**C03D001364 นางสาวอรจิรา อองดา**

**แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม. ต่อวันอันตราย**

**แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม. ต่อวันอันตราย**

**วารสารของสมาคมแพทย์โรคหัวใจของสหรัฐ เผยผลสำรวจประชาชนที่ดูโทรทัศน์วันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป
มีแนวโน้มเสียชีวิตก่อนเวลาอันควรมากกว่าผู้ที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่าวันละ 3 ชั่วโมง ถึง 2 เท่า**

สำนักข่าวต่างประเทศ รายงานจากผลวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารของสมาคมแพทย์โรคหัวใจของสหรัฐอเมริกาว่า ประชาชนที่ดูโทรทัศน์วันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป มีแนวโน้มเสียชีวิตก่อนเวลาอันควรมากกว่าผู้ที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่าวันละ 3 ชั่วโมง ถึง 2   เท่า   นักวิจัยมหาวิทยาลัยนาบาร์ราของสเปน กล่าวว่า การดูโทรทัศน์เป็นพฤติกรรมสำคัญที่ทำให้ประชาชนนั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน และมีแนวโน้มว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมการนั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๆ ทุกประเภท หลังจากที่ได้ทำการประเมินผู้จบการศึกษาจากมหาวิทยาลัยในสเปนที่อายุยังน้อยและมีสุขภาพแข็งแรงจำนวน 13,284 คน เพื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการอยู่กับที่เป็นเวลานาน 3 ประเภท ซึ่งได้แก่ การดูโทรทัศน์เป็นเวลานาน การใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานานและการ
ขับรถเป็นเวลานาน กับความเสี่ยงเสียชีวิตจากสาเหตุต่าง ๆ โดยได้ติดตามผู้เข้าร่วมการวิจัยซึ่งมีอายุเฉลี่ย 37 ปี และร้อยละ 60 เป็นผู้หญิงเป็นเวลาเฉลี่ย 8.2 ปี หลังจากเสร็จสิ้นการติดตามพบว่า มีผู้เข้าร่วมการวิจัยเสียชีวิต 97 คน ในจำนวนนั้นเสียชีวิตจากสาเหตุที่เกี่ยวกับเส้นเลือดหัวใจ 19 คน จากมะเร็ง 46 คน และจากสาเหตุอื่น ๆ 32 คน ผลการวิจัยชี้ว่า ผู้เข้าร่วมการวิจัยที่ดูโทรทัศน์วันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป  มีความเสี่ยงเสียชีวิตมากกว่าคนที่ดูโทรทัศน์น้อยกว่า 3 ชั่วโมงถึง 2 เท่า

ที่มา : <http://www.innnews.co.th/shownews/show?newscode=547396>

**คำถามที่ 1 : แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม. ต่อวันอันตราย**

จากรายงานการวิจัยข้างต้น การดูโทรทัศน์เป็นเวลานานเกิน 3 ชั่วโมง ก่อให้เกิดอันตรายอย่างไร

**การให้คะแนน**

**คะแนนเต็ม** ตอบว่า มีแนวโน้มเสียชีวิตก่อนเวลาอันควร หรือคำตอบมีนัยเดียวกับข้อความดังกล่าว เช่น

 ∙ มีโอกาสตายเร็วกว่าปกติ

 ∙ มีโอกาสเสียชีวิตเร็วกว่าเวลาที่สมควร

 ∙ เพิ่มความเสี่ยงในการเสียชีวิต

**ไม่ได้คะแนน** ให้คำตอบที่ไม่เกี่ยวข้องหรือเป็นการทวนคำถามเท่านั้นหรือไม่ตอบ

 ∙ จะเป็นโรคมะเร็ง

 ∙ เป็นโรคหัวใจ

* การดูโทรทัศน์นานเกินไปทำให้เกิดอันตราย

**คำถามที่ 2 : แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม. ต่อวันอันตราย**

งานวิจัยชิ้นนี้ เป็นผลงานของนักวิจัยประเทศใด

1. ประเทศสเปน
2. ประเทศสหรัฐอเมริกา
3. ประเทศอังกฤษ
4. ทั้ง 3 ประเทศร่วมมือกัน

**การให้คะแนน**

**คะแนนเต็ม** ตอบข้อ 1 ประเทศสเปน

**ไม่ได้คะแนน** ตอบข้ออื่น ๆ หรือไม่ตอบ

**คำถามที่ 3 : แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม.  ต่อวันอันตราย**

ให้นักเรียนพิจารณาข้อความด้านล่างต่อไปนี้ว่า ข้อความนั้น “สนับสนุน” หรือ “ขัดแย้ง”

กับงานวิจัยที่ให้มาข้างต้น โดยทำเครื่องหมายวงกลมล้อมรอบคำตอบ ดังตัวอย่าง

|  |  |
| --- | --- |
| **ข้อความ** | **สนับสนุน/ขัดแย้ง** |
| 1. การดูโทรทัศน์ทำให้สุขภาพแข็งแรง
2. ผู้ที่ใช้เวลาดูโทรทัศน์น้อยกว่า 3 ชั่วโมงมีโอกาสที่อายุจะยืนกว่าผู้ที่ดูโทรทัศน์นานกว่า 3 ชั่วโมง
3. การนั่งอยู่กับที่เป็นเวลานานทำให้อายุสั้น
4. การทำกิจกรรมต่าง ๆ ท่าเดียวเป็นเวลานาน ๆ ไม่ส่งผลใด ๆ ต่อสุขภาพ
5. ความเสี่ยงต่อการเสียชีวิตไม่มีความสัมพันธ์ใด ๆ กับพฤติกรรมการใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน
 | 1. สนับสนุน   /   ขัดแย้ง
2. สนับสนุน   /   ขัดแย้ง

1. สนับสนุน   /   ขัดแย้ง
2. สนับสนุน   /   ขัดแย้ง
3. สนับสนุน   /   ขัดแย้ง
 |

**การให้คะแนน**

**คะแนนเต็ม** ตอบถูกทั้ง 4 ข้อ

**ได้คะแนนบางส่วน**  ตอบถูก 3 ข้อ

**ไม่ได้คะแนน** ตอบถูก 2 ข้อ หรือน้อยกว่า หรือไม่ตอบ

**คำถามที่ 4 : แพทย์เผยผลวิจัยดู TV เกิน 3 ชม. ต่อวันอันตราย**

นักเรียนคิดว่า ปัจจุบันพฤติกรรมการดูโทรทัศน์ของนักเรียนเหมาะสมหรือไม่ ส่งผลต่อร่างกายอย่างไร โปรดอธิบายพร้อมยกตัวอย่างให้ชัดเจน

**การให้คะแนน**

**คะแนนเต็ม**  การตอบแบ่งเป็น 2 กรณี

 ตอบว่า เหมาะสม ต้องให้เหตุผลที่สอดคล้อง คือ ดูโทรทัศน์ไม่เกินวันละ 3 ชั่วโมง และเปลี่ยนอิริยาบถ หรือเหตุผลที่มีนัยเดียวกัน เช่น

 ∙ เหมาะสม เพราะฉันดูโทรทัศน์น้อยกว่าวันละ 3 ชั่วโมง ทำให้ไม่ได้อยู่ในท่าเดียวนาน ๆ

 ∙ เหมาะสม เพราะฉันดูโทรทัศน์ไม่เกินวันละ 1-2 ชั่วโมง ทำให้ได้เปลี่ยนอิริยาบถ

 ตอบว่า ไม่เหมาะสม ต้องให้เหตุผลที่สอดคล้อง คือ ดูโทรทัศน์เกินวันละ 3 ชั่วโมง และไม่เปลี่ยนอิริยาบถหรือเหตุผลที่มีนัยเดียวกัน เช่น

 ∙ ไม่เหมาะสม เพราะฉันดูโทรทัศน์นานกว่า 3 ชั่วโมง  ทำให้ฉันไม่ได้เปลี่ยนอิริยาบถ

 ∙ ไม่เหมาะสม เพราะฉันดูโทรทัศน์มากกว่า 3 ชั่วโมง ทำให้อยู่ท่าเดียวติดต่อกันนาน

**ได้คะแนนบางส่วน** ตอบว่า เหมาะสม ให้เหตุผลที่สอดคล้อง แต่ไม่ชัดเจน ครอบคลุม เช่น

 ∙ เหมาะสม เพราะฉันดูทีวีไม่นาน (ไม่ระบุเวลาให้แน่ชัด)

 ตอบว่า ไม่เหมาะสม ให้เหตุผลที่สอดคล้อง แต่ไม่ชัดเจน ครอบคลุม เช่น

 ∙ ไม่เหมาะสม เพราะฉันนอนดูทีวีนานมาก (ไม่ระบุเวลาให้แน่ชัด)

**ไม่ได้คะแนน** ให้เหตุผลที่ไม่เกี่ยวข้องหรือกว้างเกินไปหรือเป็นการทวนคำถามเท่านั้น หรือไม่ตอบ

 ∙ เหมาะสม เพราะฉันชอบดูแต่ละคร (ไม่เกี่ยวข้อง)

 ∙ เหมาะสม เพราะฉันไม่ชอบดูทีวี (กว้างเกินไป)

 ∙ ไม่เหมาะสม เพราะมันก่อให้เกิดอันตราย (ทวนคำถาม)

 ∙ ไม่เหมาะสม เพราะการดูโทรทัศน์นานเกินไปทำให้เกิดอันตราย (กว้างเกินไปไม่ได้ระบุถึงตัวเอง)