

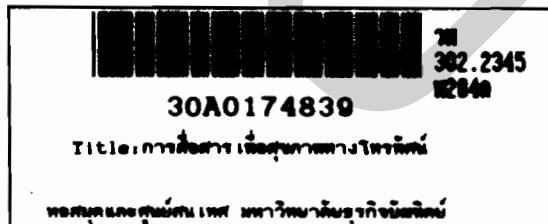


การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ : ศึกษาเฉพาะกรณี

รายการ Morning Health Club

ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

พรสวรรค์ นาคแสง



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาวิทยาศาสตร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรวิทยาคาร

พ. ศ. 2547

ISBN 974-281-959-9

**Health Communication on Television : A Case Study of
The Morning Health Club on The Royal Thai Army
Television Channel 5**

Pornsawan Narksange

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts
Department of Development Communication Arts
Graduate school, Dhurakijpundit University**

2004

ISBN 947-281-959-9

เลขทะเบียน.....	0174839
วันลงทะเบียน.....	22 ส.ค. 2548
เลขเรียกหนังสือ.....	301.2345 ค1234ค [1546] ค1



ใบรับรองวิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์

ปริญญา นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต

ชื่อวิทยานิพนธ์ การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษากรณีเฉพาะกรณีรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

เสนอโดย น.ส.พรสวรรค์ นาคแสง

สาขาวิชา นิเทศศาสตร์


อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผศ.ดร.กุลทิพย์ ศาสตรระวีจิ

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

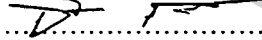
ได้พิจารณาเห็นชอบโดยคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์แล้ว

.....ประธานกรรมการ

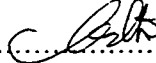
(รศ.ดร.บุญเลิศ ศุภติลล)

.....กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์

(ผศ.ดร.กุลทิพย์ ศาสตรระวีจิ)

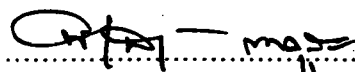
.....กรรมการ

(ผศ.ดร.อัศวิน เนตรโพธิ์แก้ว)

.....กรรมการ

(ผศ.ดร. อูชา บิ๊กกินส์)

บัณฑิตวิทยาลัยรับรองแล้ว

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ดร.พีรพันธุ์ พาลุสุข)

วันที่ ๒๙ เดือน พ.ค. พ.ศ. 2547

กิตติกรรมประกาศ

การทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ในที่สุดก็สำเร็จลงได้เป็นอย่างดี แต่จะไม่มีทางเป็นไปได้เลย ถ้าไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่เป็นอย่างดีจาก ผศ.ดร.กุลทิพย์ ศาสตรระจุจิ ที่กรุณาได้รับเป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และ ผศ.ดร.อุษา บิ๊กกินส์ ซึ่งท่านอาจารย์ทั้งสองท่านได้สละเวลาให้ความรู้ คำปรึกษา คำแนะนำ และแนวทางแก้ไขในส่วนที่บกพร่องต่าง ๆ ให้ถูกต้อง และทำให้ผู้วิจัยได้รับความกระจ่างในเรื่องที่ศึกษาอย่างชัดเจนมากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ.ที่นี้

ขอขอบพระคุณ รศ.ดร.บุญเลิศ ศุภติติก ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และ ผศ.ดร.อัศวิน เนตรโพธิ์แก้ว กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ และคณาจารย์ทุกท่านที่ได้กรุณาประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ในสาขาวิทยาศาสตร์ รวมถึงเจ้าหน้าที่บัณฑิตวิทยาลัยทุกท่านที่ช่วยประสานงานให้คำแนะนำ และช่วยเหลือทางด้านต่าง ๆ ในการจัดทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา และขอบคุณพี่พรทิพย์ น้องพรเพ็ญ น้องนฤมล สำหรับความรัก ความห่วงใย และกำลังใจสนับสนุนอยู่เบื้องหลังความสำเร็จนี้

ขอขอบพระคุณ มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ศึกษตราจารย์ จรินทร์ ธาณิรัตน์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ วรณวิภา ทังวงศ์ อาจารย์สุรินทร์ รอดเมือง และคุณณัฐกรณ์ ชาสสมบัติ (พี่นุ้ย ชมรมยูโด มธบ.) ที่เปิดโอกาสให้ได้เข้ามาศึกษา ณ. ที่แห่งนี้ โดยได้รับทุนนักกีฬา (ยูโด) และคุณฐิติ ลาภอนันต์ (พี่ออร์ช ผู้ฝึกสอนยูโด มธบ.) ที่คอยให้คำแนะนำดี ๆ รวมทั้งกำลังใจที่มีให้เสมอมา

ขอขอบคุณพี่พิรดา พี่นฤมล พี่บุญชริกา และน้องทีมงาน Morning Health Club ทุกท่านที่ให้ข้อมูล และคำแนะนำ ความช่วยเหลือเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณเพื่อน ๆ ทุกคน สำหรับการเป็นที่เพื่อน้อง ที่ทำให้การเรียนในระดับปริญญาโทมีสีสัน และเต็มไปด้วยความสุข ความอบอุ่น และความครื้นเครงกว่าที่คิดเอาไว้มาก และขอบคุณ พี่นก (สุภาภรณ์) ,พิภพ , ธีรจิตร, วาสนา , สยาม, สรศักดิ์ , ปวีณา , น้องมัทนา , น้องเฉลิมพล ,น้องอัจจรา ,น้องวงศ์พิทักษ์ น้องเบญจมาศ และน้องชมรมยูโดมหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ที่ให้กำลังใจที่ดีเสมอมา

ท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณดีทั้งมวลของผลงานวิจัยนี้ แก่ บิดา มารดา ผู้เป็นที่รักตลอดจนอาจารย์ทุกท่านที่กล่าวมาข้างต้น และทุกท่านที่ให้การสนับสนุนทุกเรื่อง ๆ รวมทั้งกำลังใจที่สนับสนุนอยู่เบื้องหลังความสำเร็จนี้ หากมีข้อผิดพลาดใด ๆ ผู้วิจัยขอน้อมรับไว้เพียงผู้เดียว

พรสวรรค์ นาคแสง

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	๗
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	๘
กิตติกรรมประกาศ	๑
สารบัญตาราง	๗
สารบัญภาพ	๘
บทที่	
1. บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	6
ปัญหาคำถามวิจัย	7
ขอบเขตการวิจัย	7
นิยามศัพท์	8
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	9
2. แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารสุขภาพและสาธารณสุข	10
แนวคิดเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์	12
แนวคิดด้านบันเทิงกับสาระ (Entertainment Education)	16
ทฤษฎีกำหนดวาระ (Agenda – Setting Theory)	18
ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22
3. ระเบียบวิธีวิจัย	23
แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา	23
ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล	24
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล	24
กรอบแนวความคิด	25
การวิเคราะห์ข้อมูล	26
การนำเสนอข้อมูล	27

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4. ผลการวิจัย	24
ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 1	28
ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 2	33
ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 3	46
5. สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	52
สรุปผลการวิจัย	52
อภิปรายผล	54
ข้อจำกัดในการศึกษาวิจัย	58
ปัญหาและอุปสรรคของการวิจัย	58
ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย	59
ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยในอนาคต	59
บรรณานุกรม	62
ภาคผนวก	65
ภาคผนวก ก	
ตาราง Coding Sheet	66
ภาคผนวก ข	
ตัวอย่างภาพที่นำเสนอในรายการ	85
ประวัติผู้เขียน	88

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. ตารางแสดงจำนวนของประเภทเนื้อหารายการ	40

DPU

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1. กราฟแสดงจำนวนของประเภทเนื้อหารายการ	44
2. ภาพดารา – นักแสดงที่เชิญมาร่วมในรายการ	85
3. ภาพอดีตนางงาม – นางสาวไทย ที่เชิญมาร่วมในรายการ	86
4. ภาพนายแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ที่เชิญมาให้ข้อมูลในรายการ	87

ชื่อวิทยานิพนธ์	การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรศัพท์ : ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
ชื่อนักศึกษา	พรสวรรค์ นาคแสง
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กุลทิพย์ ศาสตรระรุจิ
สาขาวิชา	นิเทศศาสตร์
ปีการศึกษา	2546

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรศัพท์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพ โดยศึกษาถึงรูปแบบ และเนื้อหารายการ รวมถึงปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

ผลการวิจัยพบว่า การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพโดยผ่านรายการ Morning Health Club มี 3 ประการด้วยกัน คือ

1. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อการเผยแพร่ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
2. การใช้สื่อโทรทัศน์โดยผสมผสานความรู้และบันเทิงแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้
3. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพตนเอง

และสมาชิกในครอบครัว

ผลการศึกษาพบว่า รูปแบบของรายการ Morning Health Club เป็นรายการวาไรตี้เกี่ยวกับสุขภาพ ที่มีลักษณะการนำเสนออยู่ 3 ลักษณะ คือ การบรรยาย การบรรยายสลับ การสัมภาษณ์ การสนทนา และพบว่าเนื้อหารายการในเรื่องความงามกับสุขภาพมีการนำเสนอมากที่สุด รองลงมาได้แก่ เรื่องสุขภาพกับอาหารและข่าวสารทางการแพทย์สาขาอายุรศาสตร์ และสาขาอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ คือ นโยบายของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 และนโยบายของทางบริษัทผู้ผลิตรายการ รวมทั้งแหล่งข้อมูลข่าวสาร ตลอดจนผู้สนับสนุนรายการ

Thesis Title Health Communication on Television : A Case Study of
The Morning Health Club on The Royal Thai Army Television Channel 5

Name Pornsawan Narksange

Thesis advisor Asst. Prof. Dr.Kullatip Satararujj

Department Development Communication Arts

Academic Year 2003

Abstract

The purpose of this paper was to study health communication on television : a case study of Morning Health Club on The Royal Thai Army Television Channel 5. The objectives were studies health communication on television such a presentation, a model and content of the program, and a factor towards content of the program. The qualitative research method was used in this study.

The studies found that had 3 models to health communication on television.

1. To publicize were concern information, news, and knowledge.
2. To merge between knowledge and entertainment as miscellany or variety model.
3. To create on population and family's member was interested in health care.

Moreover , the program model of Morning Health club that on-air had 3 styles; there are narrate a story, description with interview, and conversation. And findings also that the contest of health promotion were mostly sequence on-air in areas of beauty with health, health and Cuisine, physician information and other involved health .

The factors towards programming are there policy of television station, or, policy of producer of a television program, and included the resources data, information, throughout supporter promoter program.

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันนี้ถือได้ว่าเป็นยุคของสังคมข่าวสาร ข่าวสาร จึงเป็นทรัพยากรที่สำคัญของมนุษย์ และมีบทบาทอย่างสูง ทั้งทางด้านเศรษฐกิจ การเมือง สังคม ข่าวสารได้ช่วยให้ประชาชนได้รับทราบข้อมูลจากสังคมหนึ่งไปยังอีกสังคมหนึ่ง

เป็นที่ทราบกันดีว่า อิทธิพลของสื่อที่มีต่อสังคมนั้น มีด้วยกันหลายรูปแบบ สื่อวิทยุกระจายเสียง สื่อโทรทัศน์ รวมทั้งสื่อคอมพิวเตอร์ และสื่อใหม่ ๆ เช่น โทรศัพท์เคลื่อนที่ อย่างไรก็ตาม สื่อที่ประชาชนเข้าถึงได้ง่ายสามารถรับสารได้โดยการฟัง การมองเห็นภาพมีอิทธิพลในการโน้มน้าวใจ สามารถจูงใจคนในสังคม ทุกระดับชั้นนั้น คือ สื่อโทรทัศน์ ด้วยคุณสมบัติเฉพาะตัวของสื่อโทรทัศน์ที่สามารถทำให้ผู้ชมได้เห็นภาพเคลื่อนไหวอย่างต่อเนื่องมีชีวิตชีวา รวมทั้งได้ยินเสียง จึงสร้างความใกล้ชิดดึงดูดใจเป็นอย่างดี สื่อโทรทัศน์ยังสามารถถ่ายทอดสัญญาณไปทั่วทุกพื้นที่ได้ในเวลาเดียวกัน คุณสมบัติที่สำคัญอีกประการหนึ่ง คือ สร้างความเข้าใจให้เกิดขึ้นกับผู้รับสารได้อย่างรวดเร็ว จัดว่าเป็นสื่อที่มีประสิทธิภาพสูงเปรียบเสมือนการรวมสื่อสิ่งพิมพ์ วิทยุกระจายเสียง และภาพยนตร์เข้าด้วยกัน นับเป็นสื่อที่สมบูรณ์แบบกว่าสื่อมวลชนประเภทอื่น ๆ เพราะทั้งภาพ สี และเสียง สามารถสื่อไปยังผู้รับให้เห็นจริงได้อย่างกว้างขวางแพร่หลายในเวลาอันรวดเร็ว อันเป็นสิ่งที่น่าสนใจที่สามารถอำนวยความสะดวก และสร้างประโยชน์ให้แก่ผู้รับสารทั้งคุณภาพ และความเร็ว

โทรทัศน์ (Television) นับเป็นเครื่องมือสื่อสารที่มีพลัง ที่มนุษย์เราได้พยายามคิดค้นประดิษฐ์ขึ้น สามารถสร้างเจตคติ สร้างความเข้าใจ และความสัมพันธ์ในรูปแบบใหม่มาสู่มวลมนุษย์ โทรทัศน์จึงยังเป็นตัวแทนของสังคมสมัยใหม่มาจนปัจจุบันนี้

จากที่สื่อวิทยุโทรทัศน์ เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงสังคมอย่างสูง และที่ได้เปรียบกว่าสื่ออื่น ๆ กล่าวคือ เป็นสื่อที่ผู้รับสามารถได้รับข้อมูล หรือข่าวสารที่มีลักษณะภาพเคลื่อนไหว แสง สี และเสียง เหมือนเหตุการณ์จริงได้มากกว่าสื่ออื่น ๆ ดังนี้

1. เป็นสื่อที่สามารถเข้าถึงประชาชนเป็นจำนวนมากได้ในเวลาเดียวกัน
2. มีภาพที่เหมือนจริง จึงทำให้ประชาชนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถสร้างความรู้สึก พฤติกรรมที่ต้องการเป็นอย่างดี

3. สามารถเสนอข่าวสารได้อย่างรวดเร็ว สามารถถ่ายทอดเหตุการณ์จริงไปยังผู้รับสารหลายคนได้ในเวลาเดียวกัน

4. สามารถนำเสนอข่าวสารให้น่าสนใจ น่าเชื่อถือ หรือสร้างความทรงจำ และโน้มน้าวได้เป็นอย่างดี

สำหรับหน้าที่หลักโดยทั่วไปของสื่อโทรทัศน์ที่สำคัญ ได้แก่ ให้บริการด้านบันเทิง การนำเสนอรายการที่สนุกสนาน รวมถึงรายการที่มีประโยชน์ ข่าวสารต่าง ๆ ซึ่งรายการโทรทัศน์สามารถแบ่งเป็นประเภทใหญ่ ๆ ได้ 4 ประเภท คือ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช, 2530:82-85)

1. รายการประเภทข่าวสาร (Information) หมายถึง การบอกกล่าว หรือเล่าแจ้งการให้ข้อมูลต่าง ๆ และยังคงครอบคลุมไปถึงรายการที่จะให้ความรู้ ความเข้าใจในสถานการณ์ปัจจุบัน (current events) รวมถึงการถ่ายทอดเหตุการณ์พิเศษ (Special events) ภายนอกห้องส่งเป็นการนำเสนอสถานการณ์จริง ๆ โดยนำทั้งภาพ และเสียงไปสู่ผู้ชมในขณะที่เหตุการณ์นั้น ๆ กำลังเกิดขึ้น และจากความเฉพาะตัวนี้เอง สื่อวิทยุโทรทัศน์เป็นสื่อที่เข้าถึงประชาชนได้ทั่วทุกพื้นที่

2. รายการประเภทให้การศึกษา (Educational Television ETV) แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

2.1 ส่งเสริมการศึกษา หรือให้ความรู้ทั่วไป (general education)

2.2 รายการสอนโดยตรง (Instructional Television ITV)

3. รายการประเภทโฆษณาและบริการธุรกิจ หมายถึง รายการที่มีบริษัทธุรกิจการค้าต่าง ๆ เป็นเชิงให้ความรู้ ความเข้าใจในสาระสำคัญและวิธีประกอบการ ซึ่งเป็นการโฆษณาธุรกิจในตัว

4. รายการประเภทให้ความบันเทิง (Entertainment) แยกออกได้ 3 ประเภทใหญ่ ๆ ด้วยกัน คือ

4.1 ละคร (drama) ในที่นี้ใช้ในความหมายอย่างกว้างขวางครอบคลุมถึงการแสดงบทบาท (acting) เป็นเรื่องราว (Story) ทุกรูปแบบไม่ว่าจะเป็นการแสดงถ่ายทำเป็นภาพยนตร์ หรือเทปโทรทัศน์ เป็นเรื่องราวที่มุ่งเสนอเพื่อความบันเทิงมากกว่าอย่างอื่น

4.2 ดนตรี (Music) ในทางวิชาการ เพลงดนตรีทุกรูปแบบของทุกชาติ ทุกภาษา ถ้าจัดทำเป็นรายการก็จะนับว่าเป็นรายการเพลงดนตรีด้วยกันทั้งสิ้น

4.3 ปกิณกะบันเทิง (Variety หรือ light entertainment) แรกเริ่มใช้คำว่า Variety หมายถึง รายการประเภทบันเทิงเบ็ดเตล็ด ซึ่งไม่นับเป็นรายการบันเทิงแบบละคร หรือดนตรีที่แท้จริง และใช้ทั้งทางวิทยุและโทรทัศน์ แต่ต่อมาทางโทรทัศน์ใช้คำว่า light entertainment สำหรับรายการปกิณกะบันเทิง คือ การที่รวบรวมเอาความบันเทิงต่าง ๆ หลาย ประเภทเข้าด้วยกัน รายการที่เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพนับเป็นกิจกรรมด้านหนึ่งที่ได้ใช้ สื่อโทรทัศน์เป็นเครื่องมือในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการพัฒนาด้านสาธารณสุข โดยนับได้ว่า

รายการที่เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพนับเป็นกิจกรรมด้านหนึ่งที่ได้ใช้ สื่อโทรทัศน์ เป็นเครื่องมือในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการพัฒนาด้านสาธารณสุข โดยนับได้ว่า โทรทัศน์เข้ามามีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพแก่ประชาชน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2522 กระทรวงสาธารณสุข ได้จัดสัมมนาระดับชาติเรื่อง " กลยุทธ์เพื่อสุขภาพดีถ้วนหน้าก่อนสิ้นปี พ.ศ. 2522 " ซึ่งได้ดำเนินการ สอนนโยบายตามแนวทางขององค์การอนามัยโลกในการกำหนดเป้าหมายให้ ปี พ.ศ.2543 เป็นปี ประชากรโลก มีสุขภาพดีถ้วนหน้า ด้วยเหตุนี้สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน จึงได้ เล็งเห็นความสำคัญของการนำระบบการสื่อสารมวลชน มาใช้ประโยชน์ในการเผยแพร่ ความรู้ด้าน สุขภาพอนามัยแก่ประชาชน ได้มีการบรรจุรายการโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมสุขภาพอนามัย ในรูปแบบ ต่าง ๆ ได้แก่ รายการสารคดีสั้น รายการสัมภาษณ์ รายการถามตอบปัญหาสุขภาพ นิติสารทางอากาศ สปอตการรณรงค์ส่งเสริมสุขภาพ เป็นต้น (กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข :2546)

การส่งเสริมสุขภาพอนามัย โดยใช้สื่อโทรทัศน์ทำการถ่ายทอดสารไปยังประชาชนทั่ว ทั้งประเทศนั้น เป็นการนำเสนอเนื้อหา และสาระเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพอนามัยหลายด้าน ได้แก่ อายุรศาสตร์ จิตเวชศาสตร์ กุมารเวชศาสตร์ ทันตกรรม สูติ-นรีเวชวิทยา ศัลย ศาสตร์ทั่วไป ศัลยกรรมออร์โธปิดิกส์ จักษุวิทยา โสตนาสิก-ลาริงซ์วิทยาเวชกรรม และการป้องกันสังคมและรังสีวิทยา งานสาธารณสุข เป็นงานพัฒนาสุขภาพประชาชน ส่งเสริมให้ประชาชนมี ความรู้ ความเข้าใจในงานสาธารณสุขส่งเสริมให้มีส่วนสนับสนุนในการดำเนินงานตลอดจนมี ความสามารถที่จะเรียนรู้ ป้องกันโรค ควบคุมโรคต่าง ๆ ตามขีดความสามารถของตนเอง และ ชุมชน เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต การกินดีอยู่ดี โดยมีส่วนร่วมสู่การมีสุขภาพดีถ้วนหน้า (ลัดดา ประพันธ์พงษ์ชัย ,2540 :41)

จากนั้นเป็นต้นมาสถานีวิทยุโทรทัศน์ไทย ได้นิยามผลิตรายการประเภทส่งเสริมสุขภาพ อย่างแพร่หลายเพื่อสนองต่อกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกัน เพื่อที่ผู้ชมจะได้รับทั้งสาระความรู้ และความบันเทิงในรายการเดียวกันนี้ไปพร้อมกัน เนื่องจากกลุ่มผู้ชมในปัจจุบันได้ตื่นตัว และหัน มาให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพกันมากขึ้น รวมถึงเรื่องปัญหาใกล้ตัวมาก อาทิเช่น การดูแล สุขภาพของสมาชิกในครอบครัว การดูแลรักษาสุขภาพตนเอง การดูแลผิวพรรณความงาม รวมทั้ง การให้ความสนใจ ถึงความเป็นไปของสังคมรอบด้านที่จะส่งผลกระทบต่อสมาชิกในสังคมมาก กว่าที่จะสนใจแต่เฉพาะเรื่องบันเทิงเพียงอย่างเดียว เช่น การรับประทานอาหารเสริมเพื่อบำรุง

สุขภาพและความงาม ความรู้เฉพาะด้านจากวิทยากรผู้ชำนาญ หรือเรื่องการระบาดของโรคภัยที่เกิดขึ้นมาใหม่ ๆ มากมาย สถานีวิทยุโทรทัศน์ทุกสถานีได้ผลิตรายการประเภทส่งเสริมสุขภาพขึ้นมา แต่ก็มีจำนวนไม่มากนัก และที่ออกอากาศแพร่ภาพในปัจจุบัน ได้แก่

- รายการปัญหาชีวิตและสุขภาพ ทางModern 9 TV ผลิตรายการโดย นพ.สุรพงษ์ อ่ำพันธุ์
 - รายการคลินิกช่อง 5 ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผลิตรายการโดยคุณอมลิตร์รังคะวิบูลย์
 - รายการพบหมอศิริราช ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 7 ผลิตรายการโดยคุณวลี อุ้นประเสริฐ
 - รายการสาธารณสุขเพื่อชีวิต ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผลิตรายการโดยคุณสุชาติ กวีรัชดาเขวา
 - รายการใส่ใจในชีวิต ทางสถานีไอทีวี ผลิตรายการโดย คุณเชาวน์วัศ วณิชพันธ์
 - รายการหน้าต่างสุขภาพ ทางสถานีช่อง 11 ผลิตรายการโดย คุณพงศธร อังกินันท์
 - รายการก้าวทันโรค ทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 3 ผลิตรายการโดยคุณเศกสันต์ นาคทองแก้ว
 - รายการชีวิตมหัศจรรย์ ทางสถานีไอทีวี ผลิตรายการโดย คุณรัตนา แซ่ตั้ง
- (การสื่อสารสุขภาพ, 2546 :12)

นอกจากรายการที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว รายการ Morning Health Club นับเป็นรายการเพื่อสุขภาพ ของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 รายการแรกที่มีรูปแบบการนำเสนอที่แตกต่างจากรายการเพื่อสุขภาพอื่น ๆ คือ เป็นรายการที่นำเสนอเนื้อหาในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ และมีลักษณะรายการปกตินะบันเทิง หรือว่าไรต์มีเนื้อหาในการนำเสนอที่หลากหลายไม่เน้นหนักทางวิชาการมากนัก แต่เนื้อหาที่นำเสนอเน้นเกี่ยวข้องกับการส่งเสริมดูแลสุขภาพที่มีสาระประโยชน์ ผสมผสานกับความบันเทิง ที่สอดคล้องกับเรื่องสุขภาพ และวิทยาศาสตร์การแพทย์ในยุคปัจจุบัน

รายการ Morning Health Club ผลิตโดยบริษัท โกลบอล เกทเวย์ (ประเทศไทย) จำกัด โดยคุณณรงค์ เขาวราษภู่ ในเครือบริษัทมีเดีย ออฟ มีเดีย จำกัด (มหาชน) ซึ่งเริ่มก่อตั้งเมื่อวันที่ 16 เมษายน 2547 โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อดำเนินธุรกิจเป็นตัวแทนรับขายเวลาโฆษณาในรายการต่าง ๆ ทางโทรทัศน์ ผู้ร่วมก่อตั้งบริษัทฯ ที่มีส่วนสำคัญในเรื่องการบริหารงาน คือ นางสาวยุวดี บุญครอง จากการเป็นตัวแทนรับขายเวลาโฆษณาเอง โดยเริ่มจากการนำภาพยนตร์ต่างประเทศที่มีคุณภาพเข้ามาออกอากาศในรายการ “ แผ่นฟิล์มวันหยุด ” ทางสถานีช่อง 9 อ.ส.ม.ท และนับตั้งแต่นั้น

พ.ศ. 2533 เป็นต้นมา บริษัทจึงได้เริ่มจาก “รายการเด็ดยอดกีฬามันส์” ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 “รายการเจาะโลกมหัศจรรย์” ต่อมาในปี 2535 บริษัทได้รับการยอมรับให้เป็นผู้นำในการบุกเบิกรายการในช่วงเช้าทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ซึ่งประสบความสำเร็จและกลายเป็นต้นแบบให้ผู้ผลิตรายการอีกหลายรายการเพื่อออกอากาศในช่วงเวลานี้ในช่องอื่น ๆ นั้นก็คือ “รายการบ้านเลขที่ 5” ซึ่งยังคงได้รับความนิยมจากผู้ชมตราบนานทุกวันนี้

ลักษณะรายการโทรทัศน์ในเครือบริษัท มีเดีย ออฟ มีเดีย จำกัด (มหาชน) สามารถแบ่งได้ดังนี้

1. รายการโทรทัศน์ที่บริษัทผลิตเอง คือ รายการที่ผู้ผลิตรายการ ฝ่ายสร้างสรรค์รายการ และทีมผลิตของบริษัทเป็นผู้ผลิตเอง โดยลิขสิทธิ์ของรายการเหล่านี้จะเป็นของบริษัท ฯ
2. รายการโทรทัศน์ที่บริษัทจ้างผลิต คือ รายการที่บริษัท ฯ ที่ว่าจ้างให้ผู้ที่มีความชำนาญในการผลิตรายการโทรทัศน์ประเภทนั้น ๆ ผลิตให้ ซึ่งจะมีทั้งในรูปแบบบริษัทผลิต หรือผู้ผลิตรายการอิสระ โดยบริษัทฯ จะตั้งงบประมาณการผลิตต่อตอนให้แก่ผู้ผลิตนั้น ๆ ลิขสิทธิ์ของรายการก็จะเป็นของทางบริษัทฯ และบริษัทฯ จะเป็นผู้ขายเองด้วย
3. รายการโทรทัศน์ที่นำเข้ามาจากต่างประเทศ คือ รายการที่บริษัทขอซื้อลิขสิทธิ์จากต่างประเทศ เพื่อนำมาออกอากาศทางโทรทัศน์ โดยการให้ลิขสิทธิ์จากรายการเหล่านี้จะแตกต่างกันไปตามสัญญา เช่น ภาพยนตร์ต่างประเทศจะมีสัญญาให้ออกอากาศได้ 2 ครั้ง ในระยะเวลา 2 ปี หรือภาพยนตร์จีนชุดส่วนใหญ่จะซื้อกันในลักษณะออนไลน์ ในระยะเวลา 5 ปี ซึ่งจะสามารถนำไปออกอากาศกี่ครั้งหรือนำไปจัดจำหน่ายในรูปแบบ วีดีโอเทป เป็นต้น
4. รายการโทรทัศน์ที่ซื้อลิขสิทธิ์รูปแบบรายการจากต่างประเทศ โดยในปัจจุบันการผลิตรายการโทรทัศน์มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบได้พัฒนาอย่างรวดเร็ว เกมโชว์ ทอล์คโชว์ วาไรตี้ ที่ได้ซื้อลิขสิทธิ์มาจากต่างประเทศ และได้นำมาผลิตในประเทศ เช่น เดอะเชอร์ แก้อีระทีก รายการเจาะเซฟ เป็นต้น

รายการโทรทัศน์ที่ทางบริษัท มีเดีย ออฟ มีเดีย (จำกัด) มหาชน ผลิตขึ้นเองมีจำนวน 9 รายการ ได้แก่

- รายการบ้านเลขที่ 5 ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
- รายการที่ประเทศไทย ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
- รายการเจ วาไรตี้ ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 7
- รายการบันทึกลูกโลก ทาง Modern 9 TV
- รายการโบนัสเกม ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 7
- รายการเวทีไทย ทาง Modern 9 TV

- รายการแอปปี แฟมิลีเกม ทาง Modern 9 TV
- รายการเจาะเซฟ ทางไอทีวี
- รายการชั่วโมงพิศวง ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 7 เป็นต้น

รายการ Morning Health Club จัดเป็นรายการโทรทัศน์ที่บริษัทผลิตเอง และมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนได้รับทราบข่าวสารทางการแพทย์ และสาธารณสุข รวมถึงความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ที่ทันต่อสถานการณ์ ทั้งยังเป็นรายการที่มีลักษณะการนำเสนอ ที่ช่วยให้ประชาชนทุกเพศ ทุกวัยสามารถรับรู้ และเข้าใจได้ง่าย รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นรายการสดออกอากาศทุกวันจันทร์ – วันศุกร์ เวลาประมาณ 09.05 – 09.30 น. โดยออกอากาศครั้งแรก ในวันจันทร์ที่ 1 ตุลาคม 2544 เวลา 09.05 – 09.30 น. แต่ด้วยระบบการบริหารงานของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 จะมีการปรับเปลี่ยนผังรายการทุกปีตามนโยบายของผู้บริหารแต่ละสมัย รายการ Morning Health Club จึงได้เปลี่ยนวันออกอากาศจากรายการสดทุกวันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 09.05 – 09.30 น. มาเป็นรายการบันทึกเทปออกอากาศ ทุกวันจันทร์ เวลา 09.05 – 09.30 น. และยังทำการออกอากาศมาจนถึงปัจจุบันนี้ เป็นระยะเวลา 1 ปี 10 เดือน ผลิต และสร้างสรรค์รายการโดย บริษัท โกลบอล เกทเวย์ (ประเทศไทย) จำกัด บริษัทในเครือ มีเดีย ออฟ มีเดีย จำกัด (มหาชน)

ด้วยรูปแบบ เนื้อหาที่หลากหลาย ที่ให้ทั้งสาระและประโยชน์ จึงเป็นรายการที่ทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษา การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ว่า รายการดังกล่าว มีรูปแบบ และเนื้อหาการนำเสนอเป็นอย่างไร และมีปัจจัยอะไรบ้างที่เป็นส่วนกำหนดเนื้อหาของรายการ ซึ่งสามารถนำผลที่ได้จากการวิจัยไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาการผลิตรายการเกี่ยวกับสุขภาพอื่น ๆ ในอนาคตเพื่อให้มีรูปแบบในการนำเสนอที่เป็นที่สนใจแตกต่างกันไป และพัฒนาให้ทันต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ตามยุคสมัย อีกทั้งยังเป็นประโยชน์แก่ประชาชนในการรับทราบข่าวสาร และการสร้างสุขภาพอนามัยที่ดีต่อไปในอนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาการใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพผ่านทางรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
2. เพื่อศึกษาถึงรูปแบบ และเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
3. เพื่อทราบถึงปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

ปัญหาคำถามวิจัย

1. การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพ โดยการถ่ายทอดผ่านรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นอย่างไร
2. รูปแบบและเนื้อหารายการที่ปรากฏในรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นอย่างไร
3. ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นอย่างไร

ขอบเขตการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 โดยผู้วิจัยได้ทำการศึกษารูปแบบ และเนื้อหาของรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ที่ออกอากาศตั้งแต่ เดือนกันยายน จนถึง เดือนธันวาคม 2546 เป็นจำนวน 18 ตอน

นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย

การสื่อสาร หมายถึง การนำเสนอข่าวสารทางโทรทัศน์ของรายการ Morning Health Club ที่ส่งไปยังผู้รับสารโดยผ่านสื่อโทรทัศน์ เพื่อให้ผู้รับสารได้รับข่าวสาร ความรู้

การสื่อสารเพื่อสุขภาพ หมายถึง การเผยแพร่ข่าวสารความรู้ด้านสุขภาพผ่านสื่อโทรทัศน์ เพื่อให้ประชาชนได้รับรู้ สนใจ ตระหนักในเรื่องของสุขภาพ

การใช้สื่อโทรทัศน์ หมายถึง สื่อที่ใช้ในการนำเสนอข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพที่ถ่ายทอดทั้งภาพ และเสียงผ่านทางรายการ Morning Health Club

รายการเพื่อสุขภาพทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ หมายถึง รายการที่นำเสนอความรู้เรื่องสุขภาพผ่านสื่อวิทยุโทรทัศน์

รายการ Morning Health Club หมายถึง รายการบันเทิงเพื่อสุขภาพรายการแรก ที่ได้นำรูปแบบการนำเสนอในรูปแบบใหม่ ที่ให้ความรู้ และความบันเทิง ไว้ในเวลาเดียวกัน โดยสอดแทรกสาระความรู้ในเรื่องความเจริญทางการแพทย์ และสาธารณสุข รวมถึงการบำบัดการดูแลสุขภาพตนเอง ไว้ในช่วงต่าง ๆ ของรายการ โดยออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบก ช่อง 5 ทุกวันจันทร์ เวลา 09.05 – 09.30 น.

รูปแบบและเนื้อหารายการ หมายถึง วิธีการนำเสนอเนื้อหาของรายการ Morning Health Club จะอยู่ในรูปแบบปพลิเคชันบันเทิง หรือวาไรตี้ ที่นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งแบ่งเป็น 5 ช่วงรายการ คือ

- ช่วง Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ
- ช่วง Health tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ
- ช่วง Health talk สนทนากับแพทย์และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ
- ช่วง Bright & Beauty เคล็ดลับความงามต่าง ๆ
- ช่วง Health & Cuisine อาหารกับสุขภาพ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผลการวิจัยสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการปรับปรุงรูปแบบ และเนื้อหารายการสุขภาพผ่านสื่อโทรทัศน์เพื่อให้เกิดประโยชน์ยิ่งขึ้นไป
2. ผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์แก่หน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชน ในการวางแผนผลิตรายการเพื่อสุขภาพเพื่อเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อโทรทัศน์
3. ผลการวิจัยจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่ต้องการศึกษาเรื่องลักษณะรูปแบบและเนื้อหา รายการเพื่อสุขภาพในสื่อชนิดอื่น ๆ
4. เพื่อทราบบทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ในการเผยแพร่ความรู้ในเรื่องสุขภาพอีกทั้ง ปัจจัยที่เข้ามาเกี่ยวข้องกับการกำหนดเนื้อหา และรูปแบบการผลิตรายการสุขภาพ

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง การสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผู้วิจัยได้ใช้แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการศึกษาวิจัยได้ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับสื่อสารสุขภาพ และสาธารณสุข
2. แนวคิดเกี่ยวกับบทบาทและหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์
3. แนวคิดด้านความบันเทิงกับสาระ (Entertainment Education)
4. ทฤษฎีกำหนดวาระข่าวสาร (Agenda – Setting Theory)
5. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารสุขภาพและสาธารณสุข

Witte ,Meyer ,Bidol ,Casey และคณะ (1996) ให้คำจำกัดความการสื่อสารสุขภาพ คือ “ การแลกเปลี่ยน กระจ่ายข่าว มุมมอง และความคิดในใจ ของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ภายในภาวะแวดล้อมด้านสังคม และด้านกายภาพที่ต่างกันไป ขึ้นอยู่กับปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ หรือพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ” จะเห็นได้ว่าการสื่อสารระหว่างคนตั้งแต่สองคนขึ้นไป ลักษณะสองทาง คือ มีการแลกเปลี่ยนกัน ลักษณะทางเดียว คือ เป็นการกระจ่ายข่าวออกไป ส่วนมุมมอง และความคิดในใจนั้นเกิดจากการได้รับข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพจากแหล่งต่าง ๆ มีการสร้างภาพในใจ และวินิจฉัยสถานภาพของสุขภาพตนเอง หรือคนใกล้ชิด ข้อมูลข่าวสารด้านสุขภาพนั้น คือ เรื่องราวที่เกี่ยวข้องกับความเป็นดี อยู่ดีทั้งกาย ทั้งใจ อารมณ์ และจิตวิญญาณ มิได้หมายถึง การที่ไม่มีโรคภัยเบียดเบียนเท่านั้น

การส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ด้านสุขภาพของประชาชน และส่งเสริมให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจในการที่จะเรียนรู้การป้องกันโรค และควบคุมโรคต่าง ๆ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิต ความกินดีอยู่ดี โดยส่วนรวมสู่การมีสุขภาพดีถ้วนหน้า บทบาทต่าง ๆ ของสื่อโทรทัศน์จึงเป็นช่องทางในการประชาสัมพันธ์งานด้านสาธารณสุข ทางหนึ่ง (วาสนา จันทร์สว่าง,2533 :54-56) คือ

1. การเผยแพร่ข่าวสาร และการเผยแพร่ความรู้ในงานสาธารณสุข ไปยังประชาชน กลุ่มเป้าหมายหลัก และกลุ่มเป้าหมายรอง โดยกลุ่มเป้าหมายหลัก หมายถึง ผู้ที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนั้นโดยตรง เช่น การรณรงค์งดสูบบุหรี่ กลุ่มเป้าหมายหลัก คือ ผู้สูบบุหรี่ และกลุ่มเป้าหมายรอง คือสมาชิกในครอบครัว ผู้ใกล้ชิด และผู้ร่วมงาน รวมทั้งบุคคลทั่วไปที่จะได้รับผลกระทบจากผู้สูบบุหรี่ เป็นต้น การเผยแพร่ความรู้ และข่าวสารสาธารณสุขไปยังกลุ่มเป้าหมายในเรื่องต่าง ๆ มีความสำคัญมาก เพราะวัตถุประสงค์ที่สำคัญคือ เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง ทำให้มีสุขภาพอนามัยดี ไม่ต้องเจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถป้องกันได้ ซึ่งจะ เป็นผลดีทางด้านเศรษฐกิจของตนเอง และครอบครัวได้ ตลอดจนส่งผลต่อการประหยัดงบประมาณของรัฐบาลในค่าใช้จ่ายสำหรับการรักษาพยาบาลประชาชนที่เจ็บป่วยด้วยโรคต่าง ๆ

2. การโน้มน้าวใจ และการชักจูงใจให้คล้อยตาม และปฏิบัติตามในเรื่องต่าง ๆ กรณีนี้ต่างจากการเผยแพร่ข่าวสารให้ความรู้ โดยการให้ความรู้เพื่อทำความเข้าใจ เพื่อเปลี่ยนทัศนคติ แต่การโน้มน้าวใจ มีวัตถุประสงค์เพื่อเปลี่ยนทัศนคติ และให้เกิดเป็นพฤติกรรม

ในการส่งเสริมในงานสาธารณสุขนั้น งานด้านการให้ข่าวสารเป็นสิ่งที่ไม่ยากเท่ากับงานด้านการชักจูงใจ เพื่อให้ประชาชนเกิดทัศนคติ และมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ดังนั้นในการรณรงค์ ในขั้นตอนการชักจูงใจนี้จะประสบผลสำเร็จก็ต่อเมื่อ

- วางแผนรณรงค์เข้าใจถึงชีวิต ความเชื่อ และทัศนคติของประชาชน รวมทั้ง เข้าใจถึงปัจจัยทางสังคมซึ่งกำหนดวิถีชีวิตของประชาชน
- ใช้สื่อต่าง ๆ ผสมกัน โดยใช้สื่อแต่ละชนิดในวิถีทาง และเวลาที่ถูกต้อง เพื่อช่วยให้เกิดประโยชน์มากที่สุดในการสื่อสาร (ปรมะ สตะเวทิน ,2532 :89)

1. การป้องกันแก้ไขความเข้าใจผิด โรคติดต่อบางโรคก่อให้เกิดความหวาดกลัวในหมู่ประชาชนทั่วไป เช่น โรคเอดส์ ประชาชนยังขาดความรู้ และมีความเข้าใจผิด ๆ ทั้งในเรื่องการป้องกัน และการติดต่อ ฉะนั้นจึงจำเป็นต้องใช้สื่อโทรทัศน์เป็นช่องทางในการประชาสัมพันธ์เผยแพร่ข่าวสาร เพื่อป้องกัน และควบคุมโรค

2. การกระตุ้นเตือน ในการสาธารณสุขนั้นการกระตุ้นเตือน หมายถึง การย้ำ หรือการซ้ำ หรือการเสนอข่าวเป็นระยะ ๆ เพื่อให้ผู้รับปฏิบัติตาม ในการกระตุ้นผู้ถูกกระตุ้นอาจมีประสบการณ์ ความรู้ และความเข้าใจ แต่ยังไม่เปลี่ยนพฤติกรรม การกระตุ้นเตือนเป็นการกระตุ้นย้ำเตือนให้เปลี่ยนพฤติกรรม หรือให้ปฏิบัติตามที่ถูกกระตุ้นเตือน

3. การเสนอข่าวด่วนในบางครั้ง เช่น กรณีการเกิดโรคติดต่อ หรือโรคระบาด ซึ่งเป็น ความร้ายแรง รุนแรงและรวดเร็วมาก จำเป็นต้องมีการประชาสัมพันธ์อย่างเร่งด่วน โดยเสนอข่าว ด่วน เพื่อให้ประชาชนทราบถึงโรคติดต่อ หรือโรคระบาดนั้น ซึ่งถ้ามีการใช้เทคนิค หรือกลวิธีที่ดี ทั้งในประเทศ และระหว่างประเทศแล้ว จะสามารถป้องกัน และควบคุมการแพร่กระจายของโรค ได้อย่างทันต่อเหตุการณ์

4. การเตรียมชุมชน ในกรณีปกติไม่มีโรคติดต่อ หรือโรคระบาดในชุมชน เพื่อความ ไม่ประมาท ต้องมีการเตรียมชุมชนกลุ่มเป้าหมายไว้โดยเฉพาะประชาชนในวัยที่ต้องระมัดระวังใน เรื่องโรคภัยไข้เจ็บ เช่น เด็ก ผู้ใหญ่ วัยชรา เป็นต้น ต้องมีการเผยแพร่ ข่าวสารในงานสา ธารณสุขตลอดเวลา ในเรื่องต่าง ๆ ตามเทศกาล เช่น ก่อนถึงฤดูฝน และต้นฤดูฝน ต้องเตรียม ความพร้อมในเรื่องการป้องกันไข้เลือดออก หรือโรคอื่นที่เกิดขึ้นชุกในฤดูฝน เป็นต้น

ดังนั้นผู้วิจัย จึงได้ยกแนวคิดเกี่ยวกับการสื่อสารสุขภาพ และสาธารณสุข มาเป็น กรอบแนวคิดและทฤษฎีในการศึกษาวิจัยเรื่อง การสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์ เพราะเนื้อหาของ รายการเป็นการส่งเสริมการดูแลสุขภาพ การให้ความรู้เรื่องสุขภาพ (Health Education) ซึ่งจะมี ผลต่อการจัดลำดับข่าวสาร ข้อมูล ที่จะนำมาเสนอในรายการได้

แนวคิดเกี่ยวกับบทบาทและหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์

วิทยุโทรทัศน์นับได้ว่าเป็นแหล่งข้อมูล ข่าวสาร ที่นำเสนอความบันเทิง และสาระ ประโยชน์ให้กับประชาชน ซึ่งการนำเสนอข้อมูล ข่าวสาร ทางโทรทัศน์นั้น สามารถจะทำให้ประชาชน รับรู้ ข้อมูล ข่าวสารต่าง ๆ ได้อย่างรวดเร็ว ได้เห็นทั้งภาพ และได้ยินทั้งเสียงในเวลาเดียวกัน (ดวงทิพย์ วรพันธุ์, 2525 :45)

นอกจากนี้ในเรื่องของบทบาทและหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ ซึ่งเป็นสื่อมวลชนแขนงหนึ่งที่ได้ พัฒนาขึ้นมาอย่างรวดเร็ว และมีความสำคัญในระบบสื่อมวลชนมากจนเป็นส่วนหนึ่งของการดำรง ชีวิตของมนุษย์ในสังคมก็ว่าได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสังคมเมือง

เดนิส แมคควอล (McQuail ,1987) กล่าวถึง บทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ คือ การกระตุ้นเร้า หรือการผลักดัน (Mobilization) แมคควอล เห็นว่า การกระตุ้นเร้าเป็นสิ่งที่สื่อโทร ททัศน์จะต้องปฏิบัติ เพื่อเป็นการช่วยในด้านพัฒนาประเทศชาติ ด้วยเหตุนี้จึงได้สรุปบทบาทหน้าที่ ของสื่อโทรทัศน์ ดังนี้

1. การให้ข่าวสาร (Information)
2. การประสานสัมพันธ์ (Correlation)

3. ความต่อเนื่อง (Continuity)
4. การให้ความบันเทิง (Entertainment)
5. การกระตุ้นเร้า (Mobilization) เช่น การรณรงค์เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ทาง

สังคมในเรื่อง การเมือง การพัฒนาเศรษฐกิจ ตลอดจนการส่งเสริมสุขภาพ

โรเบิร์ต เมอร์ตัน (Merton,อ้างถึงใน Mc Queil ,1987:12-13) กล่าวถึง บทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนว่า ผลที่ได้จากบทบาทหน้าที่ที่จ้องใจนั้น เรียกว่า ผลที่ชัดแจ้ง (Manifest) ขณะเดียวกันผลที่ได้จากการไม่จ้องใจนั้น เรียกว่า ผลที่แอบแฝง (Latent) ซึ่งผลจากการสื่อสารที่ได้นี้หากให้ผลด้านบวกในการดำรงไว้ซึ่งระบบที่เรียกว่าเป็นผลดี (Functions) แต่ถ้าเป็นอันตรายเป็นระบบก็เรียกว่า เป็นผลเสีย (Dystfunctions) แมคเคลลได้อธิบายเพิ่มเติมว่า บทบาทหน้าที่ของสื่อมวลชนนั้นอาจก่อให้เกิดทั้งผลดี และผลเสียที่เป็นส่วนที่ชัดแจ้ง และแอบแฝง

สำหรับบทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ คือ หน่วยงานทำงานระบบย่อยอันหนึ่งที่มีบทบาทหน้าที่ต้องตอบสนองความจำเป็นทางสังคมในด้านความต่อเนื่อง การรักษาระเบียบ การกระตุ้นเตือน การแนะแนวทางการปรับตัวในที่นี้ จึงถือได้ว่าการส่งเสริมสุขภาพอนามัยเป็นบทบาทหน้าที่หนึ่งของโทรทัศน์พึงกระทำเพื่อพัฒนา และเชื่อมโยงระบบต่าง ๆ ในสังคมให้คงอยู่

นอกจากนี้ในเรื่องของบทบาทหน้าที่ของโทรทัศน์ ซึ่งเป็นสื่อมวลชนแขนงหนึ่งที่ได้พัฒนาขึ้นมาอย่างรวดเร็ว และมีความสำคัญในระบบสื่อมวลชนมากจนเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิตของมนุษย์ในสังคมก็ว่าได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสังคมเมือง

จอห์น ฟิช (Fiske ,1978) กล่าวถึงบทบาทหน้าที่ของโทรทัศน์ไว้ดังนี้ คือ

- หน้าที่ในการส่งผ่านความคิดด้านวัฒนธรรมเกี่ยวกับความเป็นจริงตามธรรมชาติ ซึ่งการส่งผ่านความคิดด้านวัฒนธรรมนี้รวมถึงวัฒนธรรมการบริโภค ชีวิตความเป็นอยู่ที่มีผลต่อสุขภาพอนามัยของประชาชนด้วยเช่นกัน

- ให้ความรู้แก่สมาชิกของคนในสังคมตามระบบความเชื่อด้วยการสะสมลักษณะวัฒนธรรมดังกล่าว และแสดงให้เห็นโดยผ่านทางโทรทัศน์ในที่นี้เป็นบทบาทหน้าที่ของโทรทัศน์ในการเผยแพร่ และส่งเสริมวัฒนธรรมการบริโภคที่ถูกต้อง หรือถูกหลักโภชนาการ เช่น การดื่มน้ำสะอาด การรับประทานอาหารที่สุกแล้ว เป็นต้น

- อธิบาย และตีความตัดสินการกระทำใด ๆ จากสิ่งที่ปรากฏทางด้านวัฒนธรรม

- เป็นการตอกย้ำวัฒนธรรมของกลุ่มสังคมขนาดใหญ่ ด้านการยืนยันหลักแนวคิดความเชื่อรวมทั้งลักษณะที่เป็นอยู่หรือที่ไม่คาดคิด

- เปิดรับ และเปลี่ยนแปลงตามสิ่งที่ไม่ได้ปรากฏในสังคมนั้น คนอาจจะทำให้เกิดการ

เปลี่ยนแปลงตามสถานการณ์ของโลกภายนอก เนื่องจากได้รับแนวคิดใหม่

- เชิญชวน ผู้รับสารยอมรับบทบาทความโดดเด่นของประชาชน ซึ่งได้รับการยอมรับจากกลุ่มวัฒนธรรม

- ส่งผ่านความหมายตามแนวคิดของวัฒนธรรมของคนในสังคมนั้น คือ โทรทัศน์มีบทบาทที่จะเสนอความคิดที่ถูกต้องเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพอนามัยเพื่อให้คนในสังคมรับทราบความหมายนั้น

สื่อโทรทัศน์จึงถือเป็นสื่อที่มีคุณสมบัติพิเศษในการดึงดูดใจได้มาก เพราะทั้งภาพ และเสียง ทำให้ผู้ชมมีมโนภาพ ได้ถูกต้อง และจะเกิดความเชื่อ ความเลื่อมใส รวมทั้งถูกชักจูงได้ง่าย นอกจากนี้ความเจริญทางด้านเทคโนโลยีด้านการสื่อสาร ก็ช่วยให้การเสนอข่าวสารทางโทรทัศน์รวดเร็วจับไวขึ้น

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาราช (2526:6) ได้กล่าวถึงคุณสมบัติประจำตัวของโทรทัศน์ที่ทำให้ได้เปรียบกว่าสื่ออื่น ๆ คือ

1. โทรทัศน์ให้ทั้งภาพ และเสียงพร้อม ๆ กัน และเป็นการเคลื่อนไหวตามธรรมชาติทำให้เห็นจริงเห็นจัง จึงสามารถชักจูงผู้รับสารให้เกิดความเลื่อมใส ศรัทธา และคล้อยตามได้ง่ายกว่าสื่อชนิดอื่น

2. โทรทัศน์เสนอข้อมูล ข่าวสารได้รวดเร็วกว่าสื่อสิ่งพิมพ์และภาพยนตร์ ถึงแม้จะล้าช้ากว่าวิทยุกระจายเสียงเล็กน้อย แต่ในขณะเดียวกัน ข่าวสารที่มาเสนอนั้นมีความกระชับแจ่มกว่า เพราะมีภาพที่ทำให้เข้าใจเนื้อหาได้ดี

3. โทรทัศน์สามารถนำเสนอข้อมูลได้หลายวิธีการ เช่น การบรรยาย การใช้ภาพ การฉายภาพยนตร์ และเทปบันทึกภาพ ทำให้ผู้รับสารสามารถเปลี่ยนบรรยากาศได้หลาย ๆ แบบประกอบกัน

4. โทรทัศน์สามารถทำให้ผู้ชมได้เห็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ภายในโลกได้ทันท่วงที โดยการใช้เทคนิคสมัยใหม่ช่วยในการถ่ายทอดผ่านดาวเทียม

5. โทรทัศน์ใช้ได้กับผู้ชมทั้งกลุ่มเล็กกลุ่มใหญ่ และสามารถถ่ายทอดไปในระยะไกลได้ด้วย

6. โทรทัศน์ช่วยลดภาระเป็นผู้ช่วยให้ข่าวสาร คือ แทนที่ผู้ให้ข่าวสารจะต้องไปเผยแพร่ความรู้ข่าวสารหลาย ๆ แห่งก็บรรยายออกทางวิทยุโทรทัศน์ครั้งเดียวก็สามารถชมได้ทั่วถึงกันทั้งหมด

จากคุณสมบัติพิเศษดังกล่าวจึงเป็นเหตุผลที่ดีที่ว่าเหตุใด สื่อโทรทัศน์จึงมีบทบาทในการนำเสนอข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ในทุก ๆ ด้านมากกว่าสื่ออื่นใด

นอกจากนี้ยังมีผู้ให้ความคิดเห็นเกี่ยวกับสื่อโทรทัศน์ ดังนี้

1. เป็นสื่อที่ได้ทั้งภาพ และเสียง การนำเสนอในรูปแบบทั้งภาพ และเสียงเป็นวิธีการที่ดีที่สุด ประกอบกับเทคนิคใหม่ ๆ ทางด้านการผลิตภาพยนตร์โฆษณา อาจทำให้กลุ่มเป้าหมายที่อาจจำ และรับรู้อย่างรวดเร็ว และสามารถเปรียบเทียบระหว่างสินค้าต่าง ๆ ทำให้สามารถตัดสินใจถูกต้องมากยิ่งขึ้นในการเลือก

2. สามารถครอบคลุมพื้นที่ได้อย่างกว้างขวาง และรวดเร็ว ในปัจจุบันรัศมีของสถานีโทรทัศน์ของแต่ละช่องสามารถครอบคลุมพื้นที่ได้อย่างกว้างขวางและทุกสถานีกำลังปรับปรุงเพื่อประสิทธิภาพพร้อมการออกอากาศสามารถครอบคลุมพื้นที่ได้ทั่วประเทศ ซึ่งถ้าดำเนินการสำเร็จตามความมุ่งหมายในอนาคตแล้วจะทำให้ข่าวสารแพร่หลายอย่างรวดเร็ว แม้กระทั่งในชนบท

3. เจาะลึกถึงกลุ่มเป้าหมายทางการตลาดได้ดี รายการโทรทัศน์มีให้เลือกหลายประเภท ดังนั้นกลุ่มเป้าหมายต่าง ๆ เราสามารถเจาะจงให้รับรู้สินค้าได้อย่างแม่นยำมากขึ้น

4. ใช้งบประมาณได้อย่างคุ้มค่า และประสิทธิภาพ

สื่อโทรทัศน์ เป็นสื่อที่ได้ทั้งภาพ และเสียงในเวลาเดียวกัน การนำเสนอเทคนิคเร้าใจ ดึงดูดใจมากกว่าสื่อชนิดอื่น ๆ ในด้านโฆษณา สามารถที่จะสร้างจุดเด่นของสินค้าได้เป็นอย่างดี สื่อโทรทัศน์เจาะตลาดเป้าหมาย ได้จำนวนมาก และครอบคลุมพื้นที่ได้กว้างขวาง งบประมาณคุ้มค่างับสิ่งที่ได้รับ โทรทัศน์จึงเป็นสื่อเข้าถึงประชาชนอย่างใกล้ชิด และเป็นสื่อที่ทุกเพศ ทุกวัยสนใจที่จะเปิดรับ

เนื่องจากโทรทัศน์ เป็นสื่อที่ได้รับความนิยมแพร่หลายจากประชาชนทุกระดับ ทุกอาชีพนั้น สามารถที่จะสรุปหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ไว้ดังนี้ คือ

1. สื่อโทรทัศน์ สามารถแสดงภาพได้เหมือนของจริง และประทับใจได้เรียกร้องให้เกิดความเชื่อ ความเลื่อมใส และสามารถชักจูงใจได้ง่ายกว่าสื่ออื่น ๆ

2. ทำให้ผู้เกิดความทรงจำติดตาได้นาน

3. ภาพที่แสดงชักพาให้เด็ก หรือผู้ใหญ่เชื่อว่าเป็นของจริง ทั้งนี้อาจจะเสนอผิดเพี้ยนไปจากความจริงเล็กน้อย

4. ผู้ชมมีความสนุกสนานเพลิดเพลิน มีส่วนร่วมกับรายการนั้น ๆ

5. สามารถสื่อไปถึงมวลชนได้อย่างรวดเร็ว ไม่ว่ามวลชนจะอยู่ ณ แห่งใด

6. สามารถเข้าถึง ทุกเพศ ทุกวัย ทุกชาติ ทุกภาษา ทุกศาสนา และทุก ๆ อาชีพ ในขณะเดียวกัน

โทรทัศน์เป็นสื่อมวลชนที่นับวันก็ยิ่งมีบทบาทต่อประชาชนมากยิ่งขึ้น สื่อทางโทรทัศน์ จึงกลายเป็นสื่อที่เจริญก้าวหน้าอย่างรวดเร็วดังนั้นรายการที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพหลายรายการ จึงได้นิยมที่จะเลือกใช้สื่อโทรทัศน์ในการเผยแพร่ข่าวสาร ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพและสาธารณสุข เพราะง่ายต่อการเข้าใจของประชาชนที่รับชม ได้เห็นทั้งภาพ และเสียงไปพร้อม ๆ กัน ปัจจุบัน โทรทัศน์ขยายเครือข่ายมากขึ้น ทำให้ประชาชนสามารถรับชมรายการเกี่ยวกับสุขภาพทางโทรทัศน์ได้อย่างกว้างขวาง ทั้งได้รับข่าวสารในเรื่องสุขภาพมากขึ้น จึงทำให้สื่อโทรทัศน์มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตที่ดีในเรื่องสุขภาพต่อชนทุกคน

แนวคิดด้านความบันเทิงกับสาระ (Entertainment Education)

เอดูเทนเมนต์ (Edutainment) เป็นคำศัพท์ภาษาอังกฤษร่วมสมัย โดยเกิดจากการรวมคำศัพท์ภาษาอังกฤษดั้งเดิม จำนวน 2 คำ เข้าด้วยกัน ได้แก่ คำว่า “ เอดูเคชัน ” (Education) ซึ่งหมายถึง สาระความรู้ หรือการศึกษาเล่าเรียน กับคำว่า “ เอนเตอร์เทนเมนต์ ” (Entertainment) ซึ่งหมายถึง ความบันเทิงในรูปแบบต่าง ๆ แล้วกลายเป็นคำศัพท์ใหม่ว่า “ เอดูเทนเมนต์ ” ซึ่งอาจแปลเป็นภาษาไทยว่า “ สาระบันเทิง ” โดยผนวกคำว่า “ สาระความรู้ ” กับคำว่า “ ความบันเทิง ” เข้าด้วยกัน ในทางวิชาการ “ เอดูเทนเมนต์ ” หมายถึง กระบวนการดำเนินงานที่มีเจตนาผสมผสานข้อมูลข่าวสาร และสาระความรู้ ในด้านต่าง ๆ เข้ากับความบันเทิง โดยมีเป้าหมายให้บุคคลได้คิด คำนึง รับรู้ และมีการประพฤติปฏิบัติตนในแนวทางที่พึงประสงค์ของสังคม (Singhal & Rogers ,1989 :ปาริชาติ สถาปิตานนท์ ,2542) โดยในที่นี้ ข้อมูลข่าวสาร หรือสาระความรู้ อาจประกอบด้วย เรื่องราวที่เป็นประเด็นปัญหาในสังคม หรือเรื่องราวที่สังคมจำเป็นต้องรับรู้ และเข้าใจ ตลอดจนเป็นนโยบายสำคัญในสังคม อาทิเช่น การป้องกันโรคเอดส์ การรู้หนังสือ การวางแผนครอบครัว เป็นต้น และในขณะที่ความบันเทิงต่าง ๆ อาจนำเสนอผ่านสื่อหลากหลายประเภท อาทิเช่น วิทยุ โทรทัศน์ เพลง ภาพยนตร์ การ์ตูน ฯลฯ

ดังนั้น เอดูเทนเมนต์ ก็คือ เครื่องมือที่เชื่อมประสานโลกบันเทิงและโลกสาระความรู้ เข้าด้วยกัน โดยดึงเอกลักษณ์ด้านความสนุกสนาน ความมีชีวิตชีวา อันเป็นเอกลักษณ์ของความบันเทิง เพื่อใช้ในการถ่ายทอดข้อมูลข่าวสาร ผู้บริโภคกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้เขาได้มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างปลอดภัย มีสุขภาพแข็งแรง และมีความสุข เป็นต้น การให้ความรู้ สร้างความตื่นตัวด้านสุขภาพของประชาชนอีกวิธีหนึ่งนั้น คือ ความบันเทิงในรูปแบบต่าง ๆ ทั้งที่เป็นสื่อพื้นบ้าน เช่น ลิเก ลำตัด หมอลำ โนราห์ หนังตะลุง เพลงเมือง และสื่อ

ความบันเทิงร่วมสมัย เช่น เพลง ละคร การ์ตูน นวนิยาย รวมทั้งภาพยนตร์ ในส่วนนี้จะได้ทบทวนความรู้เกี่ยวกับความบันเทิงหลาย ๆ รูปแบบ ก่อนที่จะชี้แนะว่าควรจะทำอย่างไร ที่จะให้ผู้อ่าน ผู้ชม ผู้ฟังได้รับความรู้ หรือตื่นตัวด้านสุขภาพผ่านความบันเทิง

ในประเทศกำลังพัฒนานั้นมีการใช้แนวคิดเอดูเทนเมนต์ มาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพไม่น้อย แนวคิดเอดูเทนเมนต์ (Entertainment Education) คือ การให้ความรู้เพื่อพัฒนาทักษะรวมทั้งให้กำลังใจ และเสริมกำลังกายผ่านความบันเทิงที่สนุกสนานรูปแบบต่าง ๆ ซึ่งจับใจคนดู คนฟัง คนอ่านได้ เช่น ละครโทรทัศน์ หมอลำ ลำตัด เป็นต้น

Singhal และ Rogers (1999) ได้นำงานวิจัยหลาย ๆ ชิ้นเกี่ยวกับ เอดูเทนเมนต์ ในประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทย มาสรุปปัจจัยซึ่งมีส่วนกำหนดประสิทธิภาพของเอดูเทนเมนต์ ได้แก่

1. คุณลักษณะผู้บริโภค
2. องค์ประกอบขององค์กร
3. บรรยากาศด้านสื่อ
4. กระบวนการวิจัย
5. รูปแบบและเนื้อหาของเอดูเทนเมนต์
6. โครงสร้างพื้นฐานในสังคม

คุณลักษณะผู้บริโภค หมายถึง การเลือกเปิดรับสาร รับรู้ ตีความ และจดจำสาร ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของตัวละคร โดยจะเห็นได้ชัดเจนในหมู่เด็ก ๆ ที่สมมุติตัวเองว่าเป็นตัวการ์ตูนตัวนั้น ตัวนี้เวลาเล่นกับเพื่อน ๆ ในระดับผู้ใหญ่การเปลี่ยนแปลงจะอยู่ในลักษณะการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตมากกว่า

องค์ประกอบขององค์กร หมายถึง ความพร้อมของผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งภายใน และภายนอกองค์กร ความพร้อมของคณะทำงานขององค์กรไม่ว่าจะเป็นผู้เขียนบท ฝ่ายเทคนิค ฝ่ายวิจัย ฝ่ายวิชาการ ฝ่ายจัดการ ประชาสัมพันธ์ ฯลฯ มีความจำเป็นมากในขั้นตอนการผลิต นอกจากนี้ยังมีเรื่องเกี่ยวกับความพร้อมภายนอกองค์กร ซึ่งหมายถึง กลุ่มประชากรที่เป็นเป้าหมายของงานบันเทิงว่า มีการเตรียมพร้อม เพื่อที่จะรับรู้เนื้อหาอย่างมีระบบ หรือไม่

บรรยากาศด้านสื่อ หมายถึง ความนิยม และความน่าเชื่อถือของสื่อเอง ความหลากหลายของสื่อที่นำเสนองานบันเทิง รวมทั้งการแข่งขันทางธุรกิจของสื่อเอง เห็นได้ชัดในกรณีของละครทีวี ซึ่งได้รับการเผยแพร่ทั้งจากโทรทัศน์ และหนังสือพิมพ์ หนังสือพิมพ์หลายฉบับได้

แย่งชิงกันนำเสนอนิยายจากละครทีวี มากกว่าจะเป็นไทยรัฐ เดลินิวส์ หรือแม้กระทั่งหนังสือพิมพ์ภาษาไทย เป็นต้น ไม่ว่าจะอย่างไรก็ตาม ผู้ผลิตงานเอดูเทนเมนต์อาจใช้ประโยชน์จากการแข่งขันนี้ได้ตามสมควรเพื่อเผยแพร่แนวคิด

กระบวนการวิจัย เป็นการค้นหาข้อมูลก่อน ระหว่างและหลังการสร้างงานบันเทิงขึ้น การวิจัยทำให้ผู้ผลิตงานนั้นได้รับพฤติกรรมการบริโภคสื่อ การรับรู้ประเด็นหลักของงาน รวมทั้งเสียงสะท้อนต่องานบันเทิงนั้น

รูปแบบและเนื้อหาของเอดูเทนเมนต์ หมายถึง รูปแบบการนำเสนอ รายละเอียดของงานบันเทิง รวมทั้ง Theme หรือแก่นเรื่องซึ่งต้องให้ตรงกับเจตนาอารมณ์ของผู้รณรงค์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการใช้สำนวนภาษา สถานการณ์แวดล้อม การผสมผสานระหว่างสาระและบันเทิงเข้ากันอย่างกลมกลืน การประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ รวมทั้งการต่อยอดสาระความรู้ของงานผ่านสื่อต่าง ๆ ด้วย

โครงสร้างพื้นฐานในสังคม หมายถึง เป็นเรื่องเกี่ยวกับความพร้อมของระบบสาธารณูปโภคไม่ว่าจะเป็นเรื่องของน้ำ ไฟฟ้า ถนน โทรศัพท์ต่าง ๆ ที่จำเป็นต่อการเปิดรับสื่อ แม้กระทั่งอุปกรณ์ประกอบ อย่างเช่น ถ่านไฟฉาย หากมีราคาแพงมาก ๆ อย่างในแอฟริกา ผู้ที่ต้องการเผยแพร่เอดูเทนเมนต์ ก็จำเป็นจะต้องจัดหาวิทยุไซลาน เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายนั้นได้รับรู้เกี่ยวกับเนื้อหา และงานบันเทิงเหล่านั้นแทน

เชื่อกันว่าความบันเทิงสามารถช่วยให้ผู้ชมนั้นปลดปล่อยความเครียดลงได้ผลพลอยได้ ก็อาจจะเป็นการที่ผู้ชมได้เรียนรู้ และลอกเลียนแบบพฤติกรรมบางอย่างจากตัวละครเหล่านั้น ไปใช้ชีวิตประจำวันได้ในหลายกรณี นอกจากนั้นยังมีผลพลอยได้ของเอดูเทนเมนต์ตามธรรมชาติ คือ การนำเอางานบันเทิงที่เผยแพร่กันไปทำการค้าได้ ไม่ว่าจะอยู่ในรูปของการขายเวลาให้แก่ผู้อุปถัมภ์รายการ การทำสินค้าเมอร์เชนด์ไอส์อย่าง เสื้อ หมวก หรือกระเป๋า เป็นต้น เพื่อคืนทุนการผลิต และคืนกำไรไปทำทุนเพื่อขยายการเผยแพร่ต่อไปได้ด้วย

ทฤษฎีการกำหนดวาระข่าวสาร (Agenda – Setting Theory)

ทฤษฎีการกำหนดวาระข่าวสาร (Agenda – Setting Theory) เป็นการกล่าวถึงบทบาทของสื่อมวลชนในการเสนอเรื่องราวต่าง ๆ แก่ประชาชน โดยสื่อมวลชนเอาใจใส่ต่อประเด็นปัญหาบางอย่าง และละเลยปัญหาอื่น ๆ มีผลให้สาธารณชนความคิดเห็นคล้อยตามว่า เรื่องนั้นเป็นหัวข้อ หรือประเด็นที่มีความสำคัญ หรือไม่มีความสำคัญที่จะนำมาคิดพิจารณา เพราะประชา

ชนมักจะมีความรู้เกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งสื่อมวลชนกล่าวถึง รวมทั้งรับเอาระดับความสำคัญตามที่สื่อมวลชนได้ให้แก่ประเด็นต่าง ๆ เหล่านั้นด้วย ดังที่ชอว์ (Shaw) และแมคคอมบ์ (McComb) กล่าวว่า " ผู้รับสารไม่เพียงแต่เรียนรู้เกี่ยวกับประเด็นสาธารณะ และเรื่องราวอื่น ๆ ผ่านสื่อมวลชนเท่านั้น แต่ยังเรียนรู้ว่าจะให้ความสำคัญของประเด็นปัญหา และหัวข้อหนึ่ง ๆ มากน้อยเพียงไรจากการที่สื่อมวลชนได้เน้นเอาไว้..." (สวนิต ยมาภัย และ รัวีวรรณ ประกอบผล ,2528 :122)

ดังนั้นเรื่องของสุขภาพอนามัยในประเด็นต่าง ๆ รวมทั้งเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพอนามัย ขั้นพื้นฐานทั่วไปที่ควรจะได้เผยแพร่ให้ผู้รับสารทั่วไปได้รับทราบ และได้นำมาจัดไว้ในวาระการเสนอ หรือไม่ทฤษฎีนี้นำมาใช้วิเคราะห์การเลือกเรื่อง เพื่อนำมาเสนอผ่านสื่อโทรทัศน์ด้วยว่ามีปัจจัยในการกำหนด หรือเลือกเรื่องอย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับที่ ลาซาร์สเฟลด์ และเมอร์ตัน (Lazarsfeld and Merton) กล่าวว่าสื่อมวลชนสามารถให้สถานภาพแก่เรื่องราว บุคคล องค์กร หรือการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ทางสังคมด้วยการดึงสิ่งเหล่านี้ออกมาให้คนสนใจ สื่อมวลชนจึงทำหน้าที่ให้ชื่อเสียง และทำให้อำนาจหน้าที่ของบุคคล และกลุ่มเด่นขึ้น หรือทำให้เหตุการณ์นั้นถูกต้องการให้ข่าวสารของสื่อมวลชน และการที่ประชาชนได้รับข่าวสารจากสื่อมวลชน เป็นการพิสูจน์ว่าพฤติกรรมเรื่องราว และเหตุการณ์นั้นสำคัญพอที่ประชาชนควรให้ความสนใจ เช่น การรายงานสถานการณ์โรคเอดส์ โรคซาร์ส อย่างต่อเนื่อง หรือการเผยแพร่ความรู้ด้านสุขภาพอนามัยอย่างต่อเนื่อง จะทำให้เห็นว่า โทรทัศน์ในฐานะสื่อมวลชนแขนงหนึ่ง ให้ความสำคัญ และได้ดำเนินบทบาท และหน้าที่ในการส่งเสริมสุขภาพประชาชนการเผยแพร่ความรู้ และการส่งเสริมสุขภาพอนามัยนั้นมีข้อควรคำนึงเรื่องการเลือกใช้สื่อ กล่าวคือ ต้องมีการย้ำ หรือซ้ำ (Repeating) เป็นการเตือนความจำ และความสนใจอยู่ตลอดเวลา แต่ต้องถูกกาลเทศะ และความเหมาะสมว่าช่วงใดควรย้ำ หรือควรเว้นห่างอย่างไร ใช้ความถี่เท่าใด เพราะถ้าซ้ำมากผู้รับอาจเกิดความเคยชิน และเบื่อหน่ายในที่สุด การมีส่วนร่วม (Participation) จะกระตุ้นให้ผู้รับสนใจติดตาม เช่น รายการโทรทัศน์จะมีผู้สนใจติดตาม ถ้าเปิดโอกาสให้ผู้ชมทางบ้านร่วมรายการ หรือโทรศัพท์ติดต่อเข้ามาในรายการได้รับผลประโยชน์ โดยตรง และโดยอ้อม เช่น รายการตอบปัญหาชิงรางวัล ได้รับรางวัลโดยตรง และโดยอ้อมจะได้รับ ความรู้ สาระไปด้วย

แบบจำลองการกำหนดวาระข่าวสาร ของแมคคอมบ์ และชอว์ (McComb and Shaw ,1977 อ้างถึงในสวนิต ยมาภัย และ รัวีวรรณ ประกอบผล,2528 :122) แสดงให้เห็นว่าสื่อมวลชนเป็นตัวกำหนดวาระข่าวสารให้แก่ผู้รับสาร เรื่องใดที่สื่อมวลชนให้ความสนใจมากที่สุด จะถูกรับรู้ว่าเป็นเรื่องที่สำคัญที่สุด ดังนี้

แบบจำลองที่ 2

แสดงการจัดวาระโดยสื่อมวลชนของ Mc Combs and Shaw

ประเด็นปัญหา สาธารณชน	การให้ความสนใจของ สื่อมวลชนต่าง ๆ กัน	การรับรู้ที่ตามมาของ ต่อประเด็นเหล่านี้
X1	_____	X 1
X2	_____	X 2
X3	_____	X 3
X4	_____	X 4
X5	_____	X 5
X6	_____	X 6

จากแบบจำลองจะเห็นว่า ประเด็นใดที่สื่อมวลชนให้ความสนใจมาก ประเด็นนั้นจะถูกนำเสนอมาก จนผู้รับสารสามารถพิจารณาได้เองว่า อะไรเป็นเรื่องที่ควรให้ความสนใจในขณะนั้นในทางตรงกันข้ามหากสื่อมวลชนละเลย หรือให้ความสนใจประเด็นได้น้อย ปริมาณการเสนอข่าวสารเกี่ยวกับประเด็นนั้นก็จะมีน้อย มีผลทำให้ผู้รับสารละเลยความสำคัญของประเด็นปัญหานั้นไปด้วย

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่ต้องตระหนัก และจำเป็นต้องพิจารณาควบคู่กับการจัดวาระของสื่อมวลชน คือ ปัจจัยต่าง ๆ เกี่ยวกับตัวผู้รับสาร ได้แก่ ภูมิหลังของผู้รับสาร ความรู้ และความสนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพราะปัจจัยที่กล่าวมานี้จะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการเสนอข่าวสารตามประเด็นที่สื่อมวลชนเสนอ กับระดับการรับรู้ และความเข้าใจของประชาชนต่อปัญหานั้น (รศ.ดร.สุรพงษ์ โสธนะเสถียร :2533 :148) กล่าวว่ อิทธิพลของการจัดวาระของสื่อมวลชนขึ้นอยู่กับ

1. ความสำคัญของเหตุการณ์ หรือคุณค่าของเนื้อหา

2. จำนวนผู้รับสาร ซึ่งได้ติดตามข่าวสารจากการจัดวาระสาร หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็น ประสิทธิภาพของการจัดวาระสาร

3. อายุของสารในการจัดวาระสารนั้นนับตั้งแต่เกิดสารนั้น หรืออาจกล่าวได้ว่าเป็น ประสิทธิภาพของการจัดวาระสาร

แนวความคิดในเรื่องการกำหนดวาระของสื่อมวลชนนี้ มิได้แสดงว่า สื่อมวลชนมีจุด มุ่งหมายที่จะมีบทบาทในประเด็นเรื่องใดเรื่องหนึ่ง แต่ทำหน้าที่เป็นเพียงผู้เปิดประตูสารทำ นั้นเอง สื่อมวลชน ตามแนวความคิดในเรื่องการกำหนดวาระ ทำหน้าที่เป็นผู้เสนอวาระปัญหา หรือหัวข้อเรื่องต่าง ๆ

จากทฤษฎีและแนวคิดดังกล่าว สรุปได้ว่า ปฏิบัติหน้าที่ในฐานะผู้เปิด-เปิดประตูสารนี้ จะเป็นผู้กำหนดประเด็นของข่าวสาร รูปแบบ และภาพรวมทั้งเนื้อหารายการที่ต้องการนำเสนอสู่ ประชาชน

ดังนั้นสามารถนำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นเกณฑ์ในการวิเคราะห์ว่าเหตุใดเนื้อหาในแต่ ละช่วงนั้น ถึงได้นำมาเสนอในรายการ และให้ความสำคัญกับประเด็นหัวข้อแต่ละหัวข้ออย่างไร

โดยเฉพาะอย่างยิ่งโทรทัศน์มีข้อดี ก็คือ สามารถสร้างความสนใจ เร้าใจได้มากกว่า สื่อมวลชนอื่นเพราะได้ยินทั้งเสียง และเห็นภาพพร้อมกันไปด้วยมีความรวดเร็วในการเสนอข่าว และภาพได้ทันท่วงที สามารถถ่ายทอดสดเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ใช้เทคนิคสูงทำให้ผู้ชมสนใจ ประทับใจ และชวนติดตาม ชี้แจงรายละเอียดที่ซับซ้อน ยุ่งยากได้ มีเทคนิคการนำเสนอแต่ละชั้น ตอน ทำให้สามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น และได้รับทั้งความรู้ และความบันเทิงพร้อมกันไปด้วย

ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ลัดดา ประพันธ์พงษ์ชัย (2540) ได้ศึกษาวิเคราะห์รายการเพื่อสุขภาพอนามัยทางโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ โดยศึกษารูปแบบ และเนื้อหารายการโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ พบว่ามีรูปแบบรายการ 4 ประเภท คือ นิตยสารทางอากาศ สารคดี ละครสั้น และสนทนา เนื้อหารายการสะท้อนถึงการส่งเสริมสุขภาพด้านการป้องกัน และควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูผู้ป่วย และพบว่า เนื้อหารายการสุขภาพอนามัยที่มีในสาขาต่าง ๆ สะท้อนแนวคิดเรื่องการป้องกัน และควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่งเป็นแนวทางการศึกษาเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ผลการวิจัยสรุปว่า โทรทัศน์ได้ดำเนินการตามภาระหน้าที่ของสื่อ และมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ

นิภาพรรณ สุขศิริ (2546) ศึกษาทิศทางการดูแลสุขภาพในรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ พบว่า รายการสุขภาพทางโทรทัศน์มีเนื้อหารายการ 2 รูปแบบ คือ รูปแบบรายการให้ความรู้ และรูปแบบโฆษณา รายการสุขภาพของรัฐเป็นรายการความรู้มากกว่าโฆษณา รายการสุขภาพของเอกชนเป็นรายการโฆษณามากกว่าความรู้ ในด้านของทัศนะผู้รับสาร พบว่า ผู้รับสารทุกกลุ่มมีการเปิดรับรายการความรู้น้อยมาก แต่เปิดรับโฆษณามากกว่า และรายการสุขภาพไม่ใช่รายการที่ผู้รับสารติดตามเป็นประจำ

เพียรพร ว่องวิทวัส (2538) ศึกษาถึง “ ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมกาเปิดรับสื่อโทรทัศน์รายการสุขภาพอนามัยแม่และเด็กเพื่อการใช้ประโยชน์ และตอบสนองความต้องการด้านข่าวสารของสตรีมีครรภ์ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลราชวิถี ” อาชีพแม่บ้านที่อายุ 23 – 30 ปี จะเปิดรับชมรายการเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยแม่และเด็ก โดยเปิดรับชมรายการคุยกับหมอนอกมากที่สุด ปัจจัยทางสรีระและอารมณ์ของสตรีมีครรภ์มีความสัมพันธ์กับการเลือกเปิดรับชม ส่วนปัจจัยทางประชากรศาสตร์ ไม่มีความเกี่ยวข้องกับการใช้ประโยชน์และการตอบสนองความต้องการด้านข่าวสารที่ได้รับเกี่ยวกับสุขภาพอนามัยแม่และเด็ก

สุภาภรณ์ พรหมดีราช (2540) ศึกษาถึง “ ความพึงพอใจของผู้ชมรายการสุขภาพกับการดูแลตนเอง ” กลุ่มตัวอย่างเองตระหนักถึงประโยชน์ที่ได้รับจากรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ และเห็นว่าเป็นรายการที่น่าสนใจ นำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน และต้องการให้นำเสนอในวันเสาร์ อาทิตย์ ช่วงเย็น และอยากให้มีการประชาสัมพันธ์ล่วงหน้าเพื่อที่จะได้ติดตามชม

บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย

ระเบียบวิธีการวิจัยในการศึกษาเรื่อง " การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 " เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยมุ่งศึกษาถึงรูปแบบเนื้อหารายการ และปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (Indepth Interview) เป็นการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ (Producer) ในการคัดเลือกเนื้อหา เพื่อนำมาผลิตรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ที่แพร่ภาพใน เดือนกันยายน - เดือนธันวาคม 2546 โดยมีวิธีดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการศึกษา

แหล่งข้อมูลที่ใช้ในการศึกษานี้มี 2 ประเภทด้วยกัน คือ (1) เทปบันทึกรายการ Morning Health club ที่แพร่ภาพทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 (2) แหล่งข้อมูลประเภทบุคคล ซึ่งรายละเอียดของข้อมูลมีดังต่อไปนี้

1. รายการ Morning Health club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ข้อมูลหลักที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้มาจากเทปรายการ Morning Health club ที่ออกอากาศทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ตั้งแต่วันที่ 1 กันยายน 2546 จนถึงวันที่ 29 ธันวาคม 2546 รวมระยะเวลาการศึกษาทั้งสิ้น 4 เดือน โดยบันทึกเทปรายการ Morning Health club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ในช่วงเวลา 09.05 - 09.35 น. ทุกวันจันทร์ ยกเว้นวันนักขัตฤกษ์ รวมได้ทั้งหมด 18 ตอน

สำหรับแหล่งข้อมูลรายการ Morning Health club ที่ใช้ในการศึกษานี้ ผู้วิจัยได้เลือกกำหนดใช้เนื้อหารายการที่ออกอากาศใน เดือนกันยายน 2546 เพราะเป็นช่วงที่รายการครบรอบการออกอากาศมาเป็นเวลา 2 ปี

2. แหล่งข้อมูลประเภทบุคคล

เพื่อให้ทราบถึงการคัดเลือกเนื้อหาในการนำเสนอ รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health club ตลอดจนปัจจัยในการกำหนดเนื้อหา และรูปแบบรายการ จึงสัมภาษณ์บุคคลที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key-informant) ในการทำวิจัย ซึ่งได้แก่

1. นางสาวนฤมล เกียรติบุญเลิศ ทำหน้าที่เป็นผู้ผลิตรายการ (Producer) ทำหน้าที่ควบคุมดูแลการผลิตรายการ Morning Health club ทั้งหมด สัมภาษณ์ วันที่ 15 พฤศจิกายน 2546

2. นางสาวพริดา จุรรักษ์พงศ์ เป็นผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ ทำหน้าที่ควบคุมดูแลการผลิตรายการ โดยผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เพื่อเก็บข้อมูลเบื้องต้นเมื่อวันที่ 10 ตุลาคม 2546

ในการสัมภาษณ์ครั้งนี้ เป็นการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ และผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ เพื่อที่จะได้ทราบวิธีการคัดเลือกเนื้อหาในการนำเสนอรายการเพื่อสุขภาพ Morning Health club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลใช้ระยะเวลาตั้งแต่เดือนกันยายน - เดือนธันวาคม 2546 รวมทั้งสิ้น 4 เดือน จำนวน 18 ตอน

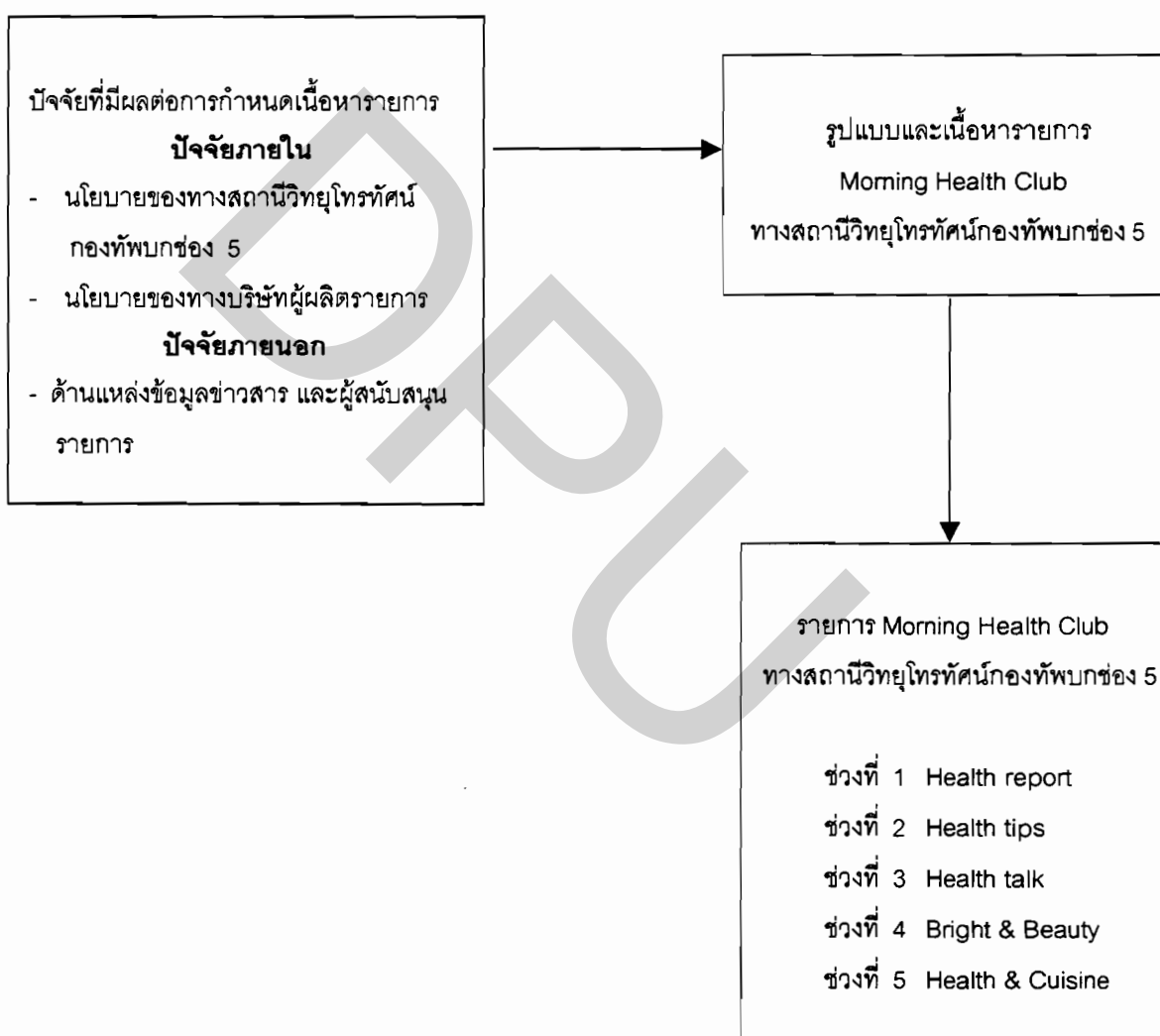
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาในครั้งนี้ ดังต่อไปนี้

1. เทปบันทึกเสียง ในการสัมภาษณ์บุคคลที่ต้องการข้อมูล
2. สมุดบันทึก เพื่อจดบันทึกที่ต้องการข้อมูล
3. เทปโทรทัศน์ เพื่อบันทึกเทปเนื้อหารายการ Morning Health Club

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง “ การสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์ กรณีศึกษา รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ” ได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยไว้ดังนี้



การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการรวบรวมข้อมูลรายการ Morning Health club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 จากการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (Depth interview) เป็นวิธีการเก็บข้อมูลอีกวิธีหนึ่งซึ่งเป็นการสัมภาษณ์โดยไม่ใช้แบบสอบถามที่แน่นอนแต่จะมีแนวคำถามไว้เป็นแนวทางสำหรับการสนทนา เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการพยายามให้การสนทนาครอบคลุมในทุกประเด็นที่ผู้วิจัยกำหนดไว้ก่อนแล้ว ถึงแม้ว่าผู้ให้สัมภาษณ์ให้ข้อมูลรายละเอียดต่าง ๆ นอกเหนือจากที่สนใจแล้วก็ต้องเปิดโอกาสให้ผู้สัมภาษณ์ กล่าวถึง สิ่งต่าง ๆ อย่างเป็นธรรมชาติ จากนั้นจึงตัดทอนในเรื่องที่นอกประเด็นภายหลัง ซึ่งต้องใช้ข้อพิจารณาจากประเด็นหัวข้อด้วย ซึ่งข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ก็นำมาเปรียบเทียบกับเนื้อหาที่นำเสนอ โดยตีความตามข้อความพร้อมทั้งภาพและเสียงที่นำเสนอในรายการ Morning Health club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 โดยจะวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อคำตอบปัญหานำวิจัยทั้ง 3 ข้อ คือ

1. การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพ โดยการถ่ายทอดผ่านรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
2. รูปแบบและเนื้อหารายการที่ปรากฏในรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
3. ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

แต่ในการวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของเนื้อหาที่ปรากฏในรายการมีการใช้สูตรในการคำนวณหาค่าร้อยละ ของการนำเสนอเนื้อหาในรายการ Morning Health Club ในแต่ละช่วง โดยกำหนดให้

A = เวลาของการนำเสนอในแต่ละช่วงของรายการ

B = เวลาทั้งหมด

C = คิดเป็นร้อยละของเวลาในแต่ละช่วงเมื่อให้ A = 100

สูตร

$$\frac{Ax}{B} = C$$

ดังนั้นเนื้อหาในแต่ละช่วงที่นำเสนอในรายการจึงได้คำนวณหาค่าร้อยละของเวลาไว้โดยใช้สูตรที่กล่าวมาข้างต้น

จากข้อมูลที่ได้ ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแยกข้อมูลในแต่ละประเด็นตามลำดับ และแยกวิเคราะห์ปัญหานำวิจัยที่ตั้งไว้ได้ครบทุกข้อ

การนำเสนอข้อมูล

การนำเสนอผลการศึกษา การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ กรณีศึกษา รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการนำเสนอโดยเริ่มจากบทวิเคราะห์เป็นการพรรณนาวิเคราะห์สรุปเนื้อหารายการ โดยใช้ตารางรายละเอียดเนื้อหารายการประกอบ เพื่อให้สามารถอธิบายให้เห็นชัดเจนขึ้นว่า รูปแบบ และเนื้อหาของรายการต่าง ๆ ที่นำมาศึกษาทั้งหมด 18 ตอน มีเนื้อหาเป็นอย่างไร โดยได้พรรณนาวิเคราะห์ไว้อย่างชัดเจนว่า มีปัจจัยอะไรบ้าง ที่ทำให้มีข้อแตกต่างในการนำเสนอดังกล่าว และนอกจากนี้ยังได้นำเสนอประเภทเนื้อหารายการว่า นอกจากเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพแล้วยังมีเนื้อหาประเภทอื่น ๆ แทรกอยู่ในรายการด้วย รวมถึงข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ

จากเนื้อหารายการ แสดงให้เห็นว่า เนื้อหารายการเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่แบ่งกลุ่มเป้าหมายรายการได้ และเช่นเดียวกันเนื้อหารายการจะชี้ให้เห็นว่า สื่อโทรทัศน์สามารถนำมาใช้เป็นสื่อที่ช่วยส่งเสริมให้ประชาชนรู้จักการดูแลสุขภาพตนเอง โดยผ่านรายการทางรายการโทรทัศน์ได้ ในการนำเสนอรายละเอียดการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอโดยการวิธีพรรณนาวิเคราะห์ (Analytical Description) ดังนั้นในการศึกษา การสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ผู้วิจัยได้นำข้อมูลที่ได้จากแหล่งต่าง ๆ มาแบ่งออกเป็นลำดับ เพื่อประโยชน์ในการวิเคราะห์ข้อมูล และนำเสนอข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อสรุปที่น่าเชื่อถือเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจ และเป็นแนวทางแก่ผู้สนใจที่จะศึกษาเรื่องนี้ในประเด็นอื่น ๆ โดยได้เสนอรายละเอียดการวิเคราะห์ไว้ในบทต่อไป

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การศึกษา เรื่องการสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณีศึกษา รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ในบทนี้ผู้ศึกษาได้นำเสนอผลการวิจัยที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการและการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการบันทึกเทปโทรทัศน์ รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ระหว่างเดือนกันยายน – ธันวาคม 2546 รวมทั้งสิ้น 18 ตอน และมีจำนวนเนื้อหารายการ 82 ช่วง ผลการศึกษาแยกเป็นประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 1 การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพ โดยการถ่ายทอดผ่านรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นอย่างไร

ในส่วนนี้ผลการวิจัยพบว่า การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพผ่านทางรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 มีจุดประสงค์ด้วยกันอยู่ 3 ประการ คือ

1. การใช้สื่อโทรทัศน์ในการเผยแพร่ ข้อมูล ข่าวสาร ในเรื่องของการป้องกันและควบคุมโรค (Prevention) ความรู้เรื่องการรักษาพยาบาล (Curation) และความรู้ในเรื่องของการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย (Rehabilitation) และความรู้ในเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ในสาขาทางการแพทย์และสาธารณสุขต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

2. การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอความรู้ด้านสุขภาพโดยผสมผสานความรู้ ควบคุมความบันเทิงในรูปแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้

3. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเอง และสมาชิกในครอบครัว

จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ และผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ พบว่า รายการ Morning Health Club ใช้สื่อโทรทัศน์ในการเผยแพร่ ข้อมูล ข่าวสาร ทั้งในเรื่องของการป้องกันและควบคุมโรค (Prevention) ความรู้เรื่องการรักษาพยาบาล (Curation) และความรู้ในเรื่องของการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย (Rehabilitation) และความรู้ในเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บเพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ ในสาขาทางการแพทย์และสาธารณสุขต่าง ๆ

คุณพิรดา จุฬารักษ์พงศ์ ผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ Morning Health Club ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“รายการนี้เป็นรายการที่กระตุ้นให้คนเกิดจิตสำนึกในการดูแลสุขภาพ เราจะดูว่าจะทำอย่างไรให้คนรู้สึกว่าการดูแลสุขภาพไม่ใช่เรื่องที่ไกลตัว ไม่ใช่เรื่องที่ต้องไปหาหมอตลอดเวลา คือ จะทำอย่างไรให้คนรู้สึกว่าคุณสามารถดูแลสุขภาพตนเองได้ง่าย ๆ อย่างการอยู่บ้านเปิดทีวีดูรายการ Morning Health Club คุณก็สามารถมีสุขภาพที่ดีได้ และจุดแรกที่เกิดขึ้นมาคือ อยากให้คนเกิดจิตสำนึก หรือกระตุ้นให้เขาหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพของเขาว่าทำอย่างไรให้เขารู้สึกว่าการดูแลสุขภาพเป็นเรื่องไม่ยากเป็นเรื่องที่ทำได้ ก็คือ การเอาใส่ใจดูแล”

(พิรดา จุฬารักษ์พงศ์, 10 ตุลาคม 2546)

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ผู้ผลิตรายการ Morning Health Club ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“รายการเราจะนำเสนอในช่วงเวลา 09.05 – 09.30 น. ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มแม่บ้านของคนที่อยู่บ้าน หรือคนที่ประกอบอาชีพอยู่ที่บ้าน หรือคนทำงานที่สามารถเปิดดูทีวีได้ ซึ่งคนกลุ่มนี้ก็จะมีส่วนหญิง ผู้ชาย แต่เปอร์เซ็นต์ของผู้หญิงจะมากกว่า ซึ่งผู้หญิงจะ Concern ได้ว่ารายการ Morning Health Club น่าจะเป็นรายการที่เป็นการดูแลสุขภาพโดยผู้หญิง ผู้หญิงที่แนะนำให้ผู้ชายดูแลสุขภาพได้ หรือผู้หญิงที่เป็นแม่บ้านแนะนำให้ลูก และสามีให้ครอบครัวหันมาดูแลสุขภาพได้ ผู้หญิงเหมือนเป็นตัวหลัก ซึ่งรายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club นี้จะเน้นความหลากหลายในการนำเสนอ ทั้งสาระในเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ทั้งในเรื่องการป้องกัน และควบคุมโรค การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสภาพร่างกาย รวมถึงทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องสุขภาพ ประเด็นด้านสุขภาพเราจะดึงมาใส่ในรายการ เพราะทางเราเล็งเห็นว่า คนในยุคหนึ่งเน้นในเรื่องของการทำมาหากิน หาเงินมาเลี้ยงครอบครัวอย่างมากจนไม่ค่อยได้หันมาใส่ใจสุขภาพตนเองเลย และยิ่งในยุคนี้

รัฐบาลก็มีนโยบายมุ่งเน้นในเรื่องของการมีสุขภาพที่ดีถ้วนหน้าของประชาชน หรือโครงการ 30 บาท รักษาทุกโรค ดังนั้นการที่จะพัฒนาประเทศเราได้ ก็จะต้องเริ่มจากประชาชนต้องมีสุขภาพที่ดีควบคู่ไปด้วย ประเทศชาติถึงจะพัฒนาไปได้ดี ทางเจ้าของบริษัทอยากให้ทางทีมผู้จัดของทีผลิตรายการประเภทนี้ขึ้นมา เพื่อให้สอดคล้องกับนโยบายของรัฐบาลในเรื่องสุขภาพดีถ้วนหน้าด้วยนะคะ และก็เป็นการส่งเสริมให้ประชาชนได้หันมารัก และใส่ใจดูแลสุขภาพกันมากขึ้นด้วย

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ, 15 พฤศจิกายน 2546)

กลุ่มเป้าหมายของรายการ Morning Health Club ส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มผู้หญิงที่เป็นแม่บ้าน หรือกลุ่มคนทำงานที่สามารถเปิดดูโทรทัศน์ได้ และกลุ่มผู้ที่มีความห่วงใยใส่ใจในเรื่องสุขภาพและวัตถุประสงค์ของรายการเพื่อส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเองให้มากขึ้น และตระหนักถึงการมีสุขภาพที่ดี ก็จะก่อให้เกิดสิ่งดี ๆ และโอกาสที่ดีให้กับชีวิต ทั้งยังเป็นการสนองตอบนโยบายของรัฐบาลในเรื่องประชาชนมีสุขภาพดีถ้วนหน้า และให้ประชาชนได้รับทราบข้อมูลข่าวสารความเจริญทางการแพทย์ รวมถึงรู้จักถึงวิธีป้องกัน ควบคุม การรักษาโรค การรักษาพยาบาล และบำบัดฟื้นฟูสภาพร่างกาย รวมถึงการดูแลสุขภาพร่างกายของตนเอง และสมาชิกในครอบครัว

รายการ Morning Health Club ใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอ ความรู้ควบคู่ความบันเทิงรูปแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้ ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพต่าง ๆ โดยให้ข้อมูล ข่าวสารความรู้ ผ่านผู้มีชื่อเสียง ซึ่งได้แก่ ดารา-นักแสดง และนางงามที่มีบุคลิกภาพที่ดี มีความสามารถเฉพาะตัว มาเป็นผู้ดำเนินรายการ ทั้งยังมีแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางหรือเภสัชกร มาให้ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ และด้วยรูปแบบรายการที่เป็นวาไรตี้ จึงได้ใช้เทคนิคที่สื่อโทรทัศน์สามารถนำมาใช้ในการนำเสนอมาใช้ในรายการ รวมถึงการใช้คำพูด คำบรรยายในรายการที่กระชับเข้าใจง่าย ทำให้รายการน่าติดตามรับชมมากขึ้น

คุณพิรดา จุรรักษ์พงศ์ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“รายการของเราเป็นรายการเพื่อสุขภาพที่มีรูปแบบการนำเสนอแบบวาไรตี้ ฉะนั้น ผู้ดำเนินรายการต้องมีการคัดสรรอย่างดี หลังจากที่รายการเราปรับเปลี่ยนรูปแบบการนำเสนอก็เปลี่ยน เราคิดว่า รายการ Morning Health Club เป็นรายการของกลุ่มผู้หญิงตั้งแต่แรกการ Concern สุขภาพของผู้หญิงก็น่าจะเป็นพิธีกรที่มองดูน่ารัก สดใส และเป็นพิธีกรที่เป็น Healthy ด้วย เป็นคนที่ดูแลตนเองดูแลสุขภาพตนเอง และก็เป็นคนที่คล่องด้วย มีความสามารถเฉพาะตัว และใช้ภาษาได้ดี ซึ่งพิธีกรของเรา เราคัดเลือก คุณสิริยากร พุกกะเวส ซึ่งคุณอุ้มเธอมีคุณสมบัติตรงนี้ครบถ้วน และเขาก็ดูแลตัวเอง และมีความสามารถในการเป็นพิธีกรอยู่แล้วเลยง่ายในการที่จะอธิบายเนื้อหาให้กับตัวพิธีกรว่า เนื้อหาที่เราจะส่งเพื่อถ่ายทอดให้คนดูเข้าใจไปในทิศทางเดียวกัน เพราะเมื่อพิธีกรเข้าใจง่ายเขาก็จะสามารถถ่ายทอดให้คนดูได้ง่ายด้วยภาษาง่าย ๆ ที่เขาสามารถสื่อได้ว่า ภาษาที่ยาก ๆ เนี่ย คุณอุ้มก็สามารถถ่ายทอดได้ด้วยความสามารถของการใช้ภาษาคนดูรู้สึกเป็นเรื่องง่าย คือ เรื่องสุขภาพไม่ใช่เรื่องทั่วไปที่จะทำกันได้ง่าย ๆ อย่างบางทีบางเรื่องมันเป็นเรื่องด้านสุขภาพ มันเป็นเรื่องที่ยาก ขนาดแพทย์ยังเรียนต้อง 6 ปี กว่าจะมาจบมา หรือเวลาเราไปหา

หมอกว่าหมอกจะอธิบายโรคให้เราโรคหนึ่งยังต้องใช้เวลา แต่ในช่วงเวลาแค่ครึ่งชั่วโมง และรายการเรามีการนำเสนอหลากหลายช่วง บางช่วงอย่างเช่น ช่วง Health talk ที่มันเป็นเรื่องยาก จะทำอย่างไรให้เป็นเรื่องง่าย ๆ ที่คนดูดูแล้วเข้าใจแล้วก็รู้สึก ว่า ต้องระวังนะ ต้องดูแลตัวเองแล้วนะ หรือว่า ถ้าฉันมีญาติเป็นอย่างนี้ หรือคนใกล้ชิดเป็นแบบนี้จะต้องดูแลคนใกล้ชิดอย่างไร หรือต้องพาไปหาแพทย์อย่างไร “

(พิรดา จุรารักษ์พงศ์, 10 ตุลาคม 2546)

การนำเสนอรายการเพื่อสุขภาพในรูปแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้ จะต้องมีการคัดเลือกตัวผู้ดำเนินรายการอย่างมาก จะเลือกจากผู้ที่เป็นที่รู้จักของคนในสังคม และเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี มีการดูแลตนเอง มีความสามารถเฉพาะตัว และใช้ภาษาได้ดี รู้จักเทคนิคในการนำเสนอให้ผู้ชมรู้สึกว่า เรื่องสุขภาพไม่ใช่เรื่องที่เข้าใจยาก และด้วยคุณสมบัติดังกล่าว ทางทีมงานจึงเลือก คุณสิริยากร พุกกะเวส เป็นผู้ดำเนินรายการ Morning Health Club

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ เกสัชกรที่ทางรายการเชิญมาจะเป็นเกสัชกรที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านนั้น ๆ เช่นเชี่ยวชาญในเรื่องของตัวสารเคมีนั้น ๆ หรือเชี่ยวชาญเรื่องสารที่มีอยู่ในอาหารเสริมชนิดนั้น ๆ ต้องเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านนั้น ๆ สามารถตอบปัญหาตรงนั้นได้ หรือสามารถแก้ปัญหาเมื่อเกิดปัญหาตรงนั้นได้ หรือสามารถตอบปัญหาได้ว่ามันใช่แล้วได้ผลจริงหรือมีผลกระทบต่อร่างกายอย่างไรบ้าง เกสัชกรจะมาจากศูนย์ข้อมูลกลางไม่ได้มาจากบริษัทผลิตภัณฑ์นั้น ๆ แต่ผู้ที่เราเชิญมาจะต้องมีความรู้ทางด้านนั้น เป็นผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ทางด้านนั้นจริง ๆ มีใบรับรองทางการแพทย์ที่จะบอกว่า เขาเป็นผู้เชี่ยวชาญจริง ไม่ใช่ว่าจะหยิบใครก็ได้ขึ้นมาพูด ทางทีมงานจะมีการตรวจสอบก่อนว่า คนนี้ ชื่อนี้ มีสถาบันรับรองจริงไหม เพราะสิ่งหนึ่งที่เราระวังอย่างมากนี้ ไม่ใช่เพียงแค่เราเป็นห่วงคนดูเท่านั้น ยังมีสถาบัน หน่วยงาน ที่คอยตรวจสอบเราอยู่ก็มี เช่น องค์การอาหาร และยา ค่อนข้างที่จะดูแลตรงนี้อยู่แล้ว เพราะฉะนั้นสิ่งที่ออกไปตรงนี้เป็นเรื่องที่ซีเรียส จะให้คนดูรับสารผิด ๆ ไปก็ไม่ได้

ฉะนั้นต้องตรวจสอบว่า มีความรู้ทางด้านนี้จริง ๆ นะ มีใบประกาศ ใบรับรองจริงนะว่าเขาจบมาด้านนี้ หรือเชี่ยวชาญทางด้านนี้จริง ๆ ส่วนแพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางเราก็จะเชิญมาจากโรงพยาบาล และก็เอกชน และก็จากศูนย์ หรือหน่วยงานที่เป็นหน่วยงานทางด้าน การดูแลสุขภาพ อย่างศูนย์สุขภาพภาษาไทย จะเป็นศูนย์ที่มีการรับรองจริง เราจะเชิญมา เมื่อรายการ

บันทึกเทปเสร็จแล้วก็เชื่อว่าจะนำมาออกอากาศได้เลยนะ ต้องส่งไปให้ทางสถานีช่อง 5 ตรวจสอบก่อน 3 วัน เพราะทางสถานีต้องมีการตรวจสอบก่อนว่ามีอย่างนี้ จริงไหม แพทย์คนนี้น่าเชื่อถือไหม ชาวสารนี้มีจริงไหม”

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ,15 พฤศจิกายน 2546)

การคัดเลือกผู้ร่วมรายการ แพทย์ เภสัชกร หรือผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง ทางทีมงานจะตรวจสอบจากศูนย์ข้อมูลกลางในเรื่องสุขภาพ ว่า บุคคลแต่ละท่านที่เชิญมา มีความรู้ ความสามารถ ทางด้านนั้นจริง ๆ จะต้องมีใบรับรองความรู้ ความสามารถ ส่วนแพทย์ที่มาให้ความรู้ก็จะเชิญมาจากโรงพยาบาลรัฐบาล และโรงพยาบาลเอกชน รวมถึงเชิญมาจากสถาบันสุขภาพต่าง ๆ ที่มีการรับรองจากหน่วยงานภาครัฐ

จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ และผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ พบว่า รายการ Morning Health Club ใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมาหันมาใส่ใจในการดูแลสุขภาพตนเอง และสมาชิกในครอบครัวมากขึ้น เพราะผู้ผลิตรายการต้องการที่จะสนองนโยบายของรัฐบาลในเรื่องการดูแลสุขภาพดีถ้วนหน้า จึงได้ผลิตรายการ Morning Health Club นี้ขึ้นมาเพื่อให้ประชาชนตระหนักในเรื่องสุขภาพ และหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเอง และบุคคลในครอบครัว ซึ่งเนื้อหาที่ทางรายการนำเสนอผ่านสื่อโทรทัศน์ล้วนเป็นเรื่องราวที่มุ่งส่งเสริมการดูแลสุขภาพทั้งสิ้น

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ การที่เราจะกำหนดเนื้อหาในรายการสุขภาพ เราจะต้องไปสำรวจข้อมูลดูก่อนว่ากลุ่มเป้าหมายที่อยู่ในช่วงเวลา 09.00 – 09.30 น. ที่ชมรายการเราเป็นใครบ้าง ซึ่งหลังจากที่ทางทีมงานไปสำรวจมาแล้ว จึงค่อยมากำหนดเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพที่ดูจากรายการทีวี ณ. ช่วงนั้น มีอะไรบ้าง อย่างเช่น รายการ Health show หรือก้าวทันโรคทางช่อง 3 รายการชีวิตและสุขภาพ ทางช่อง 9 ทางทีมงานจะดูก่อนว่า รายการสุขภาพในช่วงเวลานั้นจะมีมากน้อยแค่ไหน และมีคนให้ความสนใจในเรื่องนี้มากน้อยแค่ไหน ปรากฏว่าที่สำรวจมาเราพบว่า **คนสนใจในเรื่อง การดูแลสุขภาพกันมากขึ้นในช่วงปีที่ผ่านมาค่ะ** “

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ,15 พฤศจิกายน 2546)

รายการ Morning Health Club เป็นรายการที่ส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเองและของสมาชิกในครอบครัวมากขึ้น และให้ประชาชนตระหนักในเรื่องสุขภาพ ซึ่งปัจจุบันสื่อโทรทัศน์มีการส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจในเรื่องสุขภาพกันมากขึ้น

ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 2 รูปแบบและเนื้อหารายการที่ปรากฏในรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นอย่างไร

ผู้วิจัยจะได้เสนอผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบและเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบรายการ Morning Health Club เป็นการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพเป็นรายการที่นำเสนอเนื้อหาสาระ ความรู้ ที่เป็นข้อเท็จจริง โดยใช้รูปแบบการนำเสนอเป็นแบบปึกแผ่นบันเทิง (Variety) เป็นการรวบรวมความบันเทิง และเป็นการวางรูปแบบให้ผู้ชมรู้สึกหลากหลายในการรับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพทุก ๆ เรื่อง โดยนำเสนอข้อมูลต่าง ๆ ผ่านทางดารา – นักแสดง และนางงาม เป็นผู้ดำเนินรายการ อาทิเช่น คุณสิริยากร พุกกะเวส คุณปนัดดา วงศ์ผู้ดี เพราะจะเป็นตัวเชื่อมโยงแต่ละช่วงของรายการ และทำให้รายการเกิดความน่าสนใจ มิใช่เป็นการเชิงวิทยากร หรือแพทย์ มานั่งสนทนากันตลอดรายการ แต่มีการนำเสนอเรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับสุขภาพที่กำลังนิยมอยู่ในขณะนั้นมานำเสนอ โดยใช้ถ้อยคำ หรือคำพูด คำบรรยาย ที่ฟังแล้วเข้าใจง่าย ไม่ใช้ศัพท์ทางวิชาการมาก เพื่อที่จะได้เข้าถึงกลุ่มผู้ชม ทุกเพศ ทุกวัย ที่ได้รับชมรายการจะได้เข้าใจข้อมูลที่นำเสนอในรายการได้ง่ายขึ้น และนำไปใช้ หรือสร้างความเข้าใจอย่างถูกต้อง รูปแบบรายการ Morning Health Club แบ่งออกเป็น 5 ช่วงรายการ ดังนี้

ช่วงที่ 1 Health report เป็นช่วงที่ไม่มีรูปแบบตายตัวแต่นำเสนอเรื่องความรู้เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ ข่าวสารเกี่ยวกับความเจริญทางการแพทย์ และสาธารณสุขที่มีการพัฒนาขึ้นอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ปัจจุบัน และเป็นสิ่งที่กำลังอยู่ในความสนใจของประชาชน พบว่า เวลาที่นำเสนอเฉพาะเนื้อหารายการทั้งหมดไม่รวมโฆษณา คิดเป็น 222.30 นาที และช่วง Health report นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 32.55 นาที คิดเป็นร้อยละ 14.64

ช่วงที่ 2 Health tips เป็นช่วงที่ให้เกร็ดความรู้ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกาย และสุขภาพทางใจ ช่วง Health tips นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 13.25 นาที คิดเป็นร้อยละ 5.96

ช่วงที่ 3 Health talk เป็นช่วงที่รายการได้เชิญแพทย์ หรือวิทยากรผู้เชี่ยวชาญมา ให้ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ ในเรื่องโรคภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น พร้อมทั้งให้คำแนะนำ โดยโทรศัพท์เข้า

มาสอบถามข้อมูลพร้อมทั้งเปิดเว็บไซต์ ทางคอมพิวเตอร์ให้สอบถามข้อมูลได้โดยผ่าน www.mhclub.com และช่วง Health talk นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 62.45 นาที คิดเป็นร้อยละ 28.09

ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เป็นช่วงที่รายการเชิญคนดัง นักร้อง นักแสดง ที่มีบุคลิกภาพที่ดี หรือผิวพรรณ รูปร่างสวยงาม มาให้คำแนะนำ พร้อมเคล็ดลับการดูแลตนเอง พร้อมทั้งแนะนำการเลือกบริโภคอาหารเสริมเพื่อสุขภาพ และช่วง Bright & Beauty นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 64.40 นาที คิดเป็นร้อยละ 28.97

ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เป็นช่วงแนะนำเกี่ยวกับการดูแลร่างกาย บำบัดร่างกาย และจิตใจด้วยการเลือกรับประทานอาหาร โดยจะพาไปแนะนำร้านอาหารที่มีเมนูเน้นการดูแลสุขภาพพร้อมทั้งมีเมนูพิเศษแนะนำโดยเฉพาะ และ ช่วง Health & Cuisine นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 34.65 นาที คิดเป็นร้อยละ 15.59

ช่วงเกิดขึ้นใหม่ Health Zone เป็นช่วงที่ให้ความรู้เกี่ยวกับปัญหาทางด้านผิวพรรณ พร้อมทั้งตอบคำถามกับผู้ชมที่บ้าน และช่วง Health zone นำเสนอรวมเวลาทั้งหมดได้ 15 นาที คิดเป็นร้อยละ 6.75

นอกจากนี้ในแต่ละช่วงรายการจะมีแขกรับเชิญมาให้ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพตลอดช่วงระยะเวลาในการศึกษาครั้งนี้สามารถสรุปผู้ที่ได้รับเชิญเข้ามาออกในรายการโดยแบ่งตามประเภทของอาชีพได้ดังนี้

1. แพทย์ผู้เชี่ยวชาญในแต่ละสาขา มาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 23 ท่าน อาทิเช่น นพ.ชัยพร เรืองกิจ ประสาทแพทย์จากโรงพยาบาลสมิติเวช เป็นวิทยากรผู้ให้ความรู้เรื่องผู้ป่วยภาวะสมองตาย อีกท่าน คือ ศ.นพ.สว่าง แสงหิรัญวัฒนา อายุรแพทย์ทางระบบหายใจจากสถาบันโรคมะเร็ง ให้ความรู้เรื่องโรคถุงลมโป่งพอง เป็นต้น

2. ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 3 ท่าน อาทิเช่น คุณปกรณ กวินอนุรักษกุล ผู้เชี่ยวชาญศาสตร์ของการนวด จากสถาบันการนวดแผนไทย การนวดตัวเองได้จะช่วยในการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และการไหลเวียนของโลหิต เป็นต้น

3. นักโภชนาการมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 1 ท่าน อาทิเช่น คุณศุภลักษณ์ ศักดิ์ต้นไธ จากคลินิกสุขภาพผิวของ GNE ให้ความรู้ในเรื่องสารคอลลาเจนช่วยบำรุงผิวพรรณ เป็นต้น

4. เกสซ์กรมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 14 ท่าน อาทิเช่น ภส.หญิง นพวรรณ ปันทุวิเชียร จากคลินิกสุขภาพของบริษัท เมกกะ (ประเทศไทย) จำกัด ให้ความรู้ในเรื่องสารที่ช่วยในการเผาผลาญไขมัน ภส.หญิง สุชาดา วรรณจันทร์ จากคลินิกสุขภาพของร้าน Watson ให้ความรู้ในเรื่องสารอาหารดูแลสุขภาพผม เป็นต้น

5. ดารา - นักแสดงมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 11 ท่าน อาทิเช่น คุณสุรางคณา สุนทรพนาเวช ให้คำแนะนำในเรื่องการทำสุขภาพจิตที่ดีเพื่อชีวิตที่อยู่ดี เป็นต้น

6. นางงามมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 5 ท่าน อาทิเช่น มิสไทยแลนด์ยูนิเวอร์ส คุณเยาวลักษณ์ ไตรสุรัตน์ ตัวแทนจากคลินิกผิวสวยด้วยอาหารผิว Blink ให้คำแนะนำการดูแลผิวพรรณจากภายในสู่ภายนอก เป็นต้น

7. นักวิชาการทางด้านสุขภาพมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 2 ท่าน อาทิเช่น ศ.ดร.ไดดีเยร์ ดีซอร์ จากมหาวิทยาลัยนองซีปารีส ให้ความรู้ในเรื่องสารสกัดน้ำมันบริสุทธิ์ช่วยคลายเครียดได้ เป็นต้น

8. เจ้าของร้านอาหารและพ่อครัวมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 18 ท่าน เช่น คุณฉัฐติมา อัดถากร เจ้าของร้านอาหาร Ms' SaSa มาแนะนำรายการอาหารพิเศษ โฟเคชเจียร์ ทุ่น่า แมนดาริน เป็นต้น

9. ผู้มีประสบการณ์ตรงในเรื่องปัญหาสุขภาพมาให้ข้อมูลข่าวสารในรายการทั้งหมด 3 ท่าน เช่น คุณสุพจน์ วัฒนธรรมนาวิน ผู้ช่วยโรคมะเร็งในไขกระดูกกลามต่อมน้ำเหลือง ได้มาพูดถึงการรับทราบข้อมูล และวิธีการรักษาโรคมะเร็งที่เขาประสบอยู่ตั้งแต่เริ่มต้นรักษาจนการรักษาอยู่ในปัจจุบัน เป็นต้น

รูปแบบวิธีการนำเสนอ (Presentation) ในแต่ละช่วงในรายการ Morning Health Club สามารถแบ่งตามลักษณะการนำเสนอได้ดังนี้

1. **การบรรยาย** เป็นการนำเสนอโดยการบรรยายเนื้อหาในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ ไม่มีการสัมภาษณ์ผู้ร่วมรายการ หรือบทสัมภาษณ์มาเสริมในรายการ และจะไม่เห็นตัวผู้บรรยายมีการแพรวพราวประมาณตอนละ 1 – 3 นาที ฉะนั้นการใช้ภาษาในการบรรยายต้องสั้นกระชับ และได้ใจความทำให้ผู้ชมเข้าใจง่าย สื่อโทรทัศน์จึงเป็นสื่อที่มีศักยภาพในการนำมาใช้กับการนำเสนอในรูปแบบนี้ เพราะจากการได้เห็นภาพพร้อมเสียง ทำให้สามารถเข้าถึงประชาชนได้ทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพเป็นอย่างดี แต่ในการนำเสนอแบบบรรยายอย่างเดียวนั้น ต้องใช้เทคนิคในการนำเสนอเข้ามาช่วย อาทิเช่น การใช้น้ำเสียงในการบรรยาย การใช้เสียงเพลง หรือเสียงเทคนิค

(Effect) ต่าง ๆ ประกอบ รวมถึงภาพที่นำบรรยายต้องมีความสัมพันธ์กับเนื้อหาสาระที่นำเสนอในแต่ละช่วงของรายการด้วย ช่วงที่ใช้การนำเสนอแบบการบรรยายนี้

2. การบรรยายสลับสัมภาษณ์ เป็นการนำเสนอเฉพาะเสียงผู้บรรยายในรายการ โดยการสลับกันระหว่างการบรรยายจะไม่เห็นตัวผู้บรรยายและในขณะเดียวกันจะมีการแทรก (Insert) ภาพที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา และการสัมภาษณ์ผู้ร่วมรายการ หรือสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เกิดความน่าเชื่อถือในเนื้อหาข้อมูลที่น่าสนใจในรายการมากขึ้น การนำเสนอรายการในลักษณะนี้จะเป็นรายการที่มีเนื้อหารายการหลากหลายจำเป็นต้องใช้ภาพเป็นตัวอธิบายพร้อมกับบรรยาย และสัมภาษณ์เป็นเทคนิคหนึ่งของการนำเสนอรายการ โดยได้ใช้เสียงบรรยาย และมีการใช้น้ำเสียงที่หลากหลายอารมณ์ จะทำให้เกิดความน่าสนใจขณะรับชมภาพ และเสียงประกอบคำบรรยายต้องมีความสัมพันธ์กันและภาษาที่ใช้ต้องเป็นภาษาที่สละสลวยเข้าใจง่าย ช่วงที่ใช้การนำเสนอการบรรยายสลับสัมภาษณ์นี้ คือ ช่วง Health & Cuisine เป็นช่วงสุขภาพกับอาหาร

3. การสนทนา เป็นการนำเสนอรายการที่เป็นจุดเด่นของรายการ โดยบทสนทนาที่เน้นการสนทนาเรื่องสุขภาพ มีการสัมภาษณ์ แพทย์ หรือผู้เชี่ยวชาญในสาขานั้น ๆ แต่รายการ Morning Health Club จะเป็นการสัมภาษณ์ที่พูดโดยกว้างในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพต่างๆ นำเสนอผ่านโดยผู้ดำเนินรายการที่มีบุคลิกภาพที่ดีเป็นที่ดึงดูดกลุ่มผู้ชม เหมาะกับรายการเพื่อสุขภาพ ทำให้เมื่อได้รับชมแล้วรู้สึกดี อยากมีสุขภาพที่ดีเหมือนผู้ดำเนินรายการ ซึ่งประกอบกับผู้ดำเนินรายการจะต้องมีน้ำเสียงที่น่าฟัง รู้จักการใช้เสียงขึ้นเสียงลงตามอารมณ์ร่วมระหว่างการสนทนา เพื่อให้ชวนน่าติดตาม และต้องรู้จักการใช้คำถามในเหตุการณ์เฉพาะหน้าได้ดีอีกด้วย ช่วงที่ใช้การนำเสนอการสนทนา นี้คือ ช่วง Health talk เป็นช่วงสนทนาปัญหาสุขภาพกับโรคร้ายต่าง ๆ

จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ และผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ พบว่า รายการ Morning Health Club มีรูปแบบการนำเสนอแบบปกิณกะบันเทิง และมีเนื้อหาที่หลากหลายในการรับทราบข้อมูลในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ และลักษณะการนำเสนอได้ 3 ลักษณะ คือ การบรรยาย การบรรยายสลับการสัมภาษณ์ และการสนทนา ซึ่งรูปแบบของรายการ Morning Health Club แบ่งออกได้เป็น 5 ช่วงรายการ

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ รูปแบบของตัวรายการนี้มี เนื้อหาที่เป็นรายการเพื่อสุขภาพ ฉะนั้นทุกเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพทางเราก็จะต้องดึงเข้ามา รายการอื่น ๆ บางรายการที่เป็นรายการวาไรตี้ จะเห็นได้ว่า มีการนำเนื้อหาของเรื่องสุขภาพมาสอดแทรกอยู่ด้วย ซึ่งทุกรายการพยายามที่จะมีส่วนร่วมตรงนี้นะคะ แต่ราย

การ Morning Health Club ซึ่งก็บ่งบอกว่าเป็นรายการสุขภาพหลักค่อนข้างจะเห็นภาพได้ชัดเจน ซึ่งจะแบ่งออกเป็น 5 ช่วง อย่างช่วงแรกของรายการจะเป็นช่วง Health report จะเป็นการนำเสนอถึงข่าวสารทางวงการแพทย์ที่มีการพัฒนาขึ้นอย่างต่อเนื่อง หรือโครงการส่งเสริมการดูแลสุขภาพต่าง ๆ ช่วงที่ 2 ก็จะเป็นช่วง Health tips จะเป็นช่วงที่นำเสนอเกร็ดเล็กเกร็ดน้อยในเรื่องการดูแลสุขภาพต่าง ๆ ของคนมีชื่อเสียงในสังคม หรือของดารา – นักแสดงที่มีสุขภาพที่ดี หรือประสบความสำเร็จในชีวิต เช่น คุณสุรางคณา สุนทรพนาเวส และช่วงที่ 3 ก็ช่วง Health talk เป็นช่วงที่เชิญแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ ในเรื่องเฉพาะทางต่าง ๆ มาให้ความรู้ถึงปัญหา อาการ สาเหตุ หรือการป้องกันโรคนั้น ๆ นะคะ และช่วงที่ 4 ของรายการ ก็ช่วง Bright & Beauty จะเป็นช่วงเคล็ดลับความงามต่าง ๆ ของดารา นักแสดง ที่มีบุคลิกภาพที่ดี รูปร่าง ผิวพรรณที่ดีมาบอกถึงเคล็ดลับการดูแลต่าง ๆ ค่ะ และช่วงสุดท้ายของรายการ เรียกว่า Health & Cuisine เป็นช่วงที่นำเสนอในเรื่องอาหารจะเป็นการนำเสนอเมนูคนดัง หรือพาไปแนะนำร้านอาหารเพื่อสุขภาพพร้อมทั้งแนะนำวิธีปรุงอาหารจากคนดัง หรือจากร้านอาหารที่คนดังชอบไปทานค่ะ “

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ ,15 พฤศจิกายน 2546)

คุณพิรดา จุรรักษ์พงศ์ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ ในรูปแบบเนื้อหาของ Morning Health Club จะเป็นเนื้อหาที่มีความเป็นผู้หญิงอยู่ด้วยนะคะ รูปแบบที่นำเสนอ ในเรื่องสุขภาพที่นำเสนอทั้ง 5 ตอนนี้น่าจะมีเรื่องอะไรบ้างที่ผู้ชมควรจะรู้และคนส่วนใหญ่อยากรู้ อย่างเรื่องของข่าวสุขภาพที่มองว่า ยังไม่มีรายการไหนทำ ข่าวสุขภาพถ้าจะถามว่ามีไหม มีแต่เรายังไม่เคยมีใครหยิบมานำเสนอ จึงเกิดช่วง Health report เป็นการนำเอาข่าวสุขภาพมาเสนอ ว่าตอนนี้จะเกิดอะไรใหม่ ๆ ในวงการสุขภาพบ้าง เขามีการดูแลสุขภาพแบบใหม่ ๆ บ้างไหม มีการบำบัดใหม่ มีนวัตกรรมใหม่ ๆ เกี่ยวกับสุขภาพที่เกิดขึ้นที่ใดมีบ้างหรือยัง หรือเทคโนโลยีสมัยนี้ที่เข้ามาดูแลสุขภาพเรานะมันก้าวหน้าไปถึงไหนแล้ว มีเครื่องมืออะไรที่เกิดขึ้นมาบ้างที่จะทำให้เราสามารถตรวจโรคก่อนได้ทีมันจะเป็น เราก็จะนำเสนอเรื่องราวตรงนั้นในช่วงของ Health report ก็เลยต้องมีช่วง Health report นี้ขึ้นมา และด้วยความที่ Morning Health Club ในตอนนั้นมีการออกอากาศ 5 วัน ก็จะมีมองว่า 5 วัน ที่เป็นรายการสดทางช่อง 5 เราสามารถติดต่อกับคนดูได้ทันที ผู้ชมสามารถโทรคุยกับเราได้ทันทีด้วยความที่เป็นรายการสดก็ต้องเป็น Interactive คือเป็น Two way communication ไม่เหมือนรายการทีวีทั่วไปที่เป็น Oneway คือ การสื่อสารทางเดียว คือรายการที่เป็นเทป คนดูจะได้รับสารอย่างเดียวได้รับสารจากทางผู้จัด หรือผู้ผลิตว่า อยากให้รู้เรื่องอะไรบ้าง

ในรายการสดคนดูสามารถติดต่อได้ทันที ไม่ว่าจะจากโทรศัพท์ SMS ,จดหมาย หรือทางสื่อต่าง ๆ ที่สามารถส่งสารได้ทันที ณ.เดิยวนั้น และเหตุการณ์นั้น ในช่วงนั้น

สำหรับจะช่วงที่สัมภาษณ์ยาว ๆ จึงเกิดช่วง Health talk ซึ่งมีโอกาสคุยกับหมอได้ ในรายการทีวีสด ๆ คุณมีปัญหาสุขภาพ คุณสามารถโทรมาปรึกษาหมอได้โดยเฉพาะคุณแม่บ้าน มีปัญหาเกี่ยวกับคุณสามีเป็นอย่างนั้น ลูกเป็นอย่างนี้ หรือตัวเขามีปัญหาอะไร สามารถโทรเข้ามาคุยกับหมอได้ในรายการทันทีเหมือนเป็นการปรึกษาโดยไม่เสียสตางค์ หรือเสียค่าโทรศัพท์แค่ 3 บาท คุณก็สามารถปรึกษาเรื่องต่าง ๆ ผ่านรายการทีวีได้ อันนี้เป็นข้อดีของรายการสุขภาพที่มีทั้ง 5 วัน และยังมองอีกว่ารายการที่เป็นผู้หญิง ผู้หญิงที่เราวิเคราะห์ถึงแนวโน้มว่าเป็นผู้หญิงของ Morning Health Club ก็น่าจะมีอะไรที่เกี่ยวกับเรื่องของการทำอาหารเพื่อสุขภาพ ก็เลยคิดว่าน่าจะให้มีช่วง Health & Cuisine ขึ้นมา เราก็ไม่ได้เน้นว่าจะต้องทำอาหารกันทุกวัน เพราะมันจะน่าเบื่อก็เลยตีช่วง Health & Cuisine ออกมาให้หลากหลาย เช่น นำเสนอเรื่องของสมุนไพร นำเสนอเรื่องเมนูคนดัง นำเสนอเรื่องร้านอาหารคนดัง หรือความหลากหลายใน 5 วัน ซึ่งทำให้คุณรู้สึกได้ว่า เออวันนี้เราสามารถหยิบเมนูคนดังมาทำกับข้าวให้ที่บ้านทานได้ หรือวันนี้ดูสิเพื่อว่าเสาร์ - อาทิตย์นี้ จะไปร้านอาหารสุขภาพก็สามารถไปร้านนี้ร้านนั้นได้ก็จะเป็นเรื่องของ Health & Cuisine แล้วก็เรื่องของ Tips เรื่องของสวย ๆ งาม ๆ จึงเกิดช่วง Health tips ขึ้นมา เป็นเรื่องเกร็ดความรู้ของเรื่องความสุข ความงามต่าง ๆ ที่เหมาะกับคุณผู้หญิงในการดูแลสุขภาพของตัวเอง เช่น เรื่องของการดูแลผิวพรรณ การดูแลรูปร่าง หน้าตา และเส้นผมต่าง ๆ ก็เกิดมีช่วง Health tips ขึ้นมา และก็มีอีกช่วงหนึ่งก็คือ ช่วง Bright & Beauty เป็นการนำเสนอเคล็ดลับของคนดัง คนดังที่ไม่ได้มีแค่ความสุขอย่างเดียว ก็เลยตั้งชื่อช่วงว่า Bright & Beauty ก็คือ มีความฉลาด ความสามารถของตนเอง มีเคล็ดลับในการดูแลตัวเองเปรียบเหมือนกับ เป็นสาวที่เป็นมืออาชีพ ซึ่งหลายคนก็อยากเป็นแบบนั้น เราก็เลยจะเอาเคล็ดลับตรงนั้นมานำเสนอให้คุณดูได้หยิบได้เก็บไปใช้ในชีวิตประจำวันของตนเองได้ก็เลยเป็นที่มาของรูปแบบรายการในแต่ละช่วงของรายการ Morning Health Club ค่ะ "

จากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ พบว่า การนำเสนอรายการ Morning Health Club เป็นรายการที่นำเสนอในเรื่องสุขภาพ ทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจะนำมาเสนอ และการนำเสนอเป็นรูปแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้ ซึ่งรูปแบบรายการจะแบ่งออกเป็น 5 ช่วง คือ

ช่วง Health report เป็นช่วงข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ

ช่วง Health tips เป็นช่วงเกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ

ช่วง Health talk เป็นช่วงสนทนากับแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ

ช่วง Bright & Beauty เป็นช่วงเคล็ดลับความงามต่าง ๆ

ช่วง Health & Cuisine เป็นช่วงอาหารกับสุขภาพ

จากการศึกษาเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club จากการถอดเทปรายการ จำนวน 18 ตอน ได้สรุปเนื้อหาแต่ละประเภทของรายการแจกแจงไว้ใน ตารางแสดงจำนวนประเภทเนื้อหารายการ และกราฟแสดงจำนวนประเภทเนื้อหาของรายการ ไว้ดังนี้

D
P
U

ตารางที่ 1 ตารางแสดงจำนวนของประเภทเนื้อหารายการ

ชื่องานรายการ	ประเภทเนื้อหารายการ Morning Health Club															
	อาชีพ 4	ศิษย์ 4	กุมาร 4	ออริเฌน 4	ผู้เฒ่า-เฒ่า	จิตเวช	จัดประชุม 4	ประชาสัมพันธ์	โศก 4	ข่าวสารสุขภาพ	อาหารและสุขภาพ	ความงามกับสุขภาพ	ป่าไม้กับพื้นที่	เกษตรและชีวภาพ	นวัตกรรมสุขภาพ	กิจกรรมสุขภาพ
จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน	จำนวน
ช่วง Health report	2				1	1		2	7			1		2	2	1
ช่วง Health tips	2															
ช่วง Health talk	6	2	1	2	1	2	1	1			2					
ช่วง Bright & Beauty									1		11		3			
ช่วง Health & Cuisine											18					
ช่วง Health Zone											10		2			
รวม (ชื่องานรายการ)	10	2	1	2	1	2	1	2	8	20	24	5	2	2	2	1

จากตารางแสดงจำนวนประเภทเนื้อหารายการ Morning Health Club จำนวน 18 ตอน แบ่งเป็น 82 ช่วง พบว่า มีเนื้อหาสาระดังนี้

1. **เนื้อหาประเภทความงามกับสุขภาพ** มีจำนวนมากเป็นอันดับหนึ่ง คือ 24 ช่วง เป็นเรื่องที่เสนอเกี่ยวกับสุขภาพความงาม เป็นที่นิยมของประชาชน อาทิเช่น เคล็ดลับการดูแลรักษาสุขภาพให้มีบุคลิกภาพที่ดีของดารานักแสดงที่มีชื่อเสียง หรือการดูแลสุขภาพเส้นผมจากภายในสู่ภายนอก รวมถึงเรื่องการดูแลสุขภาพผิวให้มีผิวที่สวยงามเปล่งปลั่งจากภายในสู่ภายนอกของผู้ที่มีชื่อเสียงในสังคม เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทความงามกับสุขภาพ ทั้งหมด 73.60 นาที คิดเป็นร้อยละ 33.10

2. **เนื้อหาประเภทเรื่องสุขภาพกับอาหาร** มีจำนวนมากเป็นอันดับสอง คือ 20 ช่วง เป็นช่วงที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับเรื่องอาหารโดยเฉพาะ อาทิเช่น เมนูอาหารจากถั่วพุ่มกับปลาทูน่า (ข้าวกล้องผัดน้ำพริกปลาทูน่า) คุณค่าทางอาหารที่อุดมคุณค่าด้วย โปรตีน เกลือแร่ แคลเซียม วิตามินบี บี1 ,บี2 ,ซี และมีกากใยอาหารสูง เมนูที่ 2 เมนูอาหารจากลูกชืด (เฟนุกกรีก) (ยำทูน่ากับเครื่องเทศ) ซึ่งอุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร โปรตีน วิตามิน เกลือแร่ เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทสุขภาพกับอาหาร ทั้งหมด 44.35 นาที คิดเป็นร้อยละ 19.95

3. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาอายุรศาสตร์** มีจำนวนมากเป็นอันดับสาม คือ 10 ช่วง อาทิเช่น สาเหตุ ,อาการ และการรักษาของโรคกระเพาะ หรือสาเหตุ ,อาการ , การรักษาของโรคหัวใจ และหลอดเลือดหัวใจอุดตัน เป็นต้น เวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาอายุรศาสตร์ ทั้งหมด 38.75 นาที คิดเป็นร้อยละ 17.43

4. **เนื้อหาประเภทข่าวสารสุขภาพทางการแพทย์ และความเจริญทางสาธารณสุข** จำนวน 8 ช่วง อาทิเช่น มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์สนับสนุนโครงการดื่มน้ำนมเพื่อสุขภาพ จัดทำโครงการดื่มน้ำนมเพื่อสุขภาพเป็นมหาวิทยาลัยสุขภาพดี หรือการจัดประชุมเรื่องโรคตับแห่งประเทศไทย เพื่อเป็นการกระตุ้นเตือนให้ตระหนักถึงความสำคัญของโรคตับอย่างจริงจัง เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารสุขภาพทางการแพทย์ และความเจริญทางสาธารณสุข ทั้งหมด 23.15 นาที คิดเป็นร้อยละ 10.41

5. **เนื้อหาประเภทการบำบัดกับฟื้นฟูสุขภาพกาย และสุขภาพใจ** จำนวน 5 ช่วง อาทิเช่น การทานสารแอลฟา เอสวัน ที่ได้จากการสกัดมาจากน้ำมันช่วยในการบำบัดความเครียดได้ หรือการบำบัดฟื้นฟูผู้ป่วยโรคมะเร็งด้วยการดื่มน้ำสมุนไพรจีนที่ช่วยในการฟื้นฟูภูมิคุ้มกันต้านทานโรคได้ เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทการบำบัดกับฟื้นฟูสุขภาพกาย และสุขภาพใจ ทั้งหมด 20.40 นาที คิดเป็นร้อยละ 9.17

6. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาจิตเวช** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น สาเหตุ การบำบัดโรคไมเกรนในเด็ก เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาจิตเวช ทั้งหมด 9 นาที คิดเป็นร้อยละ 4.04

7. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาโรคผิวหนัง** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น สาเหตุ อากักรักษา โรคสะเก็ดเงิน เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาโรคผิวหนัง ทั้งหมด 4.60 นาที คิดเป็นร้อยละ 2.06

8. **เนื้อหาประเภทข่าวสารความเจริญทางชีวภาพกับการเกษตร** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น โครงการ IPM DADIDA เสริมสร้างความเข้มแข็งแก่เกษตรกร เปิดอบรมการปลูกหัวปลودสารเคมีเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพผู้บริโภค และตัวเกษตรกร เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารความเจริญทางชีวภาพกับการเกษตร ทั้งหมด 3.80 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.70

9. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาออร์โธปิดิกส์** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น โรคปวดหลังกับการสูญเสียโอกาสต่าง ๆ ในชีวิต เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาออร์โธปิดิกส์ ทั้งหมด 11.60 นาที คิดเป็นร้อยละ 5.21

10. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาศัลยศาสตร์ทั่วไป** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น การผ่าตัดมดลูกผ่านกล้องส่องหน้าท้อง เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาศัลยศาสตร์ทั่วไป ทั้งหมด 8.60 นาที คิดเป็นร้อยละ 3.86

11. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาจักษุแพทย์** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น อากักรณีตปักษิตทางสายตา เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาจักษุแพทย์ ทั้งหมด 11.65 นาที คิดเป็นร้อยละ 5.24

12. **เนื้อหาประเภทนวัตกรรมสุขภาพ** จำนวน 2 ช่วง อาทิเช่น D-TOX การล้างลำไส้ด้วยตนเองเป็นนวัตกรรมการดูแลสุขภาพที่เพิ่งเกิดขึ้นใหม่ในประเทศไทยที่ประชาชนหันมานิยมปฏิบัติกัน เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทนวัตกรรมสุขภาพ ทั้งหมด 4.35 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.95

13. **เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาโสต ฯ** จำนวน 1 ช่วง อาทิเช่น โรคภูมิแพ้กับสาเหตุ ,การป้องกัน และการรักษาได้ เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาโสต ฯ ทั้งหมด 4.35 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.95

14. เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขากุมารแพทย์ จำนวน 1 ช่วง อาทิเช่น ปัญหาภาวะโรคอ้วนในเด็ก เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขากุมารแพทย์ ทั้งหมด 4.25 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.9

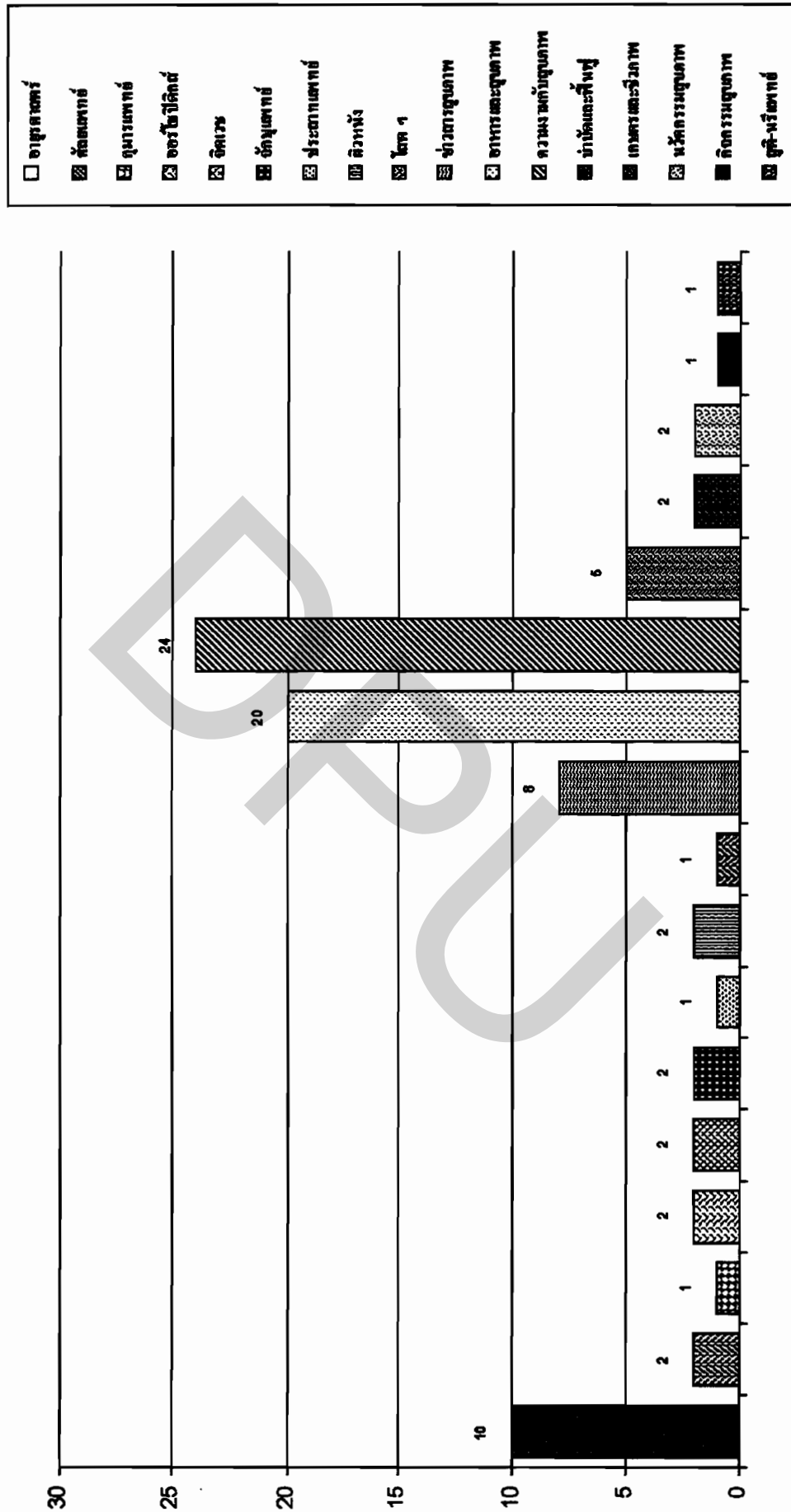
15. เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาประสาทแพทย์ จำนวน 1 ช่วง อาทิเช่น เรื่องผู้ป่วยภาวะสมองตาย เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาประสาทแพทย์ ทั้งหมด 4.40 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.97

16. เนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาสูติ-นรีแพทย์ จำนวน 1 ช่วง อาทิเช่น ปัญหาการตกขาวของสตรี เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทข่าวสารทางการแพทย์สาขาสูติ-นรีแพทย์ ทั้งหมด 4.10 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.84

17. เนื้อหาประเภทกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกาย และจิตใจ จำนวน 1 ช่วง อาทิเช่น กิจกรรมอนุรักษ์ทะเลไทยของโครงการสร้างสรรค์เยาวชนไทย เป็นต้น และเวลาที่ใช้ในการนำเสนอเนื้อหาประเภทกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกาย และจิตใจ ทั้งหมด 2.45 นาที คิดเป็นร้อยละ 1.10

เนื้อหาทั้งหมด ของรายการสามารถแบ่งเป็นช่วงสามารถแสดงให้เห็นความแตกต่างของการเสนอเนื้อหาสาระไว้ชัดเจนด้วยกราฟต่อไปนี้

ภาพที่ 1 กราฟแสดงจำนวนของประเภทเนื้อหา



จากกราฟแสดงประเภทเนื้อหารายการในช่วงต่าง ๆ ที่มีจำนวนค่อนข้างมาก และเรียงตามลำดับ ได้แก่

1. เรื่องความงามกับสุขภาพ ซึ่งมีเนื้อหาในเรื่องของการดูแลสุขภาพตั้งแต่ศีรษะจรดปลายเท้าให้มีสุขภาพ และบุคลิกภาพที่ดีว่ามีวิธีปฏิบัติอย่างใดบ้าง จำนวน 24 ช่วง
2. เรื่องสุขภาพกับอาหาร ซึ่งมีเนื้อหาในเรื่องคุณประโยชน์ของส่วนผสมที่นำมาประกอบอาหารว่า มีประโยชน์ และคุณค่าทางอาหารแก่ร่างกายอย่างใดบ้าง จำนวน 20 ช่วง
3. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาอายุรศาสตร์ ซึ่งมีเนื้อหาสาระถึงสาเหตุ อากาการ รักษาโรคทางด้านนี้ จำนวน 10 ช่วง
4. ข่าวสารทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งมีเนื้อหาในเรื่องการรณรงค์ การจัดตั้งโครงการ หรือนวัตกรรมทางการแพทย์ และวิทยาศาสตร์ทุก ๆ ด้าน ที่ส่งผลต่อการมีสุขภาพที่ดี จำนวน 8 ช่วง
5. การบำบัดกับฟื้นฟูสุขภาพกายและสุขภาพใจ ซึ่งมีเนื้อหาถึงการบำบัดและฟื้นฟูด้วยวิธีต่าง ๆ แล้วแต่สาเหตุนั้น ๆ จำนวน 5 ช่วง
6. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาจิตเวช และสาขาทางโรคผิวหนัง มีจำนวนอย่างละ 2 ช่วง
7. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาจักษุแพทย์ จำนวน 2 ช่วง
8. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาอโรโปิติกส์ จำนวน 2 ช่วง
9. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาศัลยศาสตร์ทั่วไป จำนวน 2 ช่วง
10. ข่าวสารทางการแพทย์สาขากุมารแพทย์ จำนวน 2 ช่วง
11. เกษตรกรกับชีวภาพและนวัตกรรมสุขภาพ ซึ่งมีเนื้อหาเกี่ยวกับนวัตกรรมต่าง ๆ ที่ส่งผลดีให้แก่สุขภาพในปัจจุบัน จำนวนอย่างละ 2 ช่วง
12. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาประสาทแพทย์ จำนวน 1 ช่วง
13. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาโสตฯ จำนวน 1 ช่วง
14. ข่าวสารทางการแพทย์สาขาสูติ-นรีเวช จำนวน 1 ช่วง
15. กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพทางกายและทางใจ ซึ่งมีเนื้อหาถึงกิจกรรมที่ส่งเสริมให้มีสุขภาพทางกายและใจที่ดีขึ้นจำนวนอย่างละ 1 ช่วง

ปัญหานำวิจัย ข้อที่ 3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 อย่างไร

ในส่วนนี้ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดเนื้อหา รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ในช่วงเดือน กันยายน – ธันวาคม 2546 จำนวน 18 ตอน แบ่งเป็น 82 ช่วง ผลการวิจัยพบว่า มีอยู่ 3 ปัจจัยหลักที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหา รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club คือ

1. นโยบายของทางบริษัทผู้ผลิตรายการ กล่าวคือ รูปแบบของตัวรายการที่เป็นรายการเพื่อสุขภาพ ดังนั้นนโยบายของทางบริษัท จึงกำหนดให้มีเนื้อหาทางด้านสุขภาพอนามัย ทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจะถูกนำมาออกอากาศทางรายการ

2. นโยบายของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เนื่องจากสถานีโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นสถานีของทหาร จะต้องมีการคัดสรรเนื้อหาที่นำเสนอออกอากาศ จะต้องผ่านการกลั่นกรองจากผู้บริหารสถานีอย่างละเอียด และอยู่ในนโยบายของทีมผู้บริหารสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

3. ด้านแหล่งข่าวสารข้อมูล และผู้สนับสนุนรายการ รายการ Morning Health Club เป็นรายการเพื่อสุขภาพที่มีเนื้อหาหลากหลายในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งข้อมูลส่วนใหญ่ที่ผู้ผลิตได้มาจัดทำเป็นเนื้อหา รายการนั้นได้มาจากโรงพยาบาล สถาบันเกี่ยวกับสุขภาพ ศูนย์บริการข้อมูลสุขภาพต่าง ๆ ที่ผู้ผลิตได้ทำการสำรวจเอง รวมถึงแหล่งข้อมูลข่าวสารสุขภาพต่าง ๆ ในขณะที่ด้านผู้สนับสนุนรายการมีบทบาทเพียงเล็กน้อยในการทำรายการ เนื้อหาที่มาจากผู้สนับสนุนเนื้อหาบางช่วงของรายการ อาทิเช่น การนำเสนอในเรื่องของสารไอเมก้า ที่มีมากในปลาทูน่า ซึ่งผู้สนับสนุนช่วงรายการก็คือ ปลาทูน่ากระป๋องซีฮอลล์ทูน่า แต่จะไม่มีการเอ่ยถึงตราสินค้าในรายการ แต่เป็นการวางแสดงสินค้าบนโต๊ะของพิธีกร หรือมีป้ายสนับสนุนช่วงรายการเท่านั้น

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ การทำรายการสุขภาพแบบนี้ทุกคนอาจมองว่า เนื้อหามีมากพอที่จะออกอากาศทุกวัน แต่ทางทีมงานได้ลงมือผลิต และหาข้อมูลแล้วรายการสุขภาพนี้สามารถนำเสนอได้ทุกวัน และมีเนื้อหาที่หลากหลาย จะเห็นว่าทางรายการไม่เคยนำเสนอซ้ำกันเลย แต่ด้วยเวลาที่มีน้อยเนื้อหาบางตอนอาจจะถูกตัดทอนออกไป ส่วนเรื่องการปรับเปลี่ยนรายการจากรายการสดมาเป็นบันทึกเทป เพราะทางผู้บริหารทีมใหม่ของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 มองว่า รายการสดมีความยุ่งยากในการทำงาน เพราะในช่วงเช้าตั้งแต่เวลา 05.00 – 09.00 น. จะเป็นการแพร่ภาพ

รายการสดทั้งนั้น ในช่วงเวลานี้ถือว่าเป็นช่วงเวลารีบเร่ง ทางทีมผู้บริหารมองเห็นว่ารายการเพื่อสุขภาพไม่จำเป็นต้องออกอากาศสดทุกวัน มองว่ารายการสดเหมาะกับรายการข่าว ไม่เหมาะกับรายการสุขภาพ ตามนโยบายของผู้บริหารแต่ละยุคสมัย "

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ ,15 พฤศจิกายน 2546)

คุณพิรดา จุรารักษ์พงศ์ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

" เป็นนโยบายของทางสถานีมากกว่าด้วยความที่อาจจะเป็นที่ว่า สถานีช่อง 5 ต้องเข้าใจอยู่อย่างหนึ่งที่ว่าช่อง 5 นี้เป็นช่องที่ทำรายการทั้งที่เป็นรายการสดเยอะมาก เข้าถึงบ่ายบางวันถึงเย็น เป็นรายการสดเยอะมาก อาจจะเป็นอย่างที่นโยบายของทางสถานีที่ต้องการปรับเปลี่ยนรูปแบบให้ช่วงเวลาเช้า 05.00 – 10.00 น. ให้เป็นรายการที่เป็นเทป และก็ให้เป็นรายการที่มีความหลากหลายมากขึ้น รายการ Morning Health Club ก็เลยถูกยุบตัวให้เหลือแค่อาทิตย์ละ 1 วัน ในช่วงเวลา 09.05 – 09.30 น. แต่นั่นก็ไม่ได้หมายถึงว่า คุณภาพเราจะเปลี่ยนไปเพียงแต่ที่เราปรับเปลี่ยนรูปแบบการนำเสนอ คือ ทำอย่างไรให้ยังคงเสน่ห์ของ Morning Health Club แล้วก็นั่นก็จะได้อะไรที่แตกต่างจากรายการสุขภาพทั่วไป เราต้องคิดหนักกว่าเดิม คือ โจทย์ที่เราเคยมี 5 วัน ก็จะเหลือแค่วันเดียว และวันเดียวที่ต้องทำให้คนดูรู้สึกว่าอึดแล้วคุ้มค่ากับเวลาครึ่งชั่วโมงใน 1 อาทิตย์ มันเป็นเรื่องที่ค่อนข้างยากสำหรับทีมงานที่จะทำ ฉะนั้นเนี่ยทุกเรื่องที่จะนำเสนอจะต้องเป็นเรื่องที่ดีที่สุดของอาทิตยนั้น เป็นเรื่องที่น่าสนใจที่สุดของอาทิตยนั้น เป็นเรื่องที่คุณอยากรู้มากที่สุด และได้ประโยชน์ที่สุดของอาทิตยนั้น ฉะนั้นจึงเป็นโจทย์ที่ยาก เพราะทีมงานต้องหาข้อมูลค่อนข้างลึกมันไม่เหมือน Morning Health Club ที่มี 5 วัน เราจะหาเรื่องที่ Hot เราจะเน้นเรื่องที่ Hot ทันเหตุการณ์ มันมีหลายเรื่องให้เราเลือก แต่ถ้าเราเลือกหยิบเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เราจะต้องเจาะลึกคนดู จะต้องได้มากกว่าแค่ดูผ่าน ๆ ไป คนดูจะต้องได้อะไรจาก Morning Health Club แล้วได้กลับไปเป็นข้อคิดของตัวเอง เอาไปใช้ประโยชน์ได้จริง ๆ เพราะเหตุนี้โจทย์ของเราจึงค่อนข้างยากสักนิด "

(พิรดา จุรารักษ์พงศ์ ,10 ตุลาคม 2546)

รายการ Morning Health Club เป็นรายการออกอากาศสด 5 วัน ทุกวันจันทร์ – ศุกร์ เวลา 09.05 – 09.30 น. และจากการปรับเปลี่ยนทีมผู้บริหารของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 มองเห็นว่า รายการสดมีความยุ่งยากในการทำงาน และในช่วงเช้าก็มีรายการสดเยอะมาก และในช่วงเวลาเช้าเป็นช่วงเวลาที่ยากทางทีมผู้บริหารมองเห็นว่า รายการเพื่อสุขภาพไม่จำเป็นต้องออกอากาศทุกวัน แต่กลับมองว่า รายการสดเหมาะกับรายการข่าวไม่เหมาะกับราย

การสุขภาพ รายการ Morning Health Club จึงถูกปรับเปลี่ยนให้เหลือแค่สัปดาห์ละ 1 วัน คือ ทุกวันจันทร์ เวลา 09.05 – 09.30 น. การคัดสรรเนื้อหาจึงต้องมีการพิจารณาอย่างมาก และให้ เนื้อหานั้นเหมาะสมกับสถานการณ์ และมีประโยชน์ต่อผู้ชมมากที่สุด

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ เราดูสถานการณ์รอบด้านมากกว่า ดูทั้งจากข่าวจาก Trend การดูแลสุขภาพ Trend แฟชั่น การแต่งกาย Trend เรื่องความสวยงาม ตอนนี้เป็นอย่างไร เราต้อง Intrend เรา ต้องทันสมัย รายการเราไม่เน้นวิชาการมากเกินไป รายการเราเป็นวาไรตี้ และเป็นรายการแรกของช่อง 5 ที่เป็นรายการวาไรตี้สุขภาพ ส่วนตรงที่ปรับผิดชอบอยู่ ก็เปรียบเหมือนบรรณาธิการที่ ช่วยคิด และคัดกรองเนื้อเรื่อง ในวันหนึ่งอาจมีหลายเรื่องแต่อยู่ที่ว่า เราจะหยิบเรื่องไหนมาคุย ในการหยิบเรื่องจะต้องดูด้วยว่า เรื่องนี้สำคัญไหม เป็นสิ่งที่คนดูควรรู้ไหม นึกถึงประโยชน์สูงสุดที่ คนดูจะได้ในการที่จะหยิบแต่ละเรื่องขึ้นมา หมายถึง หยิบแต่ละเรื่องในการนำเสนอออกอากาศ จะนึกถึงว่า สิ่งที่คุณดูฟังจะได้คืออะไร ในเรื่องนี้กับเรื่องนี้ ว่าสิ่งนี้น่าจะบอกก่อนไหม เช่น เรื่อง ของโรคซาร์ส ก่อนใหม่น่าจะนำมาออกก่อนมากกว่าเรื่องของไข้หวัดธรรมดาที่คนรู้อยู่แล้ว แล้วก็ จะดูว่า สิ่งไหนที่คุณดูจะได้ประโยชน์ก็จะหยิบตรงนี้มา ตัวพีจะกำหนดคัดกรองเนื้อเรื่องส่วน หนึ่ง แต่ในการหยิบเนื้อเรื่องแต่ละเรื่อง ทีมงานจะช่วยกันหา เพราะทีมงานจะต้องรู้ concept ช่วงของตัวเองที่จะต้องทำ หรือรายการของตัวเองที่จะต้องทำ อันนี้มันน่าจะทำ ใหม่อันนี้มันน่าจะนำเสนอใหม่ จริง ๆ จะหยิบเรื่องมา และนั่งคุยกันมากกว่าว่า เรื่องนี้คนดูได้ อะไร ถ้าคนดูได้ก็เอ่อตกลง เอาเรื่องนี้ขึ้นมาก่อน เรียงลำดับความสำคัญไป ”

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ ,15 พฤศจิกายน 2546)

คุณพิรดา จุรรักษ์พงศ์ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ เราทำรายการสุขภาพกับทางสถานีวิทยุโทรทัศน์ของทหาร จึงต้องพิจารณาคัดสรร เนื้อหาอย่างมากกว่าจะได้เนื้อหา และภาพนั้น ๆ มาออกอากาศในรายการ ทำให้เนื้อหาบางช่วง ไม่เข้มข้นเท่าที่ควร อย่างภาพบางภาพ ถ้าเรานำเสนอในสถานีอื่นก็จะได้นำเสนอได้ ด้วยเหตุนี้ ทำให้ทางทีมงานต้องคัดกรองเนื้อหาของการออกอากาศไป แต่การนำเสนอของรายการ Morning Health Club นี้จุดหนึ่ง ก็เพื่อตอบสนองนโยบายของรัฐบาลในเรื่องประชาชนมีสุขภาพดีถ้วนหน้า และรายการ Morning Health Club เป็นรายการเพื่อสุขภาพที่ไม่ใช่เชิงวิชาการแต่เป็นการนำ เสนอแบบรายการปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้ และเป็นรายการสุขภาพรายการแรกของ

ช่อง 5 นะคะ ที่นำเสนอรูปแบบนี้ ที่นำเสนอความบันเทิงในเรื่องของสุขภาพ ซึ่งทุกเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพต้องหยิบมานำเสนอ จะเห็นได้ว่ามีหลายรายการที่พยายามจะดึงเรื่องสุขภาพมานำเสนอในรายการบ้าง แต่ว่า รายการ Morning Health Club เป็นรายการสุขภาพหลักค่อนข้างจะเห็นภาพได้ชัดเจน และเนื้อหาของรายการมีความหลากหลาย แต่ชื่อใหม่เราไม่เคยเสนอเนื้อหาซ้ำกันเลยนะ แต่เวลาการนำเสนอของเราน้อยเนื้อหาบางอย่างก็เลยถูกตัดออกไปบ้าง

(พิรดา จุราวัชรพงศ์ ,10 ตุลาคม 2546)

เนื้อหาของรายการที่นำเสนอในแต่ละตอนจะดูจากสถานการณ์ข่าวสารด้านสุขภาพ และเหตุการณ์เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน และนำเนื้อหา มาปรับให้เข้ากับแต่ละช่วงของรายการ โดยทีมงานจะไปหาข้อมูลตามที่ผู้ผลิตรายการได้กำหนดให้ทีมงานไปหาข้อมูล และผู้ผลิตรายการจะเป็นคนคัดกรองเนื้อหาอีกครั้งก่อนนำเสนอในรายการ

คุณพิรดา จุราวัชรพงศ์ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ นโยบายของทางบริษัทก็มีส่วนกำหนดเนื้อหาส่วนหนึ่ง เพราะรูปแบบของรายการเป็นรายการสุขภาพอยู่แล้ว และทางบริษัทก็ร่วมมือกับสถานีช่อง 5 ซึ่งนโยบายเรื่องการดูแลสุขภาพ เป็นนโยบายของทางสถานีอยู่แล้ว และเป็นสิ่งที่รัฐบาลโปรโมทอยู่แล้ว โครงการ 30 บาท รักษาทุกโรค และก็พอดีนโยบายของรัฐบาลชุดนี้มีนโยบายของการ concern ในเรื่องการดูแลสุขภาพ เราก็เลยค่อนข้างโชคดีที่เราไม่ได้ทำอะไรที่ขัดต่อนโยบายของรัฐบาล หรือนโยบายสำคัญของทางสถานี ซึ่งตรงนั้นก็ไม่ได้มีผลต่อเรา แต่สิ่งที่สำคัญต่อการกำหนดเนื้อหาจริง ๆ คือ คนดู คือ จะทำอย่างไรให้เป็นเรื่องที่น่าสนใจ และอยากดู เป็นเรื่องสุขภาพ จริง ๆ แล้วเรื่องสุขภาพมีเยอะไหม ก็เยอะ แต่ว่าจะเลือกเรื่องว่าทำไมเราถึงหยิบเรื่องนี้มา ทำไมเราถึงนำเสนอช่วงนี้ ปัจจัยก็คือ สภาพอากาศก็ยังเกี่ยวเลยนะค่ะ แต่ไม่ใช่ปัจจัยหลัก เช่น สภาพอากาศช่วงนี้เปลี่ยนแปลงสิ่งหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อแน่ ๆ ก็คือ สุขภาพของทุกคน ซึ่งก็อาจจะจะมีโรคหวัด หรือโรคอะไรก็ตาม ซึ่งเราสามารถบอกคนดูได้ว่า ช่วงนี้คุณต้องระวัง เรื่องของโรคหวัด ถ้าคุณเป็นโรคหวัดคุณจะทำอย่างไร เป็นเรื่องง่าย แต่ถ้าคุณเป็นไข้หวัดใหญ่ ก็อาจจะเชิญคุณหมอมานั่งคุยก็ได้ว่า วิธีการดูแลสุขภาพเป็นอย่างไร วิธีการรักษาเป็นอย่างไร และหวัดทำให้คนเสียชีวิตได้ไหม “

(พิรดา จุราวัชรพงศ์ ,10 ตุลาคม 2546)

คุณนฤมล เกียรติบุญเลิศ ได้ให้ความเห็นไว้ดังนี้

“ บางช่วงสปอนเซอร์ ก็มีส่วนในการกำหนดเนื้อหา แต่ไม่ใช่ปัจจัยหลักเป็นเพียงส่วนหนึ่ง เช่น ช่วง Bright & Beauty เราก็จะต้องดูว่าการที่เรานำเสนอสปอนเซอร์เข้ามามีส่วนร่วมด้วย ต้องดูว่าไม่ขัดต่อสายตาของคนดู ไม่เป็นการชกแจงจนเกินไปต้องเป็นการให้เนื้อหา ให้ความรู้ใหม่ ๆ กับคนดู ฉะนั้นสปอนเซอร์ที่เข้ามาในช่วงบางช่วง ถามว่าเป็นปัจจัยใหม่เป็นปัจจัยหนึ่งแต่ไม่สำคัญ แต่สิ่งที่เราหยิบมาจากปัจจัยนี้ก็คือ ข้อมูล เนื้อหา ของตัวสปอนเซอร์ ที่เป็นประโยชน์กับคนดูแล้วให้คนดูตัดสินใจเอง สิ่งที่เรานำเสนอจะไม่ชี้ว่าตัวสินค้า แต่เราจะหยิบสาระประโยชน์ว่า มันมีอะไรใหม่ ๆ อย่างอาหารเสริมตัวนี้ ว่า มันมีสารอาหารตัวนี้จริงไหม มันมีประโยชน์ไหม มันมีประโยชน์แต่ว่าคุณนำไปใช้ในร่างกาย ทางรายการเรามีผู้เชี่ยวชาญหรือเภสัชกร มาบอกว่าจะนำไปใช้ประโยชน์กับร่างกายคุณได้อย่างไร ถ้าคุณใช้มากเกินไปจะเกิดโทษอย่างไร ถ้าใช้พอดีกับร่างกายจะมีประโยชน์อย่างไร แต่ทั้งนี้ทั้งนั้น ก็ขึ้นอยู่กับคนดูว่า คนดูได้รับประโยชน์จากตรงนั้นไปแล้ว คนดูดูว่ามันเหมาะกับเขาไหม เกิดประโยชน์กับเขาไหมให้เขาตัดสินใจเอง เราจะไม่ชี้ว่า เราแค่มีหน้าที่ให้ความรู้เขา ”

(นฤมล เกียรติบุญเลิศ ,15 พฤศจิกายน 2546)

ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ Morning Health Club มีอยู่ด้วยกัน 3 ปัจจัย แต่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของการคิดกำหนดเนื้อหาที่จะนำเสนอ คือ ด้วยตัวนโยบายของทางบริษัทผู้ผลิตรายการที่ต้องการสนองตอบนโยบายของรัฐบาลในเรื่อง ประชาชนมีสุขภาพดีถ้วนหน้า และตัวรูปแบบของรายการเองที่ต้องนำเสนอด้านสุขภาพ กอปรกับนโยบายของทางสถานีที่จะคอยควบคุมคุณภาพของรายการให้ได้มาตรฐานตามนโยบายของทางสถานี ฉะนั้นในเรื่องแนวคิดการนำเสนอเนื้อหา ต้องสอดคล้องกับทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เพราะเป็นสถานีโทรทัศน์ที่ดำเนินงานภายใต้กองทัพบก จึงต้องพิจารณาคัดสรรเนื้อหา มิให้กระทบต่อนโยบายขององค์กร ส่วนด้านผู้สนับสนุนรายการก็มีส่วนในการกำหนดเนื้อหา แต่ไม่ใช่ปัจจัยหลักเป็นเพียงส่วนประกอบหนึ่งเท่านั้น เพราะผู้สนับสนุนรายการในที่นี้มีส่วนในการให้ข้อมูล ความรู้ใหม่ ๆ ในเรื่องสุขภาพเช่นกัน แต่ไม่มีการชี้ว่าในตัวผลิตภัณฑ์ จะให้ผู้ชมตัดสินใจเองว่า มีประโยชน์กับผู้ชมไปในทิศทางใด

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาวิจัยเรื่อง การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ในครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งที่จะศึกษา การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพอนามัย โดยศึกษาถึงรูปแบบ และเนื้อหารายการ ตลอดจนปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการ ในช่วงเดือนกันยายน - ธันวาคม 2546 รวมระยะเวลา 4 เดือน จำนวน 18 ตอน

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ผู้ผลิตรายการ และจากการวิเคราะห์เนื้อหาจากรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผลสรุปจากการศึกษามีดังนี้

1. การใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพโดยผ่านรายการ Morning Health Club มีจุดประสงค์อยู่ 3 ประการ ด้วยกันคือ

1. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อเผยแพร่ ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ในเรื่องของโรคภัยไข้เจ็บ ต่าง ๆ ความเจริญทางการแพทย์ สาธารณสุข และการนำเสนอข่าวสารในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ ทั้งเคล็ดลับการดูแลสุขภาพต่าง ๆ โภชนาการทางอาหารที่ส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพดี

2. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อความบันเทิง เป็นการใช้รูปแบบการนำเสนอแบบบันเทิง บันเทิงเป็นรูปแบบรายการที่ได้รวบรวมความบันเทิง กับความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพต่าง ๆ โดยมีดารา นักแสดง และนางงาม มาเป็นผู้ดำเนินรายการ และมีการใช้เทคนิคในการนำเสนอ ทั้งเสียงบรรยาย เสียงเพลง และภาพประกอบที่มีความเกี่ยวข้องกับ สุขภาพมาใช้ในการนำเสนอ เนื้อหารายการ แต่จะไม่เน้นการนำเสนอเนื้อหาที่เน้นหนักมากเกินไป และเป็นการนำเสนอเรื่อง ทางวิชาการสลับเรื่องที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ

3. การใช้สื่อโทรทัศน์เพื่อส่งเสริมการดูแลสุขภาพแก่ประชาชน รายการ Morning Health Club เป็นรายการที่ส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพตนเอง และของคนในครอบครัวให้มีสุขภาพที่ดี ทั้งสุขภาพกาย และสุขภาพใจ

2. รูปแบบของรายการ Morning Health Club

เป็นการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพที่แตกต่างจากรายการเพื่อสุขภาพอื่น ๆ แต่ใช้รูปแบบการนำเสนอแบบปพลิเคชันบันเทิงรวบรวมความบันเทิงกับสาระความรู้ ในเรื่องสุขภาพนำเสนอให้ผู้ชมรู้สึกหลากหลายในการรับทราบข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพ ใช้ดารา นักแสดง นางงาม เป็นผู้ดำเนินรายการ ซึ่งรูปแบบรายการ Morning Health แบ่งออกเป็น 5 ช่วงรายการ ดังนี้

ช่วงที่ 1 Health Report ข่าวสารเกี่ยวกับความเจริญทางการแพทย์

ช่วงที่ 2 Health Tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ

ช่วงที่ 3 Health Talk สนทนากับแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพ

ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับความงามต่าง ๆ

ช่วงที่ 5 Health & Cuisine อาหารกับสุขภาพ

ช่วงที่เกิดขึ้นใหม่ Health Zone ความรู้เกี่ยวกับปัญหาทางด้านผิวพรรณ และลักษณะการนำเสนอรายการมี 3 ลักษณะ ดังนี้

1. การบรรยาย เป็นการนำเสนอเนื้อหาในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพไม่มีการสัมภาษณ์ผู้ร่วมรายการ
2. การบรรยายสลับสัมภาษณ์ เป็นการนำเสนอเนื้อหาโดยการบรรยายสลับกับการสัมภาษณ์ผู้ที่มาให้ข้อมูลในเรื่องสุขภาพ จะมีการแทรกภาพที่เกี่ยวข้องกับเนื้อหา
3. การสนทนา เป็นการนำเสนอที่เน้นการสัมภาษณ์ผู้ที่ได้รับเชิญมาร่วมในรายการ อาทิเช่น นักแสดง หรือผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ

3. ประเภทเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club

จากการศึกษาเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club จำนวน 18 ตอน แบ่งเป็น 82 ช่วง เนื้อหาที่พบมากที่สุด คือ เรื่องความงามกับสุขภาพ จำนวน 24 ช่วง รองลงมา คือ เรื่องสุขภาพกับอาหาร จำนวน 20 ช่วง และรองลงมาอันดับ 3 คือ เนื้อหาทางการแพทย์ ในสาขาอายุรศาสตร์ จำนวน 10 ช่วง เป็นต้น

เนื้อหาความรู้ประกอบด้วย ความรู้ทางการแพทย์แผนโบราณ และแผนปัจจุบัน รวมถึงวิวัฒนาการต่าง ๆ ที่มีการพัฒนาในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพ โทรทัศน์ในฐานะสื่อมวลชนแขนงหนึ่ง ได้ดำเนินบทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ คือ การผลิต การเผยแพร่ ข้อมูล ข่าวสาร สาระเกี่ยวกับ

เรื่องสุขภาพต่าง ๆ และยังมีบทบาทในการส่งเสริมสุขภาพโดยได้ทำหน้าที่ชี้แนะให้ผู้รับสารเห็นความสำคัญของสุขภาพอนามัยของแต่ละบุคคล

4. ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club

ปัจจัยที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ในช่วงเดือนกันยายน - ธันวาคม 2546 จำนวน 18 ตอน แบ่งเป็น 82 ช่วง นี้พบว่า มีอยู่ 2 ปัจจัยหลักที่มีผลต่อการกำหนดเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ดังนี้

1. นโยบายของทางบริษัทผู้ผลิตรายการ คือ รูปแบบของตัวรายการเอง เป็นรายการเพื่อสุขภาพ ดังนั้นทุกเรื่องที่น่าเสนอเกี่ยวกับสุขภาพจะถูกนำมาออกอากาศทางรายการ
2. นโยบายของทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เพราะเป็นสถานีโทรทัศน์ของทหารจะต้องมีการคัดสรรเนื้อหาที่น่าเสนอมาก และอยู่ที่นโยบายของทีมผู้บริหารสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5
3. ตำแหน่งข้อมูล ข่าวสาร จากหนังสือพิมพ์ วารสาร อินเทอร์เน็ต และผู้สนับสนุนรายการ โดยสรุปจากการศึกษาพบว่า รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอ ข่าวสาร ความรู้ และข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพต่าง ๆ และมีรูปแบบการนำเสนอรายการแบบปกิณกะบันเทิง หรือวาไรตี้ ที่มีการนำเอาความรู้กับบันเทิงมาเสนอในรายการเพื่อสุขภาพ ทั้งยังส่งเสริมให้ประชาชนหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพ ความรู้นั้นจะนำไปสู่การมีสุขภาพดีของประชาชนผู้รับสาร และเป็นการให้ความรู้ เมื่อเกิดความรู้แล้วประชาชนผู้รับสารนำความรู้ไปสู่การรู้จักป้องกัน รักษา หรือหลีกเลี่ยงจากการเสี่ยงต่อการเป็นโรคเหล่านั้นได้ และนำมา ซึ่งการมีสุขภาพดี เพราะประเทศชาติจะพัฒนาได้ดีประชาชนก็ต้องมีสุขภาพที่ดีด้วยเช่นกัน เป็นการสนองตอบนโยบายของรัฐบาลอีกทางหนึ่ง ด้วยเหตุนี้จึงสรุปได้ว่า การใช้สื่อโทรทัศน์ในการส่งเสริมสุขภาพ การให้ความรู้ด้านสุขภาพ หรือทางการแพทย์ และสาธารณสุข ในปัจจุบันเหมาะสมกับศักยภาพของสื่อโทรทัศน์ได้ในระดับหนึ่ง เพราะเป็นความรู้ที่ไม่ได้เจาะจงแต่เป็นลักษณะเรื่องสุขภาพทั่วไปที่เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายที่แตกต่างกันตามลักษณะของผู้รับสาร (ผู้ชม) จากสื่อโทรทัศน์

อภิปรายผล

จากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่า รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club เป็นรายการที่นำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพต่าง ๆ ผ่านสื่อโทรทัศน์ เป็นรายการที่เผยแพร่ ข้อมูลข่าวสาร ความรู้ในเรื่องที่เกี่ยวกับสุขภาพต่าง ๆ ทั้งการพัฒนาทางการแพทย์ และสาธารณสุข รวมถึงสาระต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการดูแลสุขภาพในการดำเนินชีวิต ซึ่งสอดคล้องกับ แนวคิดเรื่องบทบาทหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ ซึ่งตามบทบาทภาระหน้าที่ของสื่อโทรทัศน์ คือ การให้ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ ซึ่งแจ้งเรื่องราวในสังคม และให้ความบันเทิง จึงถือว่า สื่อโทรทัศน์เป็นสื่อที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม และวิถีชีวิตของประชาชน (วิจิตร อวระกุล ,2522:167) โทรทัศน์เป็นสื่อที่มีความเร็วสูงสามารถเข้าถึงกลุ่มผู้รับสาร (ผู้ชม) ได้ทันที และเข้าถึงกลุ่มผู้ชมได้ทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพ และยังเป็นสื่อที่มีแรงจูงใจสูง และแพร่ภาพได้อย่างกว้างไกล โทรทัศน์จึงเป็นสื่อที่มีบทบาทต่อการดำเนินชีวิตของประชาชนในปัจจุบัน

นอกจากนี้สื่อโทรทัศน์ยังมีบทบาทหน้าที่ต่อการส่งเสริมสุขภาพ เพราะคุณสมบัติเฉพาะตัวของสื่อโทรทัศน์ที่เอื้ออำนวยประโยชน์ต่อการเผยแพร่ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องสุขภาพ ให้เกิดความความเข้าใจได้ง่ายขึ้น เพราะมีทั้งภาพ และเสียง และหากรับชมแล้วจดจำได้ก็สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ทันที และยังสามารถนำเรื่องราวที่อยู่ในความสนใจของสังคมมาเผยแพร่ในรายการได้ทันถ่วงที แม้โดยปกติรายการส่วนใหญ่จะเป็นรายการบันทึกเทปไว้ล่วงหน้าก็ตาม แต่หากเป็นเรื่องราวที่อยู่ในความสนใจก็อาจได้รับการสนองตอบต่อผู้ชมด้วยการเสนอเนื้อหาที่อยู่ในความสนใจนั้น และด้วยศักยภาพของสื่อโทรทัศน์รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club จึงเลือกใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับสุขภาพต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภาภรณ์ พรหมดีราช (2540) ศึกษาถึง “ความพึงพอใจของผู้ชมรายการกับการดูแลสุขภาพตนเอง” กลุ่มตัวอย่างตระหนักถึงประโยชน์ที่ได้รับจากรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ และเห็นว่า เป็นรายการที่น่าสนใจ นำความรู้ที่ได้ไปใช้ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน และต้องการให้นำเสนอในวันเสาร์ – อาทิตย์ ช่วงเย็น และอยากให้มีการประชาสัมพันธ์ล่วงหน้าเพื่อจะได้ติดตามชม

เนื้อหารายการเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพในทุก ๆ ด้าน ทั้งที่เป็นความรู้เกี่ยวกับการป้องกันโรค การควบคุมโรค สาเหตุของโรค การรักษาพยาบาลและฟื้นฟูบำบัดร่างกาย รวมไปถึงเรื่องการดูแลสุขภาพสวยงาม และการบริโภคอาหารที่ดีแก่สุขภาพตลอดจนมีเนื้อหาอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง หรือสัมพันธ์กับสุขภาพอนามัย การดำเนินชีวิตให้มีสุขภาพที่ดีในสังคม ซึ่งสอดคล้องกับ แนวคิดการสื่อสารสุขภาพ และสาธารณสุข (Witte,Meyer,Bidol,Casey และคณะ :1996)

ที่กล่าวว่า การสื่อสารสุขภาพ คือ การแลกเปลี่ยน การกระจายข่าวสาร มุมมอง ความคิดในใจของข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพทั้งภายใน และภายนอก เพื่อให้เกิดผลความเข้าใจที่ถูกต้องในเรื่องสุขภาพแก่ประชาชน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ลัดดา ประพันธ์พงษ์ชัย (2540) การวิเคราะห์รายการเพื่อสุขภาพอนามัยทางโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ ศึกษารูปแบบและเนื้อหารายการโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า รูปแบบรายการเพื่อสุขภาพ มี 4 ประเภท คือ นิตยสารทางอากาศ สารคดี ละครสั้น และสนทนา เนื้อหารายการยังสะท้อนถึงการส่งเสริมสุขภาพด้านการป้องกัน และควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูผู้ป่วย ซึ่งเป็นแนวทราความรู้เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ

โทรทัศน์ได้ดำเนินการตามภาระหน้าที่ของสื่อและมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพ อย่างไรก็ตามจากการศึกษาครั้งนี้ยังพบว่า การนำเสนอเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club นี้ แตกต่างจากรายการเพื่อสุขภาพอื่น ๆ เนื่องจากมีการใช้เทคนิคในการนำเสนอในรูปแบบที่หลากหลาย กล่าวคือ รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ใช้รูปแบบการนำเสนอแบบ ปกิณกะบันเทิง (Variety) โดยได้นำ ดารา - นักแสดงที่มีความสามารถในการใช้ภาษา และมีบุคลิกภาพดี เป็นที่ดึงดูดกลุ่มผู้ชม มาเป็นผู้ดำเนินรายการ เพื่อที่ผู้รับสาร (ผู้ชม) จะได้ไม่รู้สึกรู้ว่ากำลังชมรายการที่ออกแนววิชาการแต่ก็รับชมรายการวาไรตี้ที่มีเนื้อหาสาระในเรื่องสุขภาพอนามัย พร้อมทั้งได้รับความรู้เรื่องราวทางการแพทย์ ทำให้เกิดความต้องกรับชมอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้ผู้ชมรายการเกิดการสนใจหันมาใส่ใจดูแลสุขภาพกันมากขึ้น

ดังนั้นด้วยรูปแบบการนำเสนอรายการที่กล่าวมานี้ จึงเป็นการเพิ่มสีสันให้กับการให้ความรู้ในเรื่องสุขภาพนั้น ให้น่าสนใจ น่าติดตามมากขึ้น และสอดคล้องกับ แนวคิดด้านบันเทิงกับสาระ (Entertainment Education) ที่กล่าวว่า เอดูเทนเมนต์ ก็คือ เครื่องมือที่เชื่อมประสานโลกบันเทิง และโลกสาระความรู้เข้าด้วยกัน โดยดึงเอกลักษณ์ด้านความสนุกสนาน ความมีชีวิตชีวาอันเป็นเอกลักษณ์ของความบันเทิง เพื่อใช้ในการถ่ายทอดข้อมูล ข่าวสารสู่ผู้บริโภคกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้เขาได้มีชีวิตความเป็นอยู่อย่างปลอดภัย มีสุขภาพแข็งแรง และมีความสุข เป็นต้น ซึ่งเป็นการกระตุ้นเตือนให้ความรู้ และเป็นการสร้างความตื่นตัวด้านสุขภาพของประชาชนอีกวิธีหนึ่งนั่นก็คือ ความบันเทิงในรูปแบบต่าง ๆ ประเทศกำลังพัฒนาจะมีการใช้แนวคิดเอดูเทนเมนต์ มาใช้เพื่อส่งเสริมสุขภาพให้ประชาชนมีความรู้ เพื่อพัฒนาทักษะ รวมทั้งให้กำลังใจ และเสริมกำลังกายผ่านความบันเทิงที่สนุกสนานรูปแบบต่าง ๆ เชื่อกันว่าความบันเทิงสามารถช่วยให้ผู้ชมนั้นปลดปล่อยความเครียดลงได้ ผลที่ได้จากการผลิตรายการประเภทนี้อาจจะเป็นการที่ผู้ชมได้เรียนรู้และลอกเลียนแบบพฤติกรรมบางอย่างไปใช้ในชีวิตประจำวันได้ในหลายกรณี เช่น วิธีนวดบำบัด

คลายความเครียดด้วยตัวเอง นอกจากนั้นยังมีผลพลอยได้ของเอดูเทนเมนต์ตามธรรมชาติ คือ การนำเอางานบันเทิงที่เผยแพร่กันไปทำการค้าได้ ไม่ว่าจะอยู่ในรูปของการขายเวลาให้แก่ผู้อุปถัมภ์รายการ หรือการทำสินค้าที่มี โลโก้บริษัทแสดงอยู่บนตัวสินค้านั้น ๆ อาทิเช่น เสื้อ หมวก หรือกระเป๋า เป็นต้น เพื่อคืนทุนการผลิต และนำกำไรไปทำทุน เพื่อขยายการเผยแพร่ต่อไปได้ด้วย

จากการศึกษารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club นี้มีช่วงหนึ่งในรายการที่เปิดให้ผู้สนับสนุนรายการเข้ามามีส่วนในการนำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพในรายการ แต่ถึงจะเข้ามามีส่วนในการสนับสนุนรายการ ก็ยังต้องคงเป็นในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพ และไม่มีมีการกล่าวถึงตราสินค้าในรายการ เพียงแต่ให้มีป้ายผู้สนับสนุนอยู่ที่มุมหนึ่งของฉากในรายการ ในบางช่วงพิธีกรจะเปิดให้มีการนำผลิตภัณฑ์เข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมในช่วงของรายการได้ แต่ไม่เน้นเพื่อการขายสินค้า แต่เป็นแค่การจัดวางสินค้าให้ผู้ชมได้เห็นหลักการอย่างหนึ่ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิภาพรรณ สุขศิริ (2546) ศึกษาทิศทาง การดูแลสุขภาพในรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ พบว่า รายการเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์มีเนื้อหารายการ 2 รูปแบบ คือ รูปแบบรายการให้ความรู้ และรูปแบบโฆษณา รายการสุขภาพของรัฐเป็นรายการความรู้มากกว่าโฆษณา รายการสุขภาพของเอกชนเป็นรายการโฆษณามากกว่าให้ความรู้ ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาที่พบว่า รายการ Morning Health Club เป็นรายการของเอกชนเป็นผู้ผลิต แต่จะเป็นการให้ความรู้มากกว่าการโฆษณา ถึงแม้ว่าเนื้อหารายการจะไม่ได้เป็นเรื่องเกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บโดยตรง แต่ก็ยังเป็นการนำเสนอในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ และจากแนวคิดเอดูเทนเมนต์นี้ จะเห็นได้ว่า การสื่อสารสุขภาพทางโทรทัศน์นี้ จัดได้ว่า เป็นการเผยแพร่ข้อมูล ข่าวสาร ความรู้ ทางด้านการแพทย์ สาธารณสุข และสุขภาพ รวมถึงการบำบัดสุขภาพ ไปสู่ประชาชนในลักษณะการให้ความรู้ควบคู่กับความบันเทิง เพื่อให้ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ ในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพได้ง่ายขึ้น การใช้ภาษารวมถึงรูปแบบการนำเสนอแบบนี้สามารถเข้าถึงประชาชนทุกเพศ ทุกวัย ทุกสาขาอาชีพ ให้เข้าใจในเรื่องเกี่ยวกับสุขภาพได้ง่ายขึ้น

จากผลการศึกษา ในส่วนของเนื้อหารายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ยังพบว่า เนื้อหาที่นำเสนอมากที่สุด จะเป็นในเรื่องที่เกี่ยวกับความสวยความงาม และเคล็ดลับการดูแลสุขภาพต่าง ๆ มากกว่า เนื้อหาที่เป็นเรื่องเกี่ยวกับโรคภัยต่าง ๆ แต่ถึงอย่างไรก็ยังคงเป็นในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพโดยรวม

ดังนั้นเรื่องราวที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัยขั้นพื้นฐานทั่วไปที่ควรเผยแพร่ให้ผู้รับสารทั่วไปได้รับทราบ และได้นำมาจัดไว้ในวาระการนำเสนอ เพื่อนำมาเสนอทางรายการ Morning

Health Club ผ่านสื่อโทรทัศน์ด้วยว่า มีปัจจัยในการกำหนด หรือเลือกเรื่องอย่างไร ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีกำหนดวาระข่าวสาร (Agenda – Setting Theory) ที่ลาซาร์สเฟลด์ และ เมอร์ตัน (Lazarsfeld and Merton) กล่าวว่า สื่อมวลชนสามารถให้สถานภาพแก่เรื่องราว บุคคล องค์กร หรือการเคลื่อนไหวต่าง ๆ ทางสังคมด้วยการดึงสิ่งเหล่านี้ออกมาให้คนสนใจ สื่อมวลชนจึงทำหน้าที่ให้ชื่อเสียง และทำให้อำนาจหน้าที่ของบุคคล และกลุ่มเด่นขึ้น หรือทำให้เหตุการณ์นั้นถูกต้อง การให้ข่าวสารของสื่อมวลชน และการที่ประชาชนได้รับข่าวสารจากสื่อมวลชน เป็นการพิสูจน์ว่า พฤติกรรมเรื่องราว และเหตุการณ์นั้นสำคัญพอที่ประชาชนควรให้ความสนใจในสารนั้น และสอดคล้องกับที่ แมคคอมบ์ และชอว์ (McComb and Shaw ,1977 อ้างถึงใน สวนิต ยมาภัย และรวิวรรณ ประกอบผล ,2528 ,น.122) ที่กล่าวว่า สื่อมวลชนเป็นตัวกำหนดวาระข่าวสารให้แก่ผู้รับสาร เรื่องใดที่สื่อมวลชนให้ความสนใจมากประเด็นนั้นจะถูกนำเสนอมากจนผู้รับสารจะพิจารณาได้เองว่าอะไรเป็นเรื่องที่ควรให้ความสนใจในขณะนั้น ซึ่งในรายการ Morning Health Club นี้ ผู้ผลิตรายการเป็นผู้กำหนดประเด็น ข่าวสารด้านสุขภาพ ตามสถานการณ์ปัจจุบัน เช่น การนำเสนอข่าวสารด้านสุขภาพผ่าน ช่วง Health report การนำข้อมูลจากการค้นคว้า และสำรวจความสนใจของผู้ชมมาพิจารณาเนื้อหาที่นำมาเสนอในรายการ

แต่อย่างไรก็ตามสิ่งที่ควรตระหนัก และจำเป็นต้องพิจารณาคู่กับการกำหนดวาระของสื่อ ก็คือ ปัจจัยที่เกี่ยวกับตัวผู้รับสารด้วย เช่น ภูมิหลังของผู้รับสาร ความรู้ และความสนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น เพราะปัจจัยที่กล่าวมานี้จะมีผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างการเสนอข่าวสารตามประเด็นที่สื่อมวลชนเสนอกับระดับการรับรู้ และความเข้าใจของประชาชน ซึ่งตามแนวคิดในเรื่องการกำหนดวาระข่าวสาร จะทำหน้าที่เป็นผู้เสนอวาระปัญหา หรือหัวข้อเรื่องต่าง ๆ จะเป็นผู้กำหนดประเด็นของข่าวสาร รูปแบบ และภาพรวมทั้งเนื้อหารายการที่ต้องการนำเสนอสู่ประชาชน โดยผ่านทางรายการ Morning Health Club ซึ่งสามารถนำแนวคิดดังกล่าวมาเป็นเกณฑ์ในการวิเคราะห์เนื้อหาในแต่ละช่วงของรายการว่า ในช่วงเวลานี้ควรจะเสนอเรื่องราวประเภทใด เพื่อให้สนองตอบความต้องการของประชาชนในสถานการณ์ปัจจุบัน

โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อโทรทัศน์มีข้อดี ก็คือ สามารถสร้างความสนใจ เข้าใจได้มากกว่าสื่อมวลชนอื่น เพราะได้ยินทั้งเสียง และเห็นภาพพร้อมกันไปด้วย มีความรวดเร็วในการนำเสนอข่าว และภาพได้ทันที สามารถถ่ายทอดสดเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ใช้เทคนิคสูงทำให้ผู้ชมสนใจประทับใจ และชวนติดตาม ชี้แจงรายละเอียดที่ซับซ้อน ยุ่งยากได้ มีเทคนิคการนำเสนอแต่ละขั้นตอน ทำให้สามารถเข้าใจได้ง่ายขึ้น และได้รับทั้งความรู้ และความบันเทิงพร้อมกันไปด้วย

การผลิตรายการที่เกี่ยวกับสุขภาพอนามัย จะต้องเป็นรายการที่มีความน่าเชื่อถือ ในเนื้อหา ต้องมีการสร้างภาพพจน์ที่ดี และยังเป็นสื่ออีกทางหนึ่งที่สามารถช่วยเหลือสังคมได้ แต่จากความเป็นจริงการจะนำเนื้อหาสาระอย่างใดอย่างหนึ่ง เข้ามาเผยแพร่ในรายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club นั้น ก็จะต้องปรับเนื้อหานั้นให้สามารถผสมกลมกลืนกับช่วงต่าง ๆ ของรายการ รวมถึงนโยบายของทางสถานีให้ได้ โดยจุดนี้เป็นบทบาทหน้าที่ของผู้ผลิตรายการ ที่จะต้องทำหน้าที่ประสานกับนักสาธารณสุข หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับงานสุขภาพในเรื่องนั้น ๆ โดยตรง ไม่ว่าจะ เป็นลักษณะของการประชาสัมพันธ์องค์กร หรือประชาสัมพันธ์กิจกรรมต่าง ๆ ที่ส่งเสริมการดูแลสุขภาพนั้น ก็จะต้องนำเนื้อหาปรับให้เข้ากับรูปแบบ และเนื้อหารายการ เพื่อให้รายการสามารถคงความสม่ำเสมอของสาระประโยชน์ที่กลุ่มผู้ชมสามารถรับสาร และตีความสาระนั้นออกมาตามวัตถุประสงค์ของรายการ แต่ที่สำคัญประโยชน์จากเนื้อหาสาระนั้น ควรเป็นสาระณะด้วย มิใช่เป็นองค์กรเอกชนส่วนใหญ่ เพราะอาจเป็นส่วนที่นำการกำหนดประเด็นเนื้อหารายการ และทำให้เนื้อหารายการไม่หลากหลาย การนำเสนอเนื้อหาสาระในรายการเพื่อสุขภาพนั้น ต้องมีความเหมาะสม และควรปรับเปลี่ยนการนำเสนอสาระนั้น เพื่อประโยชน์สูงสุดในการใช้สื่อโทรทัศน์ในการนำเสนอเรื่องสุขภาพต่าง ๆ

ข้อจำกัดในการศึกษาวิจัย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาวิจัย โดยมีข้อจำกัดในเรื่องของเวลา การดำเนินการศึกษาวิจัยค่อนข้างสั้น และการเก็บข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาวิจัยเพียง 4 เดือน คือ เดือนกันยายน - ธันวาคม 2546 จำนวน 18 ตอน ซึ่งเนื้อหาอาจจะไม่ครอบคลุมเกี่ยวกับสุขภาพเท่าที่ควร และเนื้อหาอาจจะน้อยไปสำหรับข้อสรุปในการศึกษาวิจัยที่ได้

ปัญหาและอุปสรรคของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณีรายการ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 ผู้วิจัยได้พบกับปัญหา คือ

1. ในการเก็บข้อมูล ในส่วนของการตอบรับของผู้ชมในเรื่อง โทรทัศน์ จดหมาย ที่ส่งเข้ามายังรายการ ข้อมูลต่าง ๆ ทางทีมงานได้มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบรายการใหม่ ทั้งยังมีการ

ย้ายสถานที่ทำงานใหม่ จึงทำให้ข้อมูลบางส่วนที่ผู้วิจัยต้องการขาดหาย จึงได้ข้อมูลมาทำการวิจัยไม่ครบต้องมีการตัดประเด็นบางอย่างออกไป จึงทำให้การวิจัยครั้งนี้ไม่สมบูรณ์เท่าที่ควร

2. การบันทึกเทปรายการได้ทำเปลี่ยนช่วงระยะเวลาในการเก็บข้อมูล เป็นช่วงเดือนกันยายน – ธันวาคม 2546 จึงทำให้การทำวิจัยล่าช้าขึ้น และได้มีการเก็บข้อมูลต่อ เพราะรายการ Morning Health Club ได้เลิกแพร่ภาพทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5

3. การติดต่อขอสัมภาษณ์ผู้ดำเนินรายการ คุณสิริยากร พุกกะเวส มีความลำบากไม่สามารถติดต่อได้ จึงทำให้บทสัมภาษณ์ในส่วนของผู้ดำเนินรายการไม่มีข้อมูลมาใช้ในการวิเคราะห์ในงานวิจัยครั้งนี้

ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ได้ดำเนินการศึกษาวิจัยในลักษณะเนื้อหาของรายการเป็นหลัก พร้อมทั้งรูปแบบของรายการ รวมถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการกำหนดเนื้อหาของรายการ จากการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า

1. รายการโทรทัศน์เพื่อสุขภาพควรจะมีเน้นเนื้อหาในเรื่องที่เกี่ยวกับโรคภัยต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ให้มีเวลาในการนำเสนอที่มากขึ้น
2. ทางทีมงานผู้ผลิตรายการควรนำเสนอในเรื่องของความสวยงามให้ลดน้อยลง และเพิ่มปริมาณการนำเสนอในเรื่องราวที่เกี่ยวกับสุขภาพต่าง ๆ ให้มากขึ้น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

ผู้วิจัยเห็นว่าการวิจัยในครั้งนี้เป็นการศึกษา การสื่อสารเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ ศึกษาเฉพาะกรณี รายการเพื่อสุขภาพ Morning Health Club ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบกช่อง 5 เป็นการศึกษา จากสื่อโทรทัศน์ ควรจะทำการศึกษาวิจัยในเรื่องเกี่ยวกับรูปแบบวิธีการนำเสนอรายการเกี่ยวกับสุขภาพ แต่วิจัยในสื่อแขนงอื่น ๆ อาทิเช่น สื่อวิทยุกระจายเสียง สื่ออินเทอร์เน็ต เป็นต้น หรือควรจะมีการศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

1. รายการโทรทัศน์เพื่อสุขภาพ ควรจะมีเนื้อหาที่เกี่ยวกับสุขภาพโดยตรงในปริมาณการนำเสนอที่มากกว่าเรื่องอื่น ๆ
2. ผู้ผลิตรายการควรจะนำเสนอเนื้อหาในเรื่องสุขภาพบางเรื่องอย่างต่อเนื่อง

3. ควรมีการวิเคราะห์เนื้อหารายการแบบเจาะลึกกว่า มีปริมาณเนื้อหาเกี่ยวกับสุขภาพจริง ๆ เท่าไร มีการแฝงในเชิงธุรกิจมากน้อย และมีผลกระทบกับเนื้อหาที่นำเสนอในรายการ

4. ควรมีการศึกษาประสิทธิผลของรายการเพื่อสุขภาพทางโทรทัศน์ โดยศึกษาเน้นในส่วนของผู้รับสาร (ผู้ชม) เพื่อประโยชน์ในการปรับปรุงเนื้อหา และรูปแบบรายการ ให้เป็นประโยชน์ต่อผู้รับสารมากขึ้น และได้ทราบถึงบทบาทของโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริมสุขภาพอีกแนวทางหนึ่งด้วย

5. ควรจะมีการศึกษา การสื่อสารสองทาง Two-way Communication โดยผู้ผลิตรายการในฐานะ (ผู้ส่งสาร) และผู้บริโภค หรือผู้ชมรายการในฐานะ (ผู้รับสาร) ที่มีการปฏิสัมพันธ์กัน เช่น การเขียนจดหมาย หรือส่ง SMS ,โทรศัพท์มือถือ ตลอดจนการใช้สื่ออินเทอร์เน็ต เข้ามาในรายการว่า มีผลต่อการพัฒนารูปแบบเนื้อหารายการประเภทสุขภาพอย่างไรบ้าง

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

หนังสือ

- กาญจนา แก้วเทพ. **สื่อสารมวลชน ทฤษฎีและแนวทางการศึกษา** : พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพมหานคร :จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,2541
- กาญจนา แก้วเทพ. **การวิเคราะห์สื่อแนวคิดและเทคนิค**. พิมพ์ครั้งที่ 2. บริษัท เอ็ดดิสันเพรส
โปรดักส์ จำกัด. 2541
- นภาพรณี อัจฉริยกุล. **การจัดรายการวิทยุโทรทัศน์ หน่วยที่ 5 – 7**. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี :
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ,2530
- มาณวิภา ตันติสุกฤต. **การผลิตรายการโทรทัศน์**. กรุงเทพมหานคร :มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ยุภา สุภากุล. **การสื่อสารมวลชน**. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร :ไอดีเอ็นเอสไตร์,2540
- วาสนา จันทร์สว่าง และทัศนีย์ อินทรสุขศรี. **การสื่อสารเพื่อชีวิต**. พิมพ์ครั้งที่ 2 .
กรุงเทพมหานคร :เจ้าพระยาการพิมพ์ ,2532
- เสถียร เขยประทับ. **การสื่อสารกับการพัฒนา**. พิมพ์ครั้งที่ 2 .กรุงเทพมหานคร :เจ้าพระยาการ
พิมพ์ ,2528
- เสถียร เขยประทับ. **การสื่อสารงานนวัตกรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร :จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย,2525
- สุภาวงศ์ จันทร์วานิช. **วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ**. พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพมหานคร :จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย ,2534
- อรุณีประภา หอมเศรษฐี. **การสื่อสารมวลชนเบื้องต้น**. กรุงเทพมหานคร :จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย ,2539

วิทยานิพนธ์

- ณพสิริ ปุสสเด็จ. " การสำรวจความรู้ ทัศนคติ และการเปิดรับข่าวสารเรื่องการดูแลสุขภาพแนว
ชีวิตจากสื่อสิ่งพิมพ์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร " วิทยานิพนธ์ปริญญา
นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ,2543
- นารากร ดิทยาน. " การวิเคราะห์เนื้อหาการโทรทัศนสำหรับเด็ก " วิทยานิพนธ์ปริญญา
นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ,2536
- นิภาพรรณ สุขศิริ. " ทิศทางการดูแลสุขภาพในรายการสุขภาพทางโทรทัศน์ " วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,2540
- เพียรพร ว่องวิทวัส. " ปัจจัยที่มีผลต่พฤติกรรมการเปิดรับสื่อโทรทัศน์รายการเกี่ยวกับสุขภาพ
อนามัยแม่และเด็กเพื่อการใช้ประโยชน์และตอบสนองของความต้องการด้านข่าวสาร
ของสตรีมีครรภ์ที่มารับบริการที่โรงพยาบาลราชวิถี " วิทยานิพนธ์ปริญญาโทนิเทศศาสตร
มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ,2538
- ลัดดา ประพันธ์พงษ์ชัย. " วิเคราะห์รายการเพื่อสุขภาพอนามัยทางโทรทัศน์ที่มีต่อการส่งเสริม
สุขภาพ " วิทยานิพนธ์ปริญญาโทนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,
2540
- สุภาภรณ์ พรหมดิราช. " ความพึงพอใจของผู้ชมรายการเพื่อสุขภาพกับการดูแลตนเอง " วิทยา
นิพนธ์ปริญญาโทนิเทศศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ,2540

สัมภาษณ์

- นฤมล เกียรติบุญเลิศ. ผู้ผลิตรายการ Morning Health Club. บริษัท โกลบอล เกทเวย์
(ประเทศไทย) จำกัด , สัมภาษณ์ ,15 พฤศจิกายน 2546
- พิรดา จารุรักษ์พงศ์. ผู้ช่วยผู้ผลิตรายการ Morning Health Club. บริษัท โกลบอล เกทเวย์
(ประเทศไทย) จำกัด , สัมภาษณ์ ,10 ตุลาคม 2547

ภาษาอังกฤษ**Books**

- Klapp, Joseph T. **The Effect of Mass Communication**. New York :The Free Press, 1967.
- Lievrouw, L.A. " **Health Communication Research Reconsidered** " Journal of Communication, vol 44 ,1994.
- MC Quail , D.and Windahl, & S. **Communication Models**:For the study of mass communication 2nd ed.. London,UK:Longman.1993.
- MC Quail ,D. " **With the Benefit of hindsight: reflections on uses and gratifications research.**" In Edited by R. Dickinson,R. Harindranath, and O.Linne Approaches to audiences: A reader.London,UK: Amol.1998.
- Ratzen,S. " **Quality communication: The Status and Scope of Health**" Journal of Health Communication, 2001.
- Rogers,E.M. and Agarwala – Rogers, & R. **Communication in organizations**. New York: The Free Press.1976.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

Coding Sheet

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
1 ก.ย.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	มหาวิทยาลัยสุขภาพดี ดร.วิโรจน์ อิมพิทักษ์ อธิการบดีมหาวิทยาลัย เกษตรศาสตร์ สนับสนุนโครงการดีมีผลดีเพื่อสุขภาพ เป็นการเสริมสร้างโปรตีน และแคลเซียมในวัยเรียนแก่นักเรียน ,นักศึกษา จึงจัดทำโครงการมหาวิทยาลัย สุขภาพดี (Health Campus) ม.เกษตรศาสตร์ได้มีการผลิตนมสดครั้งแรกในปี พ.ศ 2500 เพื่อเป็นต้นแบบในการผลิตนมกระบวนการผลิต คือ นำน้ำนมดิบเข้า มาผ่านกระบวนการพาสเจอร์ไรส์ และบรรจุเก็บในท้องเย็นกระบวนการผลิตจะมี การค้นคว้าวิจัยโดยใช้ นิสิต นักศึกษาให้มีส่วนร่วมในทุกขั้นตอน รวมถึงการจัด จำหน่าย โฆษณา ประชาสัมพันธ์	2.45 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ให้คำแนะนำและตอบปัญหา	คอลลาเจนบำรุงผิวพรรณ คุณศุภลักษณ์ ศักดิ์คนโท นักโภชนาการ สารคอลลาเจนช่วยบำรุงให้ผิวพรรณสดใสเปล่งปลั่ง ทำให้อ่อนกว่าวัย พบมาก ในปลาทะเลน้ำลึก ควรบริโภคในปริมาณ 600 มิลลิกรัม / วัน	1.45 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	ผู้ป่วยภาวะสมองตาย นพ. ชัยพร เรืองกิจ ประสาทแพทย์ การตาย คือ การสิ้นสุดของชีวิต แต่ปัจจุบันการตาย คือ ภาวะก้านสมองไม่ สามารถฟื้นได้อีก สมอง เกิดจากอุบัติเหตุ หรือภาวะเลือดออกในสมอง หรือ เรียกว่า ภาวะสมองบวม วิธีการตรวจ ใช้อุปกรณ์เฉพาะทางบีบรากกระดูกงู หรือใส่สายเอ็นในรูคนไข้ กรอกตาไปมา ถ้าไม่มีปฏิกิริยาแสดงว่าก้านสมองเสียไม่ มีทางจะฟื้นแล้ว จึงเชิญให้ร่วมบริจาคอวัยวะที่ยังใช้ได้แก่ผู้ที่รอคอยอวัยวะที่ ใช้งานได้ เช่น ตับ ไต	4.10 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวยผิวกระจับปี่ ดาราสาว คุณสาวิกา กาญจนมาศ และภส. หญิง นพวรรณ บัณฑิตวิเชียร เคยมีน้ำหนัก 54 กก. สามารถลดน้ำหนักได้ เวลาไม่ถึงปี - หลีกเลี่ยงการทานอาหารไขมันสูง และประเภทแป้ง - ออกกำลังกาย ฟิตเนส บอดี้คอนแบบ อื่น ๆ - ทานสารอาหารช่วยกระตุ้นการเผาผลาญ ไขมันทั้งกลางวัน และกลางคืน คือ สารชีวแมนโกลด์เพคเตอร์ คอลลาเจน กรตอมิโนแอซิด ช่วยในการทำงานของอินซูลิน และโครเมียม	4.55 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	มังคุด MANGOSTEEN ราชนิผลไม้ คุณชุมพล แจ้งโพธิ์ Chef ผู้คิดค้น เมนูสุขภาพ คือ - ยำหอยเชลล์กับมังคุด มีรสหวานของมังคุด - ลูกทองมังคุดทานกับน้ำผึ้ง - สลัดมังคุด ได้ความหวานอมเปรี้ยวจากมังคุด เมนูพิเศษวันนี้ น้ำตกปลาทูน่ากับสลัดมังคุด	2.50 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
8 ก.ย.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	ตบนั้นสำคัญใจ ศ.นพ.ชุตินา ประมุขสินทรัพย์ ประธานชมรมโรคตับแห่งประเทศไทย เล็งเห็นความสำคัญว่า ตับเป็นอวัยวะที่ใหญ่ที่สุดในร่างกาย และมีหน้าที่สำคัญที่สุด อาการของโรคตับ ตัวเหลือง ตาเหลือง ท้องบวม ท้องมาร อาเจียนเป็นเลือด อัตราการเสียชีวิตใน 1 ปี สูงมากถึง 90 % เมื่อเริ่มมีอาการตับแข็ง โรคที่จะตามมา คือ มะเร็ง ตับ	2.45 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ให้คำแนะนำและตอบปัญหา	เคล็ดลับการดูแลผิวพรรณ ดาราสาว คุณศศิประภา สุขดำรงค์ และ คุณอุบลวรรณ อยู่รอด คือ ออกกำลังกาย ขัดตัวนวดตัวปลา รับประทานอาหารพอกปลา ช่วยในการบำรุงผิวพรรณ และไม่สู้น ทานอาหารเสริมพวกคอลลาเจน จะมีมากในปลาทะเลน้ำลึก ช่วยให้มีผิวสวยไร้ริ้วรอย ช่วยโอบอุ้มไม่ให้ผิวสูญเสียความชุ่มชื้น	1.25 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	โรคกระเพาะ นพ. บันธิรุช วัฒนารักษ์สกุล สาเหตุ ความเครียด ทานอาหารไม่ตรงเวลา การทานอาหารรสจัด การทานยาแก้ปวดที่มีฤทธิ์เป็นกรด การคิดเชื่อแบบที่เรียกในกระเพาะอาหาร มะเร็งในหลอดอาหาร และกระเพาะอาหาร พบมากในคนไทย อาการ ปวดจุกแน่น แสบร้อนบริเวณลิ้นปี่ การรักษา ทานยาลดกรด ปรับพฤติกรรมความเครียด หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด ทานอาหารเป็นเวลา หลีกเลี่ยงการใส่ยาที่มีฤทธิ์เป็นกรด	4.45 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	สวยจากจิตใจ ดาราสาว คุณสุรางคณา สุนทรพนาเวศ ชีวิตจะอยู่ดีได้ คือ การทำสุขภาพทั้งกาย และใจให้ได้อย่างต่อเนื่องจะทำให้มีความสุขที่สุด นั่งสมาธิ วิปัสสนา ทำจิตใจให้ดี และวันนี้ยังนำความรู้ในเรื่องที่ผู้หญิงควรระวังมาบอก คือ ทานโยเกิร์ต หรือนมเปรี้ยว ทำให้จุดซ่อนเร้นของผู้หญิงมีกลิ่นหอมขึ้น ในระหว่างมีเพศสัมพันธ์ วิธีทำให้จุดซ่อนเร้นมีสุขภาพแข็งแรงควรมีบ้วนวันละ 100 ครั้ง ทำได้ทุกเพศ ทานนม ,กล้วย ,ส้ม ในมือเช้า จะทำให้สดชื่น ไม่อ้วน และยังดีสำหรับการมีเพศสัมพันธ์อีกด้วย	4.10 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	กล้วย BANANA ผลไม้ที่มีประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการสูง และมีมากในประเทศไทย ร้านอาหารกล้วย กล้วย คุณนรพล หลักเมือง เจ้าของร้าน เป็นร้านอาหารที่รวมอาหารเกี่ยวกับกล้วยทุกอย่าง เมนูแนะนำ กล้วยอบเนย กล้วยมัมมี่ กล้วยฟองโต เมนูพิเศษวันนี้ กล้วยห่อทูน่าทรงเครื่อง	2.55 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ชวงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
15 ก.ย.46	- ชวงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	ขนาดตัวเองช่วยการคลายความเครียด และไม่เกรนในเด็ก นพ.สมจิต ศรีอุดม สถิติเด็กไทยเป็นไมเกรนสูงถึง 5.6% ของโรคในเด็ก ทั้งหมด ปัจจัย จากสภาพความเป็นอยู่ของครอบครัว เด็กเครียด เด็กนอน ดึก อดนอน พักผ่อนไม่เพียงพอ การรับประทานอาหารพวกถั่ว ช็อคโกแลต ขนม ไล้กรอก ไอศกรีม การช่วยลดปริมาณโรคไมเกรนในเด็ก คือ อย่าน เร่งรัดเด็กจนเครียดมากไปทั้งเรื่องเรียน และครอบครัว	2.20 นาที
	- ชวงที่ 2 Health tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ให้คำแนะนำและตอบปัญหา	โรคมะเร็ง นพ.ภูษิต พิทักษ์กัญญูโร โรคนี้นในประเทศไทยพบมากที่สุด ผู้หญิงจะเป็นบริเวณ เต้านม ปากมดลูก ปอด ลำไส้ใหญ่ ผู้ชาย จะเป็น บริเวณ ต่อมลูกหมาก ตับ ปอด ลำไส้ใหญ่ สาเหตุ เกิดจากการผิดปกติ จากสารพันธุกรรม สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า อาหารพวกปิ้ง รนควัน มลภาวะแวด ล้อมปัจจุบัน และจากเชื้อไวรัส การสังเกตอาการเสี่ยง คล้ำก่อนเนื้อผิดปกติ บริเวณเต้านม และส่วนต่างๆ ของร่างกาย ไอเรื้อรังมีเสียงแหบ กลืน อาหารลำบาก ขับถ่ายอุจจาระผิดปกติ ผู้หญิงมีเลือดออก หรือตกขาวผิดปกติ แผลเรื้อรังรักษาไม่หาย มีไม่ หูดชั้นผิดปกติ โดผิดปกติ ต้องปรึกษา แพทย์ทันที ควรพบแพทย์ปีละ 1 ครั้ง	5.30 นาที
	- ชวงที่ 3 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เคล็ดลับกระชับผิว มีสูตรปี 2546 คุณมสสารี ศวัสกร ปัญหา ผิว หน้าหมองคล้ำ ผิวหนังมีรอยเหี่ยวย่น ให้ชุ่มชื้นช่วยฟื้นฟูสภาพผิว แต่ต้องรับ ประทานผัก ผลไม้ เพื่อรักษาจากภายในสู่ภายนอก และต้องมีการนวดหน้า บริหารกล้ามเนื้อ ภาส.หญิง กนกพร แก้วกมล การนวดหน้าจะช่วย กระตุ้นต่อมน้ำเหลืองบริเวณใบหน้าให้มีการทำงานไม่หย่อนยาน และควรใช้ ควบคู่กับผลิตภัณฑ์ที่มีสารช่วยชลอริ้วรอยพร้อมทั้งยังช่วยฟื้นฟูสภาพผิว เช่น วิตามินเอ ,บี ,ซี ,จึงโกบาโลบา และสารตัวอื่น ๆ	4.55 นาที
	- ชวงที่ 4 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	ลูกชัต (CHAT) หรือเรียกว่า เฟนุกกรีก เป็นเครื่องเทศอินเดีย ส่วนเมล็ด และใบนำมาปรุงอาหารได้ จะมีรสชาติขม และมีกลิ่นแรงมาก แต่มีสาร อาหารครบถ้วนทั้งโปรตีน วิตามิน เกลือแร่ Mr.Pitember Chef แนะนำอาหารที่ทำจากเครื่องเทศเฟนุกกรีก คือ โท่มักเครื่องเทศ และนำไปย่างจนเหลืองกรอบ เมนูพิเศษวันนี้ Tuna Fish Chat ยำทูน่ากับเครื่องเทศ	2.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
22 ก.ย. 46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	การประชุมโรคตับแห่งประเทศไทย ศ.นพ.เดิมนชัย ไชยบุญวิติ ประธานมูลนิธิโรคตับ ได้จัดตั้งขึ้น เพื่อกระตุ้นให้เกิดการรับรู้ และตระหนักถึงความสำคัญของโรคตับอย่างจริงจัง จะได้รู้จักวิธีการป้องกัน หรือเมื่อเป็นแล้วควรดูแลตนเองอย่างไร และเป็นการเปิดตัวมูลนิธิโรคตับ เพราะคนไทยเป็นโรคตับสูงมาก เช่น ไวรัสตับอักเสบบี (ไวรัสบี และซี) รวมถึงมะเร็งของตับที่เป็นมากอันดับ 1 ในผู้ชายด้วย	3.05 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health tips เกร็ดความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ให้คำแนะนำและตอบปัญหา	โรคถุงลมโป่งพอง ศ.นพ.สว่าง แสงศิริวัฒน์มา อายุรแพทย์ทางระบบหายใจ ผู้ที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคถุงลมโป่งพอง คือ ผู้ที่สูบบุหรี่มากรวมถึงผู้ที่สูบในช่วงอายุน้อย จะเกิดอาการสะสมในช่วงอายุประมาณ 40 ปี ผู้ที่เลิกสูบแล้วก็มีอาการเสี่ยงเหมือนกันแต่น้อยลง อาการเริ่มแรก มีอาการไอ หายใจไม่ค่อยออก มีเสมหะ ความดันตก เมื่อมีอาการเรื่อย ๆ ถุงลมก็จะเริ่มโป่งพอง การป้องกัน การป้องกันระดับบุคคลเป็นไปได้ยาก เช่น ใช้หน้ากากก การวิธีการสังเกต มีอาการ หอบหืด ไอมีเสมหะมาก เหนื่อยง่ายเมื่อเดินขึ้นบันได เล่นกีฬาจากคนไม่ค่อยเหนื่อยก็จะเหนื่อยง่ายขึ้น	5.25 นาที
	- ช่วงที่ 3 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวย ปัญหาความอ้วน ดาราสาว คุณจินลณี ศรีเพ็ญ หุ่นสวยด้วยธรรมชาติ - การรับประทานอาหารพวกไขมัน คาร์โบไฮเดรต น้อยลง - ออกกำลังกายสม่ำเสมอ - ทานสารสกัดธรรมชาติช่วยบำรุง ภูส.หญิง สุชาติ มั่งสูงเนิน ให้ข้อมูลว่า สารที่ช่วยสกัดกลไกการทำงาน และช่วยในการเผาผลาญไขมันที่สะสมในร่างกายให้ดึงออกมาใช้คือ สารสกัดจากเมล็ดทานตะวัน ผลส้มแขก พริกและชาเขียว แร่ธาตุ เกลือแร่ แอลฟาไลทีน และโครเมียม	3.55 นาที
	- ช่วงที่ 4 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	สับปะรด (PINEAPPLE) เป็นผลไม้เนื้อเหลืองมีรสเปรี้ยวอมหวาน อุดมไปด้วยวิตามินซี เกลือแร่ เอนไซม์โบมีริน ช่วยลดอาการแน่นท้อง อากาศร้อนช่วยแก้กระหายได้ คุณพรรณพิศ ศรีทองแท้ เจ้าของร้าน อาหารไทยกินรี เมนูแนะนำ จากสับปะรด - กุ้งมังกรเปรี้ยวหวาน มีโปรตีน และวิตามินซีสูง - แกงเหวียนสับปะรด มีแคลเซียม และวิตามินซี - ไก่อบฮาวาย มีรสชาติเปรี้ยวอมหวาน เมนูพิเศษวันนี้ สลัดปลาทูน่าสับปะรด	2.50 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหารายการ	เวลา
29 ก.ย.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	การวางแผนครอบครัว (การทำหมันง่ายนิดเดียว) นพ.บุญเลิศ สุขวัฒนาสินิทธิ์ ปัจจุบันประชากรในโลกสูงเพิ่มมากขึ้นการทำหมันเป็นทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจที่สุด การทำหมันถาวรของผู้ชายมี 2 วิธี แต่ที่นิยมทำและประหยัดในทุก ๆ ด้าน คือ การทำหมันแบบเจาะใช้เวลาประมาณ 15 นาที แต่หลังจากนั้นต้องพักการมีเพศสัมพันธ์ 1 สัปดาห์ ส่วนการคุมกำเนิดชั่วคราว คือ ผู้ชายจะสวมใส่ถุงยางอนามัย และผู้หญิงจะทานยาคุม แต่วิธีนี้ก็ใช้ว่าจะปลอดภัยต่อการคุมกำเนิดเช่นกัน	2.45 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	ภาวะวัยทอง พญ.เยาวลักษณ์ จีวิธนา ภาวะวัยทอง คือ ช่วงระดูหมดหรือภาวะระดับการเปลี่ยนแปลงฮอร์โมนในร่างกาย และจิตใจ ซึ่งจะไม่กำหนดช่วงอายุที่แน่นอน การสังเกต จะร้อนวูบวาบตามตัว มีเหงื่อออกช่วงตอนกลางคืน หงุดหงิดง่าย ซึ่ลม วิดกกังวล ความเชื่อมั่นลดลง ระบบปัสสาวะไม่ปกติ สตรีวัยทอง แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเสี่ยงที่จะเป็นโรคกระดูกพรุน พวกที่มีรูปร่างเล็กผอมบาง สูบบุหรี่ พันธุกรรมโรคกระดูก และอีกกลุ่มสตรีวัยทองพวกที่ดูแลตนเองได้ไม่ต้องพบแพทย์ การรักษา ทานแคลเซียมวันละ 1,500 มิลลิกรัม และวิตามินดีทุกวัน . ออกกำลังกาย สัปดาห์ละ 3 ครั้ง ๆ ละ 15 – 30 นาที ,งดบุหรี่ ,เหล้า และสารอาหารที่มีคาเฟอีน	5.45 นาที
	- ช่วงที่ 3 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวย ดาราสาวคุณปรางวลัย เทพสาธ ความขยันเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นโรคต่าง ๆ และยังเป็นการลดความเชื่อมั่นตนเองในเรื่องบุคลิกภาพ เคล็ดลับ - การเลือกรับประทานอาหารพวกผัก ผลไม้ - ออกกำลังกาย - เลือกรับประทานอาหารเสริมควบคู่ ภส.หญิงสุชาดา มิ่งสูงเนิน การเลือกอาหารเสริมที่ช่วยยับยั้งไขมันใหม่และดึงไขมันเก่าออกมาเผาผลาญพลังงาน และสารสกัดหลาย ๆ ตัว จะมิกคลไต่ที่แตกต่างกัน แต่เมื่อมารวมตัวกันจะแบ่งหน้าที่ในการทำงาน ไม่ส่งผลกระทบใด ๆ กลับเพิ่มประสิทธิภาพที่ดี	4.50 นาที
	- ช่วงที่ 4 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	ถั่วพู (WINGED BEAN) เป็นผักพื้นบ้าน กินผักมีขอบรอยหยักมีสีเขียวอ่อนมีเมล็ดอยู่ตรงกลางผัก ให้โปรตีนสูงอุดมด้วยเกลือแร่ แคลเซียม วิตามินบี ,บี1 ,บี2 ,ซี และมีกรดไขมันสูง มีน้ำมากสัมผัสกรุบกรอบเหมาะทำอาหารประเภททอด ร้าน Seven Spice คุณอาวี เกตุขาว Chef มีเมนูแนะนำ - ไข่เขียวถั่วพู - ยำถั่วพูน้าใส - น้ำพริกมะกรูดถั่วพูต้มประ เมนูพิเศษวันนี้ ข้าวกล้องผัดน้ำพริกปลาทูน่า	3.05 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
6 ต.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	นวัตกรรมสุขภาพความงาม คุณริติพัฒน์ ศุภภัทรานันท์ งานไทยแลนด์ Health and Beauty Show 2003 นวัตกรรมสุขภาพความงาม เติบโตเป็นอันมาก ผู้ผลิตไทยเล็งเห็นว่า วัตถุประสงค์ส่วนใหญ่ผลิตจากธรรมชาติใน ประเทศ ซึ่งผลิตภัณฑ์มี 2 ประเภท คือ ผลิตภัณฑ์เฝ้าผาผลาญ อาโรมาติกซอฟท์ (Aromaticsoft) ใช้สูดกลืนน้ำบดเพื่อผ่อนคลาย และผลิตภัณฑ์ที่ออกแบบมาเพื่อ เน้นสุขภาพของผู้ใช้ วัตถุประสงค์หลัก น้ำมันรำข้าว ทำเป็นสบู่ ซึ่งมีวิตามินอี ให้ ความชุ่มชื้นกับผิว และอื่น ๆ อีกมากมาย	2.30 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	โรคหัวใจและหลอดเลือดอุดตัน นพ.वलันต์ อุทัยเฉลิม สาเหตุการตาย อยู่ในระดับต้น ๆ ของประเทศ คือ ไขมันสะสมในหลอดเลือด การสูบบุหรี่ ทาน อาหารไขมันสูง การออกกำลังกายน้อย อาการเตือน 2 แบบ - อาการค่อยเป็น ค่อยไป แน่นหน้าอกเหมือนใครกดทับนานกว่า 15 นาทีขึ้นไป - แน่นหน้าอก แบบเฉียบพลันโดยไม่มีอาการนำมาก่อน การรักษา - การอุดตันหลอดเลือด เฉียบพลันทำการขยายหลอดเลือดอุดตันที่อุดตันออกมาตามหลอดเลือด - การรับประทานยา ปรุมพยาบาลเบื้องต้น ใช้อาพันธ์ขยายหลอดเลือดของคนไข้ หรือยาทานให้ก่อนประมาณ 5 - 10 นาที แล้วค่อยให้รัอีกได้แต่ถ้าไม่ดีขึ้นรีบส่ง แพทย์ทันที	5.40 นาที
	- ช่วงที่ 3 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	ลดความอ้วน คาราสาว คุณพิมพ์พรรณ ชลายนคุปต์ เคยลดความอ้วน ด้วยการทานยาแล้วมีผลข้างเคียงเยอะมาก ตอนหลังเปลี่ยนมาควบคุมอาหาร และทานอาหารเสริมเป็นเส้นใยช่วยในการลดน้ำหนัก และทำให้ผิวพรรณเปล่ง ปลั่ง ภัศ.หญิง ชลธิชา สุธีรังกูร แนะนำว่า มีอาหารเสริมชนิดหนึ่งมีส่วน ประกอบจริงเส้นใย Acasic ,Psytim ,Marine ,Shellfish ,Apple ,Pectin , Vitamine c ที่มีคุณสมบัติจับไขมันไม่ให้สะสมในร่างกาย และไม่มีผลข้าง เคียงต่อร่างกาย	4.55 นาที
	- ช่วงที่ 4 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	รากบัว (LOTUS ROOT) เป็นส่วนรากของบัวอยู่ใต้ดินโคลนมีลักษณะท่อน ใหญ่กลมยาวมีสีเหลืองงาช้าง ถ้าตัดตามขวางจะมีรูกลมเต็มด้านหน้า จุดด้วย วิตามินซี เกลือแร่ แก้วรอนในดับกระหาย และช่วยในการเจริญอาหารอีกด้วย ร้าน Tonque Thai คุณปริศนา เมฆนธสาร แนะนำเมนู - หอยเชลล์ยำรากบัว - แกงส้มรากบัวปลาแรดมอน - กุ้งผัดพริกเผารากบัว เมนูพิเศษวันนี้ ลาบปลาทูน่า	2.55 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
13 ต.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	ศูนย์บริการเฉพาะโรค พญ. ยิ่งดาว ไกรฤกษ์ ศูนย์โรคทางเดินอาหารและตับกรุงเทพ คนไทยป่วยเป็นโรคทางเดินอาหารและตับสูงมาก มีเครื่องตรวจที่ทันสมัยสามารถตรวจได้แม่นยำรวดเร็วถูกต้อง และตรวจได้ทุกส่วนภายในระบบทางเดินอาหาร มีการบริการรับส่งผู้ป่วยจากบ้านมาตรวจที่ศูนย์ตลอด 24 ชั่วโมง	1.50 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink (ช่วงใหม่)	พิธีกร คุณปนัดดา วงศ์ผู้ดี เชิญ คุณเยาวลักษณ์ ไตรสุรัตน์ มีสไทยแลนด์ยูนิเวอร์ แนะนำขั้นตอนการดูแลผิวจากภายในสู่ภายนอก ด้วยการทานอาหารให้ครบทั้ง 5 หมู่ รวมทั้งรับประทานอาหารเสริมที่มีคุณค่าช่วยในเรื่องการบำรุงผิวพรรณให้ดียิ่งขึ้น เพราะปัจจุบันสภาพอากาศทำให้เสี่ยงต่อการทำให้สุขภาพผิวเสีย	2.15 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	กลุ่มอาการปวดจากกล้ามเนื้อ พญ. วรณี เกตุมาลาศิริ อากาปรปวดกล้ามเนื้อมีลักษณะพิเศษ คือ มีอาการปวดร้าวที่ตำแหน่งอื่นที่อาจพบรวมกับความผิดปกติระบบประสาทอัตโนมัติ สาเหตุ - การสะสมจากหลายสิ่งที่ยวมกันและเกิดอุบัติเหตุกระตุ้นทำให้เกิดอาการ - เกิดจากกลไกในชีวิตประจำวันผิดปกติ ท่าเดิน ยืน นั่ง - เกิดจากคนที่มีสภาพร่างกายผิดปกติ เช่น ไขว้เขว ไม่เท่ากัน - โรคพื้นฐานของคนไข้เกิดผิดปกติ - การขาดวิตามินและธาตุเหล็ก อาการ ปวดที่กล้ามเนื้อ และส่งผลไปบริเวณอื่น หรือมีอาการแทรกซ้อน การรักษา - รู้จักแท้จริงรักษาเฉพาะที่ชัดเจน นวด ใช้ไฟฟ้า ผ่า ผ่า เริ่ม - หาสาเหตุกระตุ้น และปรับแก้ไข	5.10 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	ผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อผิวสวย คาราสาว คุณอรอนงค์ ปัญญาวงศ์ การดูแลผิว คือ - การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย - พักผ่อนให้เพียงพอ - เข้าร้านเสริมสวยนวดหน้า นวดตัวบ้าง เป็นการออกกำลังให้กล้ามเนื้อส่วนใบหน้าบ้าง ผู้เชี่ยวชาญ คุณปาริชาติ วรณประสาธ และแนะนำเครื่องนวดหน้าที่ใช้คลื่นเสียงช่วยในการลั่นสะเทือนมีระดับการนวดสม่ำเสมอ ใช้คู่กับครีมบำรุงผิวจะทำให้ครีมซึมซาบลงสู่ผิวหนังได้มากกว่าใช้ได้กับทุกส่วนของร่างกายที่ต้องการ	4.00 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	เมือก (TARO) อุดมไปด้วยวิตามินซี บี1, โปแตสเซียม, ธาตุเหล็ก ช่วยย่อยง่ายเป็นแหล่งคาร์โบไฮเดรต เมื่อปรุงอาหารทำให้มีกลิ่นหอม และช่วยเพิ่มรสชาติอาหาร ร้านบ้านครัว คุณอรุณี ภูมิจิตร เจ้าของร้านแนะนำเมนู - หมักกรอบกุ้งสด - เมี่ยงไก่เมือกกรอบ เมนูพิเศษวันนี้ เมือกทอดทูน่า	2.15 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
20 ต.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	IPM DADIDA แนวปลอดสารพิษ คุณสงบ ลากัญญา อบต.ผู้นำ โครงการ เป็นโครงการเสริมสร้างความเข้มแข็งแก่เกษตรกร โดยเปิดอบรม - การใช้สารเคมี และการเรียนรู้การกำจัดศัตรูพืชตามธรรมชาติ - เรียนรู้เกี่ยวกับแมลงชนิดใดมีประโยชน์ และมีโทษ ต่อต้นแก้ว - แปลงแก้วแต่ละแปลงจะมีการปฏิบัติไม่เหมือนกัน เช่น การกำจัดเชื้อรา ไม่ต้องหมักมากำจัดแมลง เพราะสามารถกำจัดแมลงได้โดยไม่ต้องใช้ยาฆ่า แมลง	2.35 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ ภายนอกด้วย Blink	ปัญหา ผิวขาวไม่อมชมพูชืด ภส.หญิง วิลาสิณี บุรโกศล สาเหตุ ผิวขาดการออกกำลัง ผิวไม่แข็งแรง ควรให้ผิวได้ผ่านการนวดบ้าง และควร ออกกำลังกายด้วย เช่น การเดินแอโรบิค การวิ่งเบา ๆ และทานสารอาหาร เสริมพวก วิตามินซี,อี ,สารสกัดจากเปลือกสน ช่วยการไหลเวียนของโลหิต ได้ผิวหนังได้	1.55 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	โรคมุมแพป้องกันและรักษาได้ รศ.นพ.สุวัฒน์ เบญจพลพิทักษ์ คน ไทยแพ้ไรฝุ่น 70 % อยู่ในทีนอน หมอน จะกินรังแคฝุ่นเป็นหลัก มักพบใน ห้องนอน และอีกส่วนที่พบ เช่น แมว สุนัข เกสรดอกไม้ หญ้า อาการ ผิว หนังเป็นผื่นแดง ลมพิษ - ทางเดินหายใจ ไอ จามอย่างรุนแรง คัดจมูก น้ำมูกไหล บางรายไม่เคยเป็นมาตั้งแต่เกิดเพิ่งมาเป็น เพราะการถูกระตุ้น ซ้ำจากร่างกายจึงตอบสนองทำให้ภูมิคุ้มกันเปลี่ยนแปลงเกิดเป็นภูมิแพ้ขึ้น โรคมุมแพที่สามารถถึงขั้นเสียชีวิตได้ คือ - หืด หอบ หายใจไม่ออกขาด ออกซิเจน - แพ้อาหารรุนแรงทุกระบบทำให้เกิดการช็อคเสียชีวิต การรักษา ทดสอบว่าคุณแพ้อะไร หลีกเลี่ยงสารที่ก่อให้เกิดการแพ้	4.25 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	สารสกัดน้ำมันบริสุทธิ์คลายเครียคได้ ศ.ดร.โคติเชร์ ดีชอร์ จาก มหาวิทยาลัยนองซี ปารีส น้ำมันเป็นสารที่มีส่วนประกอบ น้ำ ไขมัน โปรตีน โมเลกุลใหญ่ที่นำมาใช้ในการเจริญเติบโต เวลาที่ร่างกายอ่อนแอ จะทำให้ เกิดโครงสร้างของสารออกฤทธิ์ต่าง ๆ ซึ่งมีฤทธิ์คล้ายสารคลายเครียค คือ แอลฟา เอสวัน แต่ดีมีเองไม่สามารถรับสารนี้ได้ เพราะสารแอลฟา เอสวัน เพียง 1 เม็ด ต้องใช้น้ำถึง 70 ลิตร ในการผลิตสารตัวนี้ต่างจากสาร คลายเครียคตัวอื่น คือ ช่วยเรื่องสมาธิ ความจำ การตัดสินใจ และไม่มีผล ข้างเคียงใช้ได้ระยะยาวเพราะได้ทำการทดลองแล้ว	4.40 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	ปลีกด้วย ส่วนเกษตรตัวของกล้วย เคล็ดลับรักษาหิวปัสให้ขาว นำมาแกะ ส่วนนอกออกส่วนด้านในแช่น้ำมะนาว ห้องอาหารไทยราชาวทอง คุณกนกกรส วงศเวดิน เจ้าของร้าน แนะนำอาหาร - กุ้งมะขาม - ต้มข้าวปัส - ยำหิวปัส เมนูพิเศษวันนี้ ยำทูน่าหิวปัสสด	2.35 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
27 ต.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	กิจกรรมอนุรักษ์ทะเลไทย (โครงการสร้างสรรค์เยาวชนไทย) - การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดีของทุกคน - การนั่งสมาธิให้มีจิตใจที่ดี - การทำกิจกรรมร่วมกัน สอดแทรกการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน การเลี้ยงลูก การอดทน การทำงานเป็นหมู่คณะ - มีส่วนช่วยในการอนุรักษ์ทะเลไทย เป็นกิจกรรมที่สร้างจินตนาการ และความคิดของเด็ก ๆ	1.30 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ ภายนอกด้วย Blink	ผิวหนังแห้งเป็นขุยแดงหน้าผาก ภูมิแพ้ฤดูร้อน ฐานปะทุสุด ผิวแห้ง เกิดจากกลไกการเก็บน้ำของผิวภายในบดพร่องทำให้เกิดริ้วรอยง่าย ข้อ แนะนำ ทานผักสด ผลไม้ ต้มยำน้ำมาก ๆ และทานอาหารเสริมที่มีส่วน ประกอบจากปลาทะเลน้ำลึก วิตามินต่าง ๆ ช่วยเสริมชั้นคอลลาเจนให้ผิว แข็งแรงชุ่มน้ำได้ดีขึ้น ร่วมกับโคโรนโซมมิวเทิน	1.55 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	โรคปวดหลัง นพ.วิกรม จารุสถิระกุล สาเหตุ การใช้อิริยาบถไม่ถูกต้อง การเคลียดอกของหลัง หรืออุบัติเหตุจาก การเล่นกีฬา โรคของคนสูงอายุเสื่อมตามวัย การผิดปกติของกระดูกสัน หลังตั้งแต่เกิด เนื่องอก หรือมะเร็งที่กระดูกสันหลัง อาการปวดทั้งไว้จะทำ ให้เรื่องผู้ป่วยสูญเสียโอกาสต่าง ๆ ในชีวิตทางด้านเศรษฐกิจ หรือถ้าพบชั้น รุนแรงอาจเป็นอัมพาตได้	6.50 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวย ดาราสาว คุณพิจิตรา สิริเวชชะพันธ์ ออกกำลังกาย สม่ำเสมอ ทานผัก และผลไม้ หลีกเลี่ยงอาหารพวกแป้ง ไขมัน ทานอาหาร เสริมที่มีสารสกัดจากธรรมชาติหลาย ๆ ชนิดใน 1 แคปซูล	3.15 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	มะพร้าว (COCONUT) ผลไม้คลายร้อนแก้กระหาย เนื้อมะพร้าวนำมา ปรุงอาหารได้อีกด้วย มะพร้าวช่วยดับร้อน อุดมด้วยคุณค่าของสารอาหาร และเกลือแร่หลายชนิด คุณสมบัติ ช่วยบำรุงร่างกาย แก้อาการอ่อนเพลีย และขับปัสสาวะได้อีกด้วย	2.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
3 พ.ย.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	โรคเบาหวาน เป็นโรคที่มีอาการเรื้อรังต้องรักษาติดต่อกันเป็นเวลานาน และมี อัตราสูงมาก ควรตรวจเช็คระดับน้ำตาลในเลือด และงดอาหารที่เสี่ยงต่อการ เป็นโรค เช่น แป้ง น้ำตาล ควรออกกำลังกายสม่ำเสมอ การตรวจเช็ค - ไปพบแพทย์เข้ารับการเช็คร่างกาย - ใช้เครื่องช่วยตรวจวัดระดับน้ำตาลด้วยตนเอง ควรตรวจเดือนละ 1 ครั้ง	2.10 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ ภายนอกด้วย Blink	ปัญหาผิวไม่แข็งแรง มีริ้วรอยหมองคล้ำ ภาส.หญิง เรืองศรี แซ่โจ้ว สาเหตุ จากควีนบุตรี มลภาวะ ความเครียด วิธีป้องกัน ทำจิตใจให้สบายพัก ผ่อนให้เพียงพอ - รับประทานอาหารล้างพิษบ้าง - รับประทานอาหาร อาหารเสริมที่มีโคเรโนโซมีคิวเทินเพิ่มเติมให้ร่างกาย	1.35 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	โรคเบาหวาน พญ.อุษุณี สิงห์โกวิท แพทย์ผู้เชี่ยวชาญโรคเบาหวาน การมีน้ำหนักตัวมากทำให้เสี่ยงต่อการเป็นโรคเบาหวานได้ สาเหตุอื่น - กรรมพันธุ์ แต่ถ้าไม่มีปัจจัยอื่นมาเร่งก็จะไม่เกิดขึ้นได้ - ไม่ออกกำลังกาย - การใชยาบางอย่างที่ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้น - โรคบางอย่างของตับอ่อน (ภาวะตับเรื้อรัง) เนื่องจากการดื่มสุรามาก ภาวะโรคแทรกซ้อน มี 2 ประเภท 1. โรคแทรกซ้อนเฉียบพลัน 2. โรคแทรกซ้อนเรื้อรัง มาจากสมองเป็นมากอาจเป็นอัมพาตได้ การตรวจเช็ค - เมื่อเริ่มสงสัยว่าเป็นรีบตรวจเช็คทันที - ดูแลวิถีทางพันธุกรรม - กลุ่มที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเป็นควรตรวจเช็ค	4.50 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	พิชิตโรคมะเร็ง สมามคมพินฟูผู้ป่วยโรคมะเร็ง ภาส.พรศักดิ์ วชิระมโน ประเสริฐ และ คุณสุพจน์ วัฒนธรรมาวีน ผู้ป่วยโรคมะเร็งในโรกระดุก ลามต่อมน้ำเหลือง อาการ อ่อนเพลีย หน้าซีดเหลือง ว่างบ่อย ไม่มีแรง ทาง สมาคมได้จัดทำหนังสือส่งข้อมูล จึงเข้ารับการรักษากับทางชมรม คอยให้คำ ปรึกษา และดูแลผู้ป่วยตลอดเวลา การรักษาแบบแผนปัจจุบันควบคู่กับวิธีการ รักษาแบบทางเลือก คือ เคมีบำบัด เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภค และให้ รับประทานน้ำสมุนไพรจีนที่ช่วยฟื้นฟูภูมิคุ้มกันโรคได้	4.50 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	แคนตาลูป (CANTALOUPE) เป็นพืชตระกูลแตงมีกลิ่นหอม อุดมไปด้วย วิตามินเอ.ซี ในปริมาณที่ใกล้เคียงกับส้มเขียวหวาน ร้าน เรือนบ้านแก้ว เมนูแนะนำ - แกงเผ็ดสเด็กพิทไทยดำ - ปลาก้อนแคนตาลูป เมนูพิเศษวันนี้ ปลาทูน่าก้อนแคนตาลูป	2.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
10 พ.ย.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	สถานการณ์โรคมะเร็ง มะเร็งเต้านมคุกคามผู้หญิงมากเป็นอันดับ 2 รองลงมาจากมะเร็งปากมดลูก สถาบันมะเร็งแห่งชาติ จัดงาน มหกรรมต้านภัยมะเร็งเต้านม ครั้งที่ 3 ให้ข้อมูลถึง สาเหตุของโรคมะเร็ง - การเปลี่ยนแปลงวิถีการดำรงชีวิตทำให้ผู้หญิงไทยเป็นมากขึ้น - การรับประทานอาหาร - การออกกำลังกาย * มะเร็งเต้านมรักษาได้ ถ้าพบตั้งแต่ระยะแรกมีโอกาสรักษาได้ถึง 90 %	2.20 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	อายุน้อยแต่ช่วงร่องแก้มหย่อนยาน การบำบัด - ควรบริหารหน้า โดยเงยหน้าอ้าปากค้างไว้ 5 วินาที คอยหุบปากแก้มหน้าลง ทำ 8 ครั้ง / วัน จะช่วยลดปัญหานี้ได้	2.10 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	การผ่าตัดมดลูกผ่านกล้องส่องหน้าท้อง นพ.มงคล จันทภาณุกุล แพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์และการผ่าตัดกล้องทางนรีเวชกรรม การผ่าตัดมดลูกผ่านกล้องส่องหน้าท้อง มี 2 วิธี ในการผ่าตัด คือ 1. การเปิดหน้าท้องแบบดั้งเดิม 2. การผ่าตัดผ่านกล้อง หรือการผ่าตัดผ่านรูทวาร ข้อดี แผลหน้าท้องจะมีขนาดเล็ก ผู้ป่วยเจ็บแผลน้อย อยู่โรงพยาบาลระยะสั้น อาการผิดปกติ - ตั้งแต่อายุประมาณ 35 ปี ขึ้นไป ควรตรวจร่างกาย ปีละ 1 ครั้ง - ถ้าประจำเดือนมาคลาดเคลื่อนควรปรึกษาแพทย์	4.35 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวย ดาราสาว คุณทราย เจริญปุระ และภส.ธัญญเทพ พูประเสริฐศักดิ์ คือ - เลือกรับประทานอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ - ควบคุมปริมาณอาหาร - ทานอาหารเสริมที่มีสารสกัดจากเมล็ดทานตะวัน , ผลส้มแขก พริกและชาเขียว * การเลือกใช้สารสกัดธรรมชาติหลาย ๆ ตัวรวมกัน ในการลดน้ำหนัก ควรใช้ประมาณ 2 เดือน จึงจะเห็นผล และรับประทานอย่างต่อเนื่อง	5.10 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	ผลกีวี (KEWI) ผลไม้เมืองหนาว มีกลิ่นหอมเย็น รสเปรี้ยวอมหวาน อุดมด้วยวิตามินบี,ซี,อี มีเส้นใยสูงช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานปกติ ร้านขนม คุณสุวรรณา ชุนหศิริ เจ้าของร้าน แนะนำเมนูขนม - ทาร์ตผลไม้รวม - กีวีโรลครีมชีส เมนูพิเศษวันนี้ กีวีทูน่าโรล	1.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
17 พ.ย. 46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	D-TOX การล้างลำไส้ด้วยตนเอง นพ.กัธร ศิริพันธุ์ อาหารที่รับประทานมักมีผลกับร่างกาย ทั้งทางบวก และลบ ควรมีการล้างลำไส้บ้างก็จะดี วิธีล้างลำไส้มีอยู่ 2 วิธี 1. การล้างลำไส้ใหญ่ล้างพิษชนิดหนึ่ง สามารถทำได้ที่บ้านเป็นการบำบัดด้วยวิธีธรรมชาติบำบัด 2. การล้างลำไส้เอง ระยะแรกควรได้รับคำแนะนำจากแพทย์ถึงวิธีการล้างที่ถูกต้อง และค่อยนำไปปฏิบัติเอง	2.05 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	รอยตีนกานโบหน้า ภส.หญิง ญันนัทพร เอียดจงดี รอยตีนกานโบหน้า ต้องมีการบริหารกล้ามเนื้อรอบดวงตาบ้าง คือ การตั้งศีรษะ และโบหน้าให้ตรงทำตากรอกไปมาจาก ข้าย-ขวา-ล่าง-บน ทำวันละ 10 ชุด และควรรับประทานอาหารเสริมที่มีสารสกัดโคโรนโซมิควิน .สารสกัดจากปลาทะเลน้ำลึก ,วิตามินอี .ซี ควบคู่ไปด้วย	1.35 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	สายตาคิดปกติ พญ.วรัญญูวดี ธนวิสุทธิ์ จักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ความผิดปกติทางสายตา คือ สภาวะของสายตาที่ไม่สามารถโฟกัสแสงที่ผ่านเข้ามาในตาจากวัตถุที่เรายามองให้เกิดเป็นภาพที่มามากยังประสาทตาได้อย่างพอดี อวัยวะที่เป็นส่วนสำคัญที่ทำให้สายตาคิดปกติ 1. กระพริบตา 2. เลนส์แก้วตา 3. ขนาดความยาวของลูกตา วิธีการแก้ไขความผิดปกติทางสายตา การใส่แว่นสายตา / การใส่เลนส์สัมผัส / การใช้เลเซอร์ในการแก้ไขสายตา / ควรตรวจเช็คสายตาอย่างน้อย เดือนละ 1 ครั้ง การดูแลรักษาสายตา - ใส่แว่นตา - ควรมีการตรวจเช็คตาปีละ 1 ครั้ง	4.50 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	สุขภาพผมสวย คุณกรรรา จินตณสดี - ออกกำลังกาย - ทานอาหารที่มีประโยชน์ - ทานวิตามินบำรุงผม - หมักผม และตัดปลายผมบ้าง ภส.หญิง สุชาดา วรรณจันทร์ การดูแลเส้นผมจากภายใน คือ - ดูแลสุขภาพผมก่อนหลีกเลี่ยงผลิตภัณฑ์ที่อันตรายกับเส้นผม - เลือกใช้แชมพูที่เหมาะสมกับสภาพเส้นผม - รับประทานอาหารเสริม Hary Blink Balance ที่มีโปรตีน ไอเมก้า 3 , วิตามินซี ,อี ,บี5 ,บี6 และไบโอติน ซึ่งสารทุกชนิดที่กล่าวมาจะช่วยเสริมสร้างให้เส้นผมมีสุขภาพดีแข็งแรงและควบคุมภาวะผมหงอกก่อนวัย	4.15 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	บิทูท (BEET ROOT) พืชเมืองหนาว ให้สารอาหารพวกวิตามินเอ ,ซี ธาตุเหล็ก ,แคลเซียม ,โปตัสเซียม สูง ช่วยในการบำรุงเลือดให้การไหลเวียนโลหิตดีขึ้น ร้าน Big Gido's Bakery คุณไพโรจน์ ศิริบุหงศ์ เจ้าของร้านแนะนำอาหาร - มัฟฟินบิทูท - เค้กบิทูท เมนูพิเศษวันนี้ Tuna Quiche Lorrence (อาหารคาว)	2.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
24 พ.ย. 46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	โรคติดเชื้อเมลิออยโคซิส นพ.ไพฑูรย์ บุญมา โรคติดเชื้อ มีมานานแล้วพบในน้ำ ดิน เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย มีทั่วไปในประเทศไทยแต่พบมากที่สุดคือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ภาคอีสาน) มักพบในชาวไร่ ชาวนา เข้าทางบาดแผล และจะพบในผู้ป่วยที่มีปัญหาโรคเบาหวาน โรคไต ที่มาจากการเป็นโรคปอดขั้นรุนแรง บางกลุ่มเกิดจากติดตามตัว แขน ขา ต่อมาน้ำลาย การรักษาให้ยาเฉพาะอย่างเหมาะสมโรคนี้หายได้แต่ต้องใช้ระยะเวลานาน	2.50 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	ผิวบนใบหน้า ผิวหน้าหมองคล้ำริ้วรอยบนหน้ามาก ภศ.หญิง ธิดิพร เหมาะสมดวงกุล วิธีป้องกัน - หลีกเลี่ยงแสงแดดในช่วง 10 โมงเช้า - ใช้ครีมกันแดด - รับประทานอาหารเสริมที่มีส่วนผสมเบต้าแคโรทีน, วิตามินอี, วิตามินซี ร่วมกับโคโรนโซม	1.50 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	โรคอ้วนในเด็ก นพ. ชลันธร ปรีชาสมบัติ เด็กไทยเป็นโรคอ้วนประมาณ 14-15% ของโรคในเด็ก สาเหตุ - ร้อยละ 90-95% กินอาหารเกินการใช้พลังงาน - ความผิดปกติของต่อมไร้ท่อ - เด็กที่อยู่ในภาวะความเสี่ยงทางพันธุกรรม อันตรายจากโรคอ้วน - เด็กอ้วนช่วงอายุน้อยก็จะกลายเป็นผู้ใหญ่ที่อ้วน - ความผิดปกติของข้อต่างๆ - โรคเบาหวาน กินจุ แต่ผอมลง ปัสสาวะบ่อย - ผิวหนังบริเวณข้อพับต่างๆ มีสีหมองคล้ำ ร่างกายมีระดับอินซูลินในเลือดสูง การรักษา - ควบคุมการรับประทานอาหาร - ปรับพฤติกรรมรับประทานอาหาร - ออกกำลังกายมากขึ้น	4.40 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	Lifestyle คลายเครียด ดาราชาย คุณชลิต เพื่ออารมณ์ จะชอบการนวดแผนโบราณ เพราะช่วยคลายกล้ามเนื้อและคลายเครียดได้ ผู้เชี่ยวชาญคุณปกรณ์ กวินอนุรักษกุล ศาสตร์ของการนวดเป็นการช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และการไหลเวียนของโลหิต และด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีมีเก้าอี้นวดคลายเครียดช่วยนวดตั้งแต่ต้นคอ หลัง เอว ซึ่งระดับการนวดจะมีน้ำหนักสม่ำเสมอ และมีการเลือกโปรแกรมได้ การนวดมี 3 ระบบ คือ - การนวดแบบกด ช่วยลดกรดแลคติก และคาร์บอนิค มีผลต่อระบบการไหลเวียนโลหิตของร่างกาย - การนวดแบบทุบ ช่วยการกดทับของหมอนรองกระดูกอ่อนคลาย - การนวดแบบคลึงหรือระลอกคลื่น ช่วยในการกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต	5.00 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	สตอร์เบอร์รี่ เป็นผลไม้เมืองหนาวมีกลิ่นหอมเฉพาะตัวที่อุดมไปด้วยวิตามิน เอ ซี บี1 บี2 ร้าน Say' Cheese คุณสาธิตี ปิ่นยารชุน เจ้าของร้านแนะนำเมนูเด็ก - เด็กนมสด - เด็กช็อคโกแลต - เด็กสตอร์เบอร์รี่เมนูพิเศษวันนี้ เมจิกสลัด	1.45 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
1 ธ.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	โรคสะกดเงิน นพ.ภูมิธ อรัญญาเกษมสุข เป็นโรคผิวหนัง มีผื่นแดง มีขุยสีขาวเป็นสะเก็ดปกคลุมพบทุกบริเวณผิวหนัง ศรีษะจรดปลายเท้า สาเหตุ - กรรมพันธุ์ เป็นสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่ง - พบในเด็ก ผู้ใหญ่ ทุกเพศ ทุกวัย ทุกชาติ - ไม่ใช่โรคติดต่อ - ไม่ใช่โรคจากการติดเชื้อ - ไม่ใช่โรคมะเร็ง - ไม่ใช่โรคที่เกิดจากการแพ้สารเคมีใดๆ การรักษา - อากาศไม่มากใช้ยาทา - อากาศมากใช้ยาทาควบคู่กับการรับประทานยา และฉายแสงอัลตราไวโอเล็ต	2.10 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	ปัญหา ร้อยรอยของผู้หญิงวัยใกล้เลข 3 ภส.หญิง นุชศรา เกตุเทพ สาเหตุ - การวดหน้าบางครั้งทำให้เกิดปัญหา ร้อยรอยเช่นกัน - การโดนแสงแดด - การพักผ่อนไม่เพียงพอ วิธีบำบัด - ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ - ดนอมผิวด้วยการทานอาหารเสริมที่มีสารสกัดจากปลาทะเลน้ำลึก, โคเอนไซม์คิวเท็น, วิตามินอี, ซี	2.05 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	แอลกอฮอล์กับโรคตับ นพ.เกรียงไกร อัครวงค์ ตับมีความสำคัญเป็นอวัยวะเดียวที่สร้างสารมาย่อยอาหาร คือ สร้างน้ำดี - สร้างสารที่สร้างภูมิคุ้มกันของร่างกาย - สร้างสารที่ทำให้เลือดแข็งตัวเมื่อมีเลือดออก - ช่วยทำลายสารพิษบางอย่างที่ร่างกายได้รับเข้าไป สาเหตุ คีโมและเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เป็นอย่างมาก - ระดับเสียทำให้ตับแข็งแล้วอาจกลายเป็นมะเร็งตับในช่วงระยะเวลา 10 ปี อาการ - โรคดีซ่าน ตัวเหลือง ตาเหลือง - ผิวหนังเป็นเหมือนโยแวมุ่ม ข้อแนะนำ - ควรหยุดดื่มแอลกอฮอล์ถ้าเริ่มมีอาการเสียง - รับประทานวิตามินบี - รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย	4.30 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	หุ่นเพรียวสวย ดาราสาว คุณวรรณษา ทองวิเศษ - ออกกำลังกาย วิ่งเบา ๆ , ฝึกเดินบ้าง - เลือกรับประทานอาหาร งดอาหารพวกแป้ง ไขมัน น้ำตาล - เลือกรับประทานผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่มีสารหลายชนิดใน 1 แคปซูล ภส.หญิง สุชาดา วรรณจันทร์ สารอาหารธรรมชาติสามารถควบคุมการสะสมไขมันได้ คือ - สารสกัดเมล็ดทานตะวัน - สารแอลคาร์ทีนิน ช่วยลดไขมันใหม่ และดึงไขมันเก่ามาเผาผลาญไม่ก่อให้เกิดไขมันสะสม	4.05 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	ส้มแมนดาริน ผลไม้ตระกูลส้ม ให้วิตามินเอ, ซี, บี1, บี2 และกากใยอาหารสูง ทั้งยังป้องกันการเป็นไข้หวัดได้อีกด้วย ร้าน Ms' SaSa คุณรุติมา อัดถาวร เจ้าของร้าน แนะนำอาหาร - พริเมียมเค้ก - คัสตาดส้ม - เมนดรินชอฟเค้ก - ไวท์ช็อคโกแลตซีสเค้ก เมนูพิเศษวันนี้ โฟเคเชียรี่ ทูน่า แมนดาริน	2.55 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
8 ธ.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	การเลือกรับประทานลำใยเพื่อสุขภาพ อาหารปัจจุบันมักพบสารพิษปนเปื้อนเยอะมาก กรมวิชาการเกษตรโดยกลุ่มโครงการ IDM DADIDA ได้แนะนำให้กลุ่มเกษตรกรผู้ปลูกลำใย อ.โป่งน้ำร้อน จ.จันทบุรี เน้นการปลูกผลไม้แบบเน้นผู้บริโภคสุขภาพดีปราศจากสารพิษตกค้าง และยังทำให้เป็นสินค้าส่งออกต่างประเทศอย่างปลอดภัย มีผลผลิตดี ปลอดภัย และที่สำคัญ คือ ปลอดภัย	1.45 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	ปัญหาผิวแห้งกร้านทั้งใบหน้าและผิวกาย ภาส.อมรรัตน์ ดิยะปัญญนิษฐ์ - ควรทาโลชั่นชนิดเข้มข้นมากๆ ทั้งเช้า กลางวัน เย็น ก่อนนอน - ทานผัก ผลไม้ และน้ำมาก ๆ - นำภาชนะใส่น้ำไว้ในห้องเพื่อให้ความชุ่มชื้นในอากาศ - ทานอาหารเสริมโปรตีนที่ได้จากปลาทะเลน้ำลึกควบคู่เพื่อช่วยในการบำรุง	1.40 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	มะเร็งเต้านม นพ.สุชาติ วิรัตน์พันธ์ ในกรุงเทพฯ จะพบผู้หญิงเป็นมะเร็งเต้านมอันดับ 1 ปัจจัยเสี่ยงเกิดมะเร็งเต้านม 1. อายุมาก 2. พันธุกรรม (ยีนส์ผิดปกติ) อาการ - มีสีของหัวนมเปลี่ยน - มีเลือดไหล - คล้ายด้วยก้อน (จะพบแพร่กระจายบริเวณรักแร้และไหปลาร้า) การรักษา 2 วิธี - ฉายแสง เคมีบำบัด (ไม่ต้องตัดเต้านม) - ตัดเต้านม และสร้างเนื้อเต้านมใหม่แทน	4.40 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	เคล็ดลับหุ่นสวยผิวดี คุณสรวดี พูลสวัสดิ์ และภส.เจลิมเกียรติ เรื่องเศรษฐกิจ วิธีรักษารูปร่างและผิวพรรณ คือ - ออกกำลังกาย - ควบคุมอาหาร - พักผ่อนเต็มที่ - รับประทานอาหารให้เหมาะสมกับกิจกรรมที่ทำ - รับประทานอาหารเสริมควบคู่	3.40 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	กะหล่ำปลี เป็นพืชใบเขียวมีคุณค่าทางโภชนาการสูงอุดมไปด้วยวิตามิน และเกลือแร่ และมีกากใยอาหารสูง เหมาะจะรับประทานทั้งสุก และดิบ เมนูพิเศษวันนี้ กะหล่ำปลีสลัดกับสลัดทูน่า	1.20 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหารายการ	เวลา
15 ธ.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	ปัญหาการตกขาวของสตรี สตรี-นรีแพทย์ พญ.ศิริพร เจนศักดิ์ศรีสกุล การตกขาวมี 2 ประเภท คือ - การตกขาวแบบปกติ คือ การตกขาวในวัยเจริญพันธุ์ - การตกขาวแบบผิดปกติ คือ การติดเชื้อ ตกขาวมีสีเขียว มีกลิ่น มีอาการคัน ต้องรีบพบแพทย์หาสาเหตุ การระวังรักษา - รักษาอนามัยส่วนตัวให้สะอาด - ดูแลคูสมรสไม่ใส่ส้น - มีการตรวจเช็คมะเร็งที่มดลูกบ้าง	2.45 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ภายนอกด้วย Blink	สาวสวยไร้สิว ภส.หญิง ศิริรัตน์ สุวิทย์สกุลวงศ์ วิธีการดูแลไม่ให้เกิดสิวนบนใบหน้า คือ การรับประทานสารอาหารประเภท แร่ธาตุสังกะสี จะสามารถลดการอักเสบของสิวได้	1.45 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำและตอบปัญหา	ปัญหาที่เกิดจากการใส่คอนแทคเลนส์ พญ.วทันย์วดี ธนวิสุทธิจักษุแพทย์ การใช้คอนแทคเลนส์ คือ การวางเลนส์บนกระจกตา เซลกระจกตาก็จะอยู่ในภาวะที่ขาดออกซิเจน ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเซลล์ขึ้นในจะแห้ง และเกิดการขุ่นมัว ตาบวมแดงอักเสบ และอาจเกิดจากภูมิแพ้สาเหตุเกิดจากความโปรตีน หรือสิ่งสกปรกเกาะอยู่ที่คอนแทคเลนส์ จึงเกิดการแพ้ที่เยื่อตา การรักษา คือ การทำความสะอาดบริเวณคอนแทคเลนส์ด้วยยาเฉพาะให้คาบโปรตีนที่เกาะอยู่หลุดออกให้หมด	7.15 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพความงาม	การดูแลสุขภาพร่างกายให้มีบุคลิกภาพที่ดี เชิญคุณยุพาทักตร์ วิชราภัยเคล็ดลับ คือ - หมั่นดูแลสุขภาพให้แข็งแรง - เล่นกีฬา หรือห้องเทียวตามธรรมชาติบ้าง - การเลือกรับประทานอาหารที่ปราศจากไขมันพวกผัก ผลไม้ - ดูแลสุขภาพผิวพรรณบ้าง - การรับประทานอาหารเสริมที่เหมาะสมกับวัยบ้าง	1.55 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจากปลาทูน่า	โบระพู เป็นผักพื้นบ้านของไทยที่มีมานานซึ่งสรรพคุณใช้ปรุงยา หรือนำมาทำเป็นอาหารได้ ทั้งยังอุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหารมีวิตามิน และเกลือแร่ต่าง ๆ มากมาย ทั้งมีกากใยอาหารสูงช่วยในการขับถ่ายได้เช่นกัน เมนูพิเศษวันนี้ ทูน่าห่อโบระพูทอด	2.05 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหาของรายการ Morning Health club

วันที่	ชวงรายการ	เนื้อหาของรายการ	เวลา
22 ธ.ค.46	- ชวงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	โรค ITP โรคหัวใจและหลอดเลือด นพ.อศราภค์ นุชประยูร ให้ ความรู้เกี่ยวกับโรค ITP (Idiopathic Thrombocytopenia Purpura) เป็น โรคที่เกิดจากร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันต่อต้านเกร็ดเลือดตัวเอง ทำให้เกร็ด เลือดถูกทำลายจะพบในผู้หญิงเป็นส่วนใหญ่ แต่ในคนไทยพบไม่บ่อยนัก การรักษา - โดยการให้รับประทานยาสเตอรอยด์ - ให้นอนโรงพยาบาลเพราะต้องฉีดยาสเตอรอยด์ - วิธีสุดท้ายต้องทำการผ่าตัด	2.55 นาที
	- ชวงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายในสู่ ภายนอกด้วย Blink	ปัญหามีผิวพรรณวัยรุ่น ผู้ชายสามารถเลือกรับประทานอาหารเสริมแบบ ผู้หญิงได้หรือไม่ เพศชายก็สามารถเลือกรับประทานอาหารเสริมเหมือนผู้ หญิงได้ แต่การล้างหน้าไม่ควรใช้โฟมล้างหน้าสำหรับผู้ที่ใช้น้ำมันควรใช้ น้ำเปล่าเท่านั้น	1.45 นาที
	- ชวงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	สะกดจิตบำบัดเพื่อคลายเครียด คุณชนาธิป ศรีปัญญาวงศ์ ประธานนักสะกดจิตแห่งประเทศไทย การสะกดจิตเป็นการใช้คลื่นเสียง ในการบำบัด เพราะการสะกดจิตเกิดจากจิตใต้สำนึกรับรู้ถึงปฏิกิริยา โรคภัย ไข้เจ็บส่วนใหญ่เกิดจากจิตใจเกิดความไม่ปกติส่งผลไปยังร่างกายทำให้ร่าง กายอ่อนแอ การใช้จิตบำบัดในการระลึกภูมิหลัง (ระลึกชาติ) สามารถช่วย เหลือผู้ป่วยในบางรายที่ไม่อาจค้นหาสาเหตุของการเจ็บป่วยได้ แต่เมื่อใช้วิธี นี้สามารถทราบถึงที่มาของความเจ็บป่วยนั้น และวิธีรักษา หรือบำบัดได้	6.55 นาที
	- ชวงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เครื่องดื่มสุดยอดสมุนไพร ผู้เชี่ยวชาญด้านสมุนไพร คุณมยุรี เดชสกุล และคุณดวงใจ นิตย์กาญจน์ เครื่องดื่มสมุนไพรสกัดมาจาก สุดยอดสมุนไพรทั้ง 7 ชนิด คือ โสมเกาหลี ว่านหางจระเข้ อธิวิหค แคนดิเลียน ว่านหางม้า ไวลด์เชอร์รี่ ยูวาล์วชิ ซึ่งสรรพคุณของสมุนไพร ทั้ง 7 ชนิดนี้ช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้ร่างกายรับสารพิษต่าง ๆ ของร่างกาย ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่น แข็งแรง แก้อหิวต์ ช่วยลดความอ่อนเพลียได้	4.25 นาที
	- ชวงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	พริกไทยอ่อน เป็นพืชเมืองร้อน จัดเป็นเครื่องเทศชนิดหนึ่งที่มีสรรพคุณ ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในร่างกายทั้งยังให้โปรตีน วิตามิน เกลิโอแร่ เมนูพิเศษวันนี้ คือ ปลาทูน่าผัดพริกไทยดำ	2.10 นาที

รายละเอียดของส่วนรายการและลักษณะเนื้อหารายการ Morning Health Club

วันที่	ช่วงรายการ	เนื้อหารายการ	เวลา
29 ธ.ค.46	- ช่วงที่ 1 Health report ข่าวสารเกี่ยวกับสุขภาพ	นวัตกรรมสิ่งทอ คุณรัตติยา จันทรเทียน พูดถึงผ้าปูที่นอนว่า คนส่วนใหญ่จะนึกถึงแต่ความสวยงาม ความสะอาด สุขอนามัย ความสวยงาม จะไม่ค่อยพูดถึงความรู้สึก ผ้าปูที่นอน 2 เพศไม่ใช่ผ้าปูที่นอนสำหรับผู้หญิง หรือผู้ชาย แต่เป็นเธอ และเขา ซึ่งผ่านกระบวนการผลิตที่มีคุณสมบัติต่อต้านแบคทีเรีย เชื่อว่า จะไม่เกิดอาการไฝบนของผ้า	1.55 นาที
	- ช่วงที่ 2 Health Zone เคล็ดลับผิวสวยจากภายใน สู่ภายนอก โดย Blink	ผิวหมองคล้ำแห้งกร้าน และดัดคาแพ ภส.นที ตั้งจิตรสดี แนะนำว่า การทานกาแฟมากทำให้ผิวเสียจริงเพราะมีสารบางตัวที่ทำปฏิกิริยากับผิวทำให้ผิวหมองคล้ำ และแห้งกร้าน แต่ควรที่จะเลือกทานผัก ผลไม้ ที่มีวิตามินซี,อี ควบคู่เป็นการชะล้างสารในกาแฟให้ลดลงได้	1.40 นาที
	- ช่วงที่ 3 Health talk เชิญแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านสุขภาพให้คำแนะนำ และตอบปัญหา	มะเร็งปากมดลูก นพ.ฉันทวัฒน์ เชนะกุล สาเหตุ - เกิดจากไวรัส ไปทำลายเซลล์ปากมดลูกด้านนอก และด้านใน - การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัย อันควร หรือการไม่มีการป้องกันระหว่างมีเพศสัมพันธ์ ปัจจัยเสี่ยง - การสูบบุหรี่ - การได้รับสารกระตุ้นภายนอก - การใช้ยาคุมกำเนิด (แต่ยังไม่ยืนยันแน่นอน) อาการขั้นรุนแรง มีตกขาว มีเลือดออก มี อาการเจ็บปวด การรักษา แบ่งตามระยะ - ระยะที่ 1 ไม่ตัดมดลูกตัด เฉพาะที่เป็น - ระยะที่ 2 ตัดมดลูกทิ้งเลย จะรักษาตามระดับอาการ คำแนะนำ ควรเริ่มตรวจมะเร็งปากมดลูกตั้งแต่เริ่มมีเพศสัมพันธ์	5.15 นาที
	- ช่วงที่ 4 Bright & Beauty เคล็ดลับการดูแลสุขภาพ ความงาม	เชิญดาราสาว คุณเขมสรณ์ หนูขาว เคลือบหินดี ทานผัก และผลไม้ คุมปริมาณอาหารพวกแป้ง ออกกำลังกาย ทานผลิตภัณฑ์อาหารเสริมที่มี สารหลายชนิดใน 1 เม็ด ภส.หญิง สุชาดา วรรณจันทร์ ผลต่อการดูแล รูปร่าง จะเกิดไขมันสะสมได้ถ้าใช้สารอาหารเพียงตัวเดียว เพราะเกิดการชิน กับสารชนิดนั้น จึงต้องทานหลาย ๆ ชนิดเพื่อช่วยในการทำงาน คือ สารจาก ส้มแขก พริกและชาเขียว จะช่วยเสริมฤทธิ์ในการดึงไขมันออกมาใช้	4.25 นาที
	- ช่วงที่ 5 Health & Cuisine เมนูอาหารเพื่อสุขภาพจาก ปลาทูน่า	แอปเปิ้ล (APPLE) ผลไม้ที่อุดมไปด้วยเกลือแร่ และวิตามินต่าง ๆ มีทั้ง เส้นใยอาหารที่ช่วยขจัดของเสีย และสารพิษต่าง ๆ ออกจากร่างกาย ร้าน Bio Kitchen & Bakery คุณธนัญญา ไชแก้ว แนะนำถึงอาหารว่า ผัก ผลไม้ที่ใช้เป็นผักปลอดสารพิษ และใช้น้ำมันมะกอก ไม่ใส่ผงชูรส เน้น อาหารปลอดสารพิษ เมนูแนะนำ - ซีซาสลัด - ไอวีโอซิสเค้กบูลเบอร์รี่ เมนูพิเศษวันนี้ สปาเก็ดดีทูน่ากระเพรากรอบ	2.50 นาที

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างภาพที่นำเสนอในรายการ Morning Health Club



นักแสดงหญิง คุณเออย สิริมา
ผู้ดำเนินรายการ คุณสิริยากร พุกกะเวส



แม่สีขกรหญิง สุชาดา สรรณจันทร์
นักแสดงหญิง คุณปรางวลัย เทพสาทร



อดีตนางสาวไทย คุณอรอนงค์ ปัญญาวงศ์
ผู้เชี่ยวชาญด้านความงาม คุณปาริชาติ วรรณประสาท



ภาสักรหญิง สุชาดา มั่งสูงเนิน
อดีตรองนางสาวไทย คุณพิจิตตรา สิริเวชชะพันธ์



พญ. อยุทธีณี สิงทโกวินท์
แพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ทางด้านโรคเบาหวาน



ศ.นพ. สว่าง แสงหิรัญวัฒนา
อายุรแพทย์ ผู้เชี่ยวชาญ โรคระบบทางเดินหายใจ

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ สกุล	พรสวรรค์ นาคแสง
เกิด	วันที่ 1 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2515
สถานที่เกิด	จังหวัดกรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	มัธยมศึกษา โรงเรียนเซนต์ฟรังซิสซาเวียร์คอนแวนต์ ปี 2529 สถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตชวติเวช ปี 2530 สำเร็จการศึกษาปริญญาครุศาสตรบัณฑิต สถาบันราชภัฏสวนดุสิต ปี 2535 กำลังศึกษาในระดับปริญญาโท นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย ธุรกิจบัณฑิต ปี 2545
ประวัติการทำงาน	อาสาสมัครสอนกีฬาโยโด ศูนย์เยาวชนไทย - ญี่ปุ่น ดินแดง ปี 2536 ครูพิเศษสอนกีฬาโยโดโรงเรียนสมาคมญี่ปุ่น ปี 2536 ครูพิเศษสอนกีฬาโยโดโรงเรียนนานาชาติ Stanford ปี 2536 เจ้าหน้าที่งานทะเบียน ฝ่ายสำนักงานหอพัก มหาวิทยาลัยรังสิต ปี 2537 ผู้ฝึกสอนกีฬาโยโด (หญิง) มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต ปี 2545 ปัจจุบันรับราชการตำรวจ ชั้นยศ สิบตำรวจโท ปฏิบัติงานในตำแหน่ง ผู้บังคับหมู่ งาน 3 กองกำกับการ 4 ศูนย์ข้อมูล สนเทศ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ