

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
สารบัญ	ค
สารบัญตาราง	จ
สารบัญรูปภาพ	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์	2
1.3 ขอบเขตของการวิจัย	2
1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
1.5 นิยามศัพท์	3
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	4
2.1 ความรู้เกี่ยวกับสื่อมัลติมีเดีย	4
2.2 การประยุกต์ใช้งานมัลติมีเดีย	12
2.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ สำหรับผู้มีภาวะ Long Covid-19	15
2.4 โปรแกรมที่ใช้สำหรับพัฒนาสื่อมัลติมีเดีย	20
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	23
บทที่ 3 วิธีการดำเนินงาน	25
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	25
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	25
3.3 ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	26
3.4 การเก็บรวบรวมข้อมูล	81
3.5 วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล	81
บทที่ 4 การพัฒนา / ผลการวิจัย	82
4.1 ผลการพัฒนาสื่อมัลติมีเดีย เรื่อง 12 ข้อแนะนำเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพ สำหรับผู้มีภาวะ Long Covid-19	82
4.2 ผลการประเมินคุณภาพสื่อมัลติมีเดีย เรื่อง 12 ข้อแนะนำเบื้องต้นในการดูแล สุขภาพ สำหรับผู้มีภาวะ Long Covid-19	104

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ	109
5.1 สรุปผล	109
5.2 อภิปรายผล	110
5.3 ข้อเสนอแนะ	110
บรรณานุกรม	111
ภาคผนวก	112
ภาคผนวก ก แบบประเมินโครงการพิเศษ	113
แบบประเมินคุณภาพ	114
คณะผู้จัดทำ	117
ประวัติผู้จัดทำ	118

มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
3.1 แสดงฉากประกอบ	27
3.2 แสดงตัวละคร	29
3.3 บทบันทึกเสียงสื่อมัลติมีเดีย เรื่อง 12 ข้อแนะนำเบื้องต้นในการดูแลสุขภาพ สำหรับผู้มีภาวะ Long Covid-19	30
4.1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านเนื้อหา	104
4.2 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านการนำเสนอ ข้อมูล	105
4.3 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านตัวอักษรและ ข้อความ	105
4.4 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านภาพนิ่ง	106
4.5 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านเสียงและภาษา	107
4.6 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความคิดเห็นด้านภาพเคลื่อนไหว	107
4.7 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นด้านเนื้อหา ด้านการนำเสนอข้อมูล ด้านตัวอักษรและข้อความ ด้านภาพนิ่ง ด้านเสียงและ ภาษาและด้านภาพเคลื่อนไหว	108

สารบัญรูปภาพ

ภาพที่	หน้า
2.1 ข้อความที่ได้จากการพิมพ์	6
2.2 ข้อความจากการสแกน	6
2.3 ข้อความหลายมิติ	7
2.4 ภาพเวกเตอร์ที่ขยายในระดับที่แตกต่างกัน	8
2.5 ภาพบิตแมปที่ขยายในระดับที่แตกต่างกัน	8
2.6 ภาพเคลื่อนไหว	9
2.7 คลื่นเสียง	10
2.8 วิดีโอ	10
2.9 มัลติมีเดียแบบมีปฏิสัมพันธ์	11
2.10 ภาพแสดงตัวอย่าง อ่อนเพลีย	16
2.11 ภาพแสดงตัวอย่าง หายใจลำบาก หอบเหนื่อย	17
2.12 ภาพแสดงตัวอย่าง นอนไม่หลับ	18
2.13 ภาพแสดงตัวอย่าง ผม่วรง	18
2.14 ภาพแสดงตัวอย่าง วิตกกังวล	19
2.15 ภาพแสดงตัวอย่าง เจ็บหน้าอก	20
3.1 แสดงฉากหน้าจอนำเสนอตัวละครหมอลีช	38
3.2 แสดงฉากหน้าจอหมอลีชแนะนำวิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้นหลังจากติด Covid-19	39
3.3 แสดงฉากหน้าจอเด็กผู้ชาย และ เด็กผู้หญิงยืนคุยกัน	40
3.4 แสดงฉากหน้าจออาการหลงเหลือหลังจากรักษาหาย	41
3.5 แสดงฉากหน้าจออาการเจ็บป่วย	42
3.6 แสดงฉากหน้าจออาการป่วย เป็นไข้	43
3.7 แสดงฉากหน้าจอชิ้นส่วนไวรัสต่างๆ	44
3.8 แสดงฉากหน้าจอรบบภูมิคุ้มกัน	45
3.9 แสดงฉากหน้าจออาการป่วยหลายอาการ	46
3.10 แสดงฉากหน้าจออาการป่วย	47
3.11 แสดงฉากหน้าจอการอธิบายภาวะ Long Covid-19	48
3.12 แสดงฉากหน้าจอข้อความ 12 ข้อแนะนำในการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ที่มีภาวะ Long Covid-19	49

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
3.13 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่	50
3.14 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารหมู่ที่ 1	51
3.15 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารหมู่ที่ 2	52
3.16 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารหมู่ที่ 3	53
3.17 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารหมู่ที่ 4	54
3.18 แสดงฉากหน้าจ้ออาหารหมู่ที่ 5	55
3.19 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความการแบ่งมื้ออาหาร	56
3.20 แสดงฉากหน้าจ้ออาการเบื่ออาหาร	57
3.21 แสดงฉากหน้าจ้อระดับน้ำตาลในเลือด	58
3.22 แสดงฉากหน้าจ้อโยเกิร์ต นมเปรี้ยว	59
3.23 แสดงฉากหน้าจ้อจุลินทรีย์ กับ เด็กผู้ชาย	60
3.24 แสดงฉากหน้าจ้อข้าวโพด ถั่วแดง ขนมอบัง	61
3.25 แสดงฉากหน้าจ้อจุลินทรีย์ กับ เด็กผู้หญิง	62
3.26 แสดงฉากหน้าจ้อกล้วย ฟักทอง ไข่แดง	63
3.27 แสดงฉากหน้าจ้อวิตามิน	64
3.28 แสดงฉากหน้าจ้อหลีกเลี่ยงอาหารม้อดึก	65
3.29 แสดงฉากหน้าจ้อเด็กกินอาหาร และมีเชื้อโรครอบตัว	66
3.30 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่	67
3.31 แสดงฉากหน้าจ้อคนอยู่นอกบ้าน	68
3.32 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความนอนพักผ่อนให้เพียงพอ	69
3.33 แสดงฉากหน้าจ้อคนตื่นนอนตอนเช้า	70
3.34 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความทำกิจกรรมทางกายพัฒนากล้ามเนื้อ	71
3.35 แสดงฉากหน้าจ้อการทำงานของกล้ามเนื้อกระบังลม	72
3.36 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความยืดกล้ามเนื้อร่างกาย	73
3.37 แสดงฉากหน้าจ้อออกกำลังกาย	74
3.38 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความสังเกตอาการผิดปกติ	75
3.39 แสดงฉากหน้าจ้อคนและแบคทีเรีย	76
3.40 แสดงฉากหน้าจ้อข้อความฉีดวัคซีนป้องกันโควิดหลังหายป่วย	77

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
3.41 แสดงฉากหน้าจอบล็อกเชมฉัตยา กับเชื้อโรครอบตัวคน	78
3.42 แสดงฉากหน้าจอบล็อกเชมฉัต	79
3.43 แสดงฉากหน้าจอบล็อกเชมฉัต	80
4.1 หน้าจอแสดงแนะนำตัวละครหมอลิข	82
4.2 หน้าจอแสดง หมอลิขแนะนำวิธีการดูแลสุขภาพเบื้องต้นหลังจากติด Covid-19	83
4.3 หน้าจอแสดง เด็กผู้ชาย และ เด็กผู้หญิงยืนคุยกัน	83
4.4 หน้าจอแสดง อาการหลงเหลือหลังจากรักษาหาย	84
4.5 หน้าจอแสดง อาการเจ็บป่วย	84
4.6 หน้าจอแสดง อาการป่วย เป็นไข้สูง	85
4.7 หน้าจอแสดง ชิ้นส่วนไวรัสต่างๆ	85
4.8 หน้าจอแสดง ระบบภูมิคุ้มกัน	86
4.9 หน้าจอแสดง อาการป่วยหลายอาการ	86
4.10 หน้าจอแสดง อาการป่วย	87
4.11 หน้าจอแสดง การอธิบายภาวะ Long Covid-19	87
4.12 หน้าจอแสดง ข้อความ 12 ข้อแนะนำในการดูแลสุขภาพสำหรับผู้ที่มีภาวะ Long Covid-19	88
4.13 หน้าจอแสดง อาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่	88
4.14 หน้าจอแสดง อาหารหมู่ที่ 1	89
4.15 หน้าจอแสดง อาหารหมู่ที่ 2	89
4.16 หน้าจอแสดง อาหารหมู่ที่ 3	90
4.17 หน้าจอแสดง อาหารหมู่ที่ 4	90
4.18 หน้าจอแสดง อาหารหมู่ที่ 5	91
4.19 หน้าจอแสดง ข้อความการแบ่งมื้ออาหาร	91
4.20 หน้าจอแสดง อาการเบื่ออาหาร	92
4.21 หน้าจอแสดง ระดับน้ำตาลในเลือด	92
4.22 หน้าจอแสดง โยเกิร์ต นมเปรี้ยว	93
4.23 หน้าจอแสดง จุลินทรีย์ กับ เด็กผู้ชาย	93
4.24 หน้าจอแสดง ข้าวโพด ถั่วแดง ขนมหัง	94

สารบัญรูปภาพ (ต่อ)

ภาพที่	หน้า
4.25 หน้าจอแสดง จุลินทรีย์ กับ เด็กผู้หญิง	94
4.26 หน้าจอแสดง กล้วย พักทอง ไข่แดง	95
4.27 หน้าจอแสดง วิตามิน	95
4.28 หน้าจอแสดง หลีกเลี้ยงอาหารมด	96
4.29 หน้าจอแสดง เด็กกินอาหาร และมีเชื้อโรครอบตัว	96
4.30 หน้าจอแสดง ข้อความหลีกเลี้ยงการสูบบุหรี่	97
4.31 หน้าจอแสดง คนอยู่นอกบ้าน	97
4.32 หน้าจอแสดง ข้อความนอนพักผ่อนให้เพียงพอ	98
4.33 หน้าจอแสดง คนตื่นนอนตอนเช้า	98
4.34 หน้าจอแสดง ข้อความทำกิจกรรมทางกายพัฒนากล้ามเนื้อ	99
4.35 หน้าจอแสดง การทำงานของกล้ามเนื้อกระบังลม	99
4.36 หน้าจอแสดง ข้อความยืดกล้ามเนื้อร่างกาย	100
4.37 หน้าจอแสดง ออกกำลังกาย	100
4.38 หน้าจอแสดง ข้อความสังเกตอาการผิดปกติ	101
4.39 หน้าจอแสดง คนและแบคทีเรีย	101
4.40 หน้าจอแสดง ข้อความฉีดวัคซีนป้องกันโควิดหลังหายป่วย	102
4.41 หน้าจอแสดง เข็มฉีดยา กับเชื้อโรครอบตัวคน	102
4.42 หน้าจอแสดง คนแอด	103
4.43 หน้าจอแสดง คณะผู้จัดทำ	103