเต็มร่องรอยลึกต่างๆ เช่น ร่องใต้ตา ร่องแก้ม หรือแม้แต่การบำรุงผิวให้กลับกระชับ ไม่ว่าจะเป็นใบหน้า ลำคอ หลังมือ หรือแม้กระทั่งบริเวณผิวหน้าอก

และเมื่อสารฟิลเลอร์ เป็นสารที่ร่างกายมีอยู่แล้ว ดังนั้นการฉีดสารชนิดนี้เข้าไปในชั้นผิวหนังจึงไม่ก่อให้เกิดอันตรายและสามารถย่อยสลายไปเองได้ตามกระบวนการทำงานของร่างกาย

การนำสารเติมเต็มไปฉีดโดยแพทย์นั้นถ้าดูอย่างผิวเผินก็ไม่น่าจะยากเย็นอะไร ไม่แตกต่างจากการฉีดยาโดยทั่วไป ซึ่งในความจริงแล้วไม่เป็นเช่นนั้น เนื่องจากการฉีดสารเติมเต็มเข้าใต้ผิวหนังต้องมีความรู้เรื่องกายวิภาค(Anatomy)บริเวณใบหน้าเป็นอย่างดี โดยเฉพาะเส้นเลือดและเส้นประสาทบริเวณใบหน้าที่มีการเชื่อมโยงกันไปมา การฉีดสารเติมเต็มจึงไม่ง่ายเหมือนกับการแค่ดูก็ทำได้เท่านั้น เพราะผลข้างเคียงที่เกิดขึ้นจากความผิดพลาดหรือขาดความรู้ที่ถูกต้องย่อมนำมาซึ่งผลเสียหายชนิดที่บางครั้งก็แก้ไขไม่ได้

ผลข้างเคียงจากการฉีดสารเติมเต็ม

1.ฉีดไม่ถูกตำแหน่งเช่นฉีดตื้นหรือลึกเกินไปทำให้ไม่ได้ผล

2.บวมไม่ยุบ โดยเฉพาะการฉีดเติมร่องใต้ตาเป็นผลจากการอุดตันทางเดินน้ำเหลือง ทำให้ตาดูบวมๆคล้ายถุงใต้ตา

3.เป็นก้อนๆหรือตะปุ่มตะป่ำโดยเฉพาะบริเวณร่องแก้มหรือใต้ตาที่ฉีดตื้นเกินไป

4.บริเวณที่ฉีดมีเส้นเลือดฝอยแดงเกิดขึ้นเป็นผลจากอนุภาคสารเติมเต็มไปอุดตันเส้นเลือดฝอยในจุดนั้นมักพบได้บ่อยในกรณีที่ต้องการฉีดเสริมปลายจมูก

5.เนื้อเยื่อข้างเคียงตายจากการที่อนุภาคของสารเติมเต็มไปอุดตันเส้นเลือดขนาดกลางพบได้บริเวณข้างและปีกจมูกจากการเติมร่องแก้มหรือการฉีดเสริมจมูก

6.เกิดการอักเสบติดเชื้อพบได้บ่อยมากขึ้นในกรณีที่ฉีดเติมปลายจมูกให้ยาวขึ้นหรือเพื่อเป็นหยดน้ำในจมูกที่มีแท่งซิลิโคนอยู่แล้วกรณีนี้ต้องถอดแท่งซิลิโคนออกเท่านั้นจึงจะดีขึ้น

7.จมูกโตขึ้นเรื่อยๆ มักพบในคนที่ฉีดสารเติมเต็มหลายๆครั้งทำให้พังพืดเพิ่มมากขึ้น ดังนั้นการฉีดสารเติมเต็มจึงไม่ใช่การทดแทนการศัลยกรรมจมูกอย่างที่โฆษณากัน

8. ตาบอด มักเกิดจากการฉีดเสริมจมูกอย่างผิดวิธีทำให้อนุภาคของสารเติมเต็มหลุดเข้าไปอุดตันเส้นเลือดที่ดวงตา

2.4 การจัดเหล็กดัดฟันแฟชั่น

การจัดฟันถือเป็นการรักษาอย่างหนึ่ง.โดยช่วยให้การสบฟันและการบดเคี้ยวของผู้ป่วยดีขึ้น.นอกจากนี้ฟันที่เรียงตัวเป็นระเบียบยังช่วยให้ผู้ป่วยดูแลรักษาความสะอาดฟันได้ง่ายขึ้น.ลดการเกาะติดของคราบหินปูนทำให้สุขภาพของเหงือกและฟันดีขึ้นในระยะยาว.ส่วนความสวยงามเป็นผลพลอยได้ที่ตามมา

แต่ในมุมมองของผู้ป่วยจะมองความสวยงามเป็นหลัก.และเนื่องจากการจัดฟันได้รับความนิยมจากผู้ป่วยมากขึ้นเรื่อยๆ.แต่ค่าใช้จ่ายยังค่อนข้างสูง.จึงเกิดช่องทางทำมาหากินที่ไม่มีจรรยาบรรณโดยเลี่ยงวลีไปใช้คำว่า"จัดฟันแฟชั่น"แต่การจัดฟันจริงๆแล้วต้องทำในรูปแบบของการรักษาเท่านั้น. ไม่สามารถเป็นแฟชั่นได้ด้วยเหตุผลดังต่อไปนี้.

คำว่าแฟชั่น.หมายถึง.การประดับประดาให้เข้าตามสมัยที่ได้รับความนิยม.ซึ่งเมื่อนำออกไปแล้วจะไม่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ. เช่น. ต่างหู กำไร.แหวน สร้อย. กิ๊บ. เหล่านี้เป็นแฟชั่นได้. เพราะเมื่อเบื่อ. เลิกใช้. สุขภาพไม่เสีย. แต่เหล็กจัดฟันเมื่อติดลงไปบนฟันแล้ว. จะทำให้เกิดการเลื่อนเคลื่อนเปลี่ยนตำแหน่งของฟัน. ซึ่งเมื่อถอดเหล็กออกไปแล้ว การสบฟันจะไม่สามารถกลับมาเหมือนเดิมได้. นอกจากนี้การติดเหล็กจัดฟัน. ถ้าไม่ได้รับการดูแลรักษาที่ดีก็จะกระทบต่อสุขภาพของเหงือกและฟัน. ด้วยเหตุนี้การจัดฟันจึงต้องเป็นในรูปแบบของการรักษาเท่านั้นไม่สามารถเป็นแฟชั่นได้

ส่วนอันตรายจากการจัดฟันแฟชั่น.มีดังนี้

1.ฟันผุและเหงือกอักเสบรุกลามอย่างรวดเร็ว เพราะติดเหล็กทันทีโดยไม่ได้อุดฟันและขูดหินปูนให้สะอาดก่อน ในรายที่ติดนานๆ จะมีการทำลายของกระดูกเบ้าฟัน ทำให้เหงือกร่น เป็นหนอง ฟันยื่นยาวและโยกคลอน.เรียกว่าโรคปริทันต์อักเสบหรือรำมะนาดคับ.และอาจต้องโดนถอนฟันทิ้งในที่สุด

2.ในรายที่ฟันซ้อน. ฟันหน้าบนจะเหยินมากขึ้นเพราะติดเหล็กโดยไม่ได้ถอนฟัน. ฟันจะเรียงเรียบแต่จะแบะเหยินออกมาด้านหน้าแทน

3.ฟันกรามน้อยอาจโดนแบะออกนอกแนวกระดูกขากรรไกร.เกิดฟันสบไขว้ในฟันหลังเพราะไม่ได้ติดเหล็กในฟันกรามใหญ่ซี่แรก.ทำให้หลักยึดในฟันหลังไม่เพียงพอ

4.การสบฟันเปลี่ยนไป.อาจกระตุ้นให้เกิดการนอนกัดฟันมากขึ้น.หรือปวดข้อต่อขากรรไกรหน้าหู

5.วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ไม่ได้มาตรฐาน. เช่น ลวดทำดอกไม้ประดิษฐ์ ซึ่งถูกกว่าลวดจัดฟันที่เป็นสแตนเลสมาก อาจได้รับพิษจากโลหะหนัก. เช่น ปรอท ตีบุก แคดเมี่ยม. หรือ สนิมเหล็ก. รวมถึงคีมที่ใช้เป็นคีมช่างไฟ. ไม่ใช่คีมจัดฟันที่เป็นเครื่องมือทางการแพทย์.ซึ่งคีมช่างไฟจะเกิดสนิมเหล็กได้

6.สารที่ใช้ติดเหล็กลงบนฟันเป็นกาวตราช้างไม่ใช่บอนดิ้งซึ่งราคาแพงกว่ามาก.และในกาวตราช้างมีสารแอสซานิกหรือสารหนูที่เป็นอันตรายกับคน

7.เสี่ยงต่อการติดเชื้อ เพราะระบบการฆ่าเชื้อโรคไม่ได้มาตรฐาน. เช่น. เริม. หวัด. หวัด2009. เอดส์. เป็นต้น

8.เป็นแหล่งกระจายของเชื้อโรคเข้าสู่กระแสเลือด.อาจทำให้เสียชีวิตได้

9.ในรายที่ฟันเรียบอยู่แล้วแต่ไปติดแฟชั่นร่วมกับใช้เชนสายยาวดึงฟันเหมือนเป็นลูกโซ่ที่สวยงาม. จะดึงให้ฟันเบียดซ้อนกัน.จากฟันเรียบกลายเป็นฟันซ้อนเกได้.

10นอกจากนี้รากฟันอาจกุดสั้นลงเพราะได้รับแรงที่มากเกินไป.ทำให้ฟันโยกและความแข็งแรงของฟันลดลง

11. ฟันอาจตายได้. เนื่องจากใช้แรงดึงฟันที่มากไปและไร้ทิศทางในการเคลื่อนฟันอย่างเหมาะสม. เส้นเลือดและเส้นประสาทฟันอาจโดนตัดขาด.ทำให้ฟันตายและเปลี่ยนเป็นสีคล้ำดำได้

2.5 การใส่บิ๊กอาย

บิ๊กอายคือคอนแทคเลนส์ชนิดหนึ่ง ใช้ในทางการแพทย์มานานแล้ว ความนิยมของบิ๊กอายเริ่มจากประเทศเกาหลี ญี่ปุ่น บิ๊กอายเป็นคอนแทคเลนส์สี ที่มีลักษณะเฉพาะ คือ วาดตรงส่วนที่เป็นกระจกตาดำให้ใหญ่ขึ้น จริงๆ แล้วบิ๊กอายไม่ได้หมายความว่าใส่แล้วตาดำจะโตขึ้น เพียงแต่ใส่แล้วจะทำให้ดูตา

ดำใหญ่ขึ้นวัสดุที่ทำสีที่ทำให้ตาดำใหญ่ขึ้นจะเป็นสีลักษณะพิเศษที่มีลักษณะที่สว่างเห็นภาพมันวาว ดังนั้นคนมองตาคนที่ใส่คอนแทคเลนส์บิ๊กอายรู้สึกเหมือนตาดำโตสวยงาม วัตถุประสงค์หลักใหญ่ๆในการใช้คอนแทคเลนส์จะมีอยู่3อย่าง

1. การใช้เพื่อการแก้ไขภาวะสายตาผิดปกติ เช่น สายตาสั้น สายตาเอียง เป็นที่ใช้กันแพร่หลายมีประมาณการมีการใช้คอนแทคเลนส์เพื่อแก้สายตา

2. การใช้เพื่อการรักษาโรคทางกระจกตาบางอย่าง เช่น กระจกตาบาง กระจกตาเอียง กระจกตาทะลุจักษุแพทย์จะเป็นผู้สั่งใช้

3.การใช้เพื่อการสวยงาม สมัยก่อนเริ่มแค่การมีคอนแทคเลนส์สี เช่น สีน้ำตาล สีฟ้าการเลือกซื้อคอนแทคเลนส์บิ๊กอายที่มีคุณภาพระดับหนึ่งเพราะว่าไปแปะกับที่ดวงตาของเราซึ่งอาจจะเกิดอันตรายกับดวงตาได้คอนแทคเลนส์ในประเทศไทยเกือบทั้งหมดไม่ได้ผลิตขึ้นในประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นการนำเข้ามาจากต่างประเทศ

ข้อแนะนำในการเลือกซื้อบิ๊กอาย

• ร้านที่ขายจะต้องมีใบอนุญาตหรือลำเนาใบอนุญาตการนำเข้าคอนแทคเลนส์ เพราะว่าจะมีการควบคุมคุณภาพ

• คอนแทคเลนส์บิ๊กอายต้องมีเอกสารแนะนำการใช้ วิธีการใช้อย่างถูกต้อง แสดงว่าเป็นการผลิตเป็นการนำเข้าที่มีคุณภาพมีการรับผิดชอบระดับหนึ่ง

• ดูแหล่งที่ขาย ที่มีความน่าเชื่อถือปลอดภัย ถ้าไม่ปลอดภัยจะมีความเสี่ยงสูงและถ้าไม่ได้คุณภาพใส่เกิดภาวะแทรกซ้อนตาอักเสบแนะนำเกี่ยวกับการใช้คอนแทคเลนส์ทั่วไปหรือบิ๊กอาย

• ใช้เมื่อเวลาที่จำเป็น เช่น คอนแทคเลนส์แก้สายตาจำเป็นออกไปทำงาน ลักษณะงาน หรือการเล่นกีฬาใส่แว่นไม่ได้ เมื่อกลับมาบ้านก็ควรจะถอดแล้วใส่แว่น คอนแทคเลนส์บิ๊กอาย ใช้เพื่อความสวยงามกลับถึงบ้านรีบถอดทันที เพราะว่าคอนแทคเลนส์ถือเป็นสิ่งแปลกปลอมที่ไปสัมผัส

ดวงตาอาจจะทำให้เกิดเคืองตาหรืออาการแพ้

• คอนแทคเลนส์สะอาด ถูกต้องตามวิธีที่เขาแนะนำ ต้องมีการถอดล้าง มีการแช่น้ำยาโปรตีนและก็ไม่ใช้ปะปนกันคนอื่นบิ๊กอายของเพื่อนสวยมาขอแลกกันใช้วิธีการนี้เป็นอันตรายมาก

• อย่าใช้คอนแทคเลนส์ที่หมดอายุหรือใส่นานเกินไป เพราะว่าบางครั้งตัวเนื้อคอนแทคเลนส์อาจจะมีการฉีกขาดหรือมีการเสื่อม ซึ่งอาจจะไปครูดกับกระจกตา ทำให้กระจกตาเป็นแผล

• ห้ามใส่คอนแทคเลนส์นอน เวลานอนเป็นเวลาที่กระจกตาได้รับการพักผ่อน ต้องการออกซิเจนเข้าไปเลี้ยงเต็มที่ ดังนั้นห้ามใส่คอนแทคเลนส์ในเวลานอน เพราะมีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อที่กระจกตา อาจทำให้ตาบอดได้

• ถ้ามีอาการผิดปกติ เช่น ตาแดง ตามั่ว หรือว่าที่ตาดำมีจุดขาวๆ เกิดขึ้นต้องรีบถอดคอนแทคเลนส์ทันทีและไปพบจักษุแพทย์ อาจจะมีการติดเชื้อ
ที่กระจกตา ถ้าปล่อยลุกลามไปอาจจะถึงขั้นเสียดวงตา

• ปัญหาตาแห้งควรหยอดน้ำตาเทียม การหยอดต้องระมัดระวังไม่หยอดน้ำตาเทียมทับคอนแทคเลนส์ เพราะตัวยาอาจจะเข้าไปเกาะอยู่ในเนื้อ
คอนแทคเลนส์

• การใช้คอนแทคเลนส์นานเกินไปหรือใช้ซ้ำไปซ้ำมา การใช้ลักษณะนี้จะเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรค เชื้อโรคเข้าไปทำให้เปลือกตาหรือเยื่อบุตา
อักเสบ เมื่อใช้ไปสักหลายครั้งแล้วควรเปลี่ยนใหม่

2.6 สัก เจาะ

แฟชั่นการสัก การเจาะ การกรีดผิวหนัง และการผ่าลิ้น กำลังเป็นที่นิยมของวัยรุ่นและผู้ใหญ่บางกลุ่มอาจมีอันตรายได้

ผู้ที่มีโรคประจำตัวบางอย่างคือ โรคเลือดออกไม่หยุดที่เรียกว่าฮีโมฟีเลีย โรคลิ้นหัวใจพิการ โรคผิวหนังแพ้และพุพอง ผู้ที่มีประวัติแพ้เครื่องประดับ (แพ้โลหะนิกเกิล) หรือผู้ที่เกิดแผลเป็นนูนโตที่เรียกว่าคีลอยด์ง่าย ควรงดเว้นการทำตามแฟชั่นเหล่านี้เพราะเสี่ยงต่อผลแทรกซ้อนสูง ถ้าหากใช้เครื่องมือที่ไม่สะอาด อาจเกิดการติดเชื้อโรคได้ เช่น เชื้อแบคทีเรีย ทำให้เป็นฝีหนอง โรคบาดทะยัก ไวรัสตับอักเสบวัณโรคผิวหนังซิฟิลิส แม้กระทั่งโรคเอดส์ได้

เข็มที่เผาไฟจนแดง ซึ่งเป็นอุปกรณ์ใช้สัก หรือเจาะ ก็ฆ่าเชื้อไวรัสตับอักเสบไม่ได้ ขณะนี้พบคนไทยเป็นโรคไวรัสตับอักเสบสูงมาก ทำให้พบอัตราตายจากมะเร็งตับสูงตามไปด้วย ดังนั้นการสักที่ไม่สะอาดอาจนำไปสู่การเกิดมะเร็งตับได้

การเจาะนิยมทำที่ใบหู จมูก ปาก รวมถึงสะดือ เคยมีรายงานว่า วัยรุ่นที่นิยมไปเจาะจมูกจะทำให้เชื้อแบคทีเรียจากช่องจมูกซึ่งเป็นบริเวณที่สกปรกมากลอยไปติดที่ลิ้นหัวใจทำให้หัวใจ

อักเสบ หากมีก้อนเลือดก็อาจจะทำให้ก้อนเลือดและเชื้อโรคไปอุดตันหลอดเลือดในสมองทำให้เกิดฝีในสมองมีอาการแขนขาอ่อนแรง

การสักการเจาะไม่ใช่เรื่องแปลกใหม่ กระทำมาตั้งแต่ 4,000 ปีที่แล้ว แต่เป็นความเชื่อของแต่ละชุมชน ที่น่าเป็นห่วงคือปัจจุบันที่เราสักเจาะเพื่อแฟชั่น ซึ่งแน่นอนว่ามันจะเริ่มเสื่อม หรือคนที่สักเจาะเองอาจจะรู้สึกเบื่อ และเมื่อต้องการสมัครงานก็จะหันมาลบรอยสัก หรือเย็บปิดรอยเจาะซึ่งการแก้ไขดังกล่าวทำได้ยากเสียเวลาและเสียค่าใช้จ่ายมากกว่าการสักเจาะหลายเท่าตัว

กรณีของการสักนั้น อาจใช้รูปลอกติดแทนก็ได้ ซึ่งอยู่ได้นานถึง 7 วัน หรือใช้การเพ้นต์สีแทนการสัก ส่วนกรณีการเจาะ อาจใช้ตุ้มหูวงแหวนชนิดหนีบ หรือตุ้มหูแม่เหล็กแทนก็ได้ สำหรับผู้ที่ต้องการเจาะหู ต้องแน่ใจเรื่องความสะอาดของเครื่องมือ ถ้าใช้ตุ้มหูที่ทำด้วยเงินสเตอร์ลิง หรือสแตนเลส จะลดอาการแพ้ลงได้ ตุ้มหูโลหะทั่วไป ทองขาว และเงินเยอรมนี มีส่วนผสมของนิกเกิลซึ่งทำให้แพ้ได้

ระยะนี้เริ่มมีกระแสข่าวเข้ามาว่าวัยรุ่นมีวิธีการตกแต่งร่างกายแบบใหม่ที่เพิ่มมาจากการสัก การเจาะหู เจาะจมูก เจาะสะดือ ก็คือการกรีดผิวหนังให้เป็นรอยแผลเป็นซึ่งเป็นวัยรุ่นตะวันตกและวัยรุ่นไทยบางคนเริ่มทำตามกระแสนี้บ้างแล้ว

การกรีดผิวหนังให้เป็นรอยแผลเป็น (scarification) ความหมายแต่ดั้งเดิมคือการใช้เข็มเล็กๆ จิ้มผิวหนังซ้ำกันหลายๆ ครั้ง เช่นเดียวกับการปลูกฝี แต่ขณะนี้วัยรุ่นกลับนำมาใช้เพื่อให้ผิวหนังเกิดแผลเป็นตามรูปร่างที่กำหนดซึ่งจัดเป็นการเสริมความงามอย่างหนึ่ง

เทคนิคเสริมสวยโดยทำให้เกิดแผลที่ผิวหนังมีหลาย แบบ เช่น การใช้ความร้อน (นำเหล็กเผาไฟจนแดงนาบ ผิวหนัง) เรียกว่าการตีตรา เทคนิคนี้เดิมใช้กับสัตว์เลี้ยง ที่เป็นฝูงใหญ่ (เช่น วัว) เพื่อเป็นสัญลักษณ์ปัจจุบันอาจใช้เครื่องจี้ไฟฟ้าหรือเลเซอร์ทำให้เป็นแผลได้

อีกวิธีก็คือ การใช้มีดผ่าตัดกรีดผิวหนัง เรียกว่าการกรีด โดยกรีดลึกลงไป ๑-๖ นิ้ว คือ ลึกถึงชั้นหนังแท้ฝานไปหลายวันจะเกิดแผลเป็นตามรอยกรีด มีช่วงหนึ่งพบผู้ติดยาเสพติดที่มีรอยกรีดตนเองบริเวณที่ท้องแขนได้บ่อย ที่รุนแรงกว่านี้คือการแล่ผิวหนังออกมาเป็นชิ้นๆ รวมถึงการทำให้เกิดแผลเป็นโดยใช้น้ำกรดหรือด่างกัดผิวหนังใช้หัวเจียระไนเพชรหรือหัวสลักแก้วขัดผิวหนัง

วิธีเหล่านี้เริ่มแรกนิยมจำกัดเฉพาะกลุ่มผู้ที่ชอบทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดและผู้ที่ชอบถูกทำให้เจ็บปวด และคนป่าบางเผ่า นอกจากนี้ก็มีผู้ป่วยที่มีอาการทางจิตมักชอบสร้างแผลตามผิวหนังให้ตนเอง เรียกว่า โรคผิวหนัง ที่สร้างเอง ซึ่งจะมีแผลแปลกๆ ตามผิวหนังไม่เหมือนกับที่เกิดตามธรรมชาติ

การทำให้เกิดแผลเป็นบางตำแหน่ง เช่น ที่กลางหน้าอกและหลัง แผลมักปูดโปนผิดปกติทำให้เป็นคีลอยด์ บางคนเป็นสิวเม็ดเดียวที่หน้าอกไปบีบแกะก็ยังเกิดคีลอยด์ก้อนโตขนาดผล

มะนาวจนถึงผลส้มตามมาได้ การทำให้เกิดแผลนี้ผลลัพธ์ที่ได้อาจไม่เป็นดังที่คิด แม้ผู้ที่ทำให้จะมีประสบการณ์เพียงใดเพราะถึงผู้ทำคนเดียวกัน กรีดแผลแบบเดียวกัน แต่รอยแผลเป็นของแต่ละคนจะต่างกัน และการแก้ไขรอยแผลเป็นก็ยากมาก เช่น ใช้การฉีดยาสตีรอยด์เข้าบริเวณแผล การฉายรังสี การจี้ด้วยความเย็นจัด การใช้แผ่นเจลปิด อย่างไรก็ดีแผลก็หายไม่สนิทซึ่งอาจมีผลกระทบตามมาภายหลังได้

นอกจากการทำให้เกิดแผลเป็นแล้ว ขณะนี้มีกระแสแฟชั่นวัยรุ่นต่างประเทศ โดยเฉพาะที่สหรัฐอเมริกา คือการผ่าลิ้นสองแฉก (tongue bifurcation หรือ tongue splitting) โดยการผ่าจากปลายลิ้นไปทางโคนลิ้น ซึ่งนอกจากทำให้ดูแปลกแล้ว ยังเชื่อว่าช่วยเพิ่มรสชาติการจูบ และบางคนสามารถกระดกลิ้นทั้งสองแฉกนี้ไปคนละทางกันก็ได้ การผ่าลิ้นเช่นนี้ถือว่าผิดกฎหมายในบางรัฐของสหรัฐอเมริกา และห้ามทหารทำ ศัลยแพทย์ก็ไม่รับทำด้วยจึงต้องแอบทำกันเอง ซึ่งเสี่ยงต่อการติดเชื้อแทรกซ้อนและบางรายที่ฉีดยาชากันเองก็อาจแพ้ยาชาถึงเสียชีวิตได้

แฟชั่นเหล่านี้เป็นเพียงกระแสนิยม มาแล้วก็จากไป พบเสมอว่าผู้ที่ไปสัก เจาะ กรีด ผ่า ไม่นานก็เบื่อรูปรอยเหล่านั้น จะลบออกก็เสียค่าใช้จ่ายสูงและทำได้ยากมาก และก็มักลบออกไม่หมด ที่ทำงานหลายแห่งก็ไม่ต้อนรับคนที่มีรอยเหล่านี้ บางคนจะไปสมัครเป็นทหารก็ต้องมาลบรอยสักและเย็บปิดรอยเจาะหู แม้แต่ที่อาบน้ำสาธารณะหลายแห่งในญี่ปุ่นก็ไม่ให้คนมีรอยสักรอยเจาะใช้บริการ

3. โมชั่นกราฟิก

3.1 **ความหมายของโมชั่นกราฟิกภาพเคลื่อนไหวกราฟิก**

ภาพเคลื่อนไหวกราฟิก (Motion graphics) เป็นการผสมผสานระหว่าง กราฟิกและการเคลื่อนไหวเป็น เช่น การหมุน ขยับซ้าย ขวา มีการใช้เสียงบรรเลง เสียงดนตรี หรือเสียงพูดเพื่อให้ดูน่าสนใจ การสร้างภาพและศิลปะที่มีเคลื่อนไหวในหลากหลายมิติ โดยใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่ อันได้แก่ คอมพิวเตอร์เข้าช่วยสร้างสรรค์งานให้เกิดขึ้น หักจะพบงานประเภทนี้ในภาพยนตร์หรือในรายการโทรทัศน์ กราฟิกเคลื่อนไหวโดยปกติมักจะแสดงผ่านทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์

ภาพเคลื่อนไหวกราฟิก (Motion graphics) คือการทำภาพกราฟิกต่างๆ หลายรูปแบบมาผสมผสานเป็นภาพเคลื่อนไหว ซึ้งเป็นการเชื่อมต่อระหว่างงาน Graphics Design กับภาพเคลื่อนไหวเข้าด้วยกัน

ภาพเคลื่อนไหวกราฟิก (Motion graphics) คือ งานกราฟิกที่เคลื่อนไหวได้ โดยการนำมาจัดเรียงต่อๆกัน หรืออีกนับหนึ่งคือ การผสมผสานกันระหว่างงานออกแบบกราฟิกกับการเคลื่อนไหวให้เกิดออกมาเป็นตัวงานที่น่าสนใจ

3.2 ปัจจัยในการสร้างโมชั่นกราฟิก

3.2.1 กำหนดเป้าหมายอย่างชัดเจนว่าจะทำเรื่องอะไร

3.2.2 กำหนดกลุ่มเป้าหมายในการสร้างงานเพื่อจะได้ใช้ภาษาที่ถูกต้อง

3.2.3 กำหนดใจความสำคัญ

3.2.4 เนื้อหาต้องมีความสนใจ และทันสมัย เนื้อหาที่มีความกระชับ

3.2.5 สำรวจข้อมูลให้มีความถูกต้อง ชัดเจน หาข้อมูลในหลายๆด้าน

3.2.6 นำเสนอหัวเรื่อง มีความน่าสนใจ ตั้งชื่อเรื่องให้น่าดึงดูดความสนใจ

3.2.7 ออกแบบกราฟฟิกให้ดูน่าสนใจ เพื่อส่งเสริมข้อมูลให้ดูน่าสนใจมากขึ้น

3.2.8 สรุปข้อมูลของเนื้อเรื่อง เพื่อให้ผู้ชมเข้าใจมากขึ้น

ภาพที่ 1 ตัวอย่างโมชั่นกราฟิกเคลื่อนไหว ภาพที่ 1

ที่มา http:// www.navigator-usa.com

ภาพที่ 2 ตัวอย่างโมชั่นกราฟิกเคลื่อนไหว ภาพที่ 2

3.3 โปรแกรมในการใช้ในการออกแบบโมชั่นกราฟิก

3.3.1โปรแกรม After Effect

โปรแกรม After Effect เป็นโปรแกรมสำหรับงานทางด้าน Video Compost หรืองานซ้อนภาพวีดีโอ รวมถึงงานทางด้านการตกแต่ง หรือเพิ่มเติม Effect พิเศษให้กับภาพ โปรแกรม After Effect ก็คือ โปรแกรม Photoshop เพียงแต่เปลี่ยนจากการทำงานภาพนิ่งมาเป็นภาพเคลื่อนไหว ผู้ที่มีพื้นทางด้านการใช้งานโปรแกรม Photoshop มาก่อน ก็จะสามารถใช้งานโปรแกรม After Effect ได้ง่ายมากขึ้น โดยใช้โปรแกรม Adobe After Effect ซึ่งเป็นโปรแกรมยอดนิยมทางด้าน Motion Graphic ใช้ในธุรกิจการตัดต่อภาพยนตร์ งานโทรทัศน์ การสร้าง Project การใช้ Transition , Effect และ Plug in ต่างๆ ในการทำงาน การตัดต่องาน Motion Graphic เช่น การบันทึกเสียง , การทำเสียงพากย์ , การใส่ดนตรีประกอบ นอกจากนี้ยังมีเทคนิคพิเศษต่างๆ เช่น การทำตัวอักษรให้เคลื่อนไหว , การซ้อนภาพ ร่วมกับโปรแกรมยอดนิยมต่างๆ และการทำ Mastering , การบันทึกผลงานลงเทป DV , VHS และการแปลงไฟล์เพื่อทำ VCD , DVD

After Effect เป็นโปรแกรมที่ใส่ Effect ให้กับ ภาพยนตร์ ในขั้นตอนการตัดต่อ ไฟล์ที่นำเข้ามาใช้ในโปรแกรมนี้ได้เกือบทุกชนิดได้ทั้งภาพนิ่งภาพเคลื่อนไหวไฟล์เสียง ยิ่งถ้าเป็นการทำมาจากโปรแกรม 3d แล้วมาทำต่อที่ After Effect จะทำให้งานสมบูรณ์ยิ่งขึ้น โดยที่สามารถจะนำไฟล์ทั้งหลายเหล่านี้มาใช้งานร่วมกัน เพื่อให้ได้งานที่เป็นภาพเคลื่อนไหวชิ้นใหม่ออกมาจากโปรแกรม After Effects

การทำภาพเคลื่อนไหวด้วยโปรแกรม After Effects

โปรแกรม After Effects เป็นโปรแกรมที่นิยมใช้ในการทำงานด้าน Motion graphic และ Visual – Effect ที่เหมาะสำหรับนำมาใช้ในงาน Presentation , Multimedia , งานโฆษณา และรวมไปถึงการทำ Special – Effect ต่าง ๆ ให้กับงานภาพยนตร์ โดยเครื่องมือที่ใช้และลักษณะการใช้งานโดยทั่วไปในโปรแกรมนั้น ก็จะคล้ายกับโปรแกรมอื่น ๆ ในตระกูล Adobe ดังนั้นในการเริ่มต้นใช้งาน After Effects ก็จะง่ายขึ้น ถ้าผู้ใช้เคยได้ใช้โปรแกรมของ Adobe เช่น Photoshop , Illustrator หรือ Premiere มาก่อน

การทำงานของโปรแกรม After Effectsในการทำงานของโปรแกรม After Effects นั้นเปรียบเทียบกับการทำงานภาพยนตร์คือการตัดต่อ เนื่องจากการทำงานของโปรแกรมจะทำงานในลักษณะที่เป็นการนำไฟล์ที่ทำเอาไว้เรียบร้อยแล้วจากที่อื่นเข้ามาใช้ โดยไฟล์ที่จะนำมาใช้งานโปรแกรม After Effects สามารถเป็น ไฟล์ใด ๆ ก็ได้แทบทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นไฟล์ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว และไฟล์เสียง โดยที่สามารถจะนำไฟล์ทั้งหลายเหล่านี้มาใช้งานร่วมกัน เพื่อให้ได้งานที่เป็นภาพเคลื่อนไหวชิ้นใหม่ออกมาจากโปรแกรม After Effects

การเตรียมไฟล์ที่จะนำมาใช้งาน

เนื่องจากในการทำงานกับโปรแกรม After Effects จำเป็นจะต้องมีการนำไฟล์อื่นเข้ามาใช้ร่วมด้วยอยู่เสมอจึงต้องมีการเตรียมไฟล์ที่จะใช้งานไว้ให้เรียบร้อยก่อน และจึงนำไฟล์ที่ได้เตรียมไว้แล้วมาใช้เป็นฟุตเทจในการทำงานของโปรแกรม After Effects

ภาพยนตร์

Special Effects ที่ตระการตาต่างๆ ที่เห็นในหนังภาพยนตร์ ฉากบู๊แอ็คชันระเบิดเถิดเทิงและเหนือจินตนาการสะใจคนดูกับเทคนิคการตกแต่งต่างๆ ที่ทำให้ภาพยนตร์นั้นดูสวยงามเสียเหลือเกิน ก็สามารถสร้างขึ้นได้ด้วยโปรแกรม After Effects

Internet

ในเว็บไซต์ต่างๆ ที่มีการนำภาพกราฟิกเคลื่อนไหวมาใช้ ถ้าสังเกตดีๆ ก็จะเห็นว่าไอ้ภาพเคลื่อนไหวที่เราเห็นกันนั้นถึงแม้จะสร้างขึ้นมาด้วยโปรแกรม Multimedia ยอดนิยม เป็นโปรแกรม Macromedia Flash เป็นเสียส่วนใหญ่ แต่ก็จะเห็นว่ามีการนำกราฟิกเคลื่อนไหวมาสร้างขึ้นมาจากโปรแกรม flash นั้นมาตกแต่งใส่ Effects ให้กับภาพกราฟิกเคลื่อนไหวนั้นๆ ด้วยโปรแกรม After Effects ซึ่งทำให้งานที่ดูธรรมดา ในตอนแรกกลับมีชีวิตชีวามีชาติตระกูลและน่าสนใจขึ้นมาทันตา หรือถ้าดูดีอยู่แล้วก็จะยิ่งดูดีเข้าไปใหญ่

Animation

งานการ์ตูนแอนิเมชั่นต่างๆ ที่เราเห็นกันในบางฉากหรือบางตอนที่สร้าง Special Effects งามๆ มันส์ๆ เร้าใจเด็กเล็กจนถึงผู้ใหญ่วัยโจ๋ ก็สามารถทำได้ด้วยโปรแกรม After Effects เช่นเดียวกับงานภาพยนตร์ นอกจากนี้การเคลื่อนไหวของตัวการ์ตูน (ในรูปแบบ 2 มิติ) ก็สามารถทำได้เหมือนกัน

งาน Presentation ต่างๆ

การนำเสนอต่างๆ ที่เราต้องการทำให้ดูมีความสนใจยิ่งขึ้นด้วยเทคนิคของการเร้าความสนใจด้วยภาพเคลื่อนไหว ก็สามารถทำได้โดยสร้างภาพกราฟิกเคลื่อนไหวสวย และ Effects งามๆ ดึงดูดให้ผู้คนสนใจกับสิ่งที่เราต้องการนำเสนอได้เป็นอย่างดี

3.3.2 โปรแกรม Flash

โปรแกรม Flash เป็นซอฟต์แวร์ที่ช่วยในการสร้างสื่อมัลติมีเดีย, ภาพเคลื่อนไหว (Animation), ภาพกราฟิกที่มีความคมชัด เนื่องจากเป็นกราฟิกแบบเว็คเตอร์(Vector), สามารถเล่นเสียงและวีดิโอแบบสเตริโอได้, สามารถสร้างงานให้โต้ตอบกับผู้ใช้(Interactive Multimedia) มีฟังก์ชั่นสำหรับการเขียนโปรแกรม (Action Script) และยังทำงานในลักษณะ CGI โดยเชื่อมต่อกับ

การเขียนโปรแกรมภาษาอื่นๆ ได้มากมาย เช่น ภาษา PHP, JSP, ASP, ASP.NET, C/C++, C#, C#.NET, VB, VB.NET, JAVAและอื่นๆ โดยเฉพาะข้อดีของโปรแกรม Flash คือความสามารถในการบีบอัดไฟล์ให้มีขนาดเล็ก มีผลทำให้แสดงผลได้อย่างรวดเร็ว นอกจากนั้นยัง

แปลงไฟล์ไปอยู่ในฟอร์แมตอื่น ได้หลากหลาย เช่น avi, mov, gif, wav, emf,eps, ai, dxf, bmp, jpg, gif, png เป็นต้น

Flash เป็นโปรแกรมที่มีความสามารถในด้านการสร้างภาพเคลื่อนไหว (Animation) ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดในปัจจุบัน เป็นผลิตภัณฑ์ของบริษัท Adobe (เดิมคือ Macromedia) ซึ่งได้พัฒนาปรับปรุงเครื่องมือต่างๆ ให้มีความสามารถใช้งานได้สะดวก สามารถใช้ผลิตสื่อการสอนเชิงโต้ตอบ (Interactive), สื่อ Presentation, เกมส์, แบบทดสอบ, E-Book, Website, Streaming Video, ฐานข้อมูล, งานกราฟิก และสร้างภาพเคลื่อนไหว หรือแม้แต่ภาพยนตร์การ์ตูนเอนิเมชั่น

Flash สามารถนำสื่อต่างๆ เช่น ภาพนิ่ง กราฟิก เสียง ภาพยนตร์ และมัลติมีเดียแทบทุกประเภทมาประยุกต์ใช้งานร่วมกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยสามารถควบคุมการทำงานแบบพื้นฐาน จนไปถึงการเขียนคำสั่งควบคุม (Action Script) ให้โปรแกรม Flash แสดงผลตามที่เราต้องการ โดยเห็นได้ชัดจากเว็บไซต์ในปัจจุบันแทบทุกเว็บไซต์จะนำ Flash เข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการเพิ่มความน่าสนใจ ดูทันสมัย รวมทั้งจัดการด้านข้อมูลมัลติมีเดีย

4. หลักการออกแบบ

4.1 ความหมายของการออกแบบ

การออกแบบ หมายถึง การปรับปรุงแบบ ผลงานหรือสิ่งต่างๆ ที่มีอยู่แล้วให้เหมาะสม และดูมีความแปลกใหม่ขึ้น เมื่อใช้ไปนานๆก็เกิดความเบื่อหน่ายในรูปทรง หรือสี เราก็จัดการปรับปรุงให้เป็น รูปแบบใหม่ให้สวยกว่าเดิม ทั้งความเหมาะสม ความสะดวกสบายในการใช้งานยังคงเหมือนเดิม หรือดีกว่าเดิม เป็นต้น

และเป็น การรวบรวมหรือการจัดองค์ประกอบทั้งที่เป็น 2 มิติ และ 3 มิติ เข้าด้วยกันอย่างมีหลักเกณฑ์ การนำองค์ประกอบของการออกแบบมาจัดรวมกันนั้น ผู้ออกแบบจะต้องคำนึงถึงประโยชน์ในการใช้สอยและความสวยงาม อันเป็นคุณลักษณะสำคัญของการออกแบบ เป็นศิลปะของมนุษย์เนื่องจากเป็นการสร้างค่านิยมทางความงาม และสนองคุณประโยชน์ทางกายภาพให้แก่มนุษย์ด้วย ซึ่งส่วนใหญ่เพื่อการดำรงชีวิตให้อยู่รอด และสร้างความสะดวกสบายมากยิ่งขึ้น

4.2 การออกแบบ

หลักการจัดภาพ(Composition)

โดยมีหลักสำคัญอยู่ที่ว่า การนำเอาส่วนประกอบมูลฐานต่างๆ เช่น เส้น รูปร่าง รูปทรง ลักษณะ ผิวบริเวณว่างแสงเงาและสีมาจัดเข้าด้วยกันได้อย่างเหมาะสมกับศิลปกรรมแขนงต่างๆ ตาม ต้องการ โครงสร้างของงานศิลปะได้แก่

ความสมดุล (Balance) หมายถึง น้ำหนักที่เท่ากันขององค์ประกอบ ไม่เอนเอียงไปข้างใดข้างหนึ่ง ในทางศิลปะยังรวมถึงความประสานกลมกลืน ความพอเหมาะพอดีของ ส่วนต่าง ๆ ใน

รูปทรงหนึ่งหรืองานศิลปะชิ้นหนึ่ง การจัดวางองค์ประกอบต่าง ๆ ลงใน งานศิลปกรรมนั้นจะต้องคำนึงถึงจุดศูนย์ถ่วง ในธรรมชาตินั้นทุกสิ่งสิ่งที่ทรงตัวอยู่ได้โดยไม่ล้มเพราะมีน้ำหนักเฉลี่ยเท่ากันทุกด้าน ฉะนั้นในงานศิลปะถ้ามองดูแล้วรู้สึกว่าบางส่วนหนักไป แน่นไป หรือ เบา บางไปก็จะทำให้ภาพนั้นดูเอนเอียงและเกิดความรู้สึกไม่สมดุลเป็นการบกพร่องทางความงาม ดุลยภาพในงานศิลปะมี2ลักษณะคือ

-**ดุลยภาพแบบสมมาตร** (Symmetry Balance) หรือความสมดุลแบบซ้ายขวาเหมือนกัน คือการวางรูปทั้งสองข้างของแกนสมดุล เป็นการสมดุลแบบธรรมชาติลักษณะแบบนี้ในทางศิลปะมีใช้น้อยส่วนมากจะใช้ในลวดลายตกแต่ง ในงานสถาปัตยกรรมบางแบบ หรือ ในงานที่ต้องการดุลยภาพที่นิ่งและมั่นคงจริงๆ

-**ดุลยภาพแบบอสมมาตร** (Asymmetry Balance) หรือ ความสมดุลแบบซ้ายขวาไม่เหมือนกัน มักเป็นการสมดุลที่เกิดจากการจัดใหม่ของมนุษย์ ซึ่งมีลักษณะที่ทางซ้ายและขวาจะไม่เหมือนกัน ใช้องค์ประกอบที่ไม่เหมือนกัน แต่มีความสมดุลกัน อาจเป็นความสมดุลด้วย น้ำหนักขององค์ประกอบหรือสมดุลด้วยความรู้สึกก็ได้ การจัดองค์ประกอบให้เกิดความสมดุลแบบอสมมาตรอาจทำได้โดย เลื่อนแกนสมดุลไปทางด้านที่มีน้ำหนักมากว่า หรือ เลื่อนรูปที่มีน้ำหนักมากว่าเข้าหาแกน จะทำให้เกิดความสมดุลขึ้นหรือใช้หน่วยที่มีขนาดเล็กแต่มีรูปลักษณะที่น่าสนใจถ่วงดุลกับรูปลักษณะที่มีขนาดใหญ่แต่มีรูปแบบธรรมดา

ความกลมกลืน (Harmony) ความกลมกลืน (Harmony) ความกลมกลืนเป็นองค์ประกอบที่ช่วยให้รูปแบบมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ตลอดจนเนื้อหาสาระมีเพียงหนึ่งเดียว การออกแบบให้เกิดความกลมกลืนให้เหมาะสมจะทำให้การออกแบบนั้นออกมาสวยงามความกลมกลืนในการออกแบบมีดังนี้

- **ความกลมกลืนของเส้นและรูปร่าง** ความกลมกลืนของเส้น เส้นมีลักษณะแตกต่างกันแต่มีทิศทางเดียวกันความกลมกลืนของรูปร่างรูปร่างที่มีลักษณะและขนาดคล้ายคลึงกัน

- **ความกลมกลืนของขนาดและทิศทาง** ขนาดใหญ่จะให้ความรู้สึกว่าใกล้ ขนาดเล็กจะให้ความรู้สึกว่าไกลออกไปขนาดใกล้เคียงกันให้ความรู้สึกกลมกลืนกันการออกแบบโดยคำนึงถึงทิศทางจะช่วยให้รู้สึกเคลื่อนไหวได้ด้วย

- **ความกลมกลืนกันของสีและบริเวณว่าง** สีและบริเวณว่างมีความเกี่ยวข้องกับงานออกแบบมาก ทั้งนี้สียังให้ความรู้สึกระยะใกล้ไกลอีกด้วย ถ้าสีเข้มจะให้ความรู้สึกใกล้ สีอ่อนจะให้ความรู้สึกไกล บริเวณว่างในงานออกแบบจะให้ความรู้สึกสบาย แต่บริเวณแคบจะให้ความรู้สึกอึดอัด ไม่สบายใจ ดังนั้นความกลมกลืนกันของสีและบริเวณว่างจึงมีความสัมพันธ์กันในการออกแบบ

- **ความกลมกลืนกันของความคิดและจุดมุ่งหมาย** แนวความคิดและความมุ่งหมายของผู้ออกแบบที่ต้องการจะแสดง หรือ สื่อความหมายก็เป็นสิ่งที่สำคัญ ในการสร้างความกลมกลืน

ในการออกแบบ ความกลมกลืนกันของความคิดและจุดมุ่งหมายของการออกแบบ เช่น กองทัพมดกำลังขนอาหารไปในทิศทางเดียวกัน ภาพของกองเชียร์ที่กำลังเชียร์กีฬาอยู่ข้างสนามเป็นต้นการสร้างความกลมกลืนจะแสดงความสามัคคีและเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

- ความกลมกลืนกันของลักษณะผิวและจังหวะ ลักษณะผิวหยาบจะให้ความรู้สึกมั่นคง แข็งแรง มีน้ำหนัก ส่วนลักษณะผิวละเอียดจะให้ความรู้สึกอ่อนนุ่มและเบา สำหรับจังหวะนั้นในการออกแบบเป็นการสร้างสรรค์งานในรูปของการเคลื่อนไหว การซ้ำทำให้เกิดความรู้สึกตื่นเต้นไม่น่าเบื่อ การออกแบบให้ลื่นไหลและการออกแบบต่อเนื่องแบบเพิ่มขึ้นหรือลดลงเรื่อยๆ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าลักษณะผิวและจังหวะมีความสัมพันธ์กันในการออกแบบให้กลมกลืน

ความแตกแต่ง (Contrast) การจัดองค์ประกอบต่างๆ ให้ความแตกต่าง หรือมีความขัดแย้ง ไม่ประสานกัน จะช่วยแก้ปัญหาจืดชืด จำเจ น่าเบื่อหน่ายได้เป็นอย่างดี ในการสร้างสรรค์ศิลปะ หากจัดองค์ประกอบให้เกิดการขัดแย้งตามความเหมาะสม จะช่วยให้งานศิลปะดูแปลกใหม่แปลกตาน่าสนใจมากยิ่งขึ้นการขัดแย้งทางศิลปะอาจทำได้ดังนี้

- ขัดแย้งกันด้วยเส้น (Line Contrast)
- ขัดแย้งด้วยรูปร่าง, รูปทรง (Shape, Form Contrast)
- ขัดแย้งกันด้วยสี (Color Contrast)
- ขัดแย้งกันด้วยลักษณะผิว (Texture Contrast)
- ขัดแย้งกันด้วยขนาด (Size Contrast)
- ขัดแย้งกันด้วยทิศทาง (Direction Contrast)

สัดส่วน(Proportion)

สัดส่วนของรูปร่างคือความสัมพันธ์ระหว่างความกว้างกับความยาวสัดส่วนของรูปทรงคือความสัมพันธ์ระหว่างความกว้างความยาวและความหนาหรือความลึกขนาดและสัดส่วนนับว่ามีความสัมพันธ์กับความงามและประโยชน์ใช้สอย

ลักษณะของสัดส่วนที่ดีและมีความสัมพันธ์กับสัดส่วนของตัวมันเองดีและมีความสัมพันธ์กับสัดส่วนของสิ่งแวดล้อมอื่นๆ ด้วย เช่น เก้าอี้หากออกแบบให้มีสัดส่วนที่ดี และมีความสัมพันธ์กับสัดส่วนของมนุษย์ที่นั่งก็จะรู้สึกสะดวกสบายไม่ทำให้เสียบุคลิกภาพและสุขภาพ แต่ในเรื่องของสัดส่วนเป็นสิ่งที่ไม่สามารถกำหนดกฎเกณฑ์ให้เป็นตัวเลขที่แน่นอนลงไปได้ จึงเป็นหน้าที่ของผู้ออกแบบต้องพิจารณาว่าขนาดและสัดส่วนเท่าใดจึงจะดูสวยงามและเหมาะสมด้วยประโยชน์ใช้สอยในตัวของมันเอง และมีความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมได้อย่างประสานกลมกลืนทำให้เกิดสุนทรียภาพส่วนรวมอีกด้วย

สำนักหอสมุด

จังหวะและเคลื่อนไหว (Rhythm & Movement)

จังหวะลีลา หมายถึง การเคลื่อนไหวที่เกิดจาการซ้ำกันขององค์ประกอบเป็นการซ้ำที่เป็นระเบียบ จากระเบียบธรรมดาที่มีช่วงห่างเท่าๆ กัน มาเป็นระเบียบที่สูงขึ้น ซับซ้อนขึ้น จนถึงขั้นเกิดเป็นรูปลักษณะของศิลปะ โดยเกิดจาก การซ้ำของหน่วย หรือการสลับกันของหน่วยกับช่องไฟ หรือเกิดจาก การเลื่อนไหลต่อเนื่องกันของเส้น สี รูปทรง หรือ น้ำหนัก ตามปกติเราจะพบเห็นจังหวะกันอยู่แล้ว เช่น การเต้นรำ การเดิน การบินของนก ส่วนลักษณะที่ไม่เคลื่อนไหว แต่เป็นการซ้ำกันเป็นการซ้ำในรูปทรงและรูปร่าง เช่น สวนผลไม้ที่ปลูกอย่างเป็นระเบียบ , หนังสือที่กองหรือจัดอย่างเป็นระเบียบ, ร้านค้าบ้านเรือนที่อยู่ริมถนนที่ก่อสร้างอย่างเป็นระเบียบ งานออกแบบที่แสดงจังหวะเป็นผลมาจากการออกแบบซ้ำๆกัน ออกแบบสลับไปมา ออกแบบเพิ่มขึ้นเรื่อยๆและการออกแบบลื่นไหล

4.3สีกับการออกแบบ

ผู้สร้างสรรค์งานออกแบบจะเป็นผู้ที่เกี่ยวข้องกับการใช้สีโดยตรง มัณฑนากรจะคิดค้นสีขึ้นมาเพื่อใช้ในงานตกแต่ง คนออกแบบฉากเวทีการแสดงจะคิดค้นสีเกี่ยวกับแสง จิตรกรก็จะคิดค้นสีขึ้นมาระบายให้เหมาะสมกับ ความคิด และจินตนาการของตน แล้วตัวเราจะคิดค้นสีขึ้นมาเพื่อความงาม ความสุข สำหรับเรามิได้หรือสีที่ใช้สำหรับการออกแบบนั้น ถ้าเราจะใช้ให้เกิดความสวยงามตรงตามความต้องการของเรา มีหลักในการใช้กว้างๆ อยู่ 2 ประการ คือ การใช้สีกลมกลืนกัน และ การใช้สีตัดกัน

4.3.1การใช้สีกลมกลืนกัน

การใช้สีให้กลมกลืนกัน เป็นการใช้สีหรือน้ำหนักของสีให้ใกล้เคียงกัน หรือคล้ายคลึงกัน เช่น การใช้สีแบบเอกรงค์ เป็นการใช้สีสีเดียวที่มีน้ำหนักอ่อนแก่หลายลำดับ การใช้สีข้างเคียง เป็นการใช้สีที่เคียงกัน 2 – 3 สี ในวงสี เช่น สีแดง สีส้มแดง และสีม่วงแดง การใช้สีใกล้เคียง เป็นการใช้สีที่อยู่เรียงกันในวงสีไม่เกิน 5 สี ตลอดจนการใช้สีวรรณะร้อนและวรรณะเย็น (warm tone colors and cool tone colors)

4.3.2การใช้สีตัดกัน

สีตัดกันคือสีที่อยู่ตรงข้ามกันในวงจรสี (ดูภาพวงจรสี ด้านซ้ายมือประกอบ) การใช้สีให้ตัดกันมีความจำเป็นมาก ในงานออกแบบ เพราะช่วยให้เกิดความน่าสนใจ ในทันทีที่พบเห็น สีตัดกันอย่างแท้จริงมีอยู่ด้วยกัน6คู่สีคือ

1.สีเหลืองตรงข้ามกับสีม่วง

2.สีส้มตรงข้ามกับสีน้ำเงิน

3.สีแดงตรงข้ามกับสีเขียว

4.สีเหลืองส้มตรงขามกับสีม่วงน้ำเงิน

5.สีส้มแดงตรงข้ามกับน้ำเงินเขียว

6.สีม่วงแดงตรงข้ามกับสีเหลืองเขียว

การใช้สีตัดกัน ควรคำนึงถึงความเป็นเอกภาพด้วย วิธีการใช้มีหลายวิธี เช่น ใช้สีให้มีปริมาณต่างกัน เช่น ใช้สีแดง 20 % สีเขียว 80% หรือ ใช้เนื้อสีผสมในกันและกัน หรือใช้สีหนึ่งสีใดผสมกับสีคู่ที่ตัดกันด้วยปริมาณเล็กน้อยรวมทั้งการเอาสีที่ตัดกันมาทำให้เป็นลวดลายเล็กๆสลับกันในผลงานชิ้นหนึ่ง อาจจะใช้สีให้กลมกลืนกันหรือตัดกันเพียงอย่างใดอย่างหนึ่ง หรืออาจจะใช้พร้อมกันทั้ง 2 อย่าง ทั้งนี้แล้วแต่ความต้องการ และความคิดสร้างสรรค์ของเรา ไม่มีหลักการ หรือรูปแบบที่ตายตัว

ในงานออกแบบ หรือการจัดภาพ หากเรารู้จักใช้สีให้มีสภาพโดยรวมเป็นวรรณะร้อน หรือวรรณะเย็น เราจะ สามารถควบคุม และสร้างสรรค์ภาพให้เกิดความประสานกลมกลืน งดงามได้ง่ายขึ้น เพราะสีมีอิทธิพลต่อ มวล ปริมาตร และช่องว่าง สีมีคุณสมบัติที่ทำให้เกิดความกลมกลืน หรือขัดแย้งได้ สีสามารถขับเน้นให้ให้เกิด จุดเด่น และการรวมกันให้เกิดเป็นหน่วยเดียวกันได้ เราในฐานะผู้ใช้สีต้องนำหลักการต่างๆ ของสีไปประยุกต์ใช้ให้สอดคล้อง กับเป้าหมายในงานของเรา เพราะสีมีผลต่อการออกแบบคือ

1. **สร้างความรู้สึก** สีให้ความรู้สึกต่อผู้พบเห็นแตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์และภูมิหลัง ของแต่ละคน สีบางสีสามารถรักษาบำบัดโรคจิตบางชนิดได้ การใช้สีภายใน หรือภายนอกอาคารจะมีผลต่อการสัมผัสและสร้างบรรยากาศได้

2.**สร้างความน่าสนใจ** สีมีอิทธิพลต่องานศิลปะการออกแบบจะช่วยสร้างความประทับใจและความน่าสนใจเป็นอันดับแรกที่พบเห็น

3. **สีบอกสัญลักษณ์ของวัตถุ** ซึ่งเกิดจากประสบการณ์หรือภูมิหลัง เช่น สีแดงสัญลักษณ์ของไฟหรืออันตรายสีเขียวสัญลักษณ์แทนพืชหรือความปลอดภัยเป็นต้น

4. สีช่วยให้เกิดการรรับรู้และจดจำ งานศิลปะการออกแบบต้องการให้ผู้พบเห็นเกิดการจดจำ ในรูปแบบ และผลงาน หรือเกิดความประทับใจ การใช้สีจะต้องสะดุดตา และมีเอกภาพ

4.4 เทคนิคการนำสีไปใช้งาน

เทคนิคการนำสีไปใช้งานมีอยู่มากมายหลายวิธี แต่ทุกวิธีจะชี้ไปที่วัตถุประสงค์เดียวหลัก ๆ คือ ใช้สีเพิ่มความโดดเด่นให้กับจุดเด่นในภาพ และใช้สีตกแต่งส่วนอื่น ๆ ของภาพให้ได้ภาพรวมออกมาในอารมณ์ที่ต้องการ เทคนิคการเลือกสีจะมีสูตรสำเร็จให้เลือกใช้งานอยู่บ้าง คือ วิธีโยง

ความสัมพันธ์จากวงล้อสีก่อนนะทำงานทุกครั้งและนำว่าให้เปิดไฟล์วงล้อสีขึ้นมาแล้วเลือกสีหลักๆ สำหรับใช้ในการทำงานก่อน

เทคนิคการเลือกใช้สีแบบสูตรสำเร็จจะมีอยู่หลายรูปแบบ แต่แบบที่นิยมให้งานกันเป็นหลักจะมีอย่า 4 รูปแบบ คือ

- Mono หรือเอกรงค์ จะเป็นการใช้สีที่ไปในโทนเดียวกันทั้งหมด เช่น จุดเด่นเป็นสีแดง สีส่วนที่เหลือก็จะเป็นสีที่ใกล้เคียงกับสีแดง โดยใช้วิธีลดน้ำหนักความเข้มของสีแดงลงไป
- Complement คือ สีที่ตัดกันหรือสีตรงกันข้าม เป็นสีที่อยู่ตรงข้ามกันในวงจรสีเช่น สีฟ้าจะตรงข้ามกับสีส้ม หรือสีแดงจะตรงข้ามกับสีเขียว สามารถนำมาใช้งานได้หลายอย่าง และก็สามารถส่งผลได้ทั้งดีและไม่ดี หากไม่รู้หลักพื้นฐานในการใช้งาน การใช้สีตรงข้ามหรือสีตัดกัน ไม่ควรใช้ในพื้นที่ปริมาณเท่ากันในงาน ควรใช้สีใดสีหนึ่งจำนวน 80% อีกฝ่ายหนึ่งต้องเป็น 20% หรือ 70-30 โดยประมาณ บนพื้นที่ของงานโดยรวม จะทำให้ความตรงข้ามกันของพื้นที่น้อยกลายเป็นจุดเด่นของภาพ
- Triad คือ การเลือกสีสามสีที่ระยะห่างเท่ากันเป็นสามเหลี่ยมด้านเท่ามาใช้งาน
- Analogicหรือสีข้างเคียงกัน การเลือกสีใดสีหนึ่งขึ้นมาใช้งานพร้อมกับสีที่อยู่ติดกันอีกข้างละสี หรือก็คือสีสามสีอยู่ติดกันในวงจรสีนั่นเอง

4.5 การนำ Font ไปใช้ในงานออกแบบ

การเลือก Font ไปใช้ในงานออกแบบมีข้อควรคำนึงง่าย ๆ อยู่ 2 ข้อคือ

4.5.1 ความหมายต้องเข้ากัน หมายความว่า ความหมายของคำและ Font ที่เลือกใช้ควรจะไปด้วยกันได้ เช่น คำว่าน่ารักก็ควรจะใช้ Font ที่ดูน่ารักไปด้วย ไม่ควรใช้ Font ที่ดูเป็นทางการ

4.5.2 อารมณ์ของฟอนต์ และอารมณ์ของงานต้องไปในทิศทางเดียวกัน เช่น งานที่ต้องการความน่าเชื่อถือก็จะเลือกใช้ Font แบบ Serif ที่ดูหนักแน่น น่าเชื่อถือ ส่วนงานที่ต้องการความฉูดฉาดอย่างโปสเตอร์ลดราคาก็ควรจะเลือกใช้ Font ที่เป็นกันเองไม่เป็นทางการมากนักอย่าง Font ในกลุ่ม Script เป็นต้น

นอกจากการเลือก Font มาใช้งานแล้ว การวางตำแหน่งตัวอักษรก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่มีความสำคัญกับการทำงาน สำหรับการวางตำแหน่งตัวอักษร มีข้อควรคำนึงถึงไว้ให้อยู่ 3 ข้อคือ

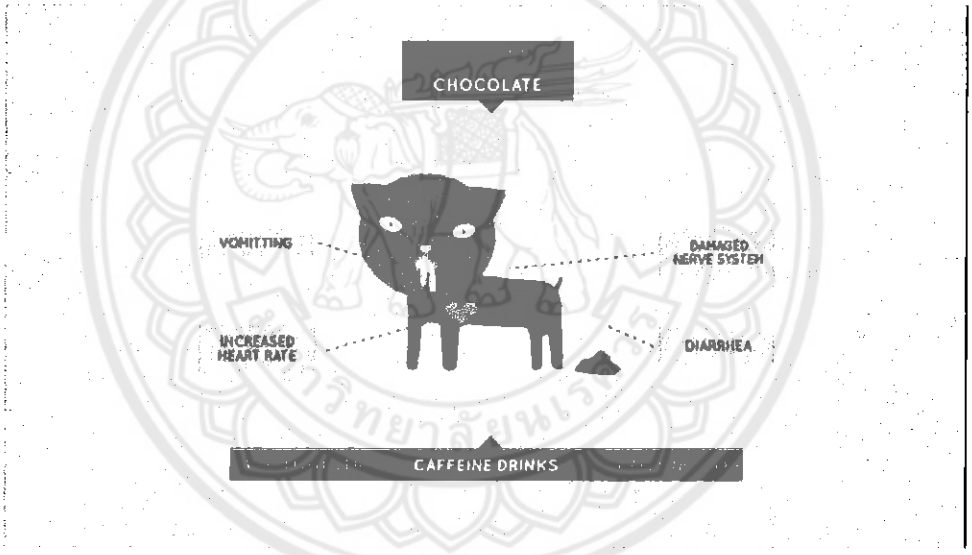
1. ธรรมชาติการอ่านของคนไทยจะอ่านจากซ้ายไปขวา และบนลงล่าง โดยมีรัศมีการกวาดสายตาตามลำดับ ดังนั้นถ้าอยากให้อ่านง่าย ควรจะวางเรียงลำดับให้ดีด้วย ไม่เช่นนั้นจะเป็นการอ่านข้ามไปข้ามมาทำให้เสียความหมายของข้อความไป

2. จุดเด่นควรจะมีเพียงจุดเดียว หรือพูดง่าย ๆ ก็คือ มีตัวอักษรตัวใหญ่ๆ อยู่เพียงชุดเดียว จึงจะเป็นจุดเด่นที่มองเห็นได้ง่าย ไม่สับสน ส่วนจุดอื่น ๆ ขนาดควรจะเล็กลงมาตามลำดับความสำคัญ

3. ไม่ควรใช้ Font หลากหลายรูปแบบเกินไป จะทำให้กลายเป็นงานที่อ่านยากและชวนปวดศีรษะมากกว่าชวนอ่าน ถ้าจำเป็นจริง ๆ แนะนำให้ใช้ Font เดิมแต่ไม่ตกแต่งพวกขนาด, ความหนาหรือกำหนดให้เอียงบ้าง เพื่อเพิ่มความน่าสนใจไม่ให้งานดูน่าเบื่อแบบนี้จะดีกว่า

5 ตัวอย่างกรณีศึกษา

5.1 Infographic Harmful Food for Cats ผลงานการออกแบบโดนนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ Jirawat Tariya ดูมีความน่าสนใจ ไม่ดูเป็นทางการมากไปเหมาะสำหรับวัยรุ่น รายละเอียดของคาแรคเตอร์ดูไม่มากจนเกินไป ดูแล้วเข้าใจง่าย



ภาพที่ 3 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

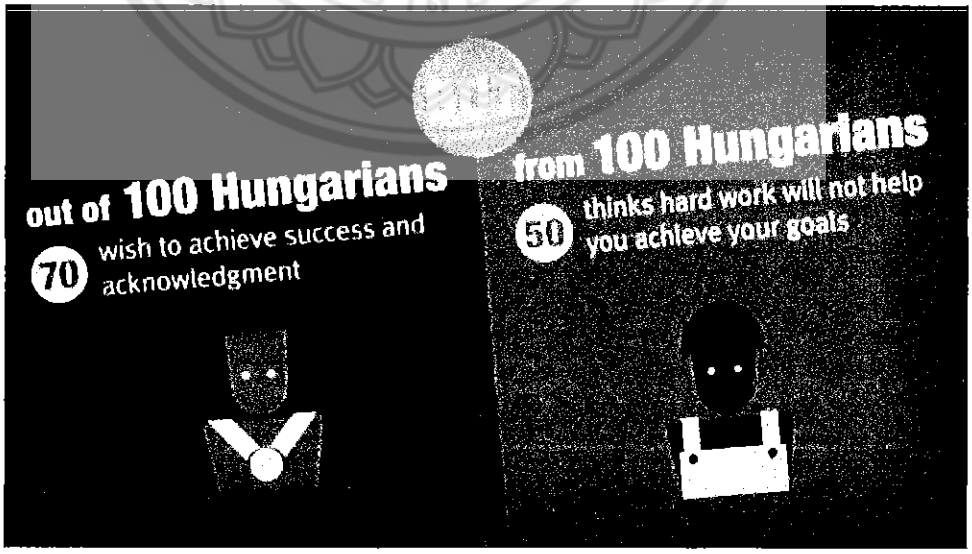
ที่มา http://www.youtube.com/watch?v=6awcQ6snNpM

5.2 Motion Graphic A Penguin's Tale ลักษณะลายเส้น โทนสีที่อ่อนกว่าไม่ปล่อยพื้นที่สีขาวเพราะจะทำให้ดูไม่น่าสนใจลายเส้นทำให้ไม่รบกวนตัวงาน ทำให้ดูเด่นขึ้นพื้นหลัง เป็นลักษณะเดียวกับตัวงาน

ภาพที่ 4 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

ที่มา www.vplus.dk

5.3 Infographics Értéktér การใช้สีเพื่อให้เหมาะกับวัยรุ่น จิตวิทยาด้านสีสันของวัยรุ่น จะชอบสีสันสดใส และโดยเฉพาะสีของเนื้อหาที่จะเกี่ยวข้องกับผู้หญิงเป็นส่วนใหญ่ทำให้เลือกมาใช้โดยเน้นสีชมพู และสีฟ้า ที่จะกระตุ้นด้านการจดจำเนื้อหา ที่ดูอ่านแล้วสบายตา



ภาพที่ 5 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

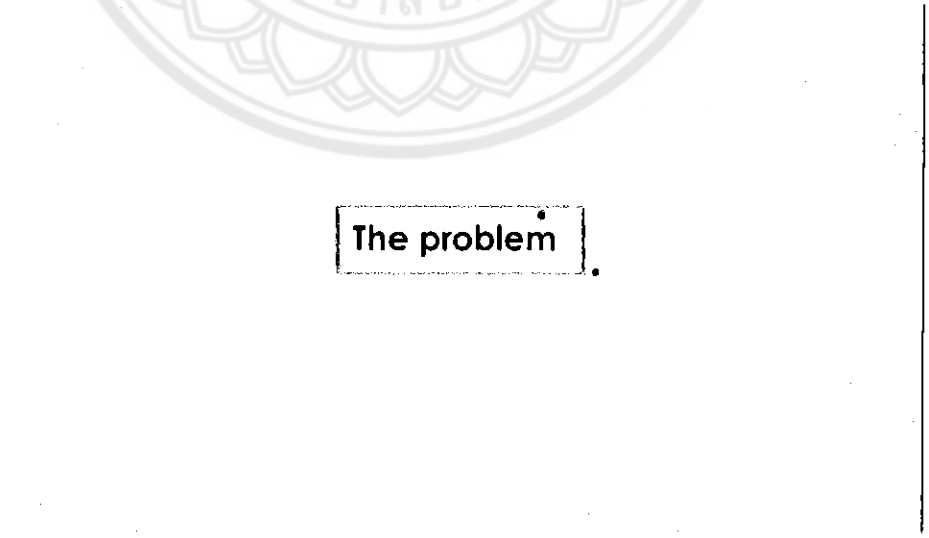
ที่มา http://www.youtube.com/watch?v=tGvwg7mIZ4E

5.4 Infographic College of Health การเคลื่อนไหวที่มีความน่าสนใจ เหมาะสำหรับวัยรุ่น ส่วนใหญ่จะสื่อด้วยภาพและใช้เรื่องของตัวอักษรเข้ามาเสริม เพราะวัยรุ่นไทยจะไม่ค่อยชอบเนื้อหาที่อ่านและยาวจนเกินไปธรรมชาติการอ่านของคนไทยจะอ่านจากซ้ายไปขวา และบนลงล่างตามการเคลื่อนไหวของสื่อที่ได้หามา

ภาพที่ 6 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

ที่มา http://www.youtube.com/watch?v=x0Tozl9PCjs

5.5 Infographic Parents Empowered เสียงประกอบ มีเสียงเล็กๆ ของการเคลื่อนไหวกระตุ้นความน่าสนใจ



ภาพที่ 7 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

ที่มา http://www.youtube.com/watch?v=WJCDLINQIXo

5.6 Infographic : How to create an Animated ควรใช้ฟอนต์ที่ดูแล้วเป็นฟอนต์ที่ดูไม่เป็นทางการมากจนเกินไปเหมาะสำหรับวัยรุ่น ดูมีความทันสมัยและลงตัวเข้ากับเนื้อหา ใช้หลายฟอนต์เพื่อให้สื่อดูไม่น่าเบื่อจนเกินไป ความหนา บางของแต่ละฟอนต์ แต่เลือกในลักษณะที่คล้ายกันเพราะจะไปไม่เกิดความสับสน และดูไม่อ่านยากจนเกินไป

ภาพที่ 8 ภาพตัวอย่างกรณีศึกษา

ที่มา http://www.youtube.com/watch?v=4yhGrwi-f0Q

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

การออกแบบโมชั่นกราฟิกอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลเพื่อนำมาเป็นส่วนหนึ่งในการออกแบบ โดยนำเสนอความคิดและวิธีการให้เพื่อความเข้าใจอย่างเป็นระบบ อันมีเนื้อหาและขั้นตอนดังต่อไปนี้

3.1 วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

3.2 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.4 สรุปแนวทางในการออกแบบ

3.1 วิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมายเป็นกลุ่มวัยรุ่นช่วงอายุ 19 – 21 ปี กำลังอยู่ในวัยศึกษาระดับมหาวิทยาลัย เป็นวัยที่มีความสนใจในเรื่องของการดูแลบุคลิกภาพของตนเอง เลือกใช้เทคโนโลยีความงาม เพื่อพัฒนาให้ตนเองดีขึ้น เป็นวัยที่เข้าถึงสื่อทางโลกออนไลน์ได้ง่าย หลงเชื่อสื่อทางอินเตอเน็ต จึงเลือกกลุ่มวัยรุ่น เป็นกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยเพื่อเข้าใจถึงอันตรายที่ตามมาของสารและเทคโนโลยีความงาม

3.2 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับเทคโนโลยีความงามที่วัยรุ่นในปัจจุบันที่ได้รับความนิยม เก็บข้อมูล ปัญหา และผลกระทบของการใช้เทคโนโลยีความงาม รวบรวมข้อมูลด้านการออกแบบโมชั่นกราฟฟิกที่เป็นสื่อสมัยใหม่ในการใช้เล่าและอธิบายข้อมูล เพื่อที่จะให้ข้อมูลเป็นประโยชน์และเป็นผลดีต่อผู้ที่ได้ศึกษา เป็นสื่อสมัยใหม่ที่น่าสนใจและทำให้เข้าใจข้อมูลได้ง่ายขึ้น

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลด้านการออกแบบ

1.1 การออกแบบโมชั่นกราฟิก

- กำหนดเป้าหมายอย่างชัดเจน
- กำหนดกลุ่มเป้าหมายในการสร้างงานเพื่อจะได้ใช้ภาษาที่ถูกต้อง
- กำหนดใจความสำคัญ

- เนื้อหาต้องมีความสนใจ และทันสมัย เนื้อหาที่มีความกระชับ
- สำรวจข้อมูลให้มีความถูกต้อง ชัดเจน หาข้อมูลในหลายๆด้าน
- นำเสนอหัวเรื่อง มีความน่าสนใจ ตั้งชื่อเรื่องให้น่าดึงดูดความสนใจ
- ออกแบบกราฟฟิกให้ดูน่าสนใจ เพื่อส่งเสริมข้อมูลให้ดูน่าสนใจมากขึ้น
- สรุปข้อมูลของเนื้อเรื่อง เพื่อให้ผู้ชมเข้าใจมากขึ้น

1.2 ด้านหลักการออกแบบ

- ความกลมกลืน ความกลมกลืนเป็นองค์ประกอบที่ช่วยให้รูปแบบมีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ตลอดจนเนื้อหาสาระมีเพียงหนึ่งเดียว การออกแบบให้เกิดความกลมกลืนให้เหมาะสมจะทำให้การออกแบบนั้นออกมาสวยงาม

- ความแตกต่าง (Contrast) การจัดองค์ประกอบต่างๆ ให้ความแตกต่าง หรือมีความขัดแย้ง ไม่ประสานกัน จะช่วยแก้ปัญหาจืดชืด จำเจ น่าเบื่อหน่ายได้เป็นอย่างดี

- สร้างความน่าสนใจ สีมีอิทธิพลต่องานศิลปะการออกแบบ จะช่วยสร้างความประทับใจและความน่าสนใจเป็นอันดับแรกที่พบเห็น

2. วิเคราะห์ข้อมูลจากกรณีศึกษา

2.1 จากกรณีศึกษาเรื่อง A penguin Tale Motion Graphic ได้ข้อสรุปดังนี้

- ลักษณะกราฟฟิกที่เรียบง่าย ให้ตัวกราฟฟิกมีความเคลื่อนไหว เพื่อสร้างจุดเด่นขึ้นมา
- กราฟฟิกที่เป็นเอกลักษณ์ ไม่ดูเป็นทางการมากจนเกินไป ทำให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่ายขึ้น

2.2 จากกรณีศึกษาเรื่อง Harmful foods for cats ได้ข้อสรุปดังนี้

- การแทรกกราฟฟิกที่น่าสนใจ เรียบง่าย
- การเคลื่อนไหวของกราฟฟิก สอดแทรกอารมณ์ในกราฟฟิก ทำให้เนื้อเรื่องสนุกและมีความน่าสนใจ
- ใช้โทนของสีครอบคลุม ทำให้กราฟฟิกและฟอนต์ดูมีคามโดดเด่นเท่ากัน
- สื่อสารให้เข้าใจได้ง่าย

2.3 จากกรณีศึกษาเรื่อง Parents Empowered infographic ได้ข้อสรุปดังนี้

- การเคลื่อนไหวที่มีความราบรื่น หลากหลายมุมมอง โดยการใช้ฟอนต์ มีรายละเอียดในการเคลื่อนไหว

- เสียงประกอบ ที่กระตุ้นทำให้น่าติดตาม
- การเปลี่ยนสีพื้นหลัง ทำให้เนื้อหามีความโดดเด่น
- การจัดวาง lay out ในการนำเสนอมีความน่าสนใจ
- ใช้การเคลื่อนไหว ประกอบกับความรู้สึก ให้รับรู้ถึงอารมณ์ของเนื้อหา
- การเคลื่อนไหวที่ดูทันสมัย

3.4. สรุปแนวทางในการออกแบบ

สรุปผลแนวทางในการออกแบบโมชั่นกราฟฟิก ภัยจากการใช้สารเสริมบุคลิกภาพของวัยรุ่น มีกระบวนการออกแบบดังนี้

1. วิเคราะห์และศึกษาข้อมูลต่างๆ ซึ่งประกอบด้วย ข้อมูลเทคโนโลยีความงามที่นิยมของกลุ่มวัยรุ่น ข้อมูลการออกแบบโมชั่นกราฟฟิกและกรณีศึกษา

2. นำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาประยุกต์ใช้ในงานออกแบบโมชั่นกราฟฟิก ให้เห็นปัญหาการใช้เทคโนโลยีความงาม

3.กำหนดภาพรวมของการออกแบบตามแนวคิด โดยมี concept ทางเลือก การตัดสินใจในการเลือกในการดูแลบุคลิกของตนเอง ระหว่างทางลัดที่ไม่ปลอดภัยกับทางเลือกที่ถูกต้องแล้วปลอดภัยกว่า

4. กำหนด theme ในการออกแบบกราฟฟิก โดยใช้ theme ตุ๊กตาผ้าและหุ่นเชิด สื่อถึงการเข้าถึงเทคโนโลยีได้ง่าย การหลงเชื่อโฆษณาชวนเชื่อต่างๆ เปรียบเสมือนหุ่นเชิด และการเสริมเติมแต่ง เพิ่มเติมในร่างกาย เพื่อให้ตนเองดูดีขึ้น เปรียบเสมือนตุ๊กตาผ้า

บทที่ 4

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลเทคโนโลยีความงาม สามารถนำมาทำการวิเคราะห์และทำการออกแบบกราฟิกพัฒนาให้มีความเหมาะสมต่อกลุ่มเป้าหมาย โดยมีขั้นตอนการปฏิบัติงานดังต่อไปนี้

4.1 Pre-production

4.1.1 แนวความคิดในการออกแบบ

4.1.2 ขั้นตอนการออกแบบตราสัญลักษณ์

4.1.3 ขั้นตอนการเขียนสตอรี่บอร์ด

4.1.4 ขั้นตอนแบบร่างตัวละคร

4.1.5 ขั้นตอนการเขียนบทบรรยาย

4.2 Production

4.2.1 ตราสัญลักษณ์

4.2.2 สตอรี่บอร์ด

4.2.3 ตัวละคร

4.2.4 บทบรรยาย

4.3 Post-production

4.3.1 ทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก / ตัดต่อ /ใส่เสียง

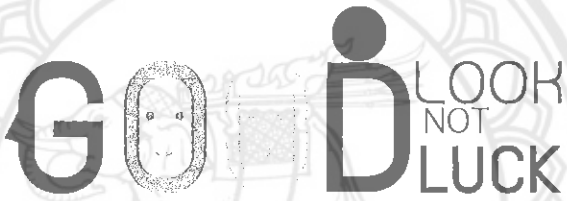
4.3.2 การนำเสนอผลงาน

ขั้นตอนที่ 4.1 Pre-production

4.1.1 แนวความคิดในการออกแบบ

หลังจากรวบรวมข้อมูลเรื่องเทคโนโลยีความงาม จึงได้วิเคราะห์แนวคิดออกมา คือ ทางเลือก เนื่องจากวัยรุ่นในปัจจุบันให้ความสำคัญในเรื่องของการดูแลตัวเอง และเริ่มที่จะลองผิดลองถูกกับเทคโนโลยีสมัยใหม่ จึงได้เกิดแนวคิด ทางเลือก ขึ้นมา เพราะมีวัยรุ่นมีความคิดอยากจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง แต่ลืมคำนึงถึงผลกระทบของเทคโนโลยีเหล่านั้น จึงทำให้มีความคิดที่จะเลือกตัดสินใจว่าเราอยากดูดีในแบบที่เสี่ยงอันตรายหรืออยากจะดูแลตนเองด้วยวิธีที่ปลอดภัย

4.1.2 ขั้นตอนการออกแบบตราสัญลักษณ์



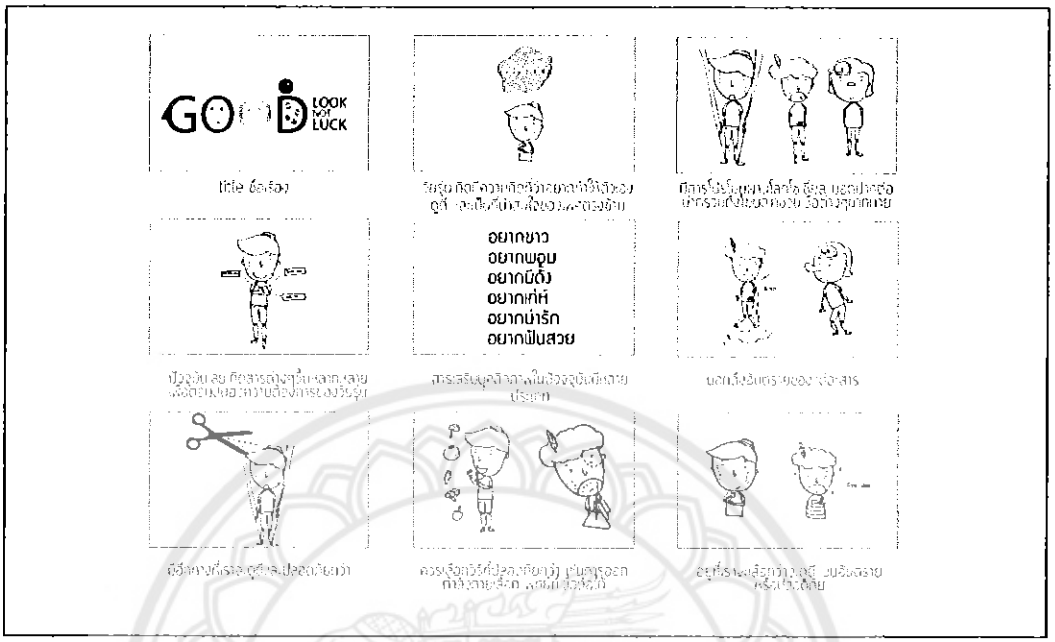
ภาพที่ 9 การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 1

ภาพที่ 10 การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 2

ภาพที่ 11 การออกแบบตราสัญลักษณ์ครั้งที่ 3

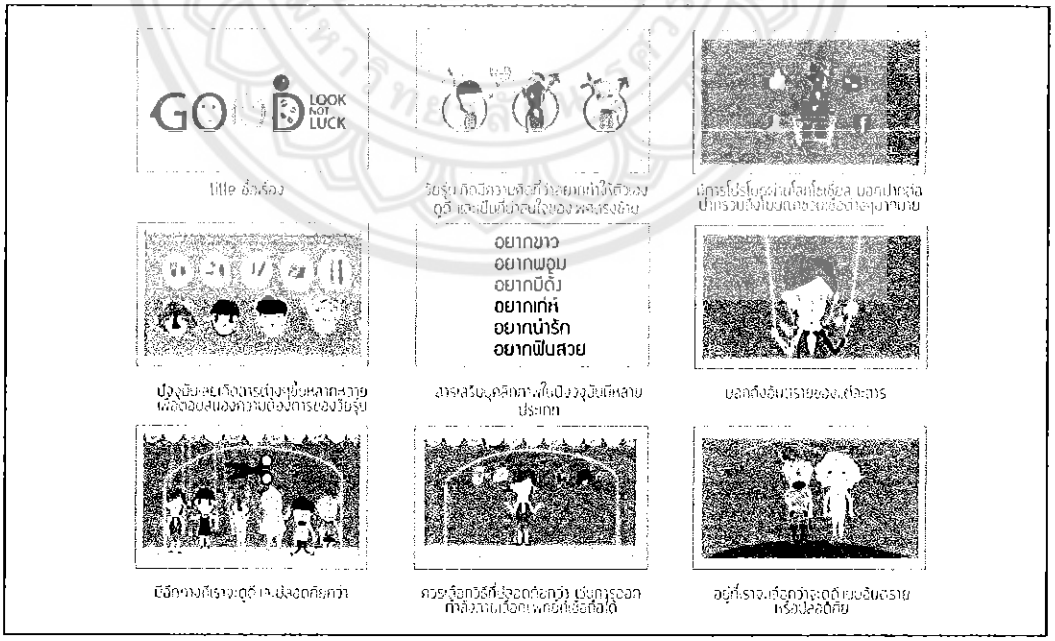
4.1.3 ขั้นตอนการเขียนสตอรี่บอร์ด

แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 1



ภาพที่ 12 แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 1

แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 2



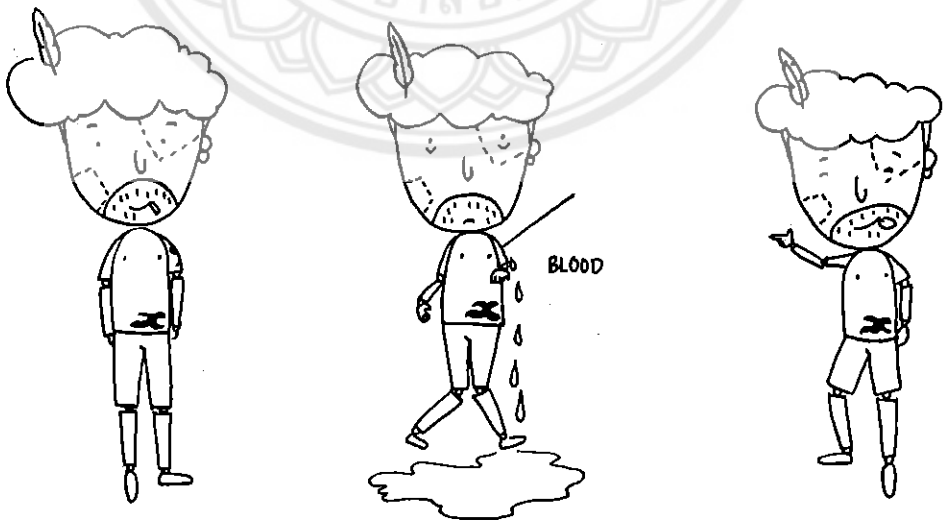
ภาพที่ 13 แบบร่างสตอรี่บอร์ดครั้งที่ 2

4.1.4 ขั้นตอนแบบร่างตัวละคร

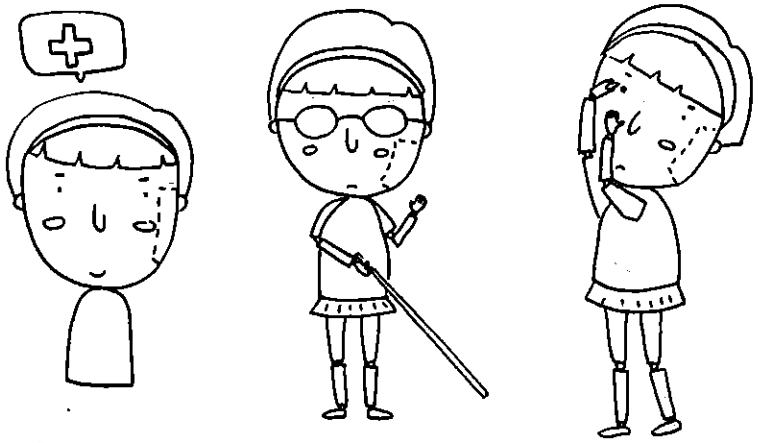
แบบร่างตัวละคร

ผู้วิจัยได้กำหนดภาพกราฟิกในงานเพื่อครอบคลุมและสอดคล้องกับเนื้อหา ได้เปรียบเทียบว่ามนุษย์เราส่วนบนของตัวละครเป็นตุ๊กตาผ้าที่สื่อถึงว่า วัยรุ่นมักจะส่วนใจในเรื่องของการแต่งตัวเพิ่มเสริม ตกแต่งบนใบหน้าและร่างกาย เปรียบเสมือนการนำตุ๊กตามาตกแต่งตามใจชอบ และส่วนล่างของตัวละครจะเป็นตุ๊กตาหุ่นเชิดเปรียบเสมือนมนุษย์เราหลงเชื่อคำพูดชวนเชื่อและเทคโนโลยีใหม่ๆโดยที่ได้เลือกดำเนินชีวิตด้วยตนเอง ตัวละครจึงมีลักษณะเป็นตุ๊กตาหุ่นเชิด

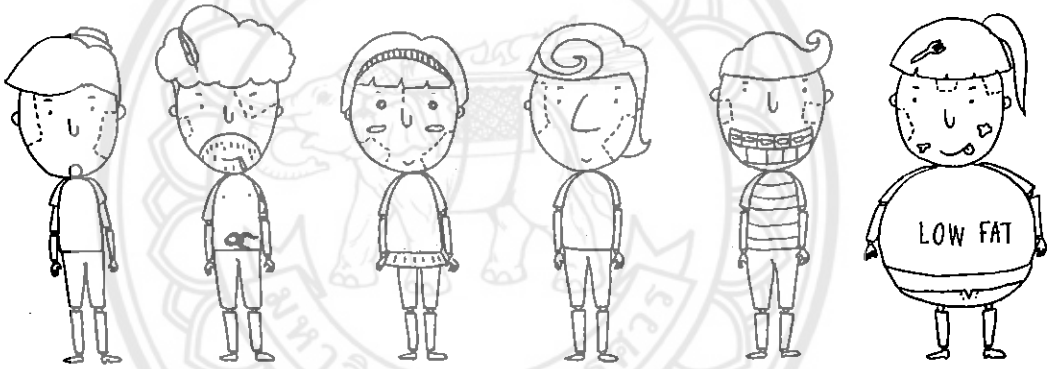
ภาพที่ 14 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 1



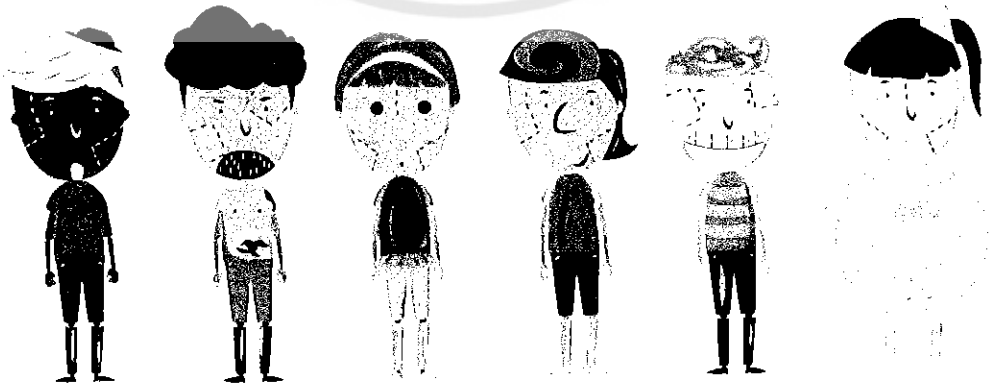
ภาพที่ 15 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 2



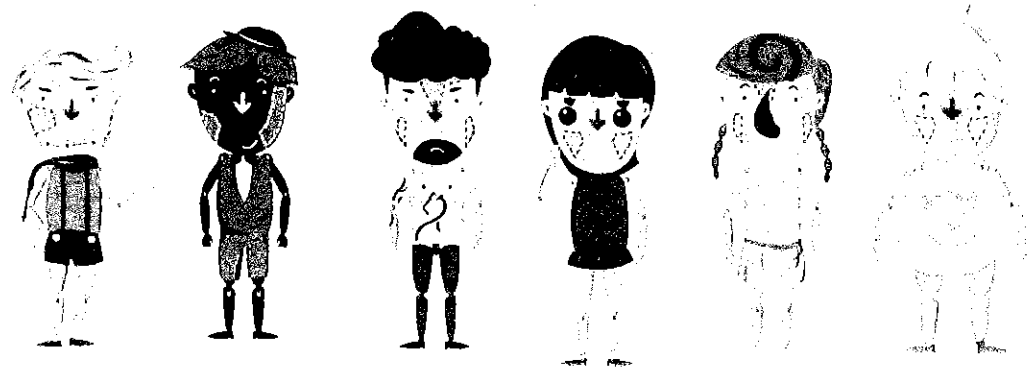
ภาพที่ 16 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 3



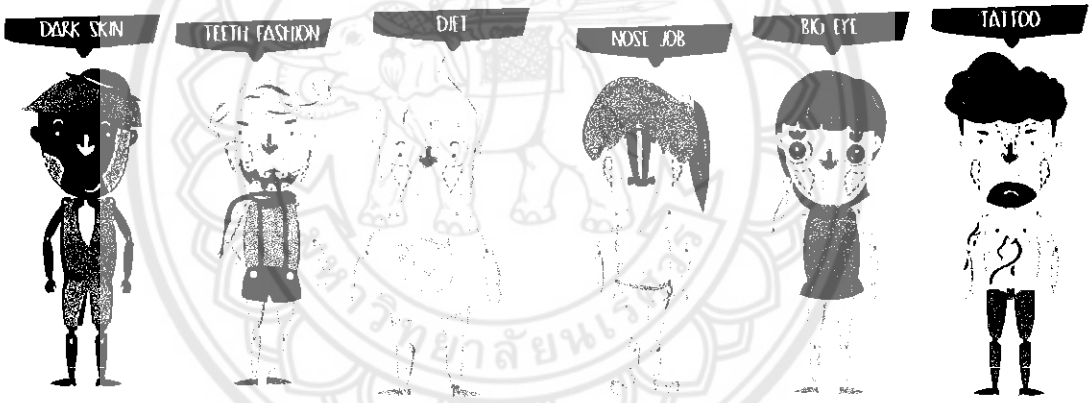
ภาพที่ 17 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 4



ภาพที่ 18 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 1 ภาพที่ 5



ภาพที่ 19 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 2



ภาพที่ 20 แบบร่างตัวละครครั้งที่ 3

4.1.5 ขั้นตอนการเขียนบทบรรยาย

การเขียนบทบรรยายครั้งที่ 1

วัยรุ่นเมื่อถึงเวลาที่อยากดูแลตัวเอง ต่างก็หาวิธีที่จะสร้างจุดสนใจให้กับผู้อื่น โดยเฉพาะวัยรุ่นในปัจจุบัน ที่มีความคิดที่ว่า ถ้าดูดีจะ เป็นที่น่าสนใจกับเพศตรงข้ามหรือเพศเดียวกัน หรือแม้แต่บางอาชีพ หน้าตาดี บุคลิกดี ก็ทำให้มีโอกาสทำงานมากกว่า เช่น นักร้อง ดารา แอร์โฮสเตส สจ๊วต จึงทำให้วัยรุ่นเกิดค่านิยมผิดๆ ขึ้นมาว่าดูดีจะต้องเป็นจุดสนใจ ปัจจุบันเลยเกิดเทคโนโลยีความงามต่างๆขึ้นมากมาย เพื่อตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น

เราปฏิเสธไม่ได้ว่าสื่อมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะสื่อโทรทัศน์ที่เห็นภาพทันที หรือในโลกของ โซเชียล ที่เข้าถึงวัยรุ่นได้อย่างรวดเร็วมาก มีทั้งโฆษณาชวนเชื่อ โฆษณาเกินจริง รีวิวให้เห็นผลว่า ใช้แล้วดี เปรียบเทียบให้เห็น แต่ความเป็นจริง อาจจะเป็นแค่วัตถุประสงค์เพื่อการขายเท่านั้น

สารและเทคโนโลยีความงามได้เกิดขึ้นมากมาย หลักๆ 5 ยอดนิยมของวัยรุ่น ที่นิยมกันมากที่สุด คือ

1. การทำให้ผิวขาว ค่านิยมเรื่องความขาว กลายเป็นเรื่องใหญ่ในสังคมไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งกลุ่มเด็กวัยรุ่น เพราะสังคมในทุกระดับต่างก็ให้ค่าเรื่องความขาวจนเกินงาม เพราะคิดว่าจะสร้างความสนใจและดึงดูดเพศตรงข้ามได้ดี

2. การทานยาลดความอ้วน แน่นอนว่ากระแสลดน้ำหนักกำลังเป็นที่นิยม ยิ่งมียาลดความอ้วนอาหารเสริม ยิ่งทำให้ง่าย ไม่ต้องใช้เวลามาก แต่เห็นผลเร็ว การใช้ยาและวิตามินลดความอ้วน โดยมีโฆษณาชวนเชื่อถึงสรรพคุณต่างๆ ทำให้ผอมเพรียวได้รวดเร็ว ก็จะยิ่งได้รับความสนใจมากขึ้น

3. การเสริมจมูก การใช้สารฟิลเลอร์ฉีดตรงจมูก เพราะวัยรุ่นคิดว่า การเสริมจมูกทำให้โครงหน้าดูดี เป็นการทำตามกระแสและการเลียนแบบดารา นักแสดง ที่เห็นได้ชัดว่า เมื่อเสริมดั้งแล้วจะดูดี

4. การใส่เหล็กดัดฟัน เป็นอีกหนึ่งที่ฮิตมากที่สุดในกลุ่มวัยรุ่น จนกลายเป็นค่านิยมที่ผิดๆ เช่น ความคิดที่ว่า ดัดฟันแล้วจะดูน่ารัก จะทำให้ดูหน้าเรียวลง ความเป็นจริงอาจจะไม่มีปัญหาด้านสุขภาพ แต่ทำเพียงเพราะกระแสนิยม เป็นแฟชั่น

5. การสักบนร่างกาย ค่านิยมการสักบนร่างกาย กลายเป็นที่นิยมกันอย่างกว้างขวาง ในเหล่าบรรดานักร้อง นักแสดง นักกีฬา กระแสความนิยมลามไปถึงเหล่าวัยรุ่น เพราะได้รับอิทธิพลจากดารานักร้อง ส่วนใหญ่เหล่าวัยรุ่นจะสักเพื่อเพิ่มพลังความเชื่อให้กับจิตใจของตัวเอง สักตามกระแส สักเพราะศรัทธาหรือเพราะความสวยงาม

6. การใส่บิ๊กอาย บิ๊กอายเป็นคอนแท็กเลนส์ชนิดหนึ่ง ที่มักจะย้อมด้วยสีสันต่างๆ ความนิยมในบิ๊กอายของวัยรุ่นไทย ส่วนมากจะได้รับอิทธิพลมาจากวัฒนธรรมต่างประเทศอย่างเจป๊อบ เคป๊อบ ด้วยความคิดที่ว่า สาวตาเล็กๆหรือตาชั้นเดียวดูไม่มีเสน่ห์ ไม่สวย บิ๊กอายเข้ามามีอิทธิพลกับวสาวตาเล็กวัยรุ่นไปแล้ว ด้วยเหตุผลเพื่อเพิ่มขนาดของดวงตา ทำให้ดูน่ารักขึ้น

วัยรุ่นยุคใหม่ยอมเสี่ยงเพื่อความงาม โดยไม่รู้ว่าการได้รับสารจากเทคโนโลยีในปริมาณมาก อาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

เรามาดูกันว่า เมื่อใช้สารจากเทคโนโลยีความงามแล้วจะทำเกิดอะไรกับตัวเราบ้าง

-ผิวขาวที่ยอดนิยม รู้มั้ยว่า เมื่อเราได้ฉีดหรือทานกลูต้าไธโอนเข้าสู่ผิวหนัง จะทำให้เกิดการเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งผิวหนัง ผิวหนังแดง เกิดการหอบหืดเฉียบพลันได้

-การทานยาลดความอ้วน ที่ทำให้ น้ำหนักลดลงเร็วอาจจะส่งผลทำให้เกิดการนอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย มีลมในลำไส้มาก ท้องอืด ผายลมมีน้ำมันปนออกมา หรือกลั้นอุจจาระไม่อยู่ และสิ่งที่เห็นได้ชัดจากการทานยาลดความอ้วน คือโยโย่เอฟเฟค เนื่องจากน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว ทำให้สภาพร่างกายปรับตัวไม่ทัน เกิดอาการหย่อนได้

- การเสริมดั้งด้วยสารฟิลเลอร์ อาจจะเป็นผลทำให้จมูกอักเสบและโตขึ้นเรื่อยๆหรือผลที่ร้ายแรงสุด ถ้าเกิดการผิดพลาดอาจทำให้ตาบอดได้

- การดัดฟัน มักจะมองความสวยงามเป็นหลัก เนื่องจากการดัดฟัน ได้รับความนิยม จึงเกิดการดัดฟันแฟชั่นขึ้นมา บางรายไม่ได้มีปัญหาด้านสุขภาพฟัน แต่ดัดเพราะกระแสนิยม ถ้าเลือกไม่ดีก็มีผลกระทบตามมาอีกเช่นกัน อาจทำให้ฟันซ้อนกัน อาจจะทำให้ฟันผุ เหงือกอักเสบ นอกจากนั้นรากฟันอาจกุดสั้นลง เพราะได้รับแรงมากเกินไป ทำให้ฟันโยกและความแข็งแรงของฟันลดลง

- การสัก ถ้าพลาดอาจจะทำให้เลือดไหลไม่หยุด นอกจากนั้นการล้างเข็มที่ไม่สะอาด อาจมีเชื้อแบคทีเรียติดอยู่ ทำให้เป็นหนอง บาดทะยักหรือเป็นโรคทางผิวหนังได้

-การใส่บิ๊กอาย อาจมีเชื้อแบคทีเรียติดอยู่ ทำให้แสบตา ตาแดง น้ำตาไหล หนักสุดอาจทำให้ตาบอดได้ เนื่องจากบิ๊กอายที่ไม่ได้มาตรฐาน

เห็นไหมว่าอันตรายต่างๆเป็นเพราะเราอยากดูดีและสร้างจุดสนใจ มีภัยร้ายต่างๆแฝงอยู่ เราควรเลือกดำเนินชีวิตด้วยตนเอง ไม่หลงเชื่อโฆษณาชวนเชื่อ เลือกอีกวิธีหนึ่งที่สามารถดูดีได้ปลอดภัยโดยไม่ต้องเพิ่งสารเหล่านี้

อ้วน เราแค่ ออกกำลังกายเป็นประจำก็ทำให้ผอมได้ และควบคุมอาหารก้เป็นเรื่องสำคัญอีกเช่นกัน

อยากขาว เลือกทานผลไม้ เพราะผลไม้บางอย่างมีส่วนผสมของกลุต้าไธโอนอยู้แล้ว เช่น นม ไข่ ผลอโวคาโด

สตรอเบอรี่ มะเขือเทศ ผักบรอคโคลี่ ส้ม และผักโขม

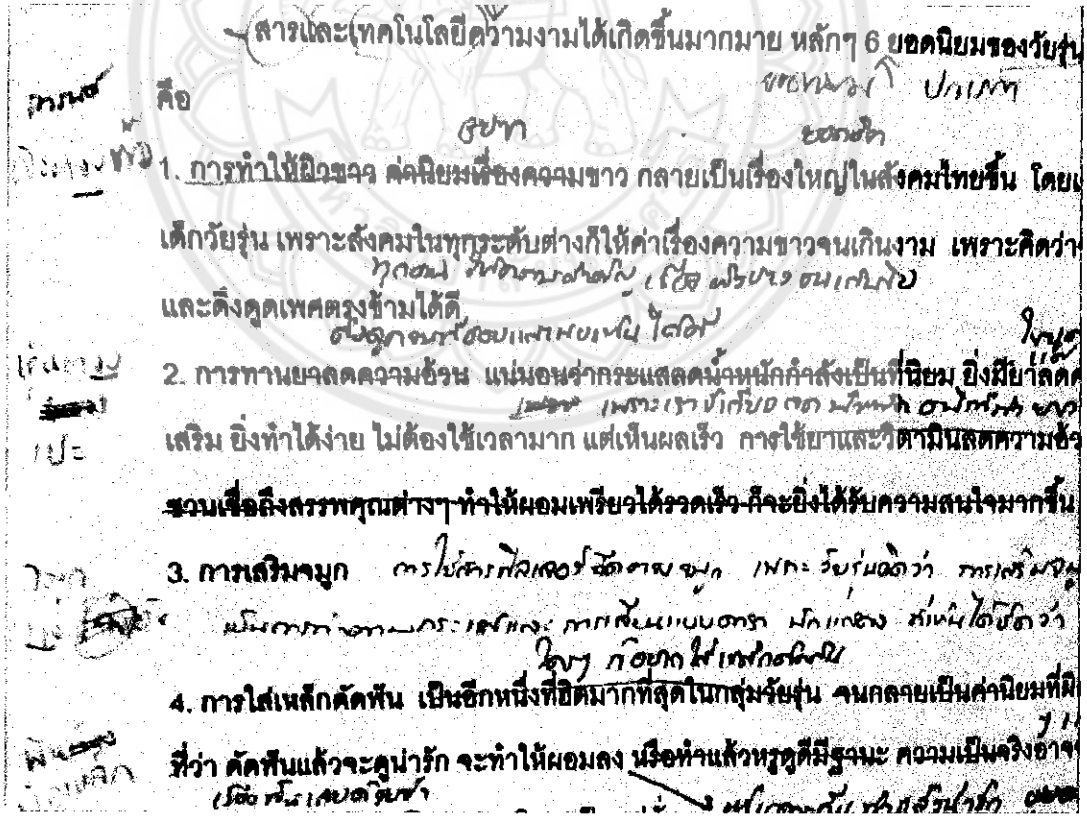
ถ้าอยากเท่โดยที่มีรอบสัก ก็ควรเลือกร้าน และเข็มสักที่ผ่านการฆ่าเชื้อมาแล้ว หรืออยากเท่ แค่เปลี่ยนการแต่งตัวทำให้ดูดีก็ปลอดภัยกว่า

บิ๊กอายควรเลือกซื้อบีกอายจากร้านที่ปลอดภัยและเชื่อถือได้

เสริมดั้งและการดัดฟัน ควรเลือกแพทย์ที่ไว้ใจได้ หรือถ้าไม่จำเป็นจริงๆเราควรพอใจกับสิ่งที่ตัวเองมีดีกว่าจะเสี่ยงอันตราย

สังคมไทยมองแต่คุณประโยชน์ของเทคโนโลยีความงาม ส่วนผลเสียกลับไม่มีใครพูดถึง หลงเชื่อการโฆษณาอวดอ้างตามสื่อต่างๆ ว่ามียาหรือเทคโนโลยีความงามที่ใช้แล้วเห็นผลทันที หรือแม้กระทั่งการเสริมสิ่งต่างๆเข้ามาในร่างกาย เช่น สัก ดัดฟัน ใส่บิ๊กอาย โดยหารู้ไม่ว่าการได้รับสารจากเทคโนโลยีในปริมาณมากอาจเกิดอันตรายต่อชีวิตได้ แต่ที่น่าประหลาดใจกลับพบว่าเด็กรุ่นใหม่ยอมเสี่ยงภัยเพื่อความงาม โดยไม่สนใจผลกระทบที่ตามมา มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นอย่างเห็นได้ชัด และปัญหาที่น่าห่วงตามมาและอันตรายที่สุดน่าจะเป็นเรื่องค่านิยมเรื่องรูปลักษณ์ภายนอกที่ถูกให้"ค่า"มากกว่าคุณค่าของตัวเองและจิตใจของมนุษย์

แต่ก็ให้ข้อคิดและให้ทางเลือกกับวัยรุ่น ว่าเราอยากดูดีในแบบที่เสี่ยงอันตรายต่อชีวิต แค่ทำตามกระแส จำเป็นจริงหรือไม่? เราจะเลือกทางที่ดีที่ปลอดภัยไม่อันตราย มากกว่ามั้ย


สารและเทคโนโลยีความงามได้เกิดขึ้นมากมาย หลักๆ 6 ยอดนิยมของวัยรุ่น
คือ
1. การทำให้ผิวขาว ค่านิยมเรื่องความขาว กลายเป็นเรื่องใหญ่ในสังคมไทยขึ้น โดยเ
เด็กวัยรุ่น เพราะสังคมในทุกระดับต่างก็ให้ค่าเรื่องความขาวจนเกินงาม เพราะคิดว่า
และดึงดูดเพศตรงข้ามได้ดี
2. การทานยาลดความอ้วน แน่นอนว่ากระแสลดน้ำหนักกำลังเป็นที่นิยม ยิ่งมียาลดค
เสริม ยิ่งทำได้ง่าย ไม่ต้องใช้เวลามาก แต่เห็นผลเร็ว การใช้ยาและวิตามินลดความอ้ว
ชวนเชื่อถึงสรรพคุณต่างๆ ทำให้ผอมเพรียวได้รวดเร็ว ก็จะยิ่งได้รับความสนใจมากขึ้น
3. การเสริมจมูก
4. การใส่เหล็กดัดฟัน เป็นอีกหนึ่งที่ฮิตมากที่สุดในกลุ่มวัยรุ่น จนกลายเป็นค่านิยมที่มี
ที่ว่า ดัดฟันแล้วจะดูน่ารัก จะทำให้ผอมลง นิ่วทำแล้วหรูดีมีฐานะ ความเป็นจริงอาจ

ภาพที่ 21 การแก้ไขบทบรรยายครั้งที่ 1

การเขียนบทบรรยายครั้งที่ 2

วัยรุ่นเมื่อถึงเวลาที่อยากดูแลตัวเอง ต่างก็หาวิธีที่จะสร้างจุดสนใจ จุดเด่น มักจะมีความคิดว่าถ้าจะให้ดูดีจะเป็นที่น่าสนใจทั้งเพศตรงข้าม(หรือเพศเดียวกัน) หรือแม้กระทั่งบางอาชีพ ก็มีความเชื่อว่า การมีหน้าตาดี บุคลิกดี ก็ทำให้มีโอกาสได้ทำงานมากกว่า เช่น นักร้อง ดารา แอร์ฮอตสเตส สจ๊วต

เราปฏิเสธไม่ได้ว่าสื่อมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะสื่อในโลกของ social media คือ facebook ที่เราเล่นกันอยู่ทุกวันเข้าถึงวัยรุ่นได้อย่างรวดเร็วมาก

มีทั้งโฆษณาชวนเชื่อ โฆษณาเกินจริง รีวิวให้เห็นผลว่า ใช้แล้วดีเปรียบเทียบก่อน-หลัง แต่ความเป็นจริง ก็แค่อยากให้สินค้าขายดีเท่านั้นจึงทำให้วัยรุ่นเกิดค่านิยมผิดๆขึ้นมาว่าจะต้องดูดีจะต้องเป็นจุดสนใจ

ปัจจุบันเลยเกิดเทคโนโลยีความงามต่างๆขึ้นมากกมาย เพื่อตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น ซึ้งวัยรุ่นยุคใหม่เสี่ยงพร้อมเพื่อความงาม โดยที่ไม่รู้ว่าการได้รับสารและเทคโนโลยีความงามในปริมาณมากและไม่สนผลกระทบที่ตามมา อาจจะทำให้อันตรายถึงชีวิตได้

6 อย่างยอดฮิตสุดๆของวัยรุ่น ที่ คือ

-เทรนด์ผิวต้องขาววววขาว อยากขาว กลายเป็นเรื่องยอดฮิต โดยเฉพาะกลุ่มเด็กวัยรุ่น เพราะทุกคนให้ความสำคัญเรื่องผิวขาวจนเกินไปที่คิดว่าคนอื่นให้ความสนใจ ดึงดูดคนที่ชอบและพบเห็นได้ดีเราจึงพยายามทำทุกทาง ทาครีมก็แล้ว แต่ก็ไม่ได้ผล เลยฉีดเร่งผิวขาว

แต่อยากขาวจนได้เรื่อง เชื่อมั้ยว่า เมื่อเราได้ฉีดหรือทานกลูต้าไธโอนเข้าสู่ผิวหนังจะทำให้เกิดการเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งผิวหนัง ผิวหนังแดง หอบหืดเฉียบพลันได้

-ฟันเหล็กเด็กแนว ใครๆ ก็อยากใส่เหล็กดัดฟัน เพราะความคิดที่ว่า จะทำให้หน้าเรียวเล็ก ลงเห็นคนอื่นทำแล้ว เก๋ๆ เลยอยากทำบ้าง อาจจะทำเพราะมันเป็นแค่แฟชั่น

แฟชั่นดัดฟัน เป็นสิ่งยอดฮิต แต่ถ้าเลือกไม่ดีก็มีผลร้ายอีกเหมือนกัน อาจทำให้ฟันซ้อนกัน ฟันผุเหงือกอักเสบ ความแข็งแรงของฟันลดลง

-หุ่นต้องเป๊ะ เพราะเราชี้เกียจลดน้ำหนักด้วยตัวเอง อะไรที่ทำยากๆ ทำแล้วเหนื่อย ก็ขอบาย ยิ่งในยุคนี้ทำได้ง่ายเลยทีเดียวแค่กินยาลดความอ้วน อาหารเสริม ไม่ต้องใช้เวลามาก แต่ก็เห็นผลเร็ว แถมยังมีสรรพคุณชวนเชื่อ

แต่ใครจะรู้ล่ะ ผลร้ายมักตามมาเสมอ น้ำหนักลดลงเร็วก็จริง บางทีอาจนอนไม่หลับ หงุดหงิด หงุดหงิด ท้องอืด ผายลม

และที่เห็นได้ชัด โยโย่เอเฟค เพราะน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว ทำ เกิดการย้วยตรงพุง ผิวแตกอีก ตางหาก

-จมูกต้องเด้ง หลายคนคิดว่า ดั้งโด่ง เป็นสัน แล้วจะดูดีขึ้น เห็นดารา นักร้องทำ แล้วดีก็อยากทำบ้าง

ดั้งโด่งด้วยสารฟิลเลอร์ใช้ว่าจะปลอดภัยเสมอ อาจทำให้จมูกเราอักเสบและโตขึ้นเรื่อยๆ หรือถ้าเกิดการผิดพลาดอาจทำให้ตาบอดเราได้

-ตาต้องบิ๊ก ใส่เพื่อให้ดูแอ๊บแบ๊วขึ้น ความนิยมในบิ๊กอาย วัยรุ่นเราส่วนใหญ่จะทำตามพวกหนังซีรีส์ นักร้องเคป๊อบต่างๆเพราะคิดว่าตาเล็กๆหรือตาชั้นเดียวดู ไม่เลิศ เลยหันมาใส่บิ๊กอายเพื่อที่จะให้ตาโตขึ้น

แต่ถึงจะตาโต ตาแบ๊ว ใช่ว่าจะปลอดภัย อาจมีเชื้อแบคทีเรียติดอยู่ ทำให้แสบตา ตาแดง น้ำตาไหล สุดท้ายอาจทำให้ตาบอดได้ เพราะบิ๊กอายที่ไม่ได้มาตรฐาน

-สักลายเพิ่มความเก๋า สักแล้วเท่ห์ หรือเห็นดาราที่ชื่นชอบสัก เลยอยากลองสักเพราะความเชื่อ ว่าหนังเหนียวฟันไม่เข้าบางคนอาจจะสักเพราะความสวยงาม

สัก อาจเก๋าจริง แต่หนังไม่เหนียว แต่สิ่งที่ตามมา ถ้าพลาดอาจทำให้เลือดไหลไม่หยุดเข็มที่ไม่สะอาด อาจมีเชื้อโรคติดอยู่ ทำให้เป็นหนอง บาดทะยักหรือเป็นโรคทางผิวหนังได้

เห็นไหมว่าอันตรายต่างๆเป็นเพราะเราอยากแค่ดูดีและเป็นที่สนใจ แต่ก็มีภัยร้ายต่างๆแฝงอยู่ แล้วเราควรเลือกดำเนินชีวิตด้วยตนเองได้มั้ย??ไม่หลงโฆษณาชวนเชื่อได้มั้ย??เลือกวิธีที่สามารถดูดีได้ ปลอดภัยโดยที่ไม่ต้องเพิ่งเทคโนโลยีเหล่านี้ได้หรือเปล่า??

อยากขาว เลือกที่จะทานผลไม้ เพราะผลไม้บางอย่าง มีส่วนผสมของกลูต้าไธโอนอยู่แล้ว เช่น นม ไข่ สตรอเบอรี่ ผักบรอคโคลี

บิ๊กอายกับเสริมดั้ง ก็น่าจะมาจากเหตุผลเดียวกัน แค่อยากสวย แต่ความจำเป็นนั้นดูน้อยมากควรเลือกร้านที่เชื่อถือได้ และปลอดภัยแต่ถ้าจะให้ดี ไม่ทำเลยจะปลอดภัยกว่านะ

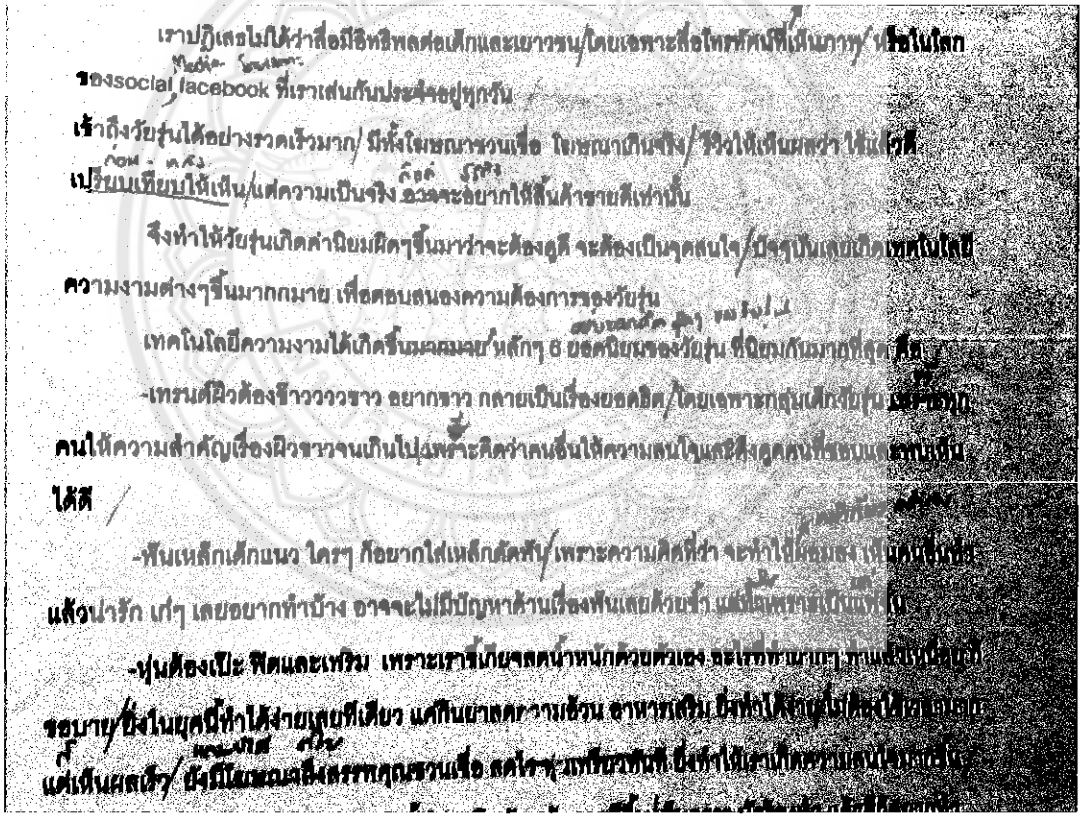
อ้วน แล้วอยากผอมก็ทำได้ง่ายๆ แค่ออกกำลังกายเป็นประจำ โดยไม่หักโหมมากไป วัน1-2ชั่วโมงและการควบคุมอาหารก็เป็นเรื่องสำคัญ อีกเหมือนกัน

ถ้าอยากเท่โดยที่มีรอยสัก ก็ควรเลือกร้านที่เข็มสักผ่านการฆ่าเชื้อมาแล้ว หรืออยากเท่ แค่เปลี่ยนการแต่งตัวให้ดูดีขึ้น

ดัดฟันแฟชั่น แน่นอนอยู่แล้วว่า ถ้ามีปัญหาด้านสุขภาพฟัน คงหลีกเลี่ยงไม่ได้ แต่ก็ควรเลือกแพทย์ที่ได้คุณภาพและไว้ใจได้

สังคมไทยมองแต่คุณประโยชน์ของเทคโนโลยีความงาม ส่วนผลเสียกลับไม่มีใครคิดพูดถึงเป็นเรื่องค่านิยมเรื่องรูปลักษณ์ภายนอกที่ถูกให้"ค่า" มากกว่าคุณค่าของตัวตนและจิตใจของมนุษย์

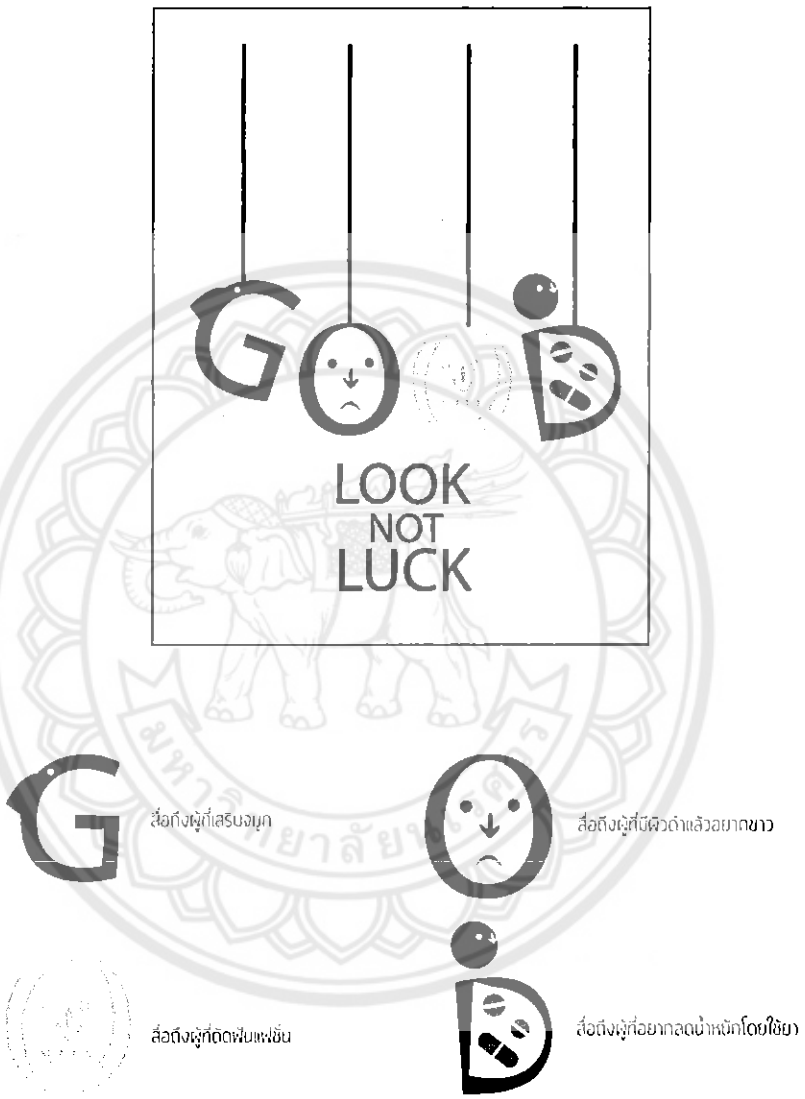
แต่ก็ให้ข้อคิด และให้ทางเลือกกับวัยรุ่นอย่างเรา ว่าเราอยากดูดีในแบบที่เสี่ยงอันตรายต่อชีวิต หรือสร้างทางเลือกให้กับตัวเองดีมั้ย?? คุณเลือกเอง



ภาพที่ 22 การแก้ไขบทบรรยายครั้งที่ 2

ขั้นตอนที่ 4.2 Production

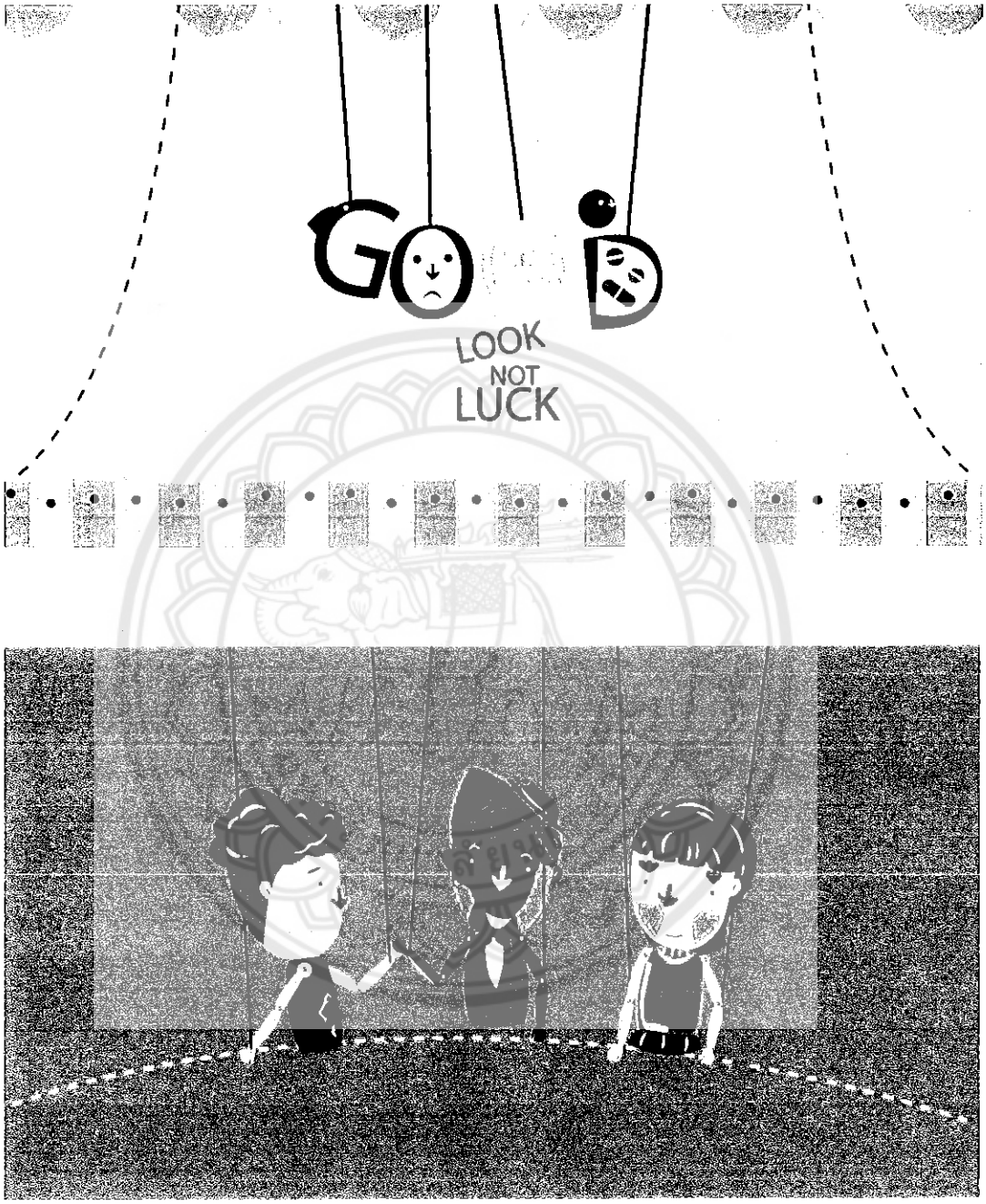
4.2.1 ตราสัญลักษณ์



ภาพที่ 23 แบบสำเร็จตราสัญลักษณ์

4.2.2 สตอรี่บอร์ด

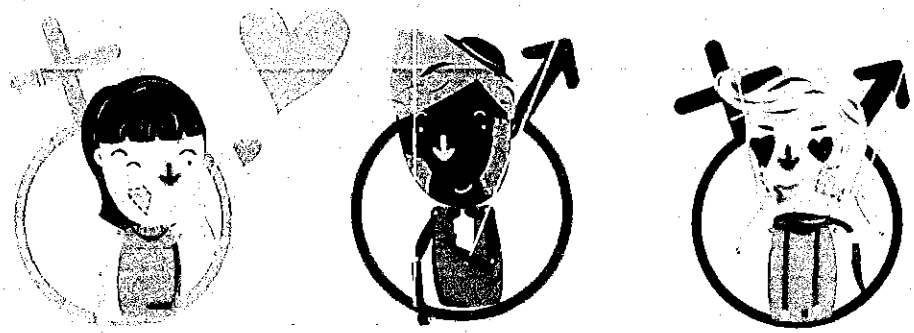
แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด



ภาพที่ 24 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเราก็อยากดูแลตัวเอง และสร้างจุดสนใจ



ภาพที่ 25 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

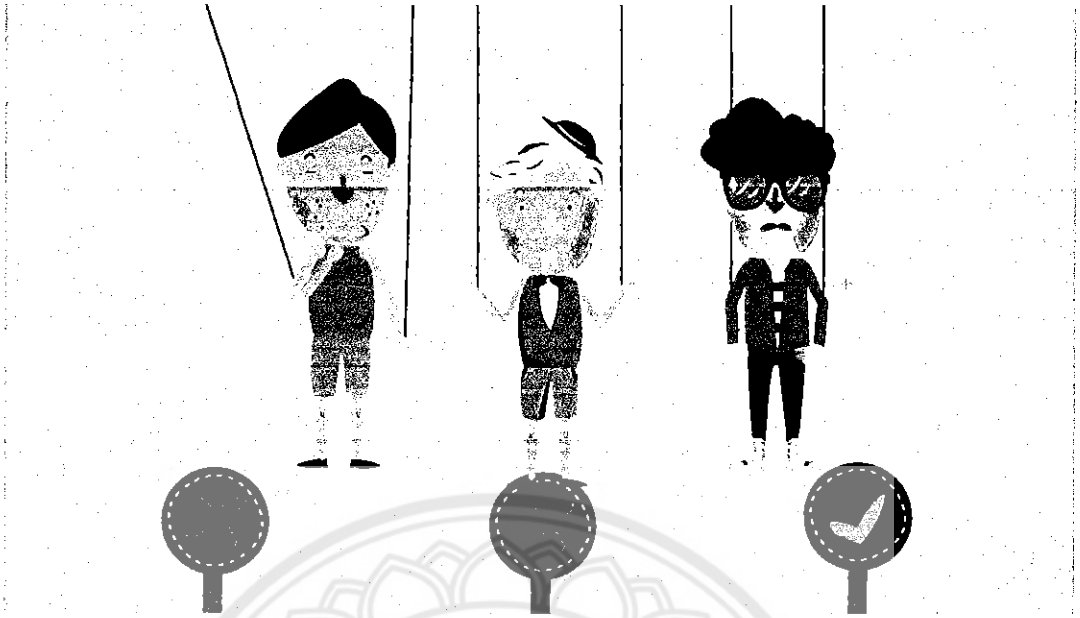
STORY / DIALOG

โดยเฉพาะวัยรุ่นในปัจจุบัน มักจะมีความเชื่อที่ว่า ถ้าดูดีจะเป็นที่น่าสนใจต่อเพศตรงข้ามและเพศเดียวกัน

ภาพที่ 26 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

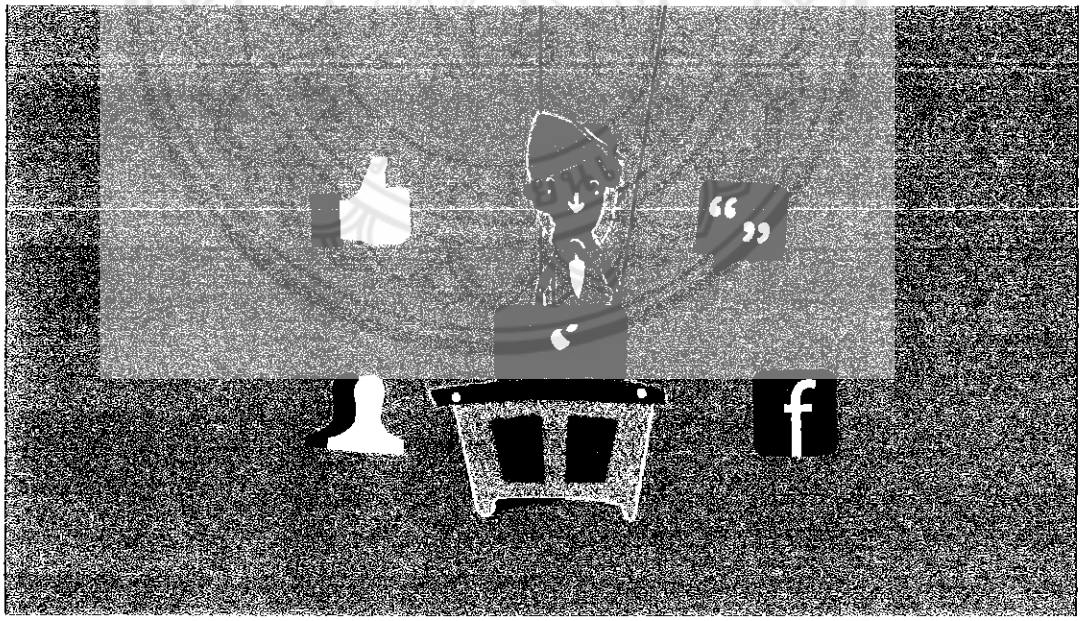
หรือแม้แต่ในบางอาชีพ เช่น นักร้อง นักแสดง หรือแอร์ฮอตสเตส



ภาพที่ 27 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

มักเชื่อว่า หน้าตาดี บุคลิกดี ก็จะมีโอกาสในการทำงานที่สูงกว่า



ภาพที่ 28 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

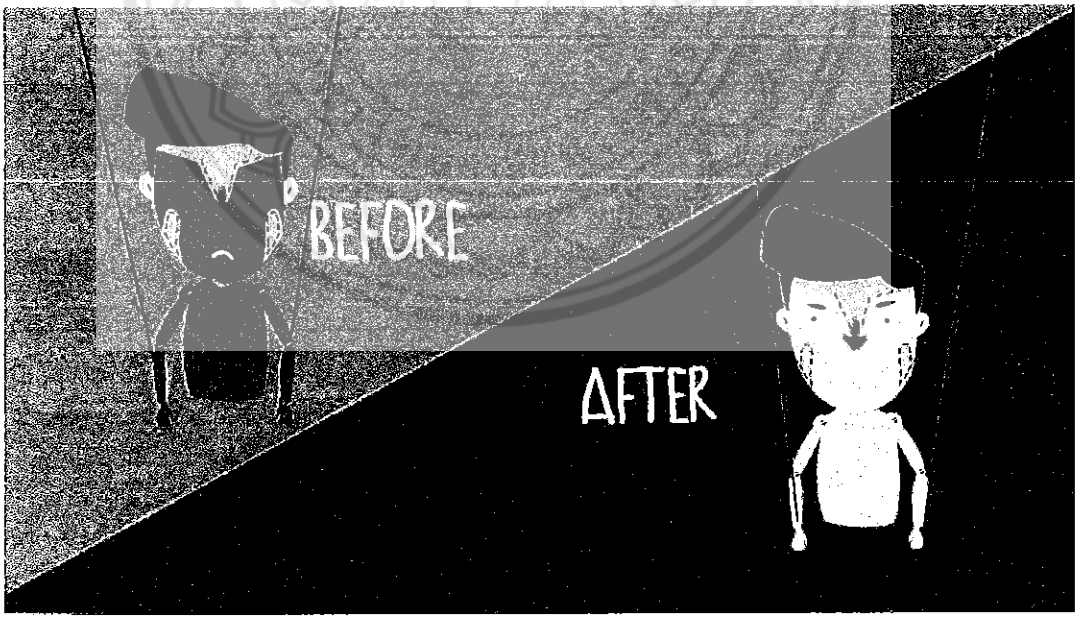
STORY / DIALOG

เราปฏิเสธไม่ได้ว่าสื่อมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะสื่อในโลกออนไลน์ อย่างเช่น facebook ที่เราเล่นกันอยู่ทุกวันนี้

ภาพที่ 29 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

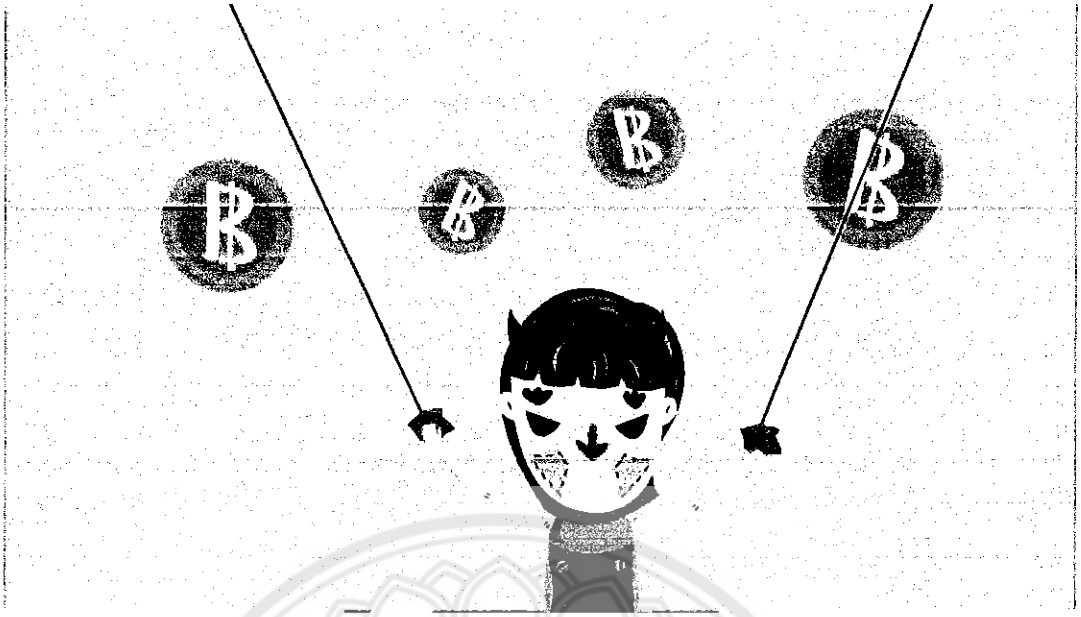
เป็นสิ่งที่เข้าถึงวัยรุ่นได้อย่างรวดเร็วมาก มีทั้งโฆษณาสินค้าชวนเชื่อ



ภาพที่ 30 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

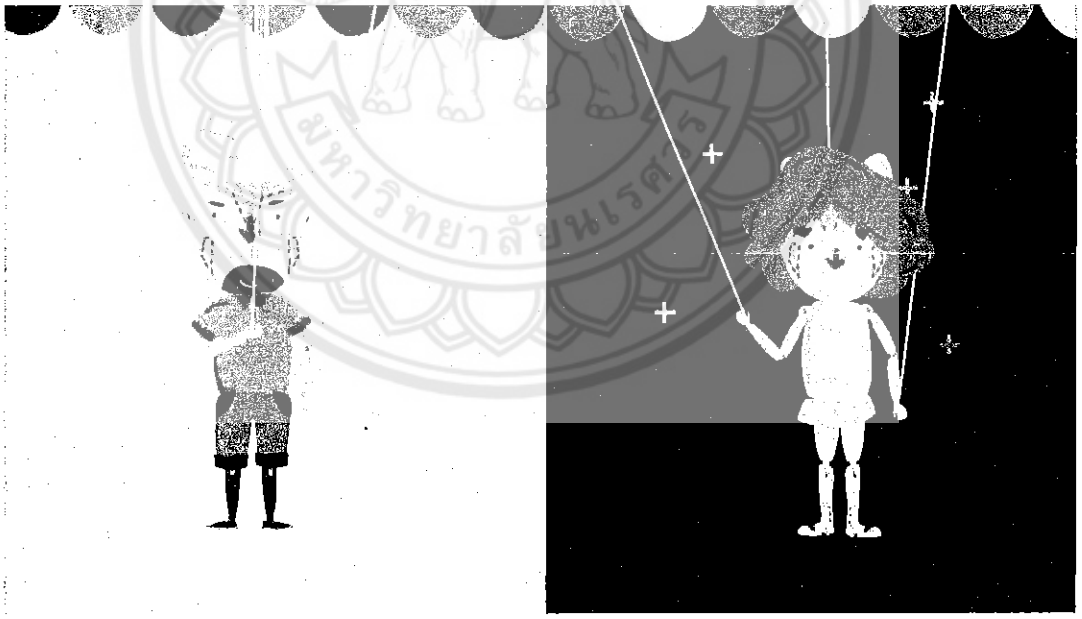
เปรียบเทียบแสดงให้เห็นก่อนและหลังการใช้ ซึ่งเป็น โฆษณาเกินจริง



ภาพที่ 31 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

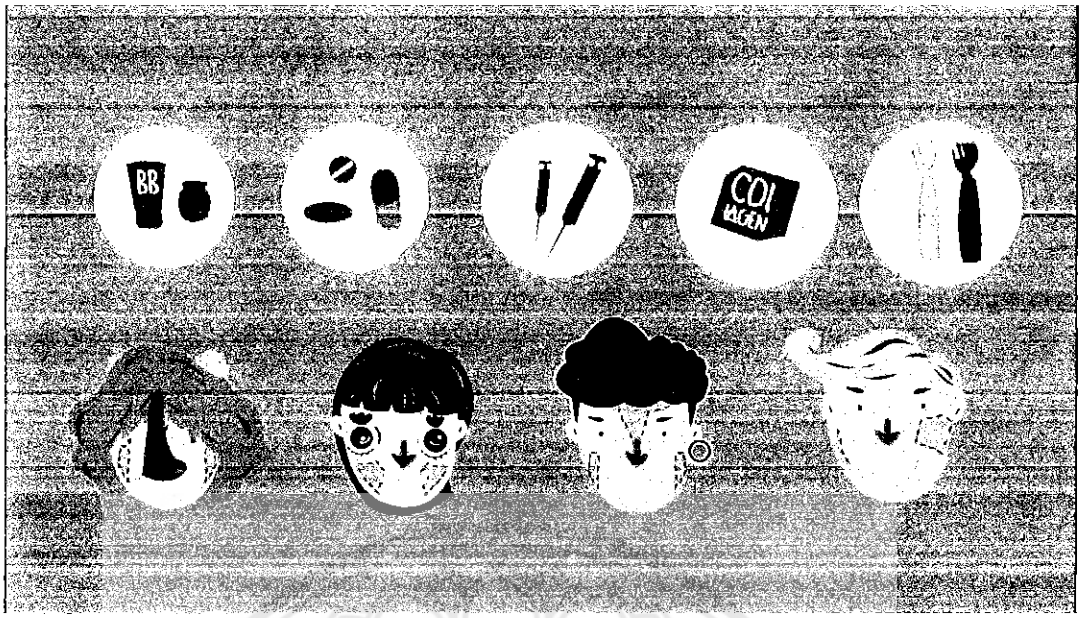
เพียงเพราะแค่อยากให้สินค้าขายดีเท่านั้น



ภาพที่ 32 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

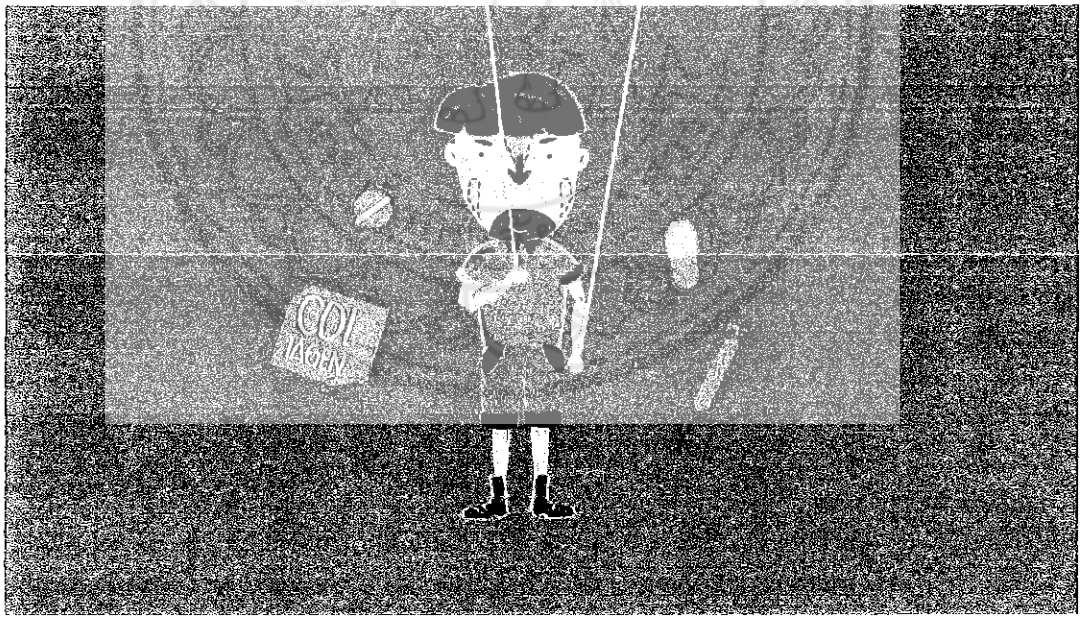
จึงทำให้วัยรุ่นเกิดค่านิยมผิดๆขึ้นมาว่าต้องดูดีและต้องเป็นจุดสนใจ



ภาพที่ 33 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

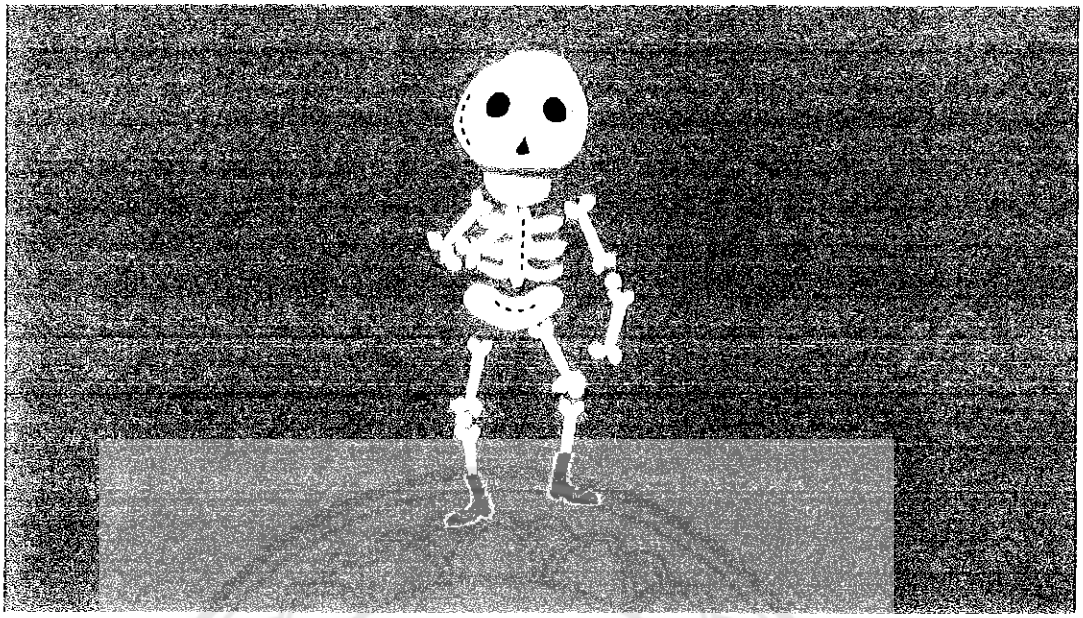
ปัจจุบันเลยเกิดเทคโนโลยีความงามต่างๆขึ้นมากมาย เพื่อตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น



ภาพที่ 34 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

ซึ่งวัยรุ่นยุคใหม่พร้อมเสี่ยงเพื่อความงาม โดยที่ไม่สนใจผลกระทบที่ตามมาและไม่รู้ว่าการได้รับสารจากเทคโนโลยีความงามต่างๆในปริมาณมาก



ภาพที่ 35 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

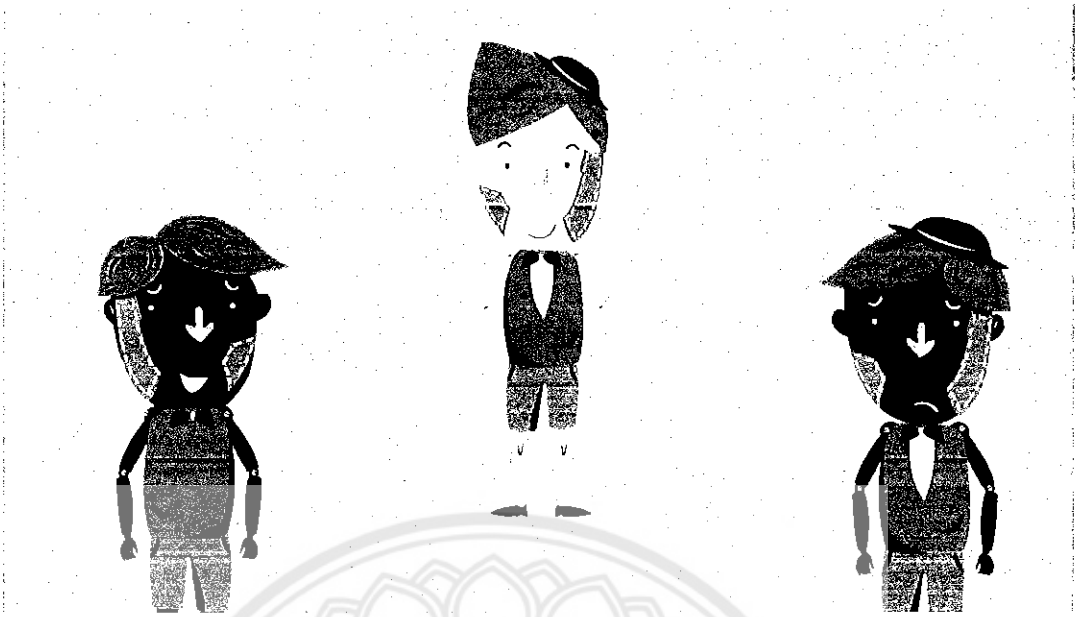
STORY / DIALOG

อาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

ภาพที่ 36 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

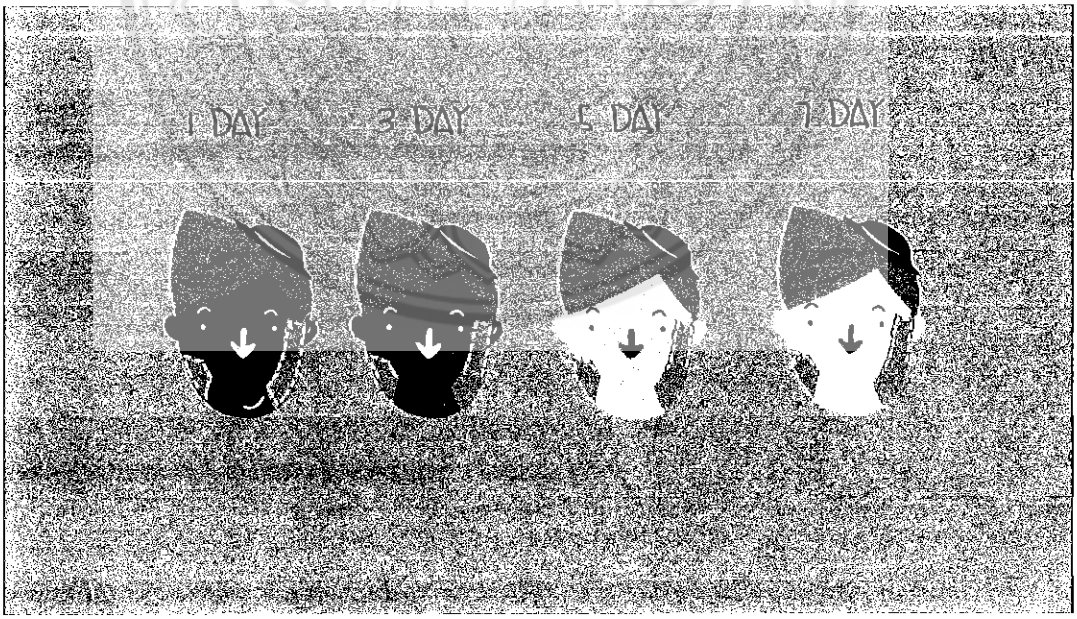
เรามาดูกันว่าเทคโนโลยีความงาม 6 อย่างยอดฮิตสุดๆของวัยรุ่น มีอะไรกันบ้าง



ภาพที่ 37 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

เทรนด์ผิวต้องขาววววขาว กลายเป็นเรื่องยอดฮิต โดยเฉพาะกลุ่มเด็กวัยรุ่น **เพราะทุกคนให้ความสำ**คัญเรื่องผิวขาวจนเกินไป ซึ่งคิดว่าจะดึงดูดผู้พบเห็นได้ดี



ภาพที่ 38 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

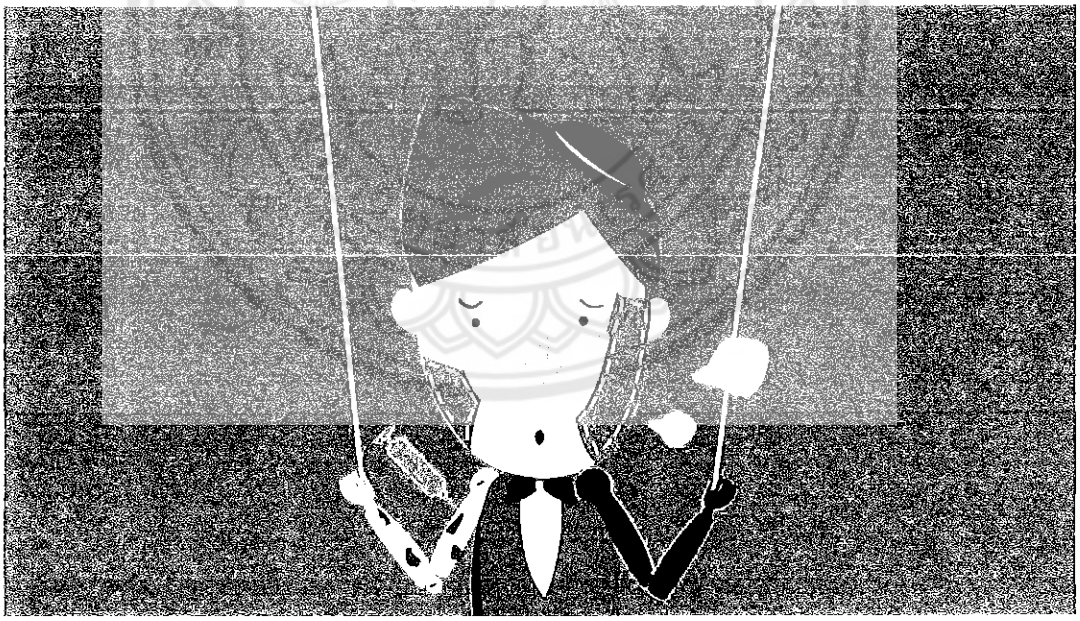
STORY / DIALOG

เพื่อให้เห็นผลเร็วขึ้นทันตา

ภาพที่ 39 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

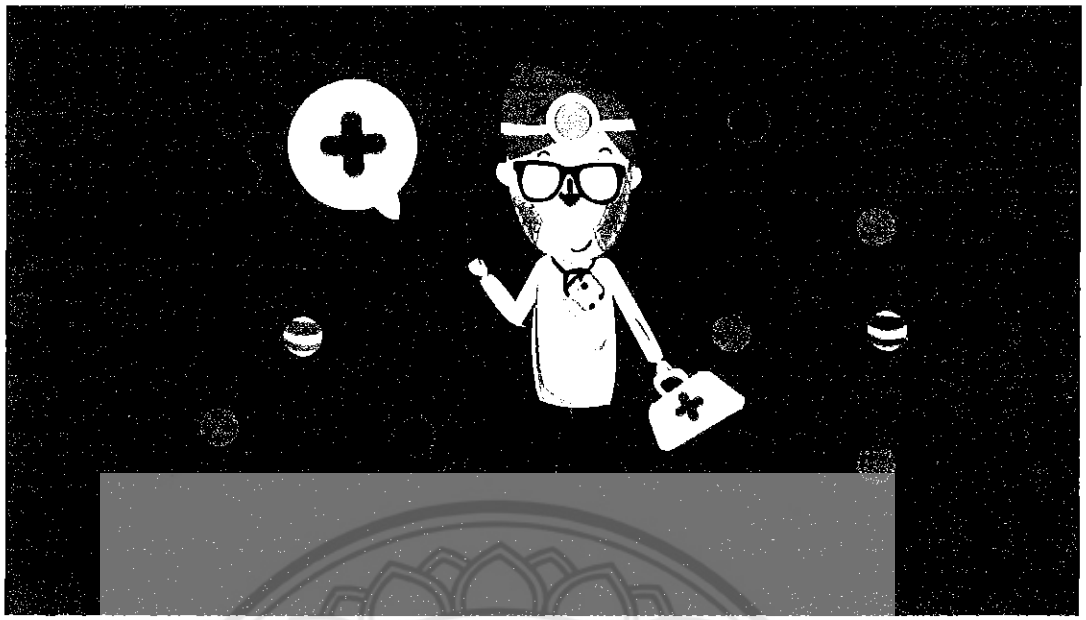
วัยรุ่นจึงเลือกการฉีดเร่งผิวขาวจากกลูต้าไธโอน



ภาพที่ 40 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

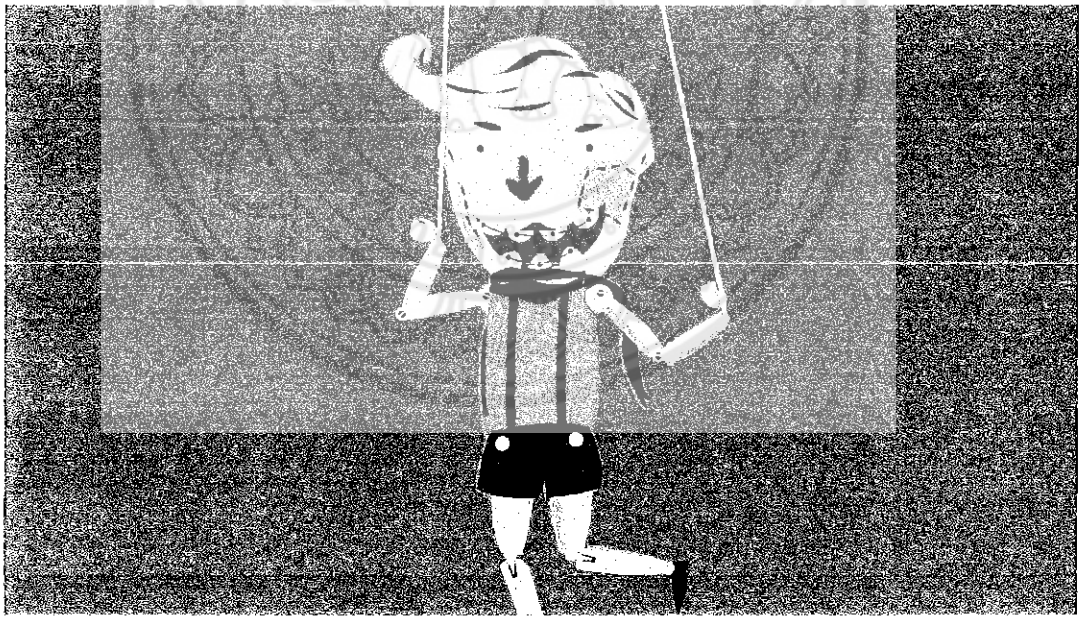
แต่ก็อยากขาวจนได้เรื่อง เชื่อไหมว่า เมื่อเราได้ฉีดกลูต้าไธโอนเข้าสู่ผิวหนัง จะทำให้เกิดการเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งผิวหนัง ผิวหนังแดง และหอบหืดเฉียบพลันได้



ภาพที่ 41 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

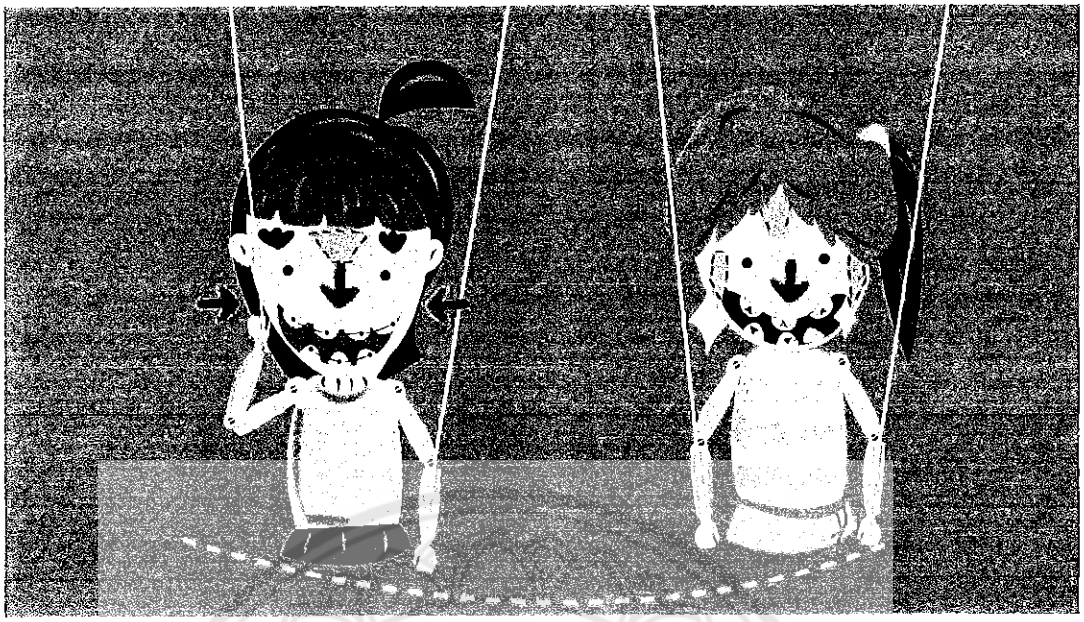
เพราะจริงๆแล้ว กลูต้าไธโอนเป็นสารที่ทางการแพทย์ใช้ในการรักษาโรค



ภาพที่ 42 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

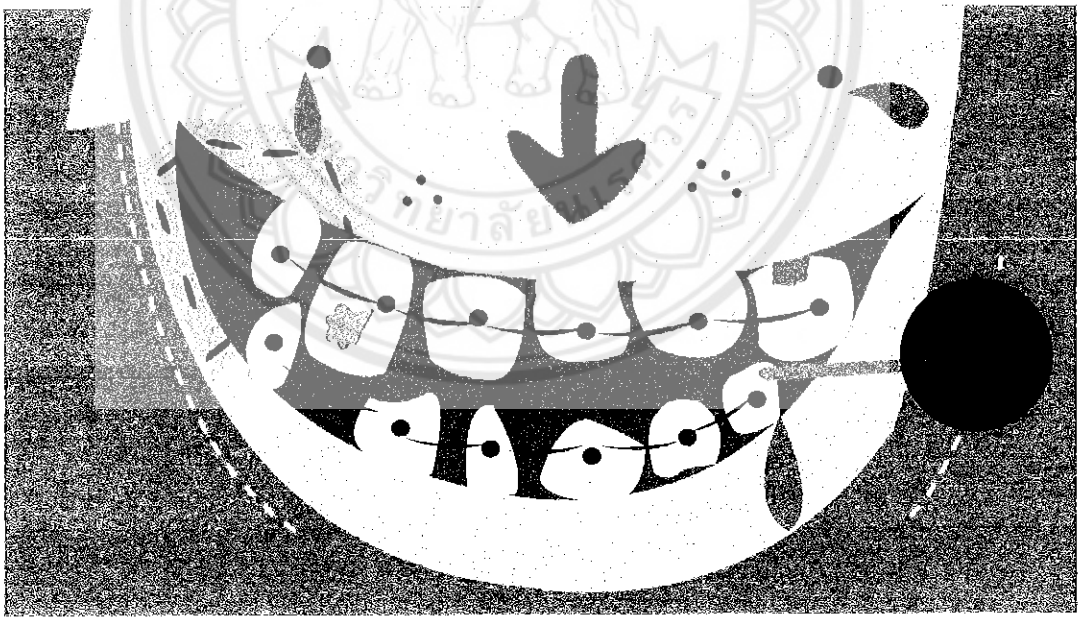
ฟันเหล็กเด็กแนว ใครๆ ก็อยากใส่เหล็กดัดฟัน



ภาพที่ 43 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

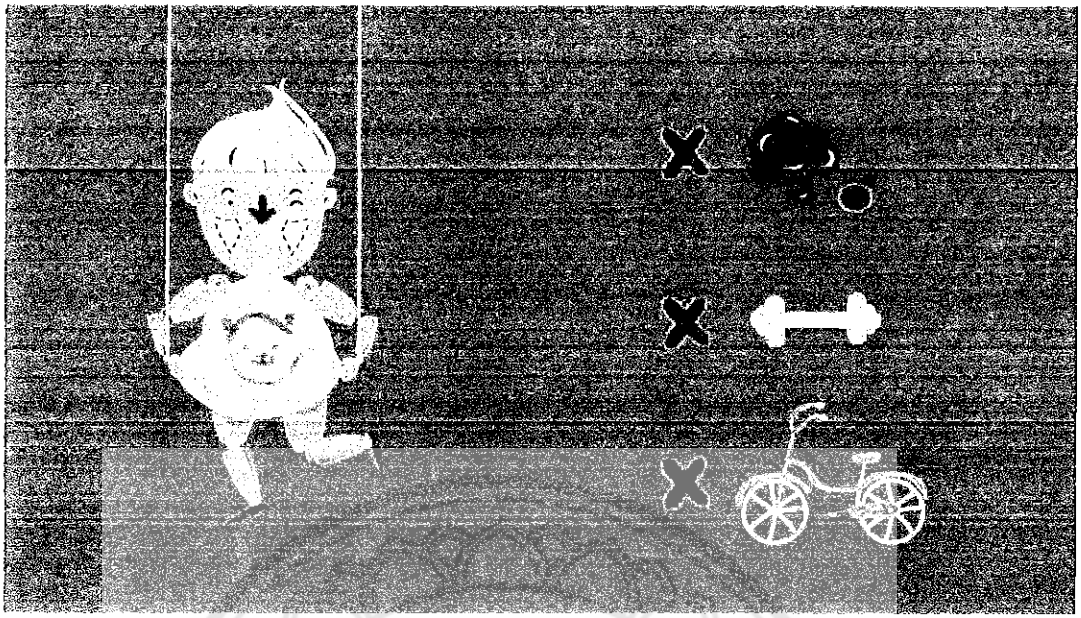
เพราะความคิดที่ว่า จะทำให้หน้าเรียวเล็กลง หรือเห็นคนอื่นทำแล้ว เก๋ๆ เลยอยากทำบ้าง



ภาพที่ 44 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

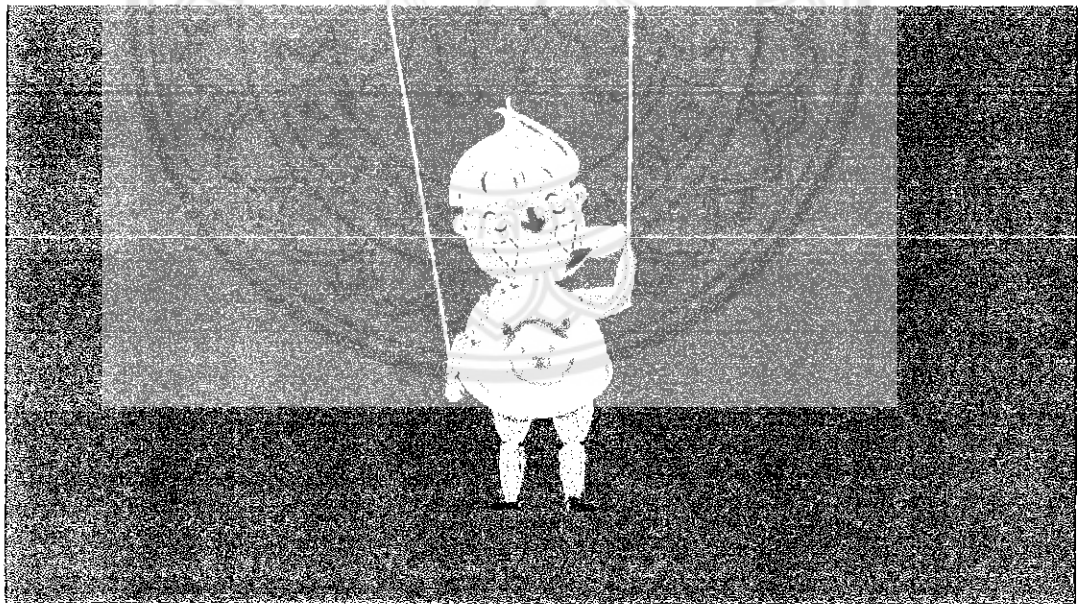
แฟชั่นดัดฟัน เป็นสิ่งยอดฮิต แต่ถ้าเลือกไม่ดีก็มีผลร้ายแรงอีกเหมือนกัน อาจทำให้ฟันซ้อนกัน ฟันผุ เหงือกอักเสบ ความแข็งแรงของฟันลดลงได้



ภาพที่ 45 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

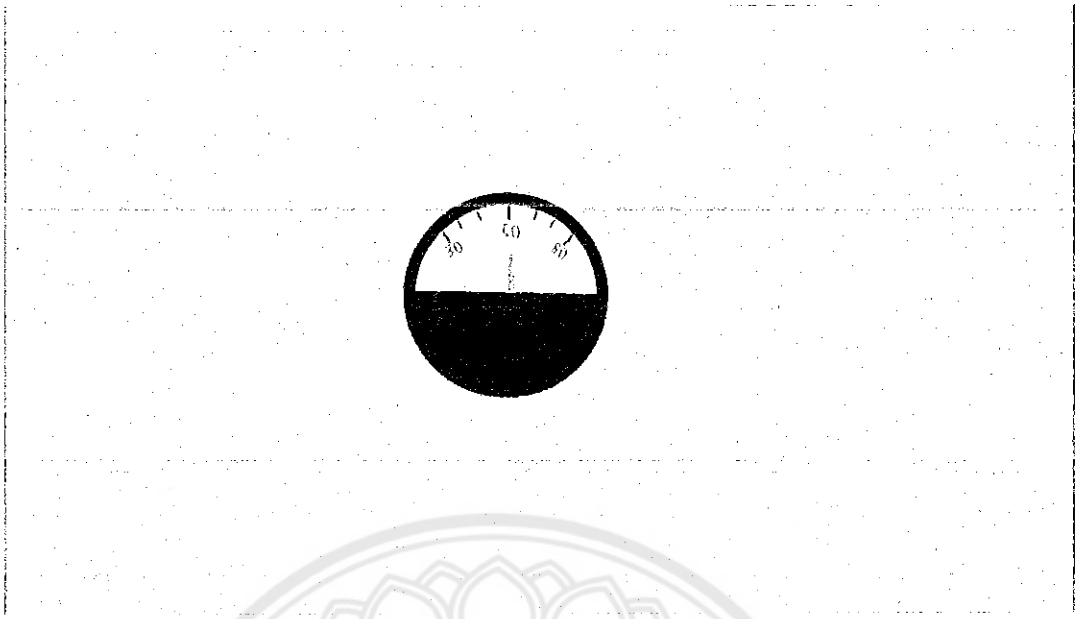
หุ่นต้องเป๊ะ เพราะเราขี้เกียจลดน้ำหนัก อะไรที่ทำยากๆ หรือว่าเหนื่อย ก็ขอบาย



ภาพที่ 46 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

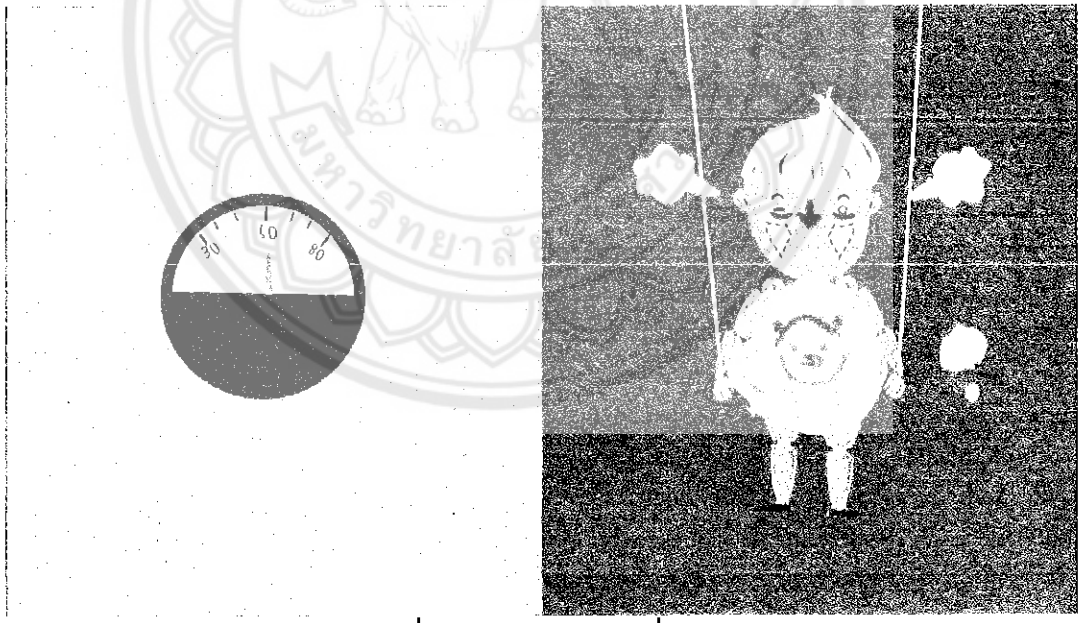
ยิ่งในยุคนี้ทำได้ง่ายเลยทีเดียว แค่กินยาลดความอ้วน อาหารเสริม ไม่ต้องใช้เวลามากก็สามารถเห็นผลได้เร็ว



ภาพที่ 47 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

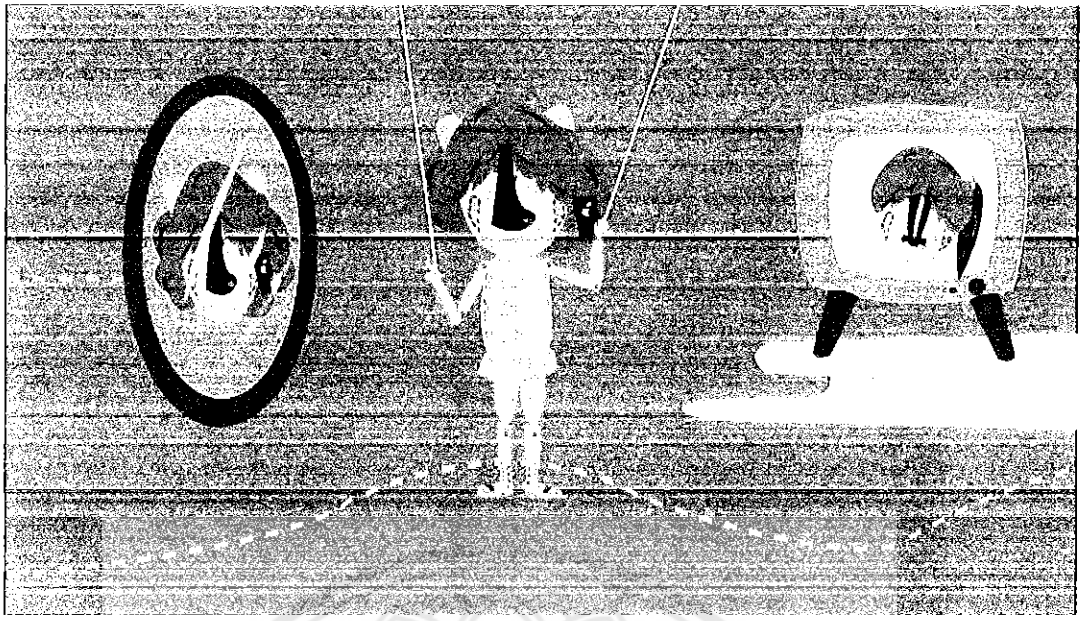
แต่ใครจะรู้ล่ะ ผลร้ายมักตามมาเสมอ น้ำหนักลดลงรวดเร็วก็จริง



ภาพที่ 48 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

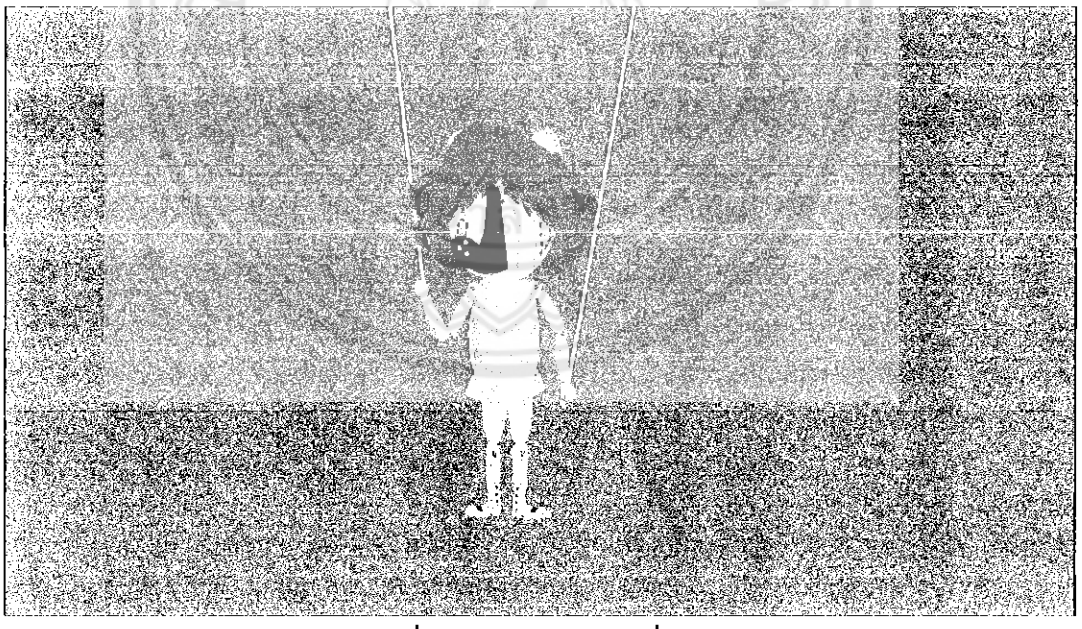
แต่อาจนอนไม่หลับ หงุดหงิด หงุดหงิด ท้องอืด ผายลม และที่เห็นได้ชัดคือ โยโย่เอเฟค เพราะน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว ทำเกิดการย้วย ผิวแตกอีกต่างหาก



ภาพที่ 49 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

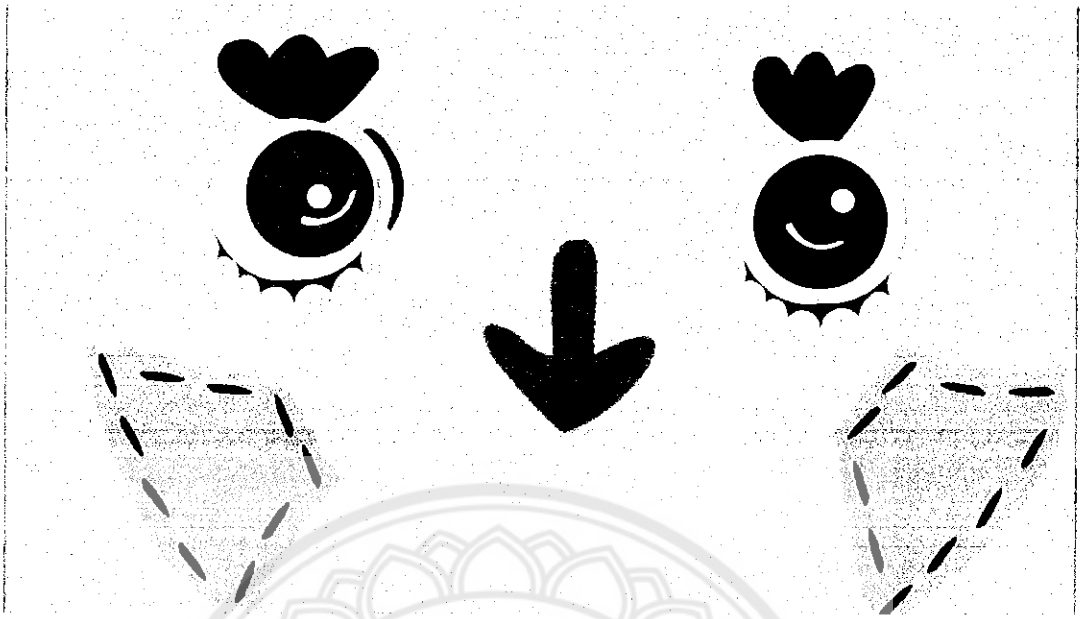
จมูกต้องเด้ง หลายคนคิดว่า ดั้งโด่ง เป็นสัน แล้วจะดูดีขึ้น เห็นดาราหลายๆคนทำ**แล้วเกิด ก็อยาก ทำบ้าง หรือเป็นเพราะสร้างความมั่นใจให้ตัวเองมากขึ้น** ถ่ายรูปออกมาแล้วจะได้ดู**สวย หล่อ**



ภาพที่ 50 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

แต่เราอาจจะลืมไปว่า การทำดั้งให้โด่งด้วยสารฟิลเลอร์ใช้ว่าจะปลอดภัยเสมอไป อาจทำให้จมูก เราอักเสบและโตขึ้นเรื่อยๆ หรือถ้าเกิดการผิดพลาดอาจจะทำให้ตาบอดเราได้



ภาพที่ 51 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

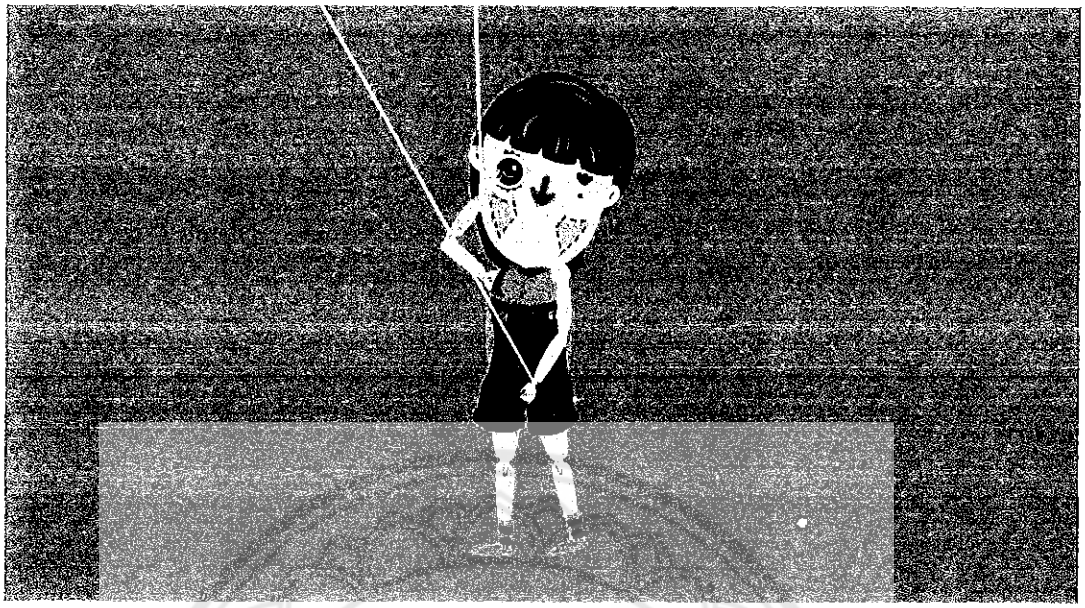
STORY / DIALOG

ตาต้องบิ๊ก ใส่เพื่อให้ดูแอ๊บแบ๊วขึ้น

ภาพที่ 52 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

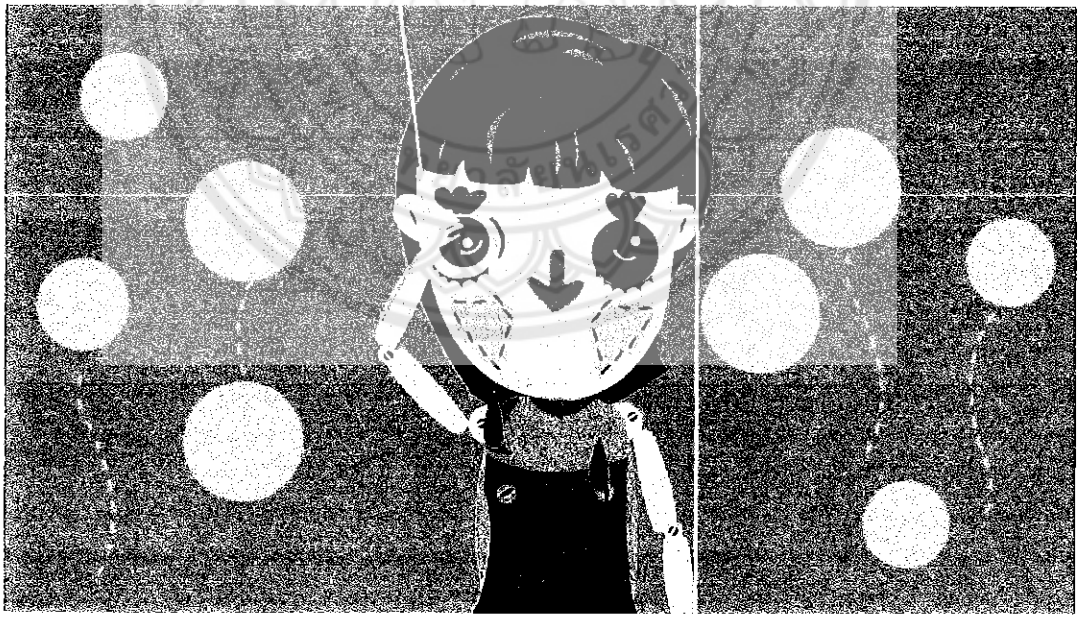
ความนิยมในบิ๊กอาย วัยรุ่นเราส่วนใหญ่จะทำตามพวกหนังซีรีส์ นักร้องเคป๊อบต่างๆ เพราะมีความคิดว่าตาเล็กๆหรือตาชั้นเดียวดู ไม่เลิศ



ภาพที่ 53 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

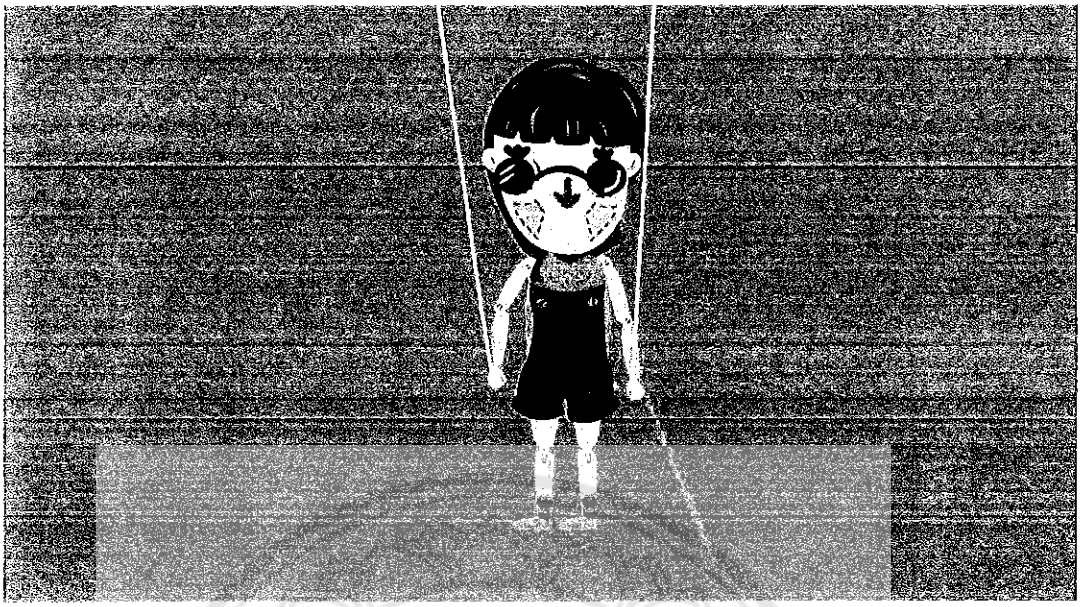
เลยหันมาใส่บิ๊กอายเพื่อที่จะให้ตาโตขึ้น



ภาพที่ 54 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

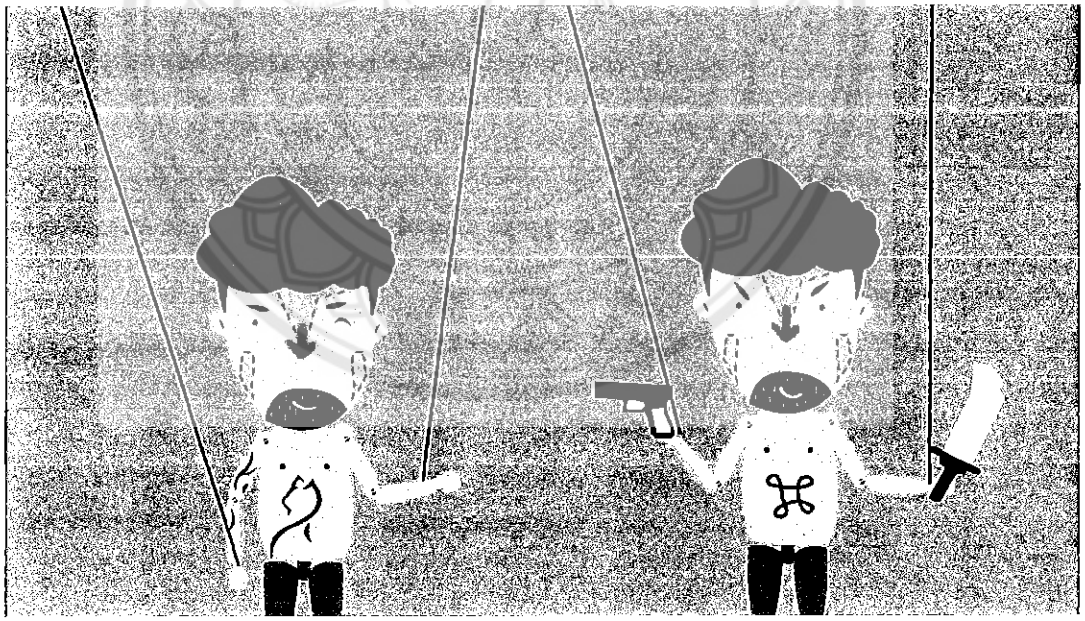
แต่ถึงจะ ตาแป๋ว เราก็ต้องนึกถึงความปลอดภัยในการใช้ก่อนเสมอ เพราะอาจมีเชื้อแบคทีเรียติดอยู่ ทำให้แสบตา ตาแดง น้ำตาไหล



ภาพที่ 55 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

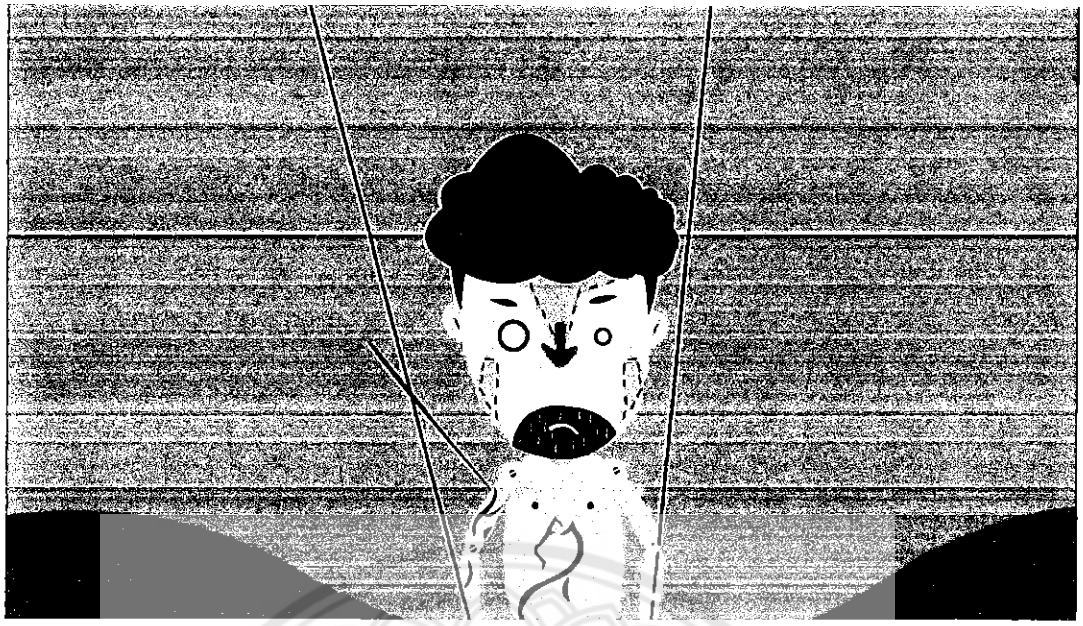
สุดท้ายอาจทำให้ตาบอดได้ เพราะบิ๊กอายที่ไม่ได้มาตรฐาน



ภาพที่ 56 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

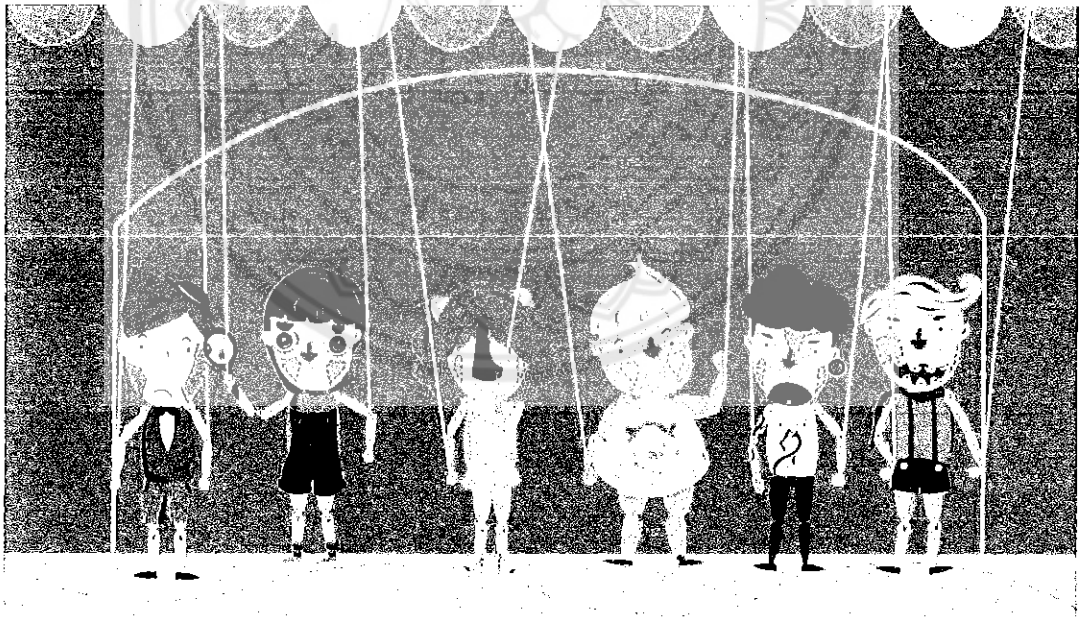
สักเพิ่มความเก๋า สักแล้วเท่ห์ หรือ สักเพราะความเชื่อว่าหนังเหนียวฟันไม่เข้า



ภาพที่ 57 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

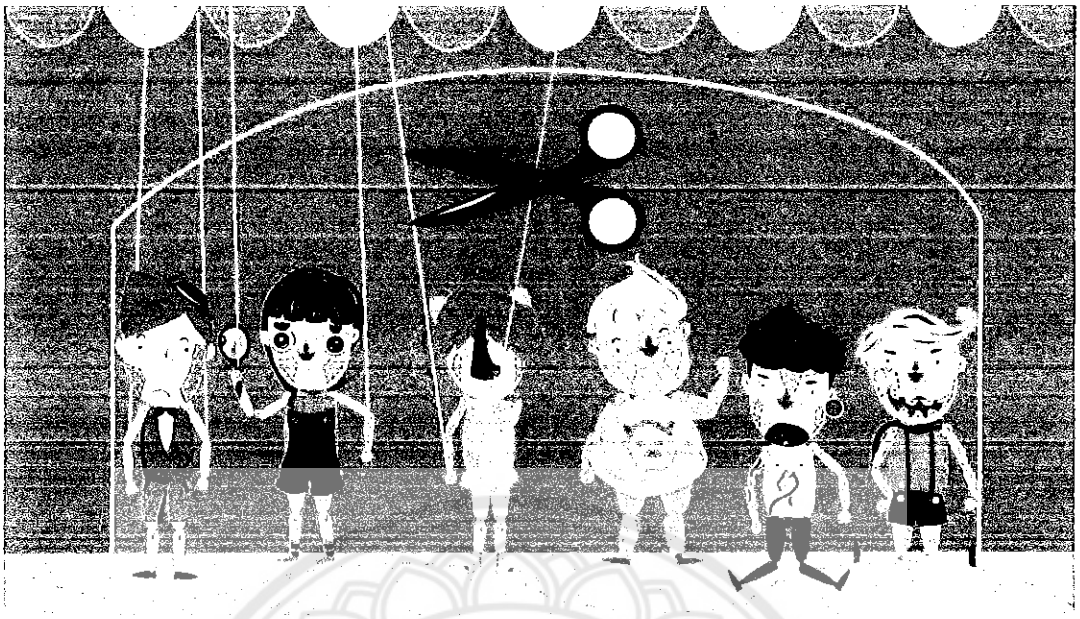
ความเป็นจริง สัก อาจเก๋าอย่างเดียว แต่หนังไม่เหนียว สิ่งที่ตามมา ถ้าพลาดอา**จทำให้เลือดไหลไม่หยุด** เข็มที่ไม่สะอาด อาจมีเชื้อโรคติดอยู่ ทำให้เป็นหนอง บาดทะยักหรือเป็นโร**คทางผิวหนังได้**



ภาพที่ 58 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

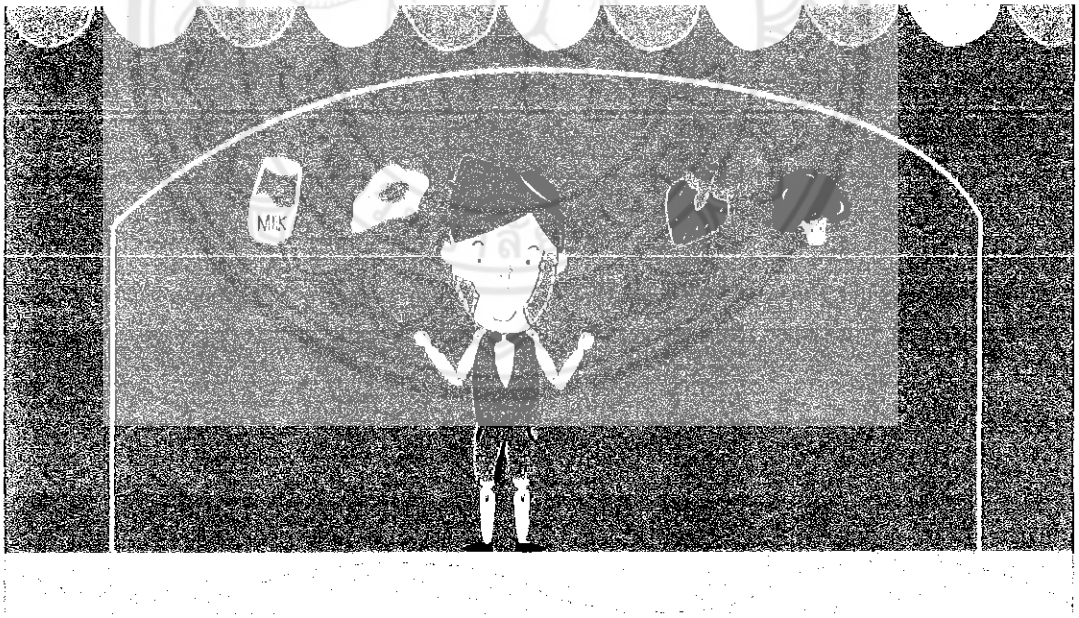
เห็นไหมว่าอันตรายต่างๆเป็นเพราะเราอยากแค่ดูดีและเป็นที่สนใจ ซึ่งต่างก็มีภัยร้ายมา กมายแฝงอยู่ แล้วเราควรเลือกดำเนินชีวิตด้วยตนเองและไม่หลงโฆษณาชวนเชื่อได้หรือไม่??



ภาพที่ 59 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

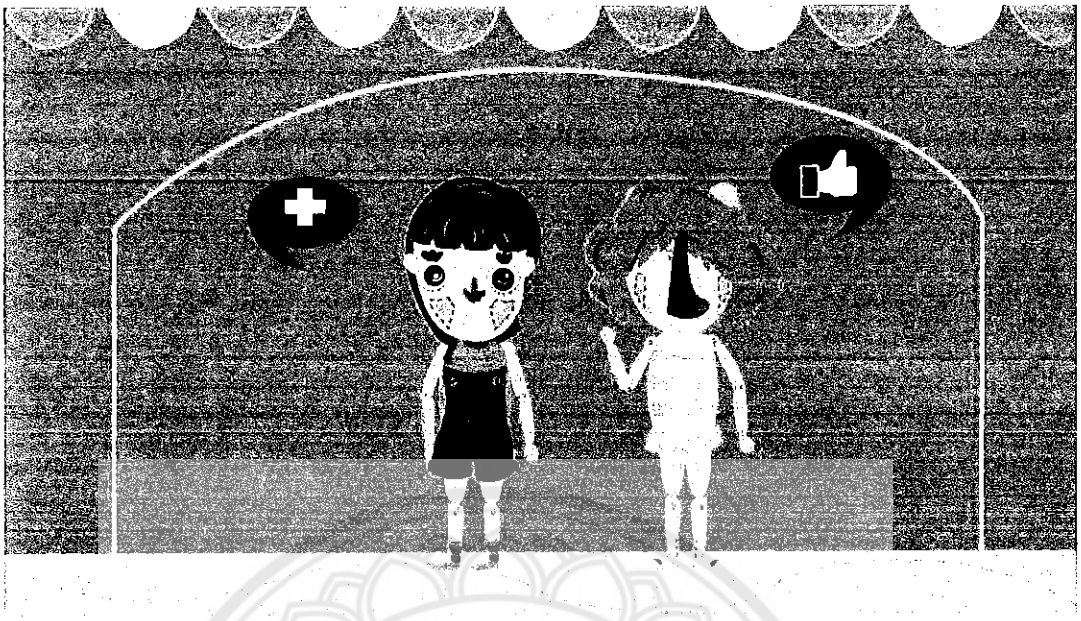
เลือกวิธีที่สามารถดูดีได้ ปลอดภัย โดยที่ไม่ต้องเพิ่งเทคโนโลยีเหล่านี้ได้หรือเปล่า??



ภาพที่ 60 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

อยากขาว เลือกที่จะทานผลไม้ เพราะผลไม้บางอย่าง มีส่วนผสมของกลูต้าไธโอนอยู่แล้ว เช่น นม ไข่ สตรอเบอรี่ ผักบรอคโคลี

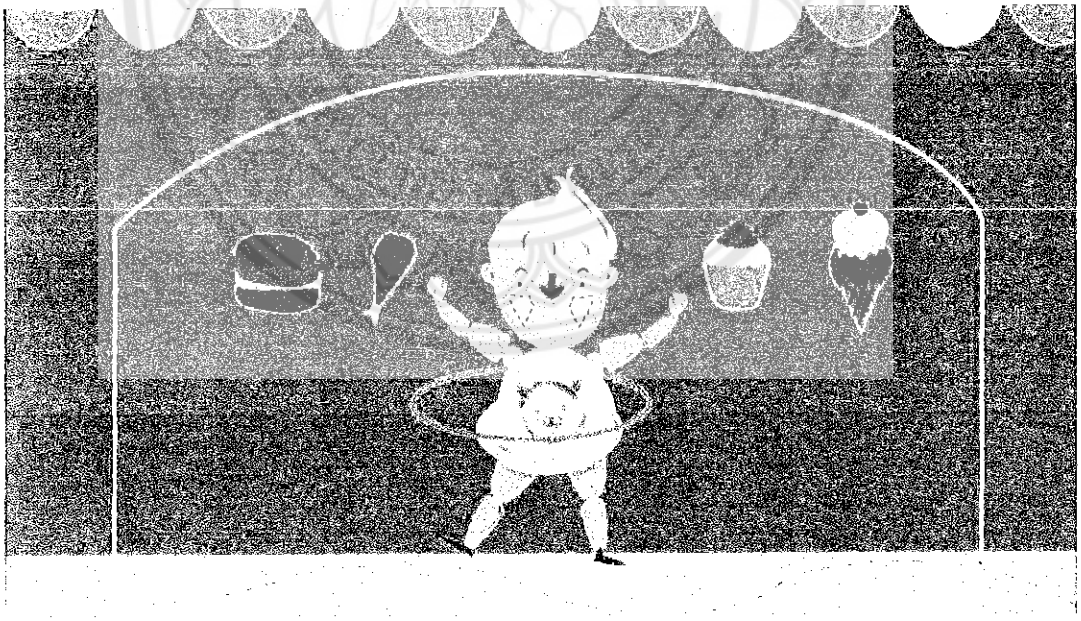


ภาพที่ 61 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

บิ๊กอายกับเสริมดั้ง ก็น่าจะมาจากเหตุผลเดียวกัน เพียงเพราะแค่อยากสวย แต่ความจำเป็นนั้นดู

น้อยมาก ควรเลือกร้านที่เชื่อถือได้และปลอดภัย แต่ถ้าจะให้ดี ไม่ทำเลยจะปลอดภัยกว่า

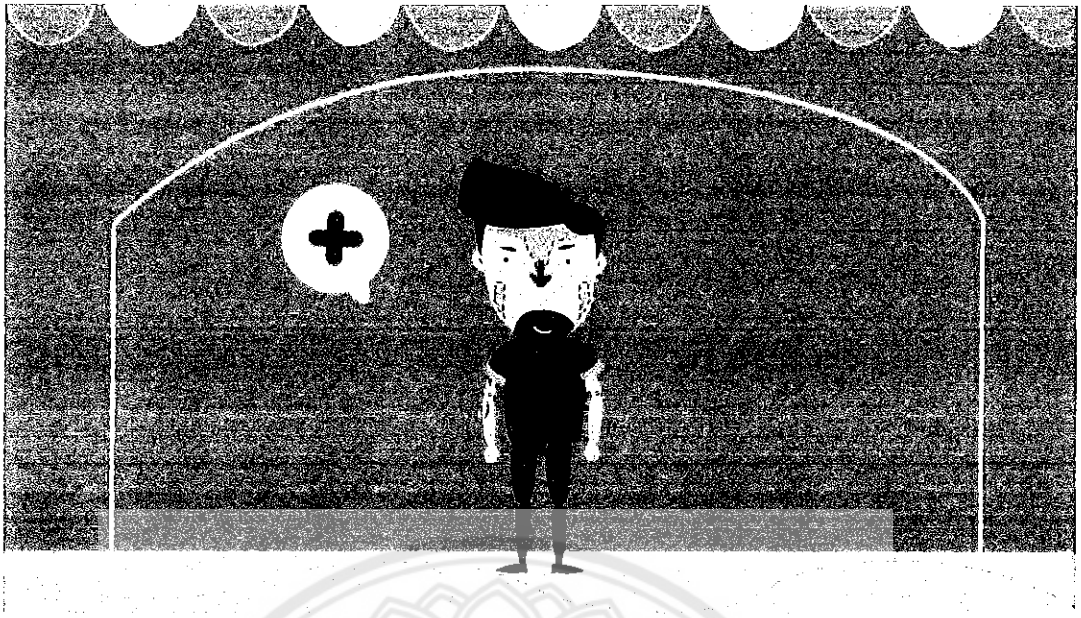


ภาพที่ 62 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

อ้วน แล้วอยากผอมก็ทำได้ง่ายๆ แค่ออกกำลังกายเป็นประจำ โดยไม่หักโหมมากไป วันละ1-2

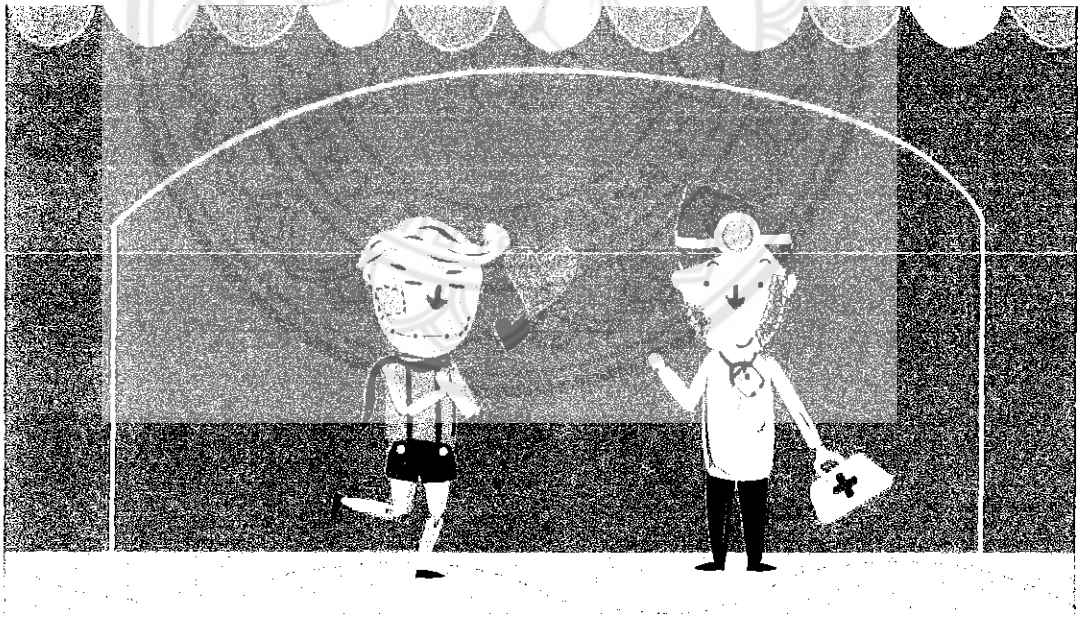
ชั่วโมงพร้อมกับการควบคุมอาหารก็เป็นเรื่องสำคัญ อีกเหมือนกัน



ภาพที่ 63 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

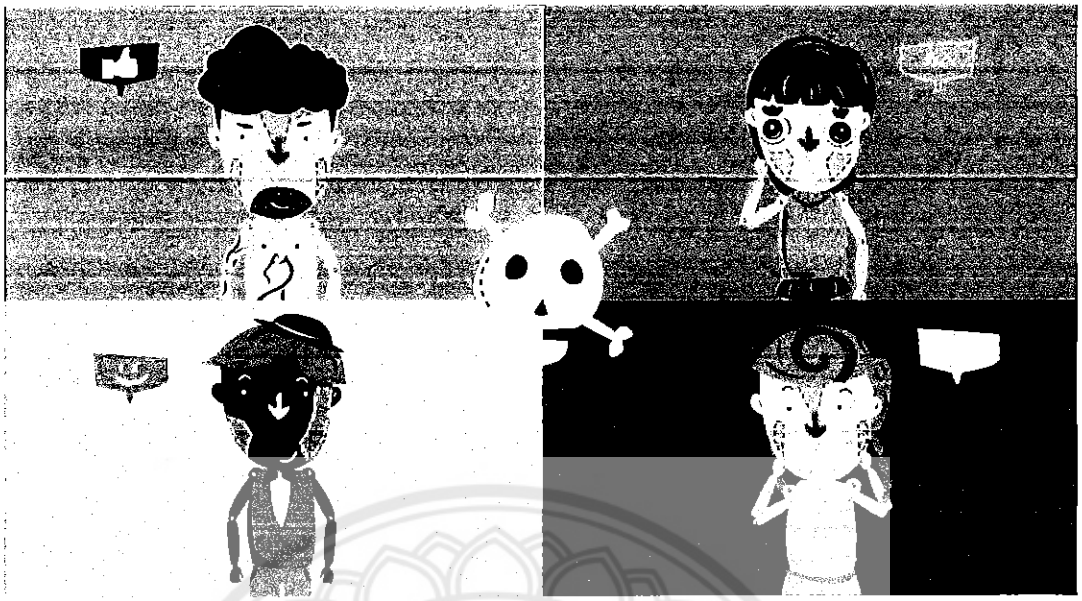
ถ้าอยากเท่โดยที่มีรอยสัก ก็ควรเลือกร้านที่เข็มสักผ่านการฆ่าเชื้อมาแล้ว หรืออยากเท่จริงๆ แค่เปลี่ยนการแต่งตัวให้ดูดีขึ้นได้



ภาพที่ 64 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

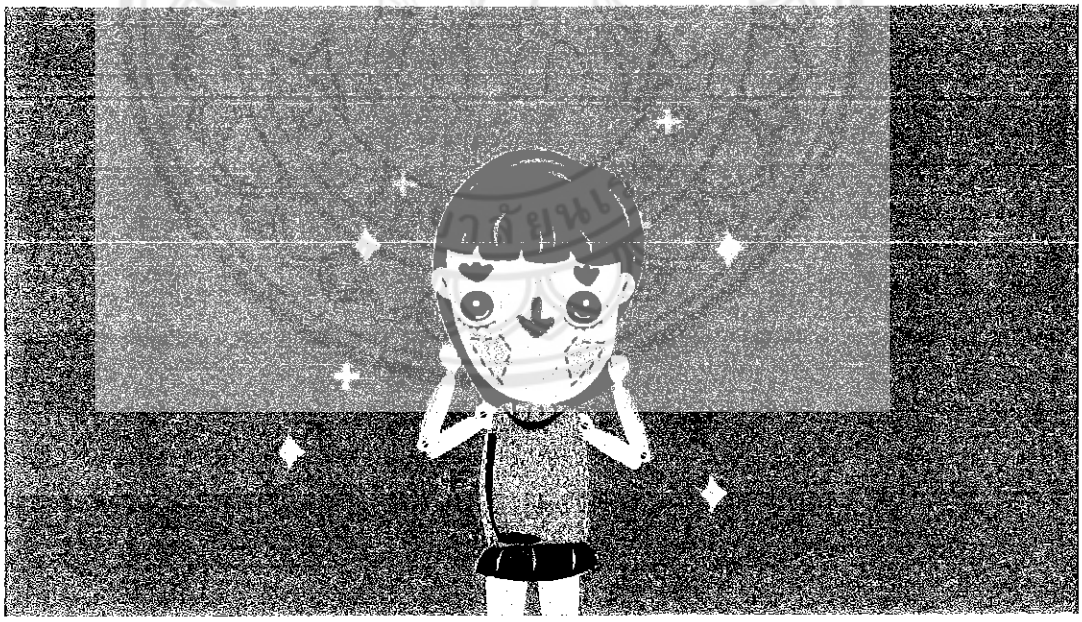
ดัดฟันแฟชั่น แน่นอนอยู่แล้วว่า ถ้ามีปัญหาด้านสุขภาพฟัน คงหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นก็ควรเลือกแพทย์ที่ได้คุณภาพและไว้ใจได้ เพื่อความปลอดภัยของเรา



ภาพที่ 65 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

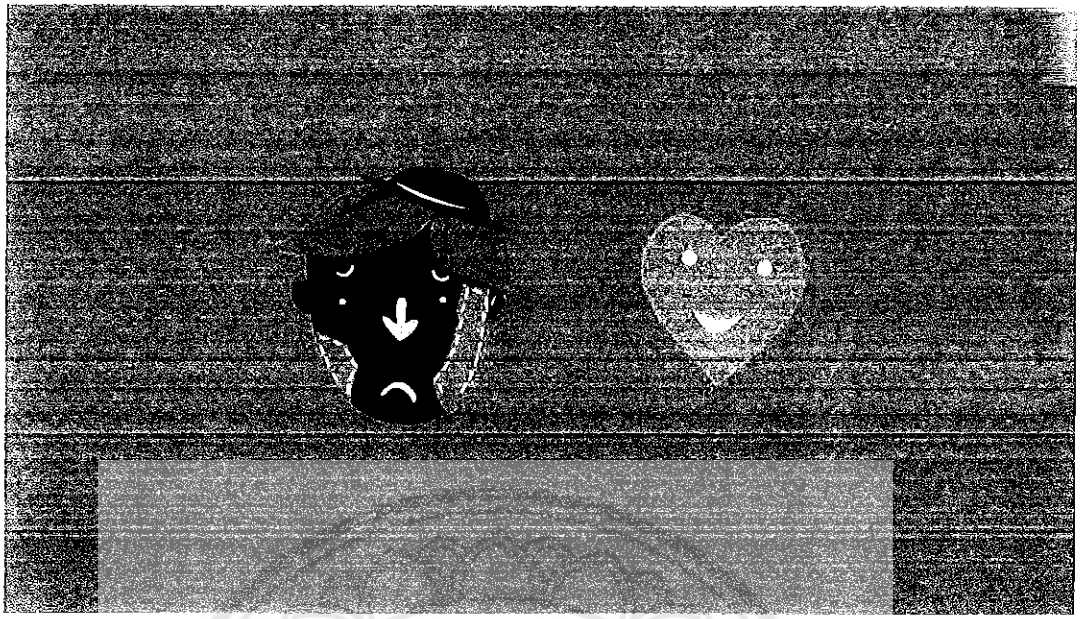
สังคมไทยมองแต่คุณประโยชน์ของเทคโนโลยีของความงาม ส่วนผลเสียกลับไม่มีใครคิดพูดถึง



ภาพที่ 66 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

เป็นเรื่องของค่านิยมเรื่องรูปลักษณ์ภายนอกที่ถูกให้"ค่า"



ภาพที่ 67 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

มากกว่าคุณค่าของตัวตนและคุณค่าจิตใจของมนุษย์

ภาพที่ 68 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

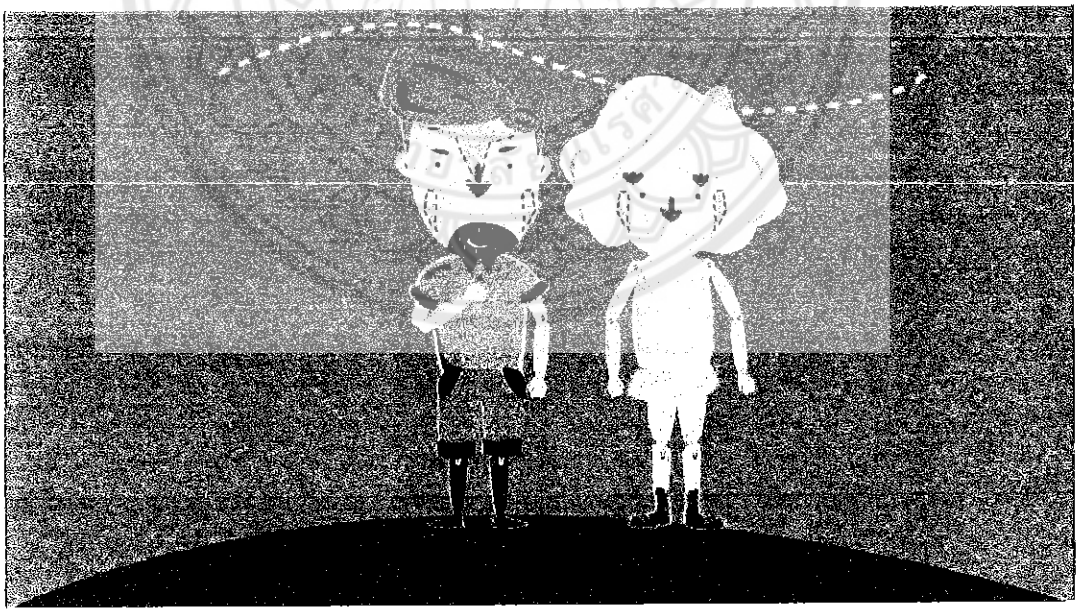
แต่ก็ให้ข้อคิด

ภาพที่ 69 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

แต่ก็ให้ข้อคิดและให้ทางเลือกกับวัยรุ่นอย่างเรา ว่าเราอยากดูดีในแบบที่เสี่ยงอันต**รายต่อชีวิต หรือ**

จะสร้างทางเลือกให้กับตัวเองโดยไม่พึ่งเทคโนโลยีเหล่านี้ดีมั้ย??



ภาพที่ 70 แบบสำเร็จสตอรี่บอร์ด

STORY / DIALOG

คุณเป็นคนเลือกเอง

4.2.3 ตัวละคร

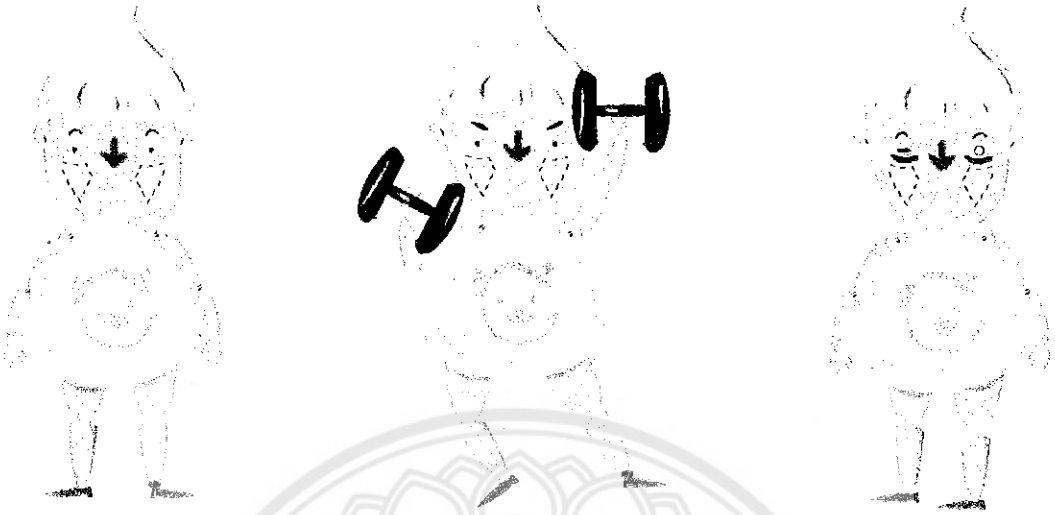
แบบสำเร็จตัวละครใช้สารเร่งผิวขาว

ภาพที่ 71 แบบสำเร็จตัวละครใช้สารเร่งผิวขาว

แบบสำเร็จตัวละครดัดฟันแฟชั่น

ภาพที่ 72 แบบสำเร็จตัวละครดัดฟันแฟชั่น

แบบสำเร็จตัวละครลดความอ้วนโดยใช้ยา

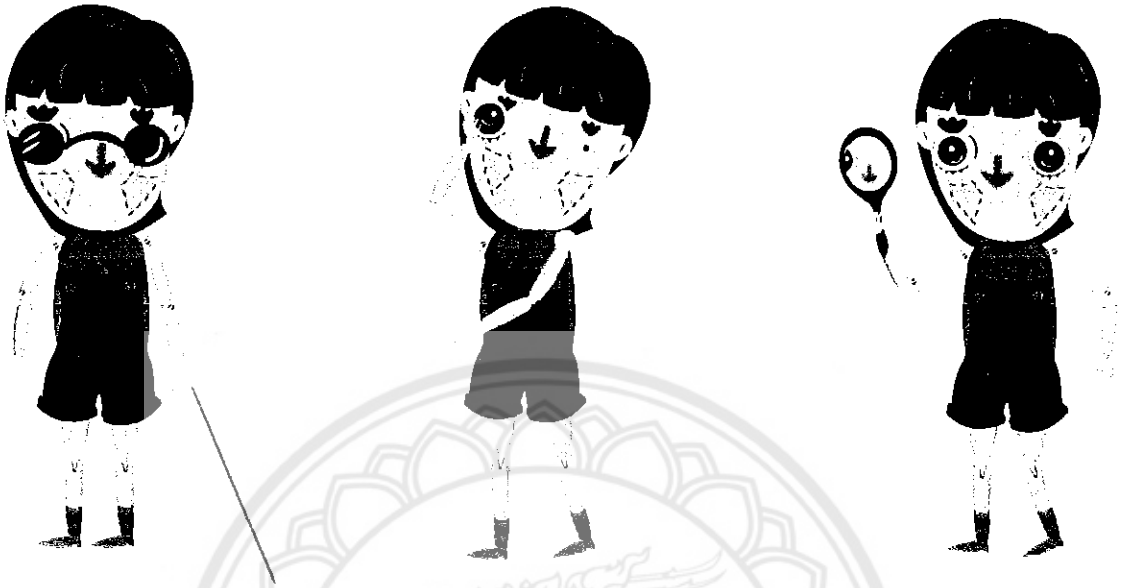


ภาพที่ 73 แบบสำเร็จตัวละครลดความอ้วนโดยใช้ยา

แบบสำเร็จตัวละครเสริมจมูก

ภาพที่ 74 แบบสำเร็จตัวละครเสริมจมูก

แบบสำเร็จตัวละครใส่บิ๊กอาย



ภาพที่ 75 แบบสำเร็จตัวละครใส่บิ๊กอาย

แบบสำเร็จตัวละครสักลาย

ภาพที่ 76 แบบสำเร็จตัวละครสักลาย

4.2.4 บทบรรยาย

แบบสำเร็จบทบรรยาย

เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นเราก็อยากดูแลตัวเอง และสร้างจุดสนใจ โดยเฉพาะวัยรุ่นในปัจจุบันมักจะมีความเชื่อที่ว่า ถ้าดูดีจะเป็นที่น่าสนใจต่อเพศตรงข้ามและเพศเดียวกัน หรือแม้แต่ในบางอาชีพ เช่น นักร้อง นักแสดง หรือแอร์ฮอตสเตส มักเชื่อว่า หน้าตาดี บุคลิกดี ก็จะมีโอกาสในการทำงานที่สูงกว่า

เราปฏิเสธไม่ได้ว่าสื่อมีอิทธิพลต่อเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะสื่อในโลกออนไลน์ อย่างเช่น facebook ที่เราเล่นกันอยู่ทุกวันนี้ เป็นสิ่งที่เข้าถึงวัยรุ่นได้อย่างรวดเร็วมาก มีทั้งโฆษณาสินค้าชวนเชื่อ เปรียบเทียบแสดงให้เห็นก่อนและหลังการใช้ ซึ่งเป็น โฆษณาเกินจริง เพียงเพราะแค่อยากให้สินค้าขายดีเท่านั้น จึงทำให้วัยรุ่นเกิดค่านิยมผิดๆขึ้นมาว่าต้องดูดีและต้องเป็นจุดสนใจ

ปัจจุบันเลยเกิดเทคโนโลยีความงามต่างๆขึ้นมากมาย เพื่อตอบสนองความต้องการของวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นยุคใหม่พร้อมเสี่ยงเพื่อความงาม โดยที่ไม่สนใจผลกระทบที่ตามมาและไม่รู้ว่าการได้รับสารจากเทคโนโลยีความงามต่างๆในปริมาณมาก อาจทำให้เกิดอันตรายถึงชีวิตได้

เรามาดูกันว่าเทคโนโลยีความงาม 6 อย่างยอดฮิตสุดๆของวัยรุ่น มีอะไรกันบ้าง

- เทรนด์ผิวต้องข้าววววขาว กลายเป็นเรื่องยอดฮิต โดยเฉพาะกลุ่มเด็กวัยรุ่น เพราะทุกคนให้ความสำคัญเรื่องผิวขาวจนเกินไป ซึ่งคิดว่าจะดึงดูดผู้พบเห็นได้ดี

เพื่อให้เห็นผลเร็วขึ้นทันตา วัยรุ่นจึงเลือกการฉีดเร่งผิวขาวจากกลูต้าไธโอน แต่ก็อยากขาวจนได้เรื่อง เชื่อไหมว่า เมื่อเราได้ฉีดกลูต้าไธโอนเข้าสู่ผิวหนัง จะทำให้เกิดการเสี่ยงต่อการเป็นโรคมะเร็งผิวหนัง ผิวหนังแดง และหอบหืดเฉียบพลันได้ เพราะจริงๆแล้ว กลูต้าไธโอนเป็นสารที่ทางการแพทย์ใช้ในการรักษาโรค

-ฟันเหล็กเด็กแนว ใครๆ ก็อยากใส่เหล็กดัดฟัน เพราะความคิดที่ว่า จะทำให้หน้าเรียวเล็กลง หรือเห็นคนอื่นทำแล้ว เก๋ๆ เลยอยากทำบ้าง

แฟชั่นดัดฟัน เป็นสิ่งยอดฮิต แต่ถ้าเลือกไม่ดีก็มีผลร้ายแรงอีกเหมือนกัน อาจทำให้ฟันซ้อนกัน ฟันผุ เหงือกอักเสบ ความแข็งแรงของฟันลดลงได้

-หุ่นต้องเป๊ะ เพราะเราขี้เกียจลดน้ำหนัก อะไรที่ทำยากๆ หรือว่าเหนื่อย ก็ขอบาย ยิ่งในยุคนี้ทำได้ง่ายเลยทีเดียว แค่กินยาลดความอ้วน อาหารเสริม ไม่ต้องใช้เวลามากก็สามารถเห็นผลได้เร็ว

แต่ใครจะรู้ล่ะ ผลร้ายมักตามมาเสมอ น้ำหนักลดลงรวดเร็วก็จริง แต่อาจนอนไม่หลับ หงุดหงิ๊ด หงุดหงิด ท้องอืด ผายลม และที่เห็นได้ชัดคือ โยโย่เอเฟค เพราะน้ำหนักลดลงอย่างรวดเร็ว ทำเกิดการย้วย ผิวแตกอีกตางหาก

-จมูกต้องเด้ง หลายคนคิดว่า ดั้งโด่ง เป็นสัน แล้วจะดูดีขึ้น เห็นดาราหลายๆคนทำแล้วเกิดก็อยากทำบ้าง หรือเป็นเพราะสร้างความมั่นใจให้ตัวเองมากขึ้น ถ่ายรูปออกมาแล้วจะได้ดูสวยหล่อ แต่เราอาจจะลืมไปว่า การทำดั้งให้โด่งด้วยสารฟิลเลอร์ใช้ว่าจะปลอดภัยเสมอไป อาจทำให้จมูกเราอักเสบและโตขึ้นเรื่อยๆ หรือถ้าเกิดการผิดพลาดอาจจะทำให้ตาบอดเราได้

-ตาต้องบิ๊ก ใส่เพื่อให้ดูแอ๊บแบ๊วขึ้น ความนิยมในบิ๊กอาย วัยรุ่นเราส่วนใหญ่จะทำตามพวกหนังซีรีส์ นักร้องเคป๊อบต่างๆ เพราะมีความคิดว่าตาเล็กๆหรือตาชั้นเดียวดู ไม่เลิศ เลยหันมาใส่บิ๊กอายเพื่อที่จะให้ตาโตขึ้น แต่ถึงจะ ตาแบ๊ว เราก็ต้องนึกถึงความปลอดภัยในการใช้ก่อนเสมอ เพราะอาจมีเชื้อแบคทีเรียติดอยู่ ทำให้แสบตา ตาแดง น้ำตาไหล สุดท้ายอาจทำให้ตาบอดได้ เพราะบิ๊กอายที่ไม่ได้มาตรฐาน

-สักเพิ่มความเก๋า สักแล้วเท่ห์ หรือ สักเพราะความเชื่อว่าหนังเหนียวฟันไม่เข้า ความเป็นจริง สัก อาจเก๋าอย่างเดียว แต่หนังไม่เหนียว สิ่งที่ตามมา ถ้าพลาดอาจทำให้เลือดไหลไม่หยุด เข็มที่ไม่สะอาด อาจมีเชื้อโรคติดอยู่ ทำให้เป็นหนอง บาดทะยักหรือเป็นโรคทางผิวหนังได้

เห็นไหมว่าอันตรายต่างๆเป็นเพราะเราอยากแค่ดูดีและเป็นที่สนใจ ซึ่งต่างก็มีภัยร้ายมากมายแฝงอยู่ แล้วเราควรเลือกดำเนินชีวิตด้วยตนเองและไม่หลงโฆษณาชวนเชื่อได้หรือไม่?? เลือกวิธีที่สามารถดูดีได้ ปลอดภัย โดยที่ไม่ต้องเพิ่งเทคโนโลยีเหล่านี้ได้หรือเปล่า??

อยากขาว เลือกที่จะทานผลไม้ เพราะผลไม้บางอย่าง มีส่วนผสมของกลูต้าไธโอนอยู่แล้ว เช่น นม ไข่ สตรอเบอรี่ ผักบรอคโคลี่

บิ๊กอายกับเสริมดั้ง ก็น่าจะมาจากเหตุผลเดียวกัน เพียงเพราะแค่อยากสวย แต่ความจำเป็นนั้นดูน้อยมาก ควรเลือกร้านที่เชื่อถือได้และปลอดภัย แต่ถ้าจะให้ดี ไม่ทำเลยจะปลอดภัยกว่า

อ้วน แล้วอยากผอมก็ทำได้ง่ายๆ แค่ออกกำลังกายเป็นประจำ โดยไม่หักโหมมากไป วันละ 1-2ชั่วโมงพร้อมกับการควบคุมอาหารก็เป็นเรื่องสำคัญ อีกเหมือนกัน

ถ้าอยากเท่โดยที่มีรอยสัก ก็ควรเลือกร้านที่เข็มสักผ่านการฆ่าเชื้อมาแล้ว หรืออยากเท่จริงๆ แค่เปลี่ยนการแต่งตัวให้ดูดีขึ้นได้

ดัดฟันแฟชั่น แน่นอนอยู่แล้วว่า ถ้ามีปัญหาด้านสุขภาพฟัน คงหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นก็ควรเลือกแพทย์ที่ได้คุณภาพและไว้ใจได้ เพื่อความปลอดภัยของเรา

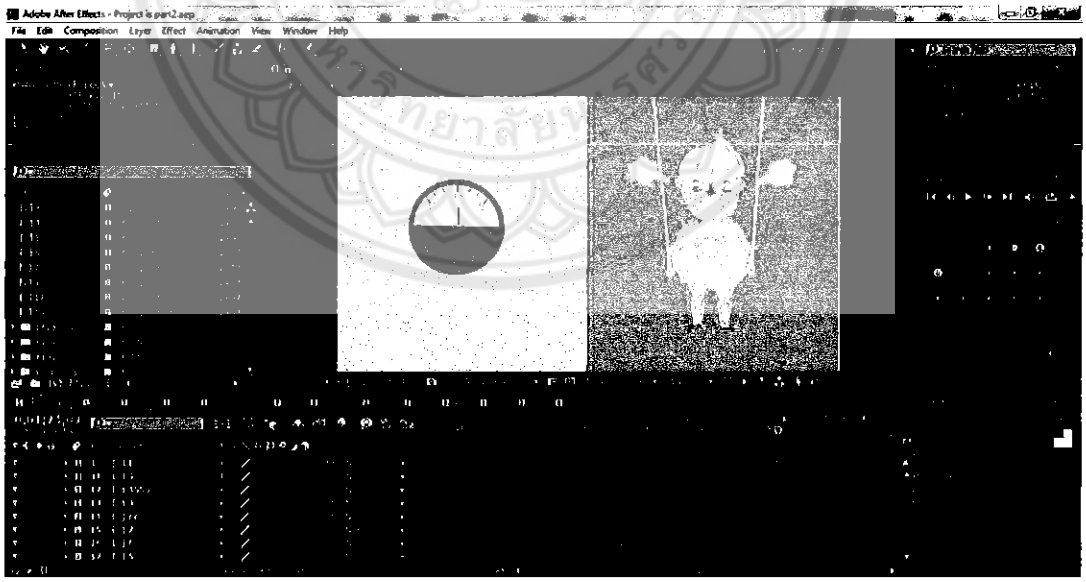
สังคมไทยมองแต่คุณประโยชน์ของเทคโนโลยีของความงาม ส่วนผลเสียกลับไม่มีใครคิดพูดถึง เป็นเรื่องของค่านิยมเรื่องรูปลักษณ์ภายนอกที่ถูกให้"ค่า" มากกว่าคุณค่าของตัวตนและคุณค่าจิตใจของมนุษย์

แต่ก็ให้ข้อคิดและให้ทางเลือกกับวัยรุ่นอย่างเรา ว่าเราอยากดูดีในแบบที่เสี่ยงอันตรายต่อชีวิต หรือจะสร้างทางเลือกให้กับตัวเองโดยไม่พึ่งเทคโนโลยีเหล่านี้ดีมั้ย?? คุณเป็นคนเลือกเอง

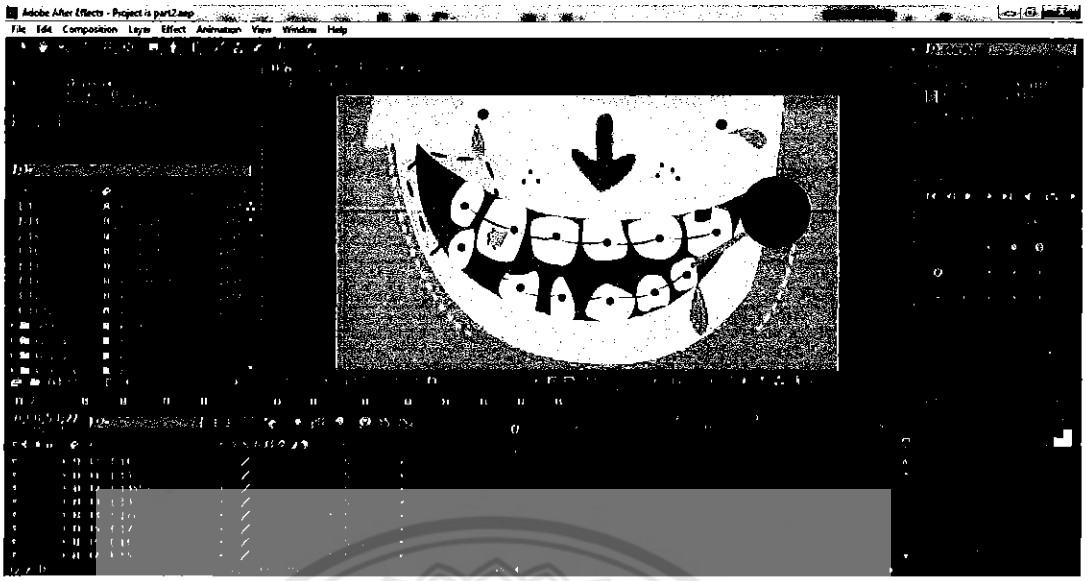
ขั้นตอนที่ 4.3 Post-production

4.3.1 ทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก / ตัดต่อ /ใส่เสียง

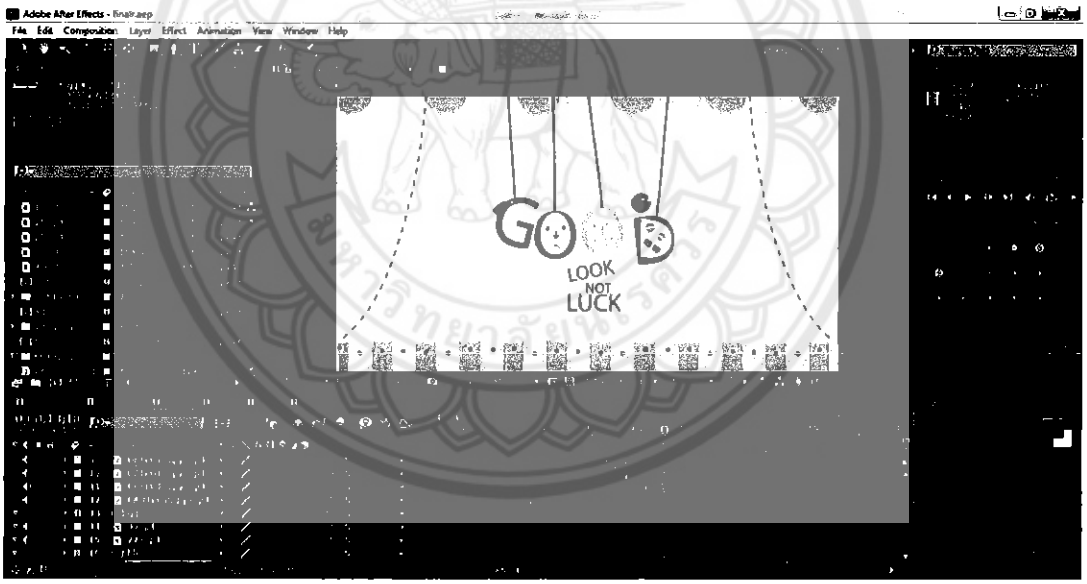
ผลิตงานกราฟิกให้เป็นภาพเคลื่อนไหวกราฟิกโดยมีความยาว 6 นาที 30 วินาที ตามที่ได้กำหนดไว้ตามสตอรี่บอร์ด โดยใช้โปรแกรม Adobe After Effects CS6



ภาพที่ 77 โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก



ภาพที่ 78 โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อทำภาพเคลื่อนไหวกราฟิก



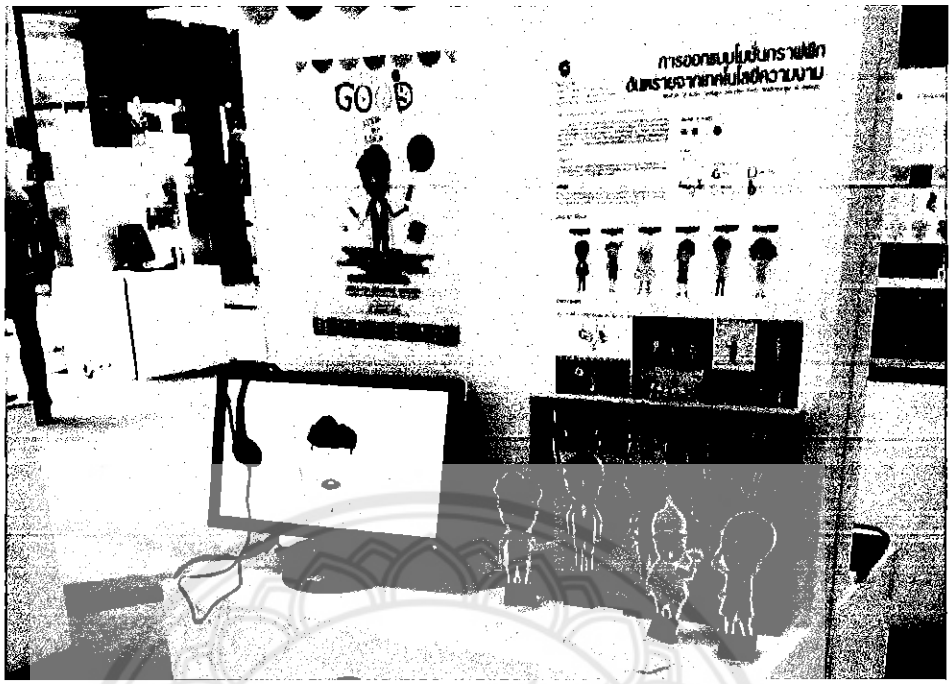
ภาพที่ 79 โปรแกรม Adobe After Effect CS6 เพื่อใส่เสียงประกอบ

4.3.2 การนำเสนอผลงาน

ในการนำเสนอผลงาน ได้นำงานไปจัดแสดงภายในงาน Say'Play นิทรรศการศิลปนิพนธ์ และการศึกษาอิสระ ครั้งที่ 12 จัดขึ้นระหว่างวันที่ 16 – 20 พฤษภาคม 2557 รวมทั้งสิ้น 5 วัน

ภาพที่ 80 งาน Say Play นิทรรศการศิลปะนิพนธ์ และ การศึกษาอิสระครั้งที่ 12

ภาพที่ 81 Booth จัดแสดงผลงานการออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่องอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม



ภาพที่ 82 Booth จัดแสดงผลงานการออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่องอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเกี่ยวกับการออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่องอันตรายจากเทคโนโลยีความงาม ผู้วิจัยสามารถสรุปและข้อเสนอแนะ ปัญหา และแนวทางแก้ปัญหาเกี่ยวกับผลงานออกแบบ ดังต่อไปนี้

5.1 วัตถุประสงค์

5.2 สรุปผลการวิจัย

5.3 ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน

5.4 แนวทางการแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.1 วัตถุประสงค์

1. ให้วัยรุ่นตระหนักคำนึงถึงความปลอดภัยที่จะใช้ยาและสารเหล่านั้น เห็นอันตรายและผลข้างเคียงที่ตามมา เพื่อลดการใช้ยาและสารมากขึ้น

2. เพื่อออกแบบโมชั่นกราฟิกที่เข้าใจถึงเนื้อหาได้ง่ายและน่าสนใจ

5.2 สรุปผลการวิจัย

วิจัยการออกแบบโมชั่นกราฟิก เรื่อง อันตรายจากเทคโนโลยีความงามมุ่งเน้นเนื้อหาให้ความรู้เกี่ยวกับภัยอันตรายที่มาพร้อมกับเทคโนโลยีความงาม เพื่อสร้างความเข้าใจให้วัยรุ่นก่อนใช้เทคโนโลยี โดยขอบเขตของเนื้อหามีทั้งหมด 5 ประเภท คือ

1. ต้นเหตุที่วัยรุ่นใช้เทคโนโลยีความงาม
2. เทคโนโลยีความงามยอดนิยมของวัยรุ่น
3. ผลดีของเทคโนโลยี
4. อันตรายที่ตามมาเมื่อใช้เทคโนโลยี
5. การหลีกเลี่ยงการใช้เทคโนโลยีความงาม

5.3 ปัญหาที่พบในการปฏิบัติงาน

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย มีอุปสรรคมากมาย เนื่องจากเป็นงานวิจัยที่ต้องใช้ความละเอียดในการทำงาน ซึ่งต้องวางแผนอย่างรอบคอบ จึงมีข้อผิดพลาดในการทำงานดังต่อไป

5.3.1 ปัญหาเกี่ยวกับการเขียนสตอรี่บอร์ด

- มีปัญหาในการแปลเนื้อหาให้กลายเป็นภาพ

5.3.2 ปัญหาเกี่ยวกับเทคนิคการทำให้เคลื่อนไหว

- ในบางช่วงของงานมีเสียงบรรยายแต่ภาพกราฟิกไม่เคลื่อนไหว
- เรียนรู้โปรแกรม Adobe After Effect เป็นครั้งแรก จึงทำให้ยังไม่ชำนาญในการใช้โปรแกรม

5.3.3 ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเสียงประกอบ

- เสียงประกอบการเคลื่อนไหวยังดูน้อยไป

5.4 แนวทางการแก้ปัญหาและข้อเสนอแนะ

5.4.1 แนวทางการแก้ปัญหาเกี่ยวกับการเขียนสตอรี่บอร์ด

- ควรจับจุดเนื้อหาที่สามารถแปลเป็นภาพ และเห็นภาพให้ได้มากที่สุด
- เรียบเรียงลำดับเนื้อหาให้ดี เพื่อการเขียนสตอรี่บอร์ดจะได้ครอบคลุม

5.4.2 แนวทางการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเทคนิคการทำให้เคลื่อนไหว

- เคลื่อนไหวให้ดูมีความละเอียดมากขึ้น
- ฝึกฝนการใช้โปรแกรมให้มีความชำนาญ

5.4.3 แนวทางการแก้ปัญหาเกี่ยวกับเรื่องเสียงประกอบ

- เนื่องด้วยระยะเวลาในการทำงาน ใช้ทำการเคลื่อนไหวมากไป จึงไม่ได้วางแผนในเรื่องของเสียงประกอบ ทำให้ค้นหาเสียงประกอบที่เข้ากันกับกราฟิกยาก ซึ่งเสียงประกอบควรวางแผนไปพร้อมกับสตอรี่บอร์ดในขั้นตอนแรก

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้รับชม

- เสียงบรรยายไพเราะ น่าสนใจ แต่ผู้บรรยายทิ้งน้ำหนักของเสียงบางช่วงมากเกินไป
- กราฟิกควรเคลื่อนไหวแบบละเอียด เคลื่อนไหวเหมือนหุ่นเชิดจริง

บรรณานุกรม

จตุพร ปานจ้อย (26 ตุลาคม 2554). **หลักและทฤษฎีในการออกแบบ**. สืบค้นเมื่อ 29 มกราคม 2557 จาก http://www.km-web.rmutt.ac.th/?wpfb_dl=2

ชุติมา สิริทิพากร (17 กรกฎาคม 2555). **สวยอันตราย บิ๊กอายส์มหันภัยที่มากับแฟชั่น**. สืบค้นเมื่อ 26 มกราคม 2557 จาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1342500849&grpid=&catid=09&subcatid=0902

เด็กดี ความรู้รอบตัว (4 มีนาคม 2555). **เด็กไทย กับค่านิยมการจัดฟัน**. สืบค้นเมื่อ 26 มกราคม 2557 จาก http://www.dek-d.com/board/view/2403893/

ไทยโพสต์ (13 ตุลาคม 2554). **เทคโนโลยีเพิ่มความงามแต่อันตรายถึงชีวิต**. สืบค้นเมื่อ 28 มกราคม 2557 จาก http://www.thaipost.net/node/46496

มติชนออนไลน์ (12 พฤษภาคม 2556). **คิดให้ดีก่อนจะมีรอยสัก**. สืบค้นเมื่อ 28 มกราคม 2557 จาก http://www.matichon.co.th/news_detail.php?newsid=1368349626

ASTVผู้จัดการออนไลน์ (1 กันยายน 2553). **ผิวขาว ค่านิยมผิดๆ ที่ส่งผลกระทบต่อเยาวชน**. สืบค้น เมื่อ 26 มกราคม 2557 จาก http://www.manager.co.th/Family/ViewNews.aspx?NewsID=9530000121748

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-ชื่อสกุล (ภาษาไทย) :	ชนาวิชญ์ กิจสมุทร
(ภาษาอังกฤษ) :	CHANAWIT KITSAMUT
วัน เดือน ปีเกิด :	23 ธันวาคม 2534
ที่อยู่ปัจจุบัน :	145/26 ตำบล ลาดบัวหลวง
	อำเภอ ลาดบัวหลวง
	จังหวัด พระนครศรีอยุธยา 13230

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2543	มัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนไตรราชวิทยา
	อำเภอ บางไทร จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
พ.ศ. 2547	มัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนปทุมวิไล
	อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี
พ.ศ. 2553	ศป.บ. (ออกแบบสื่อนวัตกรรม)
	มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก