

รายงาน

ISSN 0125-7447

# การเฝ้าระวังโรคประจำสัปดาห์

## WEEKLY EPIDEMIOLOGICAL SURVEILLANCE REPORT

กองระบาดวิทยา สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข  
DIVISION OF EPIDEMIOLOGY MINISTRY OF PUBLIC HEALTH

ปีที่ ๒๙  
๘ พฤษภาคม ๒๕๔๑

ฉบับที่ ๑๙

NUMBER 19

VOLUME 29  
MAY 8, 1998

### สารบัญ CONTENTS

|                                                                                          |     |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| รายงานเบื้องต้น: การระบาดของโรคอาหารเป็นพิษ<br>Botulism ที่สงสัยปนเปื้อนในหน่อไม้อัดปิ้ง | 269 |
| กลเม็ดการนำเสนอผลงานวิชาการ                                                              | 271 |

### รายงานเบื้องต้น: การระบาดของโรคอาหารเป็นพิษ Botulism ที่สงสัยปนเปื้อนในหน่อไม้อัดปิ้ง

#### Preliminary report: Suspected Botulism outbreak due to contamination of canned bamboo shoot

กองระบาดวิทยาได้รับแจ้งจาก สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน เมื่อวันที่ 14 เมษายน 2541 ว่า มีผู้ป่วยด้วยโรคอาหารเป็นพิษจำนวน 6 ราย เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลน่าน ตั้งแต่วันที่ 11-14 เมษายน 2541 และแพทย์ผู้ทำการรักษาให้การวินิจฉัยเบื้องต้นว่าเป็นโรค Botulism กองระบาดวิทยา จึงได้ส่งแพทย์เฉพาะทางสาขาเวชศาสตร์ป้องกัน แผนกระบาดวิทยา ออกไปสอบสวนและควบคุมป้องกันโรค ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน ตั้งแต่วันที่ 15 - 18 เมษายน 2541

จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วย โดยมีนายผู้ป่วย คือ ผู้ที่มีอาการ 3 อย่างในกลุ่มอาการต่อไปนี้ หน้าตาตก, กลืนอาหารลำบาก, พูดไม่ชัด, ปากแห้ง, มองภาพไม่ชัดหรือเห็นภาพซ้อน, แขนขาอ่อนแรง, อาเจียน, เจ็บคอ, เสียงแหบ, ถ่ายเหลว ในช่วงวันที่ 11 - 15 เมษายน 2541 และอาศัยอยู่ในอำเภอท่าวังผา จังหวัดน่าน พบผู้ป่วยที่มีอาการดังกล่าว 11 ราย เป็นผู้ป่วยที่ค้นพบในชุมชน 4 ราย เป็นชาย 2 ราย หญิง 9 ราย อายุเฉลี่ย 48 ปี (พิสัย 38 - 67 ปี) ร้อยละ 91 มีภูมิลำเนาอยู่บ้านหนองบัว ต.ป่าคา อ.ท่าวังผา จ.น่าน (10 ราย) จากการสัมภาษณ์ผู้ป่วยและญาติเกี่ยวกับอาหารที่สงสัย พบว่า ผู้ป่วยทุกรายทานหน่อไม้อัดปิ้งจากร้านนาง ก (นามสมมุติ) โดย 3 รายรับประทานร่วมกัน 8 รายซื้อไปรับประทานที่บ้าน ผู้ป่วย 6 ราย ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ซึ่งทำเองในหมู่บ้าน 3 รายรับประทานเห็ด จากการศึกษาโดยวิธี Case - control study โดยเลือกกลุ่มควบคุมเป็นแม่บ้านทุกคนในหมู่บ้านคอนแก้วที่ไม่มีอาการป่วย เนื่องจาก เป็นผู้ปรุงและซื้ออาหาร พบว่า ในกลุ่มควบคุม 66 คน มีผู้ซึ่งรับประทานหน่อไม้อัดปิ้งแล้วไม่ป่วย 4 ราย โดยที่ 3 ราย นำไปทำให้อ่อนโดยการต้มและผัดก่อน มีกลุ่มควบคุมซึ่งรับประทานหน่อไม้อัดปิ้งจากร้านอื่นๆ 11 ราย ไม่มีอาการใดๆ Odd ratio ของหน่อไม้อัดปิ้งร้านนาง ก = undetermined P - value < 0.000001 ส่วน Odd ratio ของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และเห็ด ไม่มีนัยสำคัญ

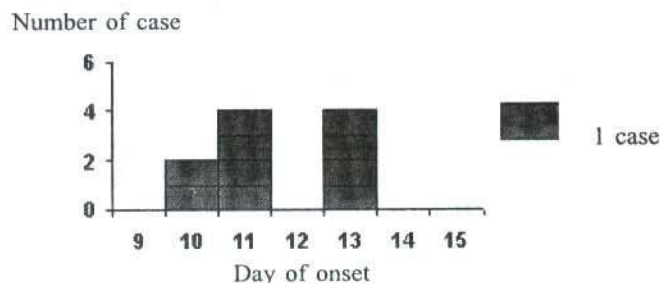
ทางสถิติ ระยะฟักตัวอยู่ในช่วง 6 ชั่วโมง ถึง 3 วัน (ปกติ 6 ชั่วโมง ถึง 8 วัน) ผู้ป่วยที่เข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลน่านเสียชีวิต 2 ราย โดยรายหนึ่งเป็นหญิงที่ผลิตและขายหน่อไม้อัดปิ้ง 2 รายถูกส่งต่อมายังโรงพยาบาลศิริราช โดยใส่ท่อช่วยหายใจ จากการสอบถามแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพิษวิทยา โรงพยาบาลศิริราช ให้การวินิจฉัยว่าเป็นโรค Botulism และอยู่ในระหว่างรอผลการส่งจุลจากรและอาหารเพาะเชื้อ *Clostridium botulinum*

จากข้อมูลดังกล่าวอาหารที่สงสัยน่าจะเป็นหน่อไม้อัดปิ้ง ซึ่งมีการผลิตในหมู่บ้านส่วนใหญ่ในจังหวัดน่าน ผลิตมากที่บ้านดอนแก้ว อำเภอท่าวังผา เป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือน โดยต้มหน่อไม้ในปิ้งน้ำมันพืชในช่วงฤดูฝน แล้วปิดผนึกด้วยฝาตะกั่ว และเชื่อมด้วยกรดไฮโดรซัลฟูริก และนำออกขายในช่วงฤดูร้อน

ทางกองระบาดวิทยาร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่านได้เก็บตัวอย่าง หน่อไม้ที่ผู้ป่วยรับประทาน และหน่อไม้ที่ผลิตในร้านดังกล่าว เพื่อส่งตรวจที่กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ และแนะนำให้หยุดการจำหน่าย, แจกหน่อไม้อัดปิ้งในอำเภอท่าวังผา รวมทั้งให้สุศึกษาในเรื่องการล้างและต้มหน่อไม้สุกอัดปิ้ง ให้เดือดเป็นเวลาอย่างน้อย 10 นาทีก่อนรับประทาน

เนื่องจากการทำอาหารประเภทผัก,ผลไม้บรรจุกระป๋องเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือนกระจายอยู่ทั่วทุกภาคในประเทศไทย ซึ่งทำให้มีแนวโน้มที่จะเกิดการระบาดของโรคอาหารเป็นพิษที่เกิดจากเชื้อ *Clostridium botulinum* ได้ ทางกองระบาดวิทยา จึงขอให้หน่วยงานต่างๆที่รับผิดชอบงานเฝ้าระวังโรค รายงานให้ศูนย์ระบาดวิทยาภาค และกองระบาดวิทยาทราบ ในกรณีที่พบผู้ป่วยที่สงสัยว่าจะเป็นโรคอาหารเป็นพิษที่เกิดจากเชื้อ *Clostridium botulinum* โดยมีอาการดังต่อไปนี้ หนึ่งตาตก, กลืนอาหารลำบาก, พูดไม่ชัด, ปากแห้ง, มองภาพไม่ชัดหรือเห็นภาพซ้อน, แขนขาอ่อนแรง, อาเจียน, เจ็บคอ, เสียงแหบ, ถ่ายเหลว

Epidemiology curve of food poisoning outbreak in Nan April 10 - 13, 1998



#### คณะสอบสวนโรค:

นพ.พงศ์เทพ วงศ์วัชรไพบูลย์, นพ.พิศิษฐ์ ศรีประเสริฐ, นาย ธัญญา วิเศษสุข, นส.ศุภวรรณ นันทวาส, นายอนุวัฒน์ ชนะวงค์, นส.สุกัลยา เล็กศิริวิไล, คณะเจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน, โรงพยาบาลน่าน, สำนักงานสาธารณสุขอำเภอท่าวังผา, โรงพยาบาลท่าวังผา

#### ผู้รายงาน:

นพ.พงศ์เทพ วงศ์วัชรไพบูลย์ (Dr.Pongthep Wongwatcharapaiboon)



## กลเม็ดการนำเสนอผลงานวิชาการ

## Scientific Presentation Technique

ลักขณา ไทยเครือ, พ.บ., M.S. (Epidemiology) อ.ว. (ระบาดวิทยา)

(Lakkana Thaikreuea) M.D., M.S. (Epidemiology)

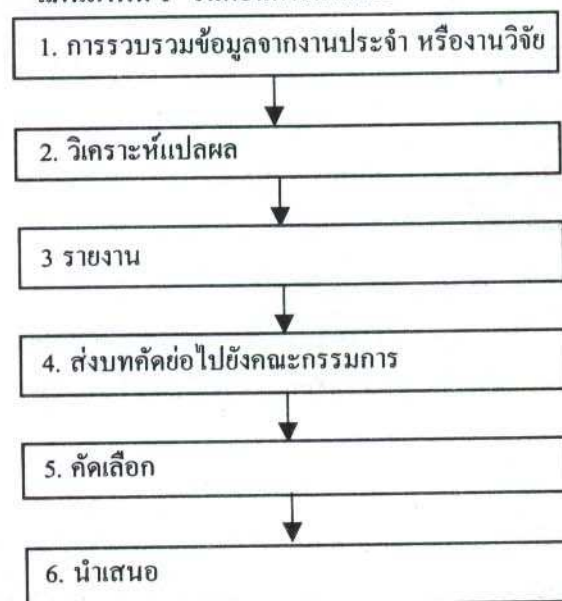
Diploma Thai Board of Preventive Medicine: Epidemiology

ในปัจจุบันนี้ การนำเสนอผลงานทางวิชาการได้รับความสนใจมาก ไม่ว่าจะเป็นการประชุมวิชาการตามปกติ หรือเมื่อมีการแข่งกันก็ตาม ส่วนรูปแบบก็มีหลายหลาก แต่ที่นิยมกัน คือ โปสเตอร์และการอธิบายประกอบสไลด์หรือแผ่นใสในเวลาที่กำหนด ในโอกาสที่จะมีการประชุมวิชาการกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งคาดว่าจะราวๆเดือนมิถุนายนปีนี้ ผู้เขียนขอแนะนำประสบการณ์ของการเป็นกรรมการพิจารณาคัดเลือกผลงานวิชาการดีเด่น การเป็นผู้สอนแพทย์ประจำบ้าน สาขาระบาดวิทยา และการเป็นผู้นำเสนอในเวทีระดับประเทศ และระดับนานาชาติตลอดระยะเวลา 7 - 8 ปี มาเรียงร้อยเพื่อเป็นประโยชน์ให้ท่านได้ใช้สอยไม่มากนักน้อย

เนื้อหาและตัวอย่างที่ยกมาจะเป็นลักษณะของการวิจัยหรือการทำงานประจำให้เป็นงานวิจัยซึ่งมีอยู่ในทุกสาขาของสาธารณสุข

โดยทั่วไปแล้วท่านที่อยู่สาขาอาชีพหรือกลุ่มงานรับผิดชอบใดก็มักจะส่งผลงานไปยังการประชุมวิชาการนั้น ๆ ซึ่งมักจะจัดทุกปีในระดับประเทศหรือทุก 1 - 2 ปีในระดับโลก ขั้นตอนการเตรียมการต่าง ๆ จึงพอจะสรุปได้ดังแผนภาพที่ 1

แผนภาพที่ 1 ขั้นตอนการนำเสนอ



สามขั้นตอนแรกถ้าท่านทำดีก็มีชัยไปกว่าครึ่งแล้ว

ผู้เขียนจะกล่าวในรายละเอียดของกลเม็ดการนำเสนอผลงานวิชาการตามลำดับหัวข้อต่อไปนี้

- การเตรียมเนื้อหา
- การเขียนบทคัดย่อ

- การทำสไลด์
- การเตรียมบทบรรยาย
- การนำเสนอ
- การปรับปรุงภายหลังการนำเสนอ

## 1. การเตรียมเนื้อหา

เรื่องนี้เป็นหัวใจหลักของการนำเสนอ โดยเฉพาะในเวทีที่มีการแข่งขันกันมาก ถ้าเนื้อหาไม่ดี โอกาสที่จะเขียนบทคัดย่อให้ดีเพื่อนำเสนอให้ดีขึ้นทำได้ยาก แต่ถ้าเนื้อหาดี วิธีการเขียนบทคัดย่อแม้ไม่ได้ผลเหมือนกัน ฉะนั้นเมื่อท่านรวบรวมข้อมูลวิเคราะห์แปลผลเสร็จเรียบร้อยแล้ว ให้เขียนรายงานฉบับเต็มเนื้อหา จากนั้นนำมาคัดเลือกผลการศึกษาค้น ๆ ที่ต้องการนำเสนอออกมาสรุป ลองประเมินเนื้อหากับบทคัดย่อว่ามากเกินไปหรือไม่ ถ้ามากเกินไปขนาดความยาวของข้อกำหนดขนาดการเขียนบทคัดย่อในแต่ละการประชุมนั้น ต้องคัดออกให้เหลือประเด็น หลักเด่น ๆ ที่สอดคล้องกัน แล้วนำมาเรียบเรียงเขียนใหม่ (แผนภาพที่ 2)

แผนภาพที่ 2 การคัดเลือกเนื้อหา



ดูเหมือนขั้นตอนนี้จะง่าย แต่ทำที่ผ่านมากลับพบว่า หลายท่านสับสน หรือเกิดอาการ "ตัดสินใจไม่ลง" ตอนไหนก็ดูดีก็นำเสนอไปหมด กลเม็ดขั้นตอนนี้ก็ คือ การให้ผู้ร่วมศึกษาค้นอื่น ๆ ช่วยติชมและตัดสินใจ รวมถึงมุมมองของผู้เชี่ยวชาญและผู้อื่นที่ไม่เคยพบเห็นผลงานของท่านมาก่อนอ่านและติชมจะทำให้คิดประเด็นง่ายขึ้น อีกส่วนหนึ่งที่สำคัญก็คือ ว่าการประชุมครั้งนี้ประเด็นอะไรเป็นหลักพยายามเลือกเรื่องหรือเนื้อหาให้ได้ใกล้เคียงมากที่สุดก็จะมีโอกาสถูกคัดเลือกมากขึ้นหรือมีผู้สนใจเข้าฟังมากขึ้น ในขั้นตอนนี้อาจฟังไปห้วงรูปแบบว่าจะเขียนบทคัดย่ออย่างไร

## 2. การเขียนบทคัดย่อ

พึงระลึกไว้เสมอว่า ท่านมีพื้นที่ประมาณหนึ่งสัปดาห์ที่จะทำให้องค์กรรมการคัดเลือกผลงานวิชาการประทับใจ ส่วนเรื่องที่ได้รับการคัดเลือกนอกจากจะมีเนื้อหาที่ดีแล้ว ยังต้องมีลีลาการเขียนชื่อเรื่อง ส่วนที่ใช้ การเรียงร้อยเรื่องเข้าด้วยกัน และผลสรุปต้องเข้าตากรรมการส่วนใหญ่ด้วย

เรื่องที่จะได้รับคัดเลือก อาทิเช่น การค้นพบสิ่งใหม่, การล้มล้างทฤษฎีเก่า ๆ, วิธีการควบคุมป้องกันโรคแนวใหม่, เรื่องที่ค้นพบ, หรือผลงานยอดเยี่ยมของการทำงานในสาขาวิชาเฉพาะของเวทีวิชาการนั้น ๆ



สำหรับรูปแบบก็แล้วแต่ข้อกำหนดของการประชุม นั้น โดยส่วนใหญ่จะมีแนวทางการเขียนดังนี้

## 2.1 บทนำ (BACKGROUND) /วัตถุประสงค์ (OBJECTIVES, AIM)

กล่าวถึงความจำเป็นไปอย่างย่อและเชื่อมโยงมายังเหตุผลว่า ทำไมถึงทำการศึกษาเรื่องนี้ พร้อมทั้งบอกวัตถุประสงค์ชัดเจน ไม่ต้องมากขนาดรายงานฉบับเต็ม เอาเฉพาะที่จะพูดถึงวิธีการศึกษา และแบบการศึกษาที่ใช้ในตอนถัดไปก็พอ ถ้าการศึกษาของท่านเป็นครั้งแรกหรือลึกลับทางทฤษฎีแต่เก่าก่อนหรือแสดงถึงวิธีการทำงานที่ได้ผลเยี่ยม(จริง)แล้ว อย่าลืมเขียนจุดเน้นลงไปด้วยเพื่อสื่อกับกรรมการ เนื้อหาส่วนนี้ใช้พื้นที่ประมาณร้อยละ 20 อาจมีบางกรณีใช้ถึงร้อยละ 30 อาทิเช่น การประเมินผลโครงการ เพราะต้องมีวิธีการศึกษาของโครงการนำมาบอกก่อน ที่จะระบุถึงวิธีการประเมินครั้งนี้(ซึ่งต้องเขียนในตอนถัดไป)

## 2.2 วิธีการศึกษา (METHODOLOGY หรือ METHODS)

ระบุถึงขั้นตอนการศึกษาและแบบการศึกษาที่ใช้ (STUDY DESIGN) สำหรับท่านที่มีหลายวัตถุประสงค์และใช้การศึกษาหลายแบบในการวิจัยนั้น ควรจะเขียนเฉพาะแบบการศึกษาที่สนองตอบต่อวัตถุประสงค์ในบทนำ ในการระบุชื่อแบบการศึกษา เช่น CROSS - SECTIONAL, CASE - CONTROL, PROSPECTIVE COHORT, POPULATION - BASED CASE - CONTROL, หรือ EXPERIMENT ไม่จำเป็นต้องอธิบายว่า มันคืออะไรแต่ต้องระบุว่าประชากรกลุ่มตัวอย่าง คือ ใคร มีเท่าไร เก็บข้อมูลด้วยวิธีใด เช่น ใช้แบบสอบถามแบบบันทึกเอง (Self - administration) หรือมีการสัมภาษณ์แล้วบันทึกข้อมูลโดยผู้สัมภาษณ์เอง (face - to - face interview) แต่ไม่ต้องอธิบายถึงเนื้อหาในแบบสอบถาม ถ้ามีการให้การรักษากลุ่มตัวอย่างในการศึกษาแบบ EXPERIMENT หรือ QUASI - EXPERIMENT ควรจะระบุด้วยว่า เป็น SINGLE หรือ DOUBLE BLIND หรือไม่ได้ทำ เป็นต้น การเจาะเลือดหรือเก็บตัวอย่างส่งตรวจมีอะไรบ้าง ตรวจหาอะไร เช่น ระดับ IgM, IgG โดยวิธีอะไร เช่น ELISA แต่ไม่ต้องบอกในรายละเอียดว่าใช้กรรมวิธีและขั้นตอนการตรวจอย่างไรบ้างถ้าท่านไม่ได้รู้ประเด็นนี้ ไม่จำเป็นต้องบอกสถิติและโปรแกรมที่เลือกใช้ในบทคัดย่อ ความยาวเนื้อหาส่วนนี้ประมาณร้อยละ 30 - 35

## 2.3 ผลการศึกษา (RESULTS)

ดึงเอาแต่ประเด็นสำคัญมาแสดงไม่ว่าจะเป็นร้อยละ หรือการหาปัจจัยเสี่ยงต่าง ๆ ที่มีนัยสำคัญทางสถิติ ท่านสามารถลดความยาวของประโยคลงโดยใส่ไว้ในวงเล็บ อาทิเช่น ( $P - value = 0.0001$ ) หรือ (95%CI; 1.8, 2.5) เป็นต้น การใช้ตัวย่อที่เป็นที่ยอมรับในวงการนั้น ๆ ก็จะช่วยประหยัดเนื้อที่ได้มากขึ้น เช่น OR, RR, 95% CI

ไม่ควรอย่างยิ่งที่จะนำผลการศึกษาที่ไม่เสร็จสิ้นมาผูกประเด็นให้ตามไปฟังในการประชุม ซึ่งบางเวทีได้กำหนดออกมาเลยว่าห้ามเขียน ผลที่น่าเสนอก็ควรจะมาจากแบบการศึกษาที่ท่านใช้ในขั้นตอนวิธีการศึกษา และไม่จำเป็นเสมอไปที่ผลศึกษานั้นต้องประสบความสำเร็จเท่านั้นถึงจะมีคุณค่า บางทีผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นไม่เป็นตามสมมุติฐานสามารถนำไปสู่เรื่องที่น่าสนใจมีคุณค่าการเรียนรู้จากความล้มเหลว ความยาวเนื้อหาส่วนนี้ประมาณร้อยละ 35 - 40

## 2.4 วิเคราะห์ผลและข้อสรุป (DISCUSSION / CONCLUSION)

การวิพากษ์ผลที่ดีควรกระชับ ตรงประเด็นกับวัตถุประสงค์และผลการศึกษาที่นำเสนอในสามตอนแรกของบทคัดย่อ กรุณาอย่าเสนอประเด็นนอกเหนือจากนั้นซึ่งควรจะอยู่ในรายงานฉบับเต็มมากกว่า อาจจะมีข้อเสนอแนะที่สำคัญ ความยาวเนื้อหาส่วนนี้ประมาณร้อยละ 15 - 20

## 2.5 ชื่อเรื่อง (Title)

ท่านอาจจะแปลกใจว่าทำไมจึงเอาชื่อเรื่องมาไว้ท้ายสุด สำหรับท่านที่ฝึกเขียนใหม่ ๆ มักจะเริ่มจากการตั้งชื่อแล้วก็ดลเขียนไปจนจบ ซึ่งบางครั้งเนื้อหาที่ไม่ได้ไปด้วยกันในตอนท้าย หรือหลายคนอาจจะยึดติดกับชื่อเรื่องเสียจนแทบจะเขียนอะไรไม่ออก แล้วแต่ความถนัด ถ้าท่านชำนาญแล้วการตั้งชื่อเรื่องไว้ก่อนจะช่วยให้ท่านไม่หลงประเด็น แต่ถ้าตั้งก่อนแล้วทำให้เขียนไม่ออก ก็เอาไว้ตั้งในขั้นตอนสุดท้าย

ลักษณะชื่อเรื่องควรมีเนื้อหาบอกถึง ทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร หรืออาจจะเพิ่มชื่อแบบการศึกษา ก็ได้ถ้าความเด่นของเรื่องนี้ อยู่ที่วิธีศึกษา มักพบบ่อยในกลุ่มระบาดวิทยาคลินิก และการวิจัยทางห้องทดลอง รูปแบบส่วนใหญ่จะเป็นประโยคบอกเล่า หรือเป็นวลี แต่ไม่ควรเป็นคำถาม ในบางกรณีอาจจะไม่บอกว่าเกิดกับใคร ที่ไหน เมื่อใดก็ได้ แต่เป็นการถามหรือตั้งประเด็น เช่น "Can chikungunya outbreak investigations lead to detection of a re - emerging disease in Thailand?" อันดับสุดท้าย คือ ชื่อผู้แต่งซึ่งแล้วแต่เวลาที่ว่าจะให้ย่อหรือเขียนเรียงอย่างไร จำนวนก็ขึ้น รวมถึงสถาบันหรือหน่วยงาน

ยังมีวิธีการเขียนอีกแบบซึ่งนิยมกันในการศึกษาทางระบาดวิทยาคลินิกและเป็นที่ยอมรับในการประชุมระบาดวิทยาคลินิกระดับโลก คือ

Objective: วัตถุประสงค์

Design: แบบการศึกษา

Setting: แหล่งที่เก็บข้อมูล

Participants: ผู้เข้าร่วมในการศึกษา

Intervention: การควบคุมป้องกันหรือการรักษาที่ให้

Main Outcome Measure(s): วิธีการวัดผลหลักๆ

Results: ผลการศึกษา

Conclusions: ข้อสรุป

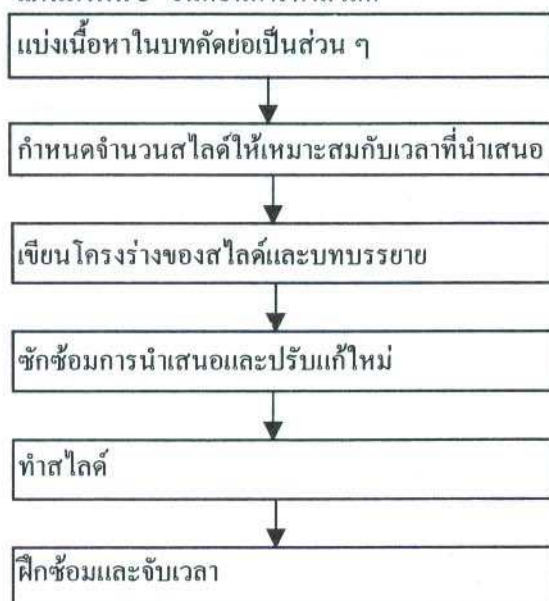


กลเมื่อนำเสนอผลงานวิชาการ  
(ต่อจากหน้า 274)

### 3. การทำสไลด์

เมื่อเรื่องของท่านได้รับการคัดเลือกให้นำเสนอเรียบร้อยแล้ว ขั้นตอนต่อไปก็ไม่ยากแต่หุยมหิมนมาก  
ดังแผนภาพที่ 3

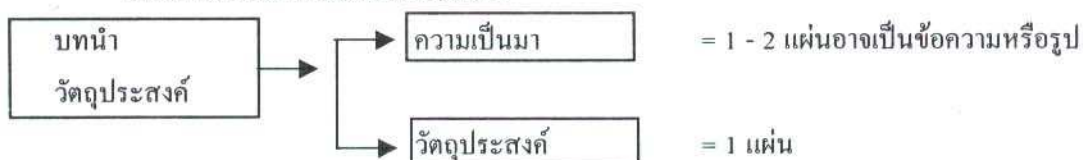
แผนภาพที่ 3 ขั้นตอนการทำสไลด์

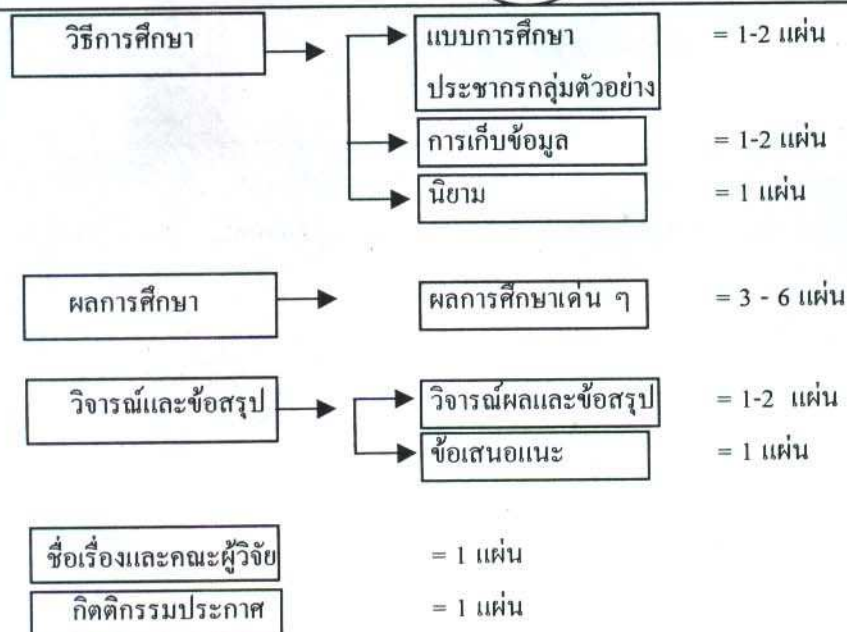


#### 3.1 จำนวนและเนื้อหา

เนื้อหาก็คือไม่พ้นจากบทคัดย่อที่แยกส่วนออกมา จำนวนสไลด์ตามน้ำหนักของเนื้อหา ถ้าเป็นการนำเสนอ 10 นาที ควรมีประมาณ 12 - 15 แผ่น เพราะ 1 แผ่นใช้เวลาประมาณ 30 - 45 วินาที กรณีที่มีรูปภาพประกอบที่ชัดเจน เช่น กิจกรรมการเก็บข้อมูล อุปกรณ์ ลักษณะโรค หรือ แผนผังที่แสดงถึงการไหลเวียนของระบบ ซึ่งสามารถดูได้ง่ายในเวลา 15 วินาที อาจเพิ่มจำนวนสไลด์ได้ถึง 18 - 20 แผ่น แต่ถ้าเป็นรูปภาพที่ต้องเน้นในรายละเอียดมากๆ และใช้เวลาเกินกว่า 30 วินาทีขึ้นไป ก็ให้นับเหมือนสไลด์ข้อความหรือกราฟทั่วไป ซึ่งรวมทั้งหมดแล้วไม่เกิน 12 - 15 แผ่นดังกล่าว นอกจากนี้ท่านต้องทำเสริมอีก 2-3 แผ่น ในประเด็นน่าสนใจที่อาจจะมีโอกาสถูกถามเพิ่มเติมได้ในช่วงแสดงความคิดเห็นท้ายการนำเสนอ

#### ตัวอย่างสำหรับการนำเสนอ 10 นาที





### 3.2 รูปแบบสไลด์

ก่อนอื่นต้องตัดสินใจก่อนว่าจะเอาเนวตั้งหรือเนวนอน ที่นิยมกันมักจะเอาเนวนอนเพราะจอภาพจะเป็นเข่นนั้นเสียส่วนใหญ่ แต่ถ้าจำเป็นต้องผสมผสานกันก็ควรให้น้อยที่สุดและจัดระเบียบตัวหนังสือให้ดี อย่าให้ล้นจอ

ภาษาที่ใช้ควรใช้ภาษาที่เรียบง่าย และเอาคำหลัก ๆ (Key words) ลงในสไลด์ ไม่ควรเขียนยาวยาวเต็มที เนื่องจากท่านมีบทบรรยายอยู่แล้ว อาทิเช่น

- คณะผู้ศึกษาวิจัยได้ติดตามผู้ป่วยจำนวน 60 คน

- We conducted community survey

เลือกเฉพาะคำที่ชัดเจนได้มาใส่ในสไลด์ก็พอ ไม่ควรเกิน 5 - 6 คำต่อบรรทัดและไม่เกิน 5 - 7 บรรทัดต่อแผ่น เว้นแต่จะเป็นแผนภาพ มีลูกศร หรือภาพแตกต่างกันสังเกตเห็นง่าย รวมถึงการใช้วิธีการในการนำเสนอเข้าช่วยหรือในกรณีที่เป็นตารางก็ไม่ควรเกิน 7 แถว และ 4 คอลัมน์

ตัวหนังสือต้องตัวใหญ่พอที่จะให้ผู้ฟังแถวหลังมองเห็นชัดเจนและเป็นระเบียบสวยงาม ไม่ใช่ทั้งสี่ห้าบรรทัดไปกระจุกอยู่กลางแผ่น สีพื้นที่ใช้เป็นควรเป็นสีเข้ม เช่น น้ำเงิน ฟ้ามุข เทา หรือดำ ส่วนตัวหนังสือควรใช้สีขาวหรือเหลืองเป็นหลัก อาจจะเน้นด้วยสีแดงบางคำ แต่ถ้าเป็นแผนภูมิแท่งควรเลี่ยงการเปรียบเทียบแท่งสีแดงกับเหลืองติดกัน เพราะผู้ที่ตาบอดสีจะแยกลำบาก อาจจะต้องเลือกโทนสีอื่น และใส่ลวดลาย (Pattern) ลงในแผนภูมิด้วย หลีกเลี่ยงการใช้สีฉูดฉาด สะท้อนแสงหรือลวดลายแพรวพราวเต็มสไลด์

สำหรับหัวข้อเรื่องตัวอักษรควรใหญ่กว่าเนื้อหาที่ตามมา อาทิ เช่น วิธีการศึกษา ผลการศึกษา อีกทั้งผู้ฟังจะตามเรื่องได้ทัน โดยเฉพาะในกรณีที่ท่านนำเสนอด้วยภาษาอื่นที่ไม่ถนัด อาจออกเสียงเพี้ยน เวลาฟังนาน ๆ อาจจับใจความไม่ทัน จึงต้องดูจากสไลด์บ้างช่วง อย่างไรก็ตามในกรณีที่ผลการศึกษาหลายแผ่น ท่านควรลดขนาดหัวข้อเรื่องในแผ่นสไลด์ถัด ๆ ไปได้เพื่อนั่นเนื้อหาแทน และไม่สูญเสียพื้นที่โดยใช่เหตุ



การย่อหน้าและใส่เครื่องหมายในแผ่นสไลด์ช่วยให้มากในการแบ่งเนื้อหาเป็นหมวดหมู่ และการติดตามเรื่อง

สำหรับแผนภูมิแท่ง รูปภาพ และกราฟต่าง ๆ ท่านควรเขียนหัวเรื่องให้มีสัดส่วนสวยงามกับขนาดรูป ไม่ใหญ่ไม่เล็กเกินไป ไม่ควรเกิน 2 - 3 บรรทัด และควรบ่งบอกว่าอะไร ที่ไหน เมื่อไร ถ้าการระบุสัญลักษณ์และสีของแต่ละแท่งกินเนื้อที่มากก็ไม่จำเป็นที่จะแสดงให้เห็น แต่ตอนนำเสนอต้องอธิบายผู้ฟังทุกครั้งถึงแต่ละสัญลักษณ์ว่าเป็นตัวแทนของอะไรก่อนจะนำเสนอเนื้อเรื่องต่อในแต่ละภาพหรือแผนภูมินั้นๆ

ในปัจจุบันมีโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำหรับนำเสนอสไลด์โดยที่ท่านสามารถแก้ไขจนกว่าจะพอใจ แล้วค่อยถ่ายเป็นสไลด์ถาวรต่อไปเพื่อความประหยัด แต่ถ้าไม่มีก็สามารถใช้แผ่นใสก่อนได้

#### 4. การเตรียมบทบรรยาย

บทบรรยายจะต้องไม่ยาวเกินไปจนผู้ฟังอ่านสไลด์แล้วไม่สื่อถึงเรื่องที่พูด และควรต่อเนื่องตามสิ่งที่แสดงในสไลด์ กลเม็ดการทำตัวหนังสือในบทบรรยายใหญ่ ๆ เพื่อให้เห็นชัดเจนเวลาไฟดับ ท่านจะได้ไม่ต้องเพ่งมองหาซึ่งจะบั่นทอนความมั่นใจลงมาก นอกจากนี้การใช้สีที่แตกต่างกันขีดแบ่งวรรคตอน กำหนดให้ถึงคราวที่ท่านต้องชี้ และสีที่ท่านต้องเน้นหรือระวังสำเนียงจะช่วยให้คุณไม่ต้องกังวลว่าเมื่อไรจะชี้ เมื่อไรจะเน้นเสียงเมื่อไรจะหยุดระหว่างประโยค ท่านต้องฝึกซ้อมกับแผ่นนี้จนชินกับสีต่าง ๆ และไม่ควรเปลี่ยนแปลง เมื่อจนตัวจะนำเสนอ เพราะจะก่อให้เกิดผลเสียมากกว่าผลดี โดยประสบการณ์ของผู้เขียนเองเห็นว่าไม่ใช่สิ่งน่าอายอะไร เพราะนอกจากจะคุมประเด็นในเรื่องที่พูดได้ดีแล้ว ยังทำให้การนำเสนอฟังราบรื่นไม่สะดุดติดขัดและคุมเวลาได้ดี

ซักซ้อมกับเพื่อนผู้อาจารย์ และ ผู้ที่ไม่เคยฟังท่านนำเสนอเลยเพื่อขอความคิดเห็นในการปรับคำบรรยายและสไลด์ เนื่องจาก ผู้ที่ฟังท่านซักซ้อมนำเสนอบ่อยๆมักจะคล้อยตามและมองไม่เห็นจุดผิดพลาด นอกจากนี้ยังได้ประเด็นคำถามใหม่ๆที่ควรเตรียมเนื้อหาไปตอบผู้เข้าร่วมประชุมได้อีก

#### 5. การนำเสนอ

ก่อนเดินทางไปสถานที่ประชุม ควรแต่งตัวเสริมบุคลิกภาพเพื่อช่วยให้ท่านมีความมั่นใจมากขึ้น ลดความกังวลตื่นเต้นลงได้บ้าง แต่อย่าใส่ชุดหรือเสื้อผ้าที่ทำให้ท่านอึดอัดหรือไม่ถนัดขณะยกไม้ยกมือหรือใช้อุปกรณ์ต่าง ๆ ระหว่างพูด

เมื่อไปถึงควรตรวจตรากำหนดเวลาและห้องที่จะนำเสนอให้แน่นอน โดยส่วนใหญ่จะมีห้องลงทะเบียนรับสไลด์ โดยให้ผู้นำเสนอเรียงเองรวมถึงสไลด์สำรอง ตรวจตราความเรียบร้อย และ ปิดผนึกเพื่อส่งไปห้องต่างๆ เมื่อนำเสนอเสร็จ ก็มารับคืนตามเวลาที่กำหนด สำหรับการประชุมนานาชาติโดยเฉพาะการประชุมวิชาการใหญ่ๆ มักจะมีที่ลงทะเบียนรับสไลด์หน้าห้องนำเสนอ และเป็นแบบถาดเดียวหรือ 1 จอ ไม่ใช่จอคู่หรือ 2 ถาดอย่างในเมืองไทย เมื่อนำเสนอเสร็จก็สามารถรับคืนได้เลยเพื่ออำนวยความสะดวกและประหยัดเวลาของผู้เข้าร่วมประชุม

ประการต่อมา ท่านควรซักซ้อมกับอุปกรณ์ต่าง ๆ ก่อนนำเสนอจริง ซึ่งทางคณะผู้จัดประชุมมักจะเตรียมคนเตรียมของให้แล้ว ในกรณีการประชุมระดับโลก ท่านมักจะต้องเตรียมเองทุกอย่าง คือ ลงเวลาจองห้องซ้อมใส่สไลด์เอง กดเอง เก็บเอง ไม่เหมือนในประเทศไทย

ควรเข้าห้องน้ำให้เรียบร้อยก่อนนำเสนอประมาณครึ่งถึงหนึ่งชั่วโมงก่อนขึ้นนำเสนอ ถ้าตื่นเต้นควรสูดลมหายใจเข้าช้าๆลึกๆและจิบน้ำเล็กน้อย ไม่ควรคิมน้ำมากมายเพราะอาจจะเพิ่มการเคลื่อนไหวของลำไส้โดยเฉพาะผู้ที่มีการตื่นเต้นอยู่แล้ว ขณะนำเสนอน้ำเสียงและลีลาช่วยได้มากในการเน้นย้ำประเด็นสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นการเน้นเสียง การหยุดในจังหวะที่เหมาะสม การชี้ การยกหน้ามองผู้ฟังเป็นระยะ ๆ ขณะอ่านคำบรรยาย ซึ่งอยู่ในการฝึกฝนโดยเฉพาะอย่างยิ่ง ถ้าท่านต้องใช้ภาษาต่างประเทศที่ไม่ถนัด เช่น ภาษาอังกฤษ พูดย้ำซ้ำและชัดไว้ก่อน ถ้าฝึกสำเนียงได้ก็ยิ่งดี แต่ไม่ใช่ข้อจำกัดในการนำเสนอให้น่าฟัง ยกเว้นแต่บางคำที่สำเนียงผิดแล้วแปลคนละเรื่องท่านก็ต้องฝึกออกเสียงกับเจ้าของภาษา อย่าใช้ไมค์ หรือ laser pointer ชี้หมุนไปหมุนมาหรือแกว่งไปมาบนแผ่นสไลด์ขณะพูด เพราะก่อให้เกิดความรำคาญแก่ผู้ฟังอย่างยิ่ง และอย่าชี้ไปหมดทุกบรรทัด ทุกรูป ทุกจุด เพราะท่านไม่ใช่ครูสอนหนังสือ เลือกชี้จุดที่ต้องการเน้นหรือให้ติดตามเรื่องแต่ละสไลด์ก็พอ อีกประการหนึ่งควรมีเสียงสูงเสียงต่ำบางช่วง (แต่อย่ามากเกินไปจนอ่านละคร) เพราะผู้ฟังอาจเบื่อหน่ายหรือหลับได้เพราะมักจะเป็นการประชุมวิชาการยาว ๆ ติดต่อกันหลายชั่วโมงหรือหลายวัน เวลาถูกซักถามข้อไหนไม่ทราบจริงก็ให้ตอบไปตามตรงและแสดงความกระตือรือร้นที่จะไปค้นหาคำตอบหรือศึกษาเพิ่มเติม

#### 6. ภายหลังการนำเสนอ

หลายท่านจะรู้สึกโล่งใจทันทีเมื่อนำเสนอเสร็จ ซึ่งผู้เขียนเห็นว่าควรที่จะให้เพื่อนที่ไปฟังช่วยวิพากษ์วิจารณ์เพิ่มเติมในประเด็นของรูปแบบสไลด์เนื้อหาและลีลาการนำเสนอเพื่อที่จะนำไปปรับปรุงในคราวต่อไป

การที่ผู้ฟังเงียบไม่มีคำถามภายหลังจากที่ท่านพูดจบ ดีความได้ 2 กรณี คือ ดีมาก เข้าใจทุกอย่าง หรือเห็นด้วยทุกอย่าง กับอีกกรณี คือ ไม่รู้เรื่องเลขจนไม่รู้จะถามตรงไหนดีให้ทันเวลาที่กำหนดจึงไม่อยากถาม ท่านจะต้องกล้าหาญที่จะเผชิญกับกรณีหลัง และยอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์นั้นมาปรับใช้ มิเช่นนั้นก็มีใครกล้าบอกท่านอีก และท่านก็จะแบ่ตลอดกาล

#### บทขอบคุณ

คุณค่าที่ปรากฏคงมีไม่ได้ถ้าปราศจากการสอนสั่งและสนับสนุนจากคุณพ่อคุณแม่ อาจารย์สุชาติ เจตนเสน อาจารย์ประยูร ภูนาส อาจารย์รัชช จายนัยโชธิน นพ.สมศักดิ์ วัฒนศรี นพ.ก้านวณ อึ้งชูศักดิ์ นพ.ครรชิต ลิ้มปกาญจนรัตน์ นพ. ศิริศักดิ์ วรินทราวาท นสพ. ประวิทย์ ชุมเกษียร อาจารย์อ่องอาจ เจริญสุข พญ. ชไมพันธุ์ สันติกาญจน์ พญ.นฤมล ศิลารักษ์ อ. ศิริชัย วงศ์วัฒนไพบูลย์ Dr.Roberta Malmgren Dr.Roger Detels Dr. Godfrey J.Walker Dr. HJORDIS M. Foy คุณณมยา พุกกะนันทน์ และผู้ที่ไม่สามารถกล่าวนามในที่นี้ได้หมด

ผู้เขียนไม่ได้ยกตัวอย่างมากมายในที่นี้ เนื่องจากเนื้อที่จำกัด แต่ได้เสนอแนวทางการคิดและเนื้อหาหลักๆ ถ้าท่านมีข้อคิดเห็น หรือคำแนะนำใดๆ เพื่อเป็นวิทยาทานหรือความต้องการใดๆ โปรดบอกมายัง

**พญ.ลักขณา ไทยเครือ**

**กลุ่มงานพัฒนานักกระบวนวิชา กองระบาดวิทยา**