

บทที่ 4 การวิเคราะห์เนื้อหาและรูปแบบ

การวิเคราะห์เนื้อหาและรูปแบบของการ์ตูนคุณประยูร จรรย์ววงษ์ ตามแนวคิดเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัยนั้น ผู้วิจัยได้แบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่หนึ่ง ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์เนื้อหาการ์ตูนของคุณประยูร จรรย์ววงษ์ที่เกี่ยวข้องกับ “สุขภาพอนามัย” โดยใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับแนวทางในการดูแลสุขภาพอนามัย 4 แนวทาง คือ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย จากนั้นจึงทำการวิเคราะห์โดยแบ่งประเภทหมวดหมู่ของเนื้อหาตามแนวทางในการดูแลสุขภาพอนามัยดังกล่าวข้างต้น

ส่วนที่สอง เป็นการวิเคราะห์รูปแบบและวิธีการนำเสนอโดยแบ่งการวิเคราะห์ออกเป็นวิธีการนำเสนอแบบเล่าเรื่อง การวาดภาพประกอบ และการใช้ลายมือเขียน

การวิเคราะห์เนื้อหาของการ์ตูนคุณประยูร จรรย์ววงษ์ที่เกี่ยวข้องกับ “สุขภาพอนามัย”

(1) ดังที่ได้กล่าวมาแล้วในบทที่ 2 เกี่ยวกับแนวคิดด้านสุขภาพอนามัยว่า ในการดูแลสุขภาพอนามัยนั้น มีแนวทางในการดำเนินการ 4 แนวทาง ดังนี้คือ การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันและควบคุมโรค การรักษาพยาบาล การฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย ซึ่งการดูแลสุขภาพอนามัยทั้ง 4 แนวทางนี้ ในทางการแพทย์ถือว่า การดูแลสุขภาพอนามัยให้ดีนั้นควรที่จะเริ่มต้นด้วยการส่งเสริมสุขภาพเป็นลำดับแรกก่อน โดยการให้ความรู้ด้านสุขภาพอนามัยเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนให้ประชาชนมีสุขภาพอนามัยที่แข็งแรงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ซึ่งเมื่อร่างกายและจิตใจดี จะทำให้การเกิดโรคภัยไข้เจ็บเป็นไปได้ยาก ต่อจากนั้นจึงเน้นเรื่องการป้องกันและควบคุมโรค เพื่อลดอัตราการเจ็บป่วยและอัตราการเสียชีวิตของประชาชน นอกจากนี้ยังเป็นการป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายของเชื้อโรคจากแหล่งนำโรคหรือพาหะของโรค ส่วนในเรื่องของการรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยนั้นในทางการแพทย์จะไม่เน้นมากนักเนื่องจากการรักษาพยาบาลนั้นเมื่อประชาชนเกิดเจ็บป่วยขึ้นมา ผู้ที่จะให้การรักษาพยาบาลและการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยได้ดีและถูกต้องตามหลักวิชาการจะต้องเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านทางการแพทย์จริง ๆ

ผู้ป่วยได้ดีและถูกต้องตามหลักวิชาการจะต้องเป็นผู้ที่มีความเชี่ยวชาญทางด้านการแพทย์จริง ๆ ฉะนั้นเมื่อเกิดโรคภัยไข้เจ็บขึ้นผู้ป่วยหรือผู้ใกล้ชิดจะดูแลรักษาได้เพียงการปฐมพยาบาลเบื้องต้นเท่านั้น

จากนั้นได้นำเอาแนวทางทั้ง 4 แนวทางเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพอนามัย มาวิเคราะห์เนื้อหาเชิงปริมาณของการ์ตูนคุณประยูร จรรยาวงษ์ จำนวน 285 ภาพ พบว่าได้ผลดังนี้

แนวทาง	ความถี่ภาพคิดเป็นร้อยละ	จำนวน (ภาพ)
การส่งเสริมสุขภาพอนามัย	55.1	157
การป้องกันและควบคุมโรค	19.6	56
การรักษาพยาบาล	23.2	66
การฟื้นฟูสภาพผู้ป่วย	2.1	6
รวม	100	285

และจากแนวทางทั้ง 4 แนวทาง ที่ผู้วิจัยนำมาวิเคราะห์เกี่ยวกับเนื้อหาในการ์ตูนของคุณประยูร จรรยาวงษ์ จะพบว่าเนื้อหาในการ์ตูนที่คุณประยูร จรรยาวงษ์ นำเสนอนั้นมีครบทั้ง 4 แนวทาง ซึ่งเป็นเนื้อหาเกี่ยวข้องกับแนวทางการดูแลสุขภาพอนามัยทั้งสิ้น โดยเนื้อหาหลักของการ์ตูนจะเน้นเรื่องการส่งเสริมสุขภาพ (55.1%) เพราะถ้าประชาชนมีสุขภาพที่ดีย่อมมีโอกาสในการเกิดโรคภัยไข้เจ็บได้ยาก รองลงมาเนื้อหาในการ์ตูนของคุณประยูร จรรยาวงษ์ จะนำเสนอถึงการรักษาโรค การป้องกันและควบคุมโรค และเนื้อหาที่นำเสนอน้อยที่สุดคือ เนื้อหาเกี่ยวกับการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยเนื่องจากการฟื้นฟูสภาพของผู้ป่วย หมายถึงการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขความบกพร่องต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นกับสุขภาพทางร่างกายและจิตใจของมนุษย์ให้กลับคืนสู่สภาพปกติ และการจัดบริการให้แก่ผู้ป่วยที่ร่างกายได้รับผลต่อเนื่องจากการเจ็บป่วย รวมถึงการฟื้นฟูสภาพในผู้สูงอายุ เนื้อหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับแนวทางนี้จึงเป็นประโยชน์ต่อบุคคลในวงจำกัด ในขณะที่เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับแนวทางส่งเสริมสุขภาพ เป็นข้อมูลที่ให้ความรู้ด้านสุขภาพอนามัยแก่ประชาชนทั่วไป ดังนั้นจากการวิเคราะห์เนื้อหาในการ์ตูนของคุณประยูร จรรยาวงษ์ ชุดนี้จึงพบว่ามีปริมาณของรูปภาพการ์ตูนที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพมีปริมาณมากที่สุด

จากผลการวิเคราะห์ที่แสดงปริมาณของเนื้อหาประเภทต่าง ๆ ในตารางข้างต้นนั้น การที่เนื้อหาด้านการส่งเสริมสุขภาพมีมากกว่าเนื้อหาด้านอื่น ๆ นั้น อาจจะเนื่องมาจาก

จากตัวอย่างดังกล่าวจะเห็นว่าเนื้อหาที่ใช้ประกอบในรูปภาพการ์ตูนจะเกี่ยวข้องกับ การส่งเสริมสุขภาพดังนี้คือ

การให้ความรู้ด้านสุขภาพอนามัยเกี่ยวกับเรื่องข้าว โดยข้าวที่ถูกสีให้ขาวจะเหลือคุณค่าทางอาหารน้อยมาก ข้าวซ้อมมือมีวิตามินบี 1 มากกว่าข้าวขาว 4 เท่า ซึ่งวิตามินบี 1 ป้องกัน และแก้โรคเหน็บชา นอกจากนี้ในข้าวซ้อมมือยังมีวิตามินบี 2 ป้องกันปากนกกระจอก มีวิตามิน บีรวมป้องกันการอ่อนเพลีย และแขนขาไม่มีแรง ลึ้นแตก ปวดท้องและกล้ามเนื้อ ริมฝีปากเป็น แผล โรคปลายประสาทอักเสบ นอกจากนี้ที่กล่าวมาแล้ววิตามินบีรวมยังบำรุงสมองอีกด้วย ซึ่ง เนื้อหาบางส่วนของการ์ตูนที่กล่าวมานั้นแสดงให้เห็นว่าคุณประยูร จรรย์วณิช ต้องการที่จะให้ความรู้ ด้านสุขภาพอนามัยแก่ประชาชนทราบว่าข้าวขาวที่เราทานกันอยู่ทุกวันนี้มีประโยชน์น้อยกว่าข้าว ซ้อมมือ ซึ่งมีวิตามินอยู่มากที่จะทำให้ร่างกายแข็งแรงไม่เป็นโรคดังที่กล่าวมาแล้ว



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2. แนวทางการป้องกันและควบคุมโรค

เรื่อง ระวังโรคเอดส์

ระวัง! โรคเอดส์



วันนี้ผมจะขอชวนทุกคน
มาคุยเรื่องโรคเอดส์สักวัน
โรคเอดส์ เป็นโรคใหม่ ซึ่งร้าย
แรงมาก ใครเป็นโรคนี้ ไม่มีทาง
รอดชีวิต --- แต่ก่อนในเม็กซิโก
ไทยเรา เห็นใครเป็นกระเทยหรือ
ชายแต่งตัวเป็นหญิง หรือหญิงแต่ง
ตัวเป็นผู้ชาย มักถือกันว่า เป็นคนที่
ไม่ดี ไม่ดีสักประการ มีพฤติกรรมไม่ดี
- กลั้ม คนที่มีอารมณ์รักเพศเดียวกัน
ใครรู้เขาก็รังเกียจ --- แต่ในสมัยนี้คนที่
อารมณ์ทางเพศผิดปกติ สักคนก็ไม่สนใจ
มีคู่สมรสไว้สำหรับ คนที่นิยมร่วมเพศกับ
เพศเดียวกัน - เนื่องจากคนวิปริตทางเพศมีอา
รมณ์ร่วมเพศกันมากในทิวเมืองปรีดด้วยกันอยู่
เสมอมา - จึงในขณะนี้เกิดมีโรคใหม่เกิดขึ้นกับคนที่นิยมร่วมเพศ
วิปริต ทำให้ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง ความดันโลหิตต่ำ ความ
ดันโลหิตสูง ใจกลาย เป็นคนอ่อนแอจนร่างกายไม่สามารถจะอยู่
ได้อย่างคนธรรมดา - ในที่สุดก็ต้องตาย โรคนี้ผมขอเรียกว่าโรคเอดส์
นอกจากติดต่อกันกับคนร่วมเพศแนวิหูการด้วยกันแล้ว ยังติดต่อ
ต่อไปกับแม่ - ละลูกผู้ประจักษ์ --- แพทย์ทั่วโลกยังไม่มีความรู้
ได้ ภายทการ - เมืองไทยเราก็มีผู้เป็นแล้ว กว่า ๒๐ ราย - ระวัง
โรคร้ายนี้ คือ อย่าร่วมเพศวิปริต - หรืออย่าร่วมเพศกับหญิง
บริการ - ถ้าหากจำเป็น ต้องร่วม - ก็อย่าลืม ต้องระวังป้องกัน
ไว้ - ละรักภรรยา สะอาดอย่าเข้มงวดที่เดี๋ยวนี้. ๑๓๓๖๓๓๓

จากตัวอย่างดังกล่าวจะเห็นได้ว่าเนื้อหาของการ์ตูนจะกล่าวถึงการป้องกันและควบคุมโรค โดยป้องกันและควบคุมการแพร่กระจายของโรคเอดส์ ซึ่งเป็นโรคที่ร้ายแรงมากและยังไม่มีวิธีรักษาให้หายได้ คุณประยูร จรรย์วาทย์ จะเขียนให้ประชาชนรู้ว่าวิธีการป้องกันโรคเอดส์นี้คือไม่ร่วมเพศแบบวิปริตหรือไม่ร่วมเพศกับหญิงบริการ ส่วนวิธีการควบคุมนั้นหากจำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์ก็ต้องสวมถุงยางอนามัยป้องกันไว้และรักษาความสะอาดอย่างเข้มงวด

3. แนวทางการรักษาพยาบาล

เรื่อง มันมากับหน้าร้อน



มันมากับหน้าร้อน

ผมมีลูกชายชื่อเอกชัย คือกับผมเป็นแม่ หรือพ่อที่มีเด็กอยู่ในครอบครัว เพื่อ เติบโตให้ แก่ทันกับสังคม และเด็กใน ครอบครัว - เป็นการประหยัดอย่างมากที่ คุณแม่ได้ลูกหลานได้ไม่ทิ้งกันป่วยหนัก

แต่สิ่งที่พ่อกับแม่ควรไปเพราะ ๑.ทารก เมื่อทารกของท่านอายุต่ำกว่า ๓ เดือนเกิดท้องเดิน-ควรให้ดื่มนมแม่และ สังกะสีปกติ - ใช้เกลือสังกะสีสำหรับเด็กที่ ๓ เดือนมีอายุตามบ้านชายอยู่ - ควรซื้อเกลือ นีลิสกอลแคปซูลเพิ่มเข้าไปให้เด็กดื่มนมกับ นมแม่ ซึ่งรสจะรสชาติในนมแม่ - ที่ พ่อก-แม่ได้ดื่มนมไปแล้ว - ให้ใส่ นมแม่ - ถ้าไม่พบรสให้ใส่เกลือปกติ ใช้เกลือสำหรับเด็กท้องเสีย ๑.๑๐๐ มล. ผสมน้ำเกลือแคปซูลให้ดื่มแทนน้ำ เติมน้ำเกลือปกติที่พ่อกได้ดื่มน้ำเกลือ พ่อกจะถ่ายน้อยลง หรือหยุดถ่าย ถ้าพ่อกดื่มน้ำเกลือแล้วก็ยังไม่หายให้ หยุดรับสิ่งต่างไปหาแพทย์ทันที ๒. เด็กท้องผูกและ ท้องเสียก็ให้ดื่มน้ำ เติมน้ำเกลือ ๑ ขวดต่อ ๑ แก้ว - ยาน้ำขมิ้นหรือยา กระเทียมหรือนมที่ท้อง-ระคายเคือง ถ้าไม่หาย-พาไปหาแพทย์ที่

๑. ทารก เมื่อทารกของท่านอายุต่ำกว่า ๓ เดือนเกิดท้องเดิน-ควรให้ดื่มนมแม่และ สังกะสีปกติ - ใช้เกลือสังกะสีสำหรับเด็กที่ ๓ เดือนมีอายุตามบ้านชายอยู่ - ควรซื้อเกลือ นีลิสกอลแคปซูลเพิ่มเข้าไปให้เด็กดื่มนมกับ นมแม่ ซึ่งรสจะรสชาติในนมแม่ - ที่ พ่อก-แม่ได้ดื่มนมไปแล้ว - ให้ใส่ นมแม่ - ถ้าไม่พบรสให้ใส่เกลือปกติ ใช้เกลือสำหรับเด็กท้องเสีย ๑.๑๐๐ มล. ผสมน้ำเกลือแคปซูลให้ดื่มแทนน้ำ เติมน้ำเกลือปกติที่พ่อกได้ดื่มน้ำเกลือ พ่อกจะถ่ายน้อยลง หรือหยุดถ่าย ถ้าพ่อกดื่มน้ำเกลือแล้วก็ยังไม่หายให้ หยุดรับสิ่งต่างไปหาแพทย์ทันที ๒. เด็กท้องผูกและ ท้องเสียก็ให้ดื่มน้ำ เติมน้ำเกลือ ๑ ขวดต่อ ๑ แก้ว - ยาน้ำขมิ้นหรือยา กระเทียมหรือนมที่ท้อง-ระคายเคือง ถ้าไม่หาย-พาไปหาแพทย์ที่

๑. ๑๐๐ มล.

จากตัวอย่างดังกล่าวเนื้อหาจะกล่าวถึงแนวทางในการรักษาพยาบาลคือ การให้การ
รักษาผู้ป่วยเมื่อเกิดอาการเจ็บป่วย ทุกข์ทรมานและได้รับอันตรายจากโรคโดยเร็วที่สุด ซึ่งเนื้อหา
ของการ์ตูนคุณประยูร จรรย์ววงษ์ ตอนนี้จะกล่าวถึงการรักษาพยาบาลเด็กทารกที่มีอาการโรค
ท้องร่วงในหน้าร้อนโดยแบ่งวิธีการรักษาตามอายุเด็กดังต่อไปนี้

1. ทารก อายุต่ำกว่า 3 เดือน เกิดท้องเดินควรให้ดื่มนมแม่น้อยลงกว่าปกติ ใช้เกลือผง
สำหรับเด็กท้องเดินที่มีขายตามร้านขายยาครึ่งซองผสมกับน้ำสุก 1 แก้วกาแฟเติมปรีดีมัลกับ
นมแม่ซึ่งลดลง อย่าให้ดื่มนมที่
2. ทารก อายุ 3 เดือนขึ้นไปให้ลดนมแม่ ถ้านมขวดผสมให้ใสกว่าปกติใช้เกลือสำหรับเด็ก
เด็กท้องเสีย 1 ซอง ผสมน้ำสุก 1 แก้วเติมให้ดื่มน้ำ
3. เด็กอดนมแล้ว ถ้าท้องเสียก็ให้ดื่มน้ำเกลือ 1 ซองต่อ 1 แก้ว ใช้ยาหม่องทาท้องเอา
กระเป๋าน้ำร้อนวางที่ท้องอาการจะทุเลาลง

ถึงแม้เนื้อหาในการ์ตูนคุณประยูร จรรย์ววงษ์ จะบอกถึงวิธีการรักษาก็จริง แต่ก็เป็นวิธี
การรักษาเบื้องต้น ซึ่งถ้าหากการรักษาดังกล่าวยังไม่สามารถทำให้อาการเจ็บป่วยดีขึ้น ท่านก็
แนะนำให้ไปหาแพทย์ทันทีเพื่อรับการรักษาต่อไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากตัวอย่างดังกล่าวเนื้อหาจะเกี่ยวข้องกับการฟื้นฟูสภาพผู้ป่วยโดยการเปลี่ยนแปลงและแก้ไขความบกพร่องต่าง ๆ ซึ่งเกิดขึ้นแก่สุขภาพทางร่างกายและจิตใจของมนุษย์ให้กลับคืนสู่สภาพปกติโดยเร็วที่สุด ดังเช่นเนื้อหาของการ์ตูนคุณประยูร จรรยาวัณษ์ ในตอนนี้ กล่าวว่า "...อาการไอที่มีเสมหะเหนียว ๆ มันจะทำให้คนพินใช้เวลานานกว่าไปอีกหลายวัน น้ำส้มคั้นเติมเกลือเล็กน้อย ต้มคั้นจิ้งหระอาหาร หรือจิบเรื่อย ๆ ไป ช่วยให้ร่างกายได้ทั้งความชุ่มชื้นกายและคอทุเลาการอักเสบได้ด้วย... อาหารไขมันงดชั่วคราว เช่น ไข่หมู กุนเชียง ไข่กรอกทอด อย่าพินใช้เร็วเกินไป ค่อย ๆ พินดีกว่าใช้กลับ"

(2) การแบ่งประเภทหมวดหมู่ของเนื้อหา

จากแนวทางด้านสาธารณสุขทั้ง 4 แนวทางที่ได้กล่าวมาแล้ว ในที่นี้จะพิจารณารายละเอียดว่า วิธีทางที่จะช่วยให้ประชาชนสามารถดำเนินตามแนวทางทั้ง 4 แนวทางนั้น จะทำได้ในแง่มุมใดบ้าง

(2.1) เนื้อหาของการส่งเสริมสุขภาพ คุณประยูร จรรยาวัณษ์ ได้เสนอเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพมากที่สุด และเสนอวิธีการต่าง ๆ ที่จะส่งเสริมสุขภาพตามหลักสาธารณสุขเบื้องต้น เช่น

1. การส่งเสริมสุขภาพด้วยอาหาร เป็นเนื้อหาที่มีมากที่สุดและมีแง่มุมต่าง ๆ มากมาย กล่าวคือ การกินอาหารให้เป็น การเลือกกินอาหารให้สะดวก การเลือกกินตามฤดูกาล ฯลฯ

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื้อหาจะกล่าวถึงวิธีการเลือกกินน้ำแข็งที่สะอาดโดยดูจากลักษณะก้อนน้ำแข็ง ซึ่งน้ำแข็งที่ใช้ น้ำกลั่นกรองใส่ตู้ น้ำแข็งและร่วงเป็นก้อนออกมาใส่ถุงขายโดยเฉพาะหุ้มมันจะนุ่ม และสะอาดกว่าน้ำแข็งที่เป็นก้อนสี่เหลี่ยมใส่ถุงขาย เพราะน้ำแข็งที่เป็นก้อนสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ ใช้กรรมวิธีในการผลิตคือเอาน้ำแข็งก้อนใหญ่มาฝานออกเป็นก้อนสี่เหลี่ยมเล็ก ๆ หล่นลงในถังสังกะสีแล้วจึงใส่ถุงขาย ซึ่งบางครั้งกรรมวิธีดังกล่าวและการขนส่งบางครั้งก็ใส่ถุงปุ๋ยส่งขายตามร้านทำให้น้ำแข็งดังกล่าวไม่สะอาดผู้บริโภคจึงต้องเลือกกิน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ง. ยาพิษอาหารที่เป็นพิษ

ตัวอย่าง

เรื่อง ผักอาบยาพิษ

ผักอาบยาพิษ

• ผมก็ไปสำรวจตลาดที่ไร เห็นผักสารพัดชนิด, ที่วางขายอยู่บนแผงผัก - ผักบางชนิดที่เคยกินลิ้นที่ปาก ก็ไม่กล้ากินเพราะไปเห็นภา เช่น ยอดชะอม ส้มโอ

• ผักอาบยาพิษ ๑๐๕ (๑) ทุกบ้าน มะนาวส้มโอ ขอบยาพิษ

• ผักอาบยาพิษเป็นพิษ ขมขื่น ก็ออกใหม่ เคยกินยาพิษก็ตายสาม เพราะเจ้าขม

• ส้มโอ ขมขื่น ถ้าเป็นลูกตก บอกพม่า, ไม่น่า (ขม) น่า // ผลก็ไม่ได้กินครั้งใด

• ที่ผมเห็นยกเอากรวยน้ำมาล้างก็เพื่อจะเด็ดใบให้คนดู ก็คือผลไม้กินหรือกินผักสดตามร้านอาหาร เช่นกินที่ผักสดในร้านที่กรุงธนบุรี - ยี่สิบปากอะไรไหม เพราะที่ผักยารนั้นขม ขมขื่น ขอบยาพิษมาก ๆ ขมขื่น ส้มโอ ส้มขี้ผึ้ง

• โขมที่ใส่ในพริกขี้หนู ส้มโอ ขมขื่น, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• กินผัก มะระ, กะหล่ำ, มะระ, หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• เพราะขมมากไม่พ่นยา - ถ้าผักขม ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• ข้าง // และที่กรมปลสดกษณะบริษัท คนกินอาหารตามร้าน - ไม่มีใครบอกใครว่าร้านไหนล้างผัก ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• ในถนนไม่ได้ล้าง หรือล้างมาก ๆ ก็แค่ล้าง // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

• ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ // ส้มโอ, ขนุน, มะม่วง หัวก้านดิบ

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื้อหาของการ์ตูนที่ยกมาเป็นตัวอย่างเรื่องผักอาบยาพิษนั้น ในปัจจุบันผักส่วนมากมียาฆ่าแมลงปนเปื้อนอยู่ ถ้าเกิดล้างไม่สะอาดผู้บริโภคย่อมกินสารพิษที่ใช้กับผักชนิดต่าง ๆ เข้าไปด้วย ดังนั้นควรเลือกกินผักหรือผลไม้ที่ไม่จำเป็นต้องพ่นยาฆ่าแมลงซึ่งได้แก่ เห็ดฟาง เห็ดเป่าฮื้อ เห็ดหูหนู ส้มโอ ขนุน มะม่วง มะละกอ ละครุด หรือผักนึ่งน้ำที่เกือบปลอดยาพิษเพราะส่วนมากไม่พ่นยา แต่วิธีที่ดีที่สุดคือปรุงอาหารกินเองดีกว่า

ตัวอย่าง

เรื่อง อาหารที่เป็นโทษ

อาหารที่เป็นโทษ



-- ที่หมายถึงร่างกายได้พลังงานจากอาหารที่มีไขมันไปโดยไม่ได้ใช้เพราะกินแล้วพักผ่อนไปหลัง อาหารที่กินมีไขมันสูงเป็นอาหารที่ร่างกายนำไปเก็บสะสมเพื่อทานไปสัปดาห์ให้ร่างกายทานสะสมอาหารที่มีไขมันทุกสิ่งทุกอย่าง...
 พยายามที่จะขับออกจากร่างกายไม่ได้เพราะร่างกายเก็บอาหารส่วนเกินไปเปลี่ยนเป็นไขมันเก็บไว้แทนที่ของออกซิเจนทำให้ น้ำหนักตัวเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆโดยคุณไม่รู้สาเหตุ ว่าทำไมคุณถึงได้ขึ้นน้ำหนักขึ้นอย่างนั้นอย่างนี้

ทุกคำคุณในเล่มนี้จะมีส่วนช่วยอาหารให้รสอร่อยหลายอย่าง ไม่ทำแต่การเพ่ง-รับชม-หรือตำหนิหรือดูแต่เพียงใหม่ ๆ ที่มีการเสนออาหารให้รับชมอย่าง -- ตกใจหรือกลัวที่จะใช้ข้าวต้มปลา-ไก่หรือไข่ เจียวทอดที่ทั้งนี้ทั้งนั้นดูถูกดูแคลนเพราะปลาแฉะแต่จะนิ่มสาม ที่เปิดบริการ กระทั่งดีที่อาหารนั้นรสชาติอร่อยเกินไปที่จะพิจารณารับให้ต่อหน้าต่อหน้ามันเป็นอาหารที่นิยมกินก่อนนอน -- ที่เมื่อก่อนอาหารมีอกที่จนจนจนจน --



ซึ่งอายุคุณอย่างนั้นเลข ๕๐...
 สักที่เลือกอาหารหรืออาหารที่รวมการพวกรวมที่จะสะสมไขมันอยู่แล้ว ความอ้วนของน้ำหนักที่สะสมเพิ่มขึ้น -- เพราะการกินอาหารหนักๆ หรืออาหารที่มีไขมัน -- ที่คุณน้ำหนักไม่ได้สักที่เปลี่ยนจากใจที่ชั่วร้ายไปสู่หรือที่จับกับมือดี --- เป็นดีมีน้ำหนักที่เพิ่มมากขึ้น หรือกินอาหารที่เพิ่มน้ำหนัก -- ร่างกายคุณจะไม่เพิ่มน้ำหนักง่าย -- ร่างกายของคุณจะดี -- หุ่นไม่เพิ่มน้ำหนัก -- เลข ๕๐

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เนื้อหาจะกล่าวถึงอาหารที่ไม่ควรกินเวลาเด็ก เนื่องจากทารกกินอาหารมีไขมัน จะทำให้ร่างกายไม่สามารถเผาผลาญอาหารไปใช้เป็นพลังงานได้เต็มที่ ทำให้พลังงานที่เหลืออยู่สะสมเป็นไขมันส่วนเกินที่หน้าท้อง และมีน้ำหนักตัวเพิ่มมากขึ้นเกินความจำเป็น

จ. รู้หลักการปรุงอาหาร

ตัวอย่าง

เรื่อง อาหารอร่อยถูกและมีคุณค่าแก่ร่างกาย

อาหารอร่อย, ถูก และมีคุณค่าแก่ร่างกาย



1. ผู้คนชอบยกย่องคนทำอาหาร มาคุยกับคุณในโอกาสนี้ ก็เพื่อจะเชิญชวนให้กินอาหารที่มีคุณภาพ อาหารที่มีคุณภาพนั้น อร่อย หวังดี - และ มีคุณค่าอาหารสูง อวัยวะเสื่อให้ เป็นหัวใจต่อไปนี้ :-

๑. การไปตลาดสดซื้ออาหารเป็นปลาแม่แต่ไม่มาเก็บไปปรุงอาหาร เป็นสาเหตุที่ คุณต้องกินอาหารเสียสุขภาพ :- แม่จะใส่ไว้ในตู้เย็นก็ตาม

๒. การซื้อผักเก็บไว้กินหลายวันได้ แต่จำพวกของแห้ง - หอม, กระเทียม, พริกแห้ง แม่จำพวกนี้ เก็บไว้กินก็เสียสุขภาพ

๓. การปรุงอาหารสุกๆ เป็นจุดบกพร่อง เป็นข้อที่ไม่ถูกต้อง ก็เพียงแม่ปรุงอาหารเป็นชามเป็นชาม - ๒๐๐ ปรุงกับต้มปิ้ง

๔. ที่จำพวกผักใบกระพรวนหรือผักโขม - ผักกอก - ผักกาด - ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ - ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ

๕. ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ - ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ

๖. ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ - ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ

๗. ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ - ผักกาดขาว - ผักกาดเขียว - ผักกาดแดง - ผักกาดดำ

• ผมชอบตระเวนไปตามตลาดในในตลาดนี้ เพื่อซื้อผักที่ใหม่เพราะไม่ค่อยซื้ออะไร เป็นชิ้นเป็นอัน บางทีเดินเล่นจนเหนื่อยแล้วรีบซื้ออะไรสักอย่างก็เลย - หนึ่งนี้เพราะผมชอบเดินดูเห็นอะไรก็ซื้อ - ผมได้รับความสุขมาก ผมมีความสุขเหมือนว่า
สิ่งที่ผมชอบเห็นในตลาด เปลี่ยนแปลงไปตามยุค - ตามสมัย - บางอย่างก็ขาดหายไปอยู่กับที่ - อย่างเช่น เครื่องแกงสำเร็จรูป เป็นรายใหม่ก็แม่ซื้อไว้ก่อนไม่ยอม ปรุงน้ำพริกใส่ลูกเครื่องแกง - แม่คนสมัยก่อนไม่เอาผักแกงหนุ่ยใส่เป็นแกงแล้ว เพราะเขาไม่ชอบเครื่องแกงสำเร็จรูป - ปรุงปลาสดปลาดุกนั้น แม่ก็ยังไม่ยอมปลากินนั้น - แล้วเป็นชิ้นๆ ยังคงนิยมซื้อปลาเป็นๆ ไปปรุงปลากินนั้นแล้ว มีที่เป็นปลาสด (ตาย) แม่ก็ไม่น่าจะกินของพวกนี้มากกว่าของแม่ครับ - ปรุงเป็นแกงแม่แบบเดิมๆ



ซึ่งเนื้อหาดังกล่าวเกี่ยวกับหลักการปรุงอาหาร พอสรุปได้เป็นข้อ ๆ ดังนี้คือ

1. ไม่ควรซื้ออาหารพวกเนื้อ ปลา และไข่ มาเก็บไว้นานเป็นอาทิตย์ เพราะจะทำให้คุณภาพอาหารเสื่อม
2. การซื้อของแห้งมาเก็บไว้เช่น หอม กระเทียม พริกแห้ง ถึงแม้จะเก็บไว้กินหลายวันได้ แต่ถ้านานเกินไปก็จะเสื่อมคุณภาพ
3. การปรุงอาหาร อย่าปรุงทิ้งไว้นานเกินควรทำเสร็จแล้วทานทันทียกเว้นแกงส้ม แกงเผ็ด
4. อาหารจำพวกผักใบกระเพราะหรือผักเนื้อเค็ม ควรทานกับข้าวหอมมะลิ ถ้าเป็นแกงเผ็ด น้ำยา หรือน้ำพริกขมนมจีน แกงกระหรี ต้องหุงข้าว 10 เปอร์เซ็นต์ หรือ 15 เปอร์เซ็นต์กิน
5. การซื้อหมูต้องระวังไม่ควรซื้อเนื้อคอกหมูเพราะเหนียวรสไม่ดีต้องซื้อเนื้อตะโพกจะดีกว่า



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ข. ดื่มอย่างไร

ตัวอย่าง

เรื่องดื่มร้อนหรือดื่มเย็นดี

ดื่มร้อนหรือดื่มเย็นดี



ในระหว่างอากาศร้อน
หรืออากาศเย็น
หรืออากาศธรรมดา
หรืออากาศชื้น
หรืออากาศแห้ง
หรืออากาศสกปรก
หรืออากาศบริสุทธิ์
หรืออากาศที่
มีกลิ่นหอม
หรืออากาศที่
มีกลิ่นเหม็น

• การดื่มของเย็น จากอากาศร้อนนั้น
ในขณะที่อากาศร้อนตัวเราหรือร้อนทั้ง
หรือร้อนทั้งร่างกายหรือร้อนของร่างกายคน
คือ 37 เซลเซียส - เป็นการลดอุณหภูมิ
ร้อนในร่างกาย เฉพาะที่ปาก กับที่กระเพาะ
เท่านั้น อุณหภูมิของร่างกายจะลดลงทันที
ทันทีที่เราจะเย็น รู้สึกสบายร้อนด้วย
การดื่มน้ำเย็นก็เป็นการลดอุณหภูมิ
ร้อน พอดีกับ "ดื่มน้ำเย็นเย็นชก"
การดื่มน้ำเย็น ลดอุณหภูมิของร่างกาย
ให้ต่ำลงไม่ได้ จึงได้ผลเพียงแต่ปากและ
กระเพาะเท่านั้น ไม่ช่วยให้เย็นได้จริง

• ส่วนการดื่มของร้อนเช่น ดื่มน้ำชาจีน
หรือชาหรือร้อนหรือร้อนดื่ม ก็ไม่ทำให้ตาม
ร่างกายเย็นลงเลย จาก 37 องศาเซลเซียส
หรืออุณหภูมิให้สูงขึ้น ถ้าไม่รู้สึกสบาย
ร้อนของร่างกายก็รู้สึกอึดอัดได้ทั้งที่
นั้น ทั้งดื่มร้อนแล้วดื่มเย็นไม่ทำให้เย็น
ร้อนได้ทั้งนี้ แต่ที่ถูกต้องดื่มน้ำให้มาก
กว่าปกติ มากๆ เพราะ อากาศร้อนทำให้
ร่างกายระเหยน้ำออกไปมาก
กว่าฤดูอื่น ดื่มน้ำมากๆ ในหน้าร้อน
ทำให้อุณหภูมิร่างกายไม่สูงเกินไป

• ดื่มน้ำเย็นหรือดื่มน้ำร้อน
หรือดื่มน้ำธรรมดาตามธรรมชาติ
ดื่มน้ำเย็นหรือดื่มน้ำร้อน
ดื่มน้ำธรรมดาตามธรรมชาติ

• ดื่มน้ำเย็นหรือดื่มน้ำร้อน
หรือดื่มน้ำธรรมดาตามธรรมชาติ

• ดื่มน้ำเย็นหรือดื่มน้ำร้อน
หรือดื่มน้ำธรรมดาตามธรรมชาติ


การดื่มน้ำอย่างนั้น จากตัวอย่างเนื้อหาจะกล่าวถึงการดื่มของเย็นแก่
อากาศร้อน หรือการดื่มของร้อนก็ไม่ทำให้เรารู้สึกเย็นได้ เพราะอุณหภูมิของร่างกายคนเรานั้นเท่า
กับ 37 เซลเซียส การที่ร่างกายจะรู้สึกร้อนต่อเมื่ออากาศรอบตัวสูงกว่าอุณหภูมิของร่างกาย และ
จะรู้สึกเย็นต่อเมื่ออากาศรอบตัวเราต่ำกว่าอุณหภูมิของร่างกาย แต่ที่ถูกต้องดื่มน้ำให้มากกว่า
ปกติมาก ๆ เพราะอากาศร้อนทำให้น้ำในร่างกายระเหยหายไปมาก

ค. ดิ่มอะไร

ตัวอย่าง

เรื่องน้ำดื่มเพื่อสุขภาพ

เรื่องน้ำดื่มเพื่อสุขภาพ



ตอนขณะที่ยานเมืองเริ่มขยับสูงขึ้น ถึงขนาดที่มองไม่เห็นวัดเวตได้สักตากระตาดเข้าหาเส้นขอบฟ้าหารสำเนารูปอยู่ในชุดแผ่นกราฟในแผ่นปฏิทิน - ผมตกใจอีกมีอีก-
 ทัศนคติที่เห็นด้วยโดยกระเพาะ หรือตะกอนแกมควรรู้ให้เด็ดขาดโดยตามเป้าหมาย-
 กิ่งในเมื่อ หลายร้านอาหารในกรุงเขียนรูปปลาขี้กบที่โต แล้วบอกว่าคนจะกินปลาขี้กบที่โตขึ้นนี่ก็แบบไหนก็ได้
 แปลว่า ยานเมืองเราสำเนาไปแต่ไหน
 ๑) แต่อย่างไรก็ตาม น้ำดื่มแก่กระเพาะอีกคนที่สด อยู่ในฤดูร้อนเช่นในขณะนี้ ความสำคัญ
 ของน้ำดื่มมีมากกว่าอย่างอื่น ระวังบรรดาคนที่ทะเลาะ
 หลายยี่ห้อให้ควรมีสมาททุกในการดื่ม แต่ก็เห็น
 ๒) ควรระวังให้มียาได้น้อยไม่ควรมีรสที่จัดจน
 ผมขอเสนอให้ดื่ม น้ำดื่มแก่กระเพาะมาที่คุณ สัมผัสเป็นประเภทของบรรดา น้ำดื่มที่มีหลาย รสรสรสที่ดื่มแล้ว หรือดื่มที่โปรด น้ำมะขาม น้ำผลไม้รสเปรี้ยวทุกชนิด ปรนสามารถเปลี่ยนไว้ดื่มจะดีกว่า
 ๓) ควรระวังคนที่มีสุขภาพดี และประหยัดทรัพย์ได้ ได้ออนสะมาก
 เพราะ ถ้ากินน้ำดื่ม ๑ ลิตร ๕๐๐ ซีซี จะเพิ่มเงินค่าใช้จ่าย ๑๕๐ บาท
 ๔) น้ำดื่มที่ดื่มแล้วทำให้ใช้เงินไปฟรีๆ ควรระวัง
 ๕) ควรระวังประหยัดทรัพย์การปรนน้ำดื่มของ-จะดีกว่าให้สุขภาพ
 ๖) ในนครสวรรค์ ๓๓ ปี สิ้นประหยัด ๑๕๐ บาท ๑๕๐ บาท

จากเนื้อหาที่กล่าวถึงของการ์ตูนเรื่องน้ำดื่มเพื่อสุขภาพ จะบอกถึงการดิ่มน้ำอะไรในฤดูร้อนที่จะแก้กระหายได้นั้นก็คือ น้ำส้มคั้น น้ำมะนาว น้ำสับปะรด น้ำมะขาม น้ำผลไม้รสเปรี้ยวทุกชนิด ซึ่งนอกจากแก้กระหายได้ดีแล้ว ยังทำให้สุขภาพดีและประหยัดเงินอีกด้วย

IV. การส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกาย

ตัวอย่าง

เรื่อง ออกกำลังกายยับยั้งป่วย

ออกกำลังกายยับยั้งป่วย

มีหนุ่มน้อยบางคน
หันมาออกกำลังกาย
ทุกวัน ๑๕ นาที หรือ ๓๐ นาที
จากเล่นกีฬา หรือ ว่ายน้ำ
เล่นกีฬา หรือ ว่ายน้ำ
เพื่อให้ สุขภาพดี
และแข็งแรง
และแข็งแรง

การออกกำลังกายด้วยการทำงานแบบคน
หรือ อดทนไม่รีบร้อน หรือ อดทน
ร่างกายโดยการวิ่งเร็ว หรือ วิ่งเหยาะๆ หรือ อดทน
โดยเล่นกีฬา หรือ ว่ายน้ำ ด้วยเส้นที่พืดทุกชนิด
จะทำให้ร่างกาย มีสุขภาพดี แข็งแรง อดทนได้ทั้ง
ๆ เล่นกีฬาในทางกายมีการยืดหยุ่น
ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น โรค
ภัยไข้เจ็บที่ร้ายแรง เช่น เส้นประสาทถูกกด
ได้ยาก การออกกำลังกาย ทำให้คุณหลับ
ได้ลึก ไม่หลับง่าย ไม่อดทนหลับได้
ร่างกายก็แข็งแรงขึ้นเต็มที่ อารมณ์ดี
และมีใจไม่หงุดหงิด สีสันสดใส ไม่
มีข้อบกพร่อง มีอารมณ์ดี สดชื่น
กินอาหารได้ดี - โรคภัยไข้เจ็บ
จะหายขาด
ยากก็ยากไม่ได้
ป่วยประจำวัน
ไม่หายสักที
ตามโรคที่
เกิดขึ้น ด้วย
การออกกำลังกาย
ตามปกติจะ
เอาชนะโรคภัยไข้เจ็บ
จนกว่าจะหายขาด
จนกว่าจะหายขาด

แต่ผมอยาก
เล่าถึงคนหนึ่งที่
การออกกำลังกาย
อะไรก็ตามที่
เป็นการออกกำลังกาย
นั้นๆ เป็นที่หนึ่ง
และควรที่จะกระทำ
เป็นประจำ
เป็นประจำ

ที่นั่น ที่นั่น ที่นั่น ที่นั่น
นี่คือออกกำลังกาย หรือ อดทนหรือ อดทน
จนกว่าจะหายขาด จนกว่าจะหายขาด
หรือ อดทน หรือ อดทน สดชื่นได้ สดชื่นได้
ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

เนื้อหาของ การส่งเสริมสุขภาพด้วยการออกกำลังกายจะกล่าวถึงประโยชน์ที่ได้จากการ
ออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน จะทำให้ร่างกายมีสุขภาพดี ระบบการไหลเวียนของโลหิตดี นอน
หลับได้สนิทซึ่งจะทำให้ร่างกายพักผ่อนได้เต็มที่ อารมณ์แจ่มใสไม่หงุดหงิดขี้โมโห ระบบขับถ่ายดี
นอกจากนั้นยังทำให้ร่างกายแข็งแรงมีความต้านทานโรคได้สูง

(2.2) เนื้อหาของการป้องกันและควบคุมโรค

ก. ด้วยสารกินอาหาร

ตัวอย่าง

เรื่อง รายการห้ามปากอีกหน

รายการห้ามปากอีกหน

ระยะนี้ฝนกำลังชุก เป็นฤดูกำลังร้อน
จนกระทั่งมา จะมีลูกปูนาหลาย
ชนิด - ยักษ์ใหญ่

เลือกกระ
หัด ปัด
ในหม
ก้ามแดง

ปูนา มีพิษกระเพาะ
อาหาร ที่เป็นพิษ
เรื้อรังกิน - ยักษ์
เปิดกระโปกดัง
เซตุกระเพาะ
หารชุกเหลือ
ก้อ - หารใน
ฤดูพฤษภาคม

๑. รับประทาน มะขามกลาร หุงกำลัง
๑. ให้ผักข้อน - ลูกปูนาเป็นๆ งาม สกิมในชามข้าว - น้ำพริกมะขามป้อม รนหัวไชเท้า รน
สมไป เขา ข้างหมี่ เป็น หวีไป หัวตา - กรรมกร - น เป็นชีวิตลูกทูน
ชีพมเศษรูสีๆ กับ มันนาก คั้นกับมันนาก - และ เศษเซตหรือของ ปูเป็นๆ
บางตัวมาแล้ว - พล หัวรังข้างแรง ที่ หารบ้าน เรียกว่า ปูนา นั่นแหละ
ทำขึ้น เพราะ กระเพาะปู มันกินของเน่าของเสียเอาไว้ - เป็นปูเป็นๆ เจริญ
ทั้งตัว หรือเอาไปต้ม แป้งทอดแห้งๆ โดยยังไม่แกะเอากระเพาะอาหารปูทิ้ง
เสีย ก้อนเล็กๆ - ไปเศษเซตหรือข้างๆ เขา - หัวตา ต้มกับ ถั่วแดงต้มสุก
โรยพริกขี้หนู พริกไทย - มันนาก ปรุงรส กินปูนา หัวตา หรือ รสก็ตาม
อย่าลืมตั้งเอาตุ่มกระเพาะปู ออกเสียก่อน - รักษากระเพาะเปิดกระ ตูมปู
ชุกๆ ไซ้ๆ หรืออยู่ระหว่าง ลุกตาปู นั่นแหละ คืออันตรายที่แท้จริงของกระเพาะ มันละ

๑. ถ้าฝนในกระสอบ
หรือ ขอรตกินเอา
- หาร มีพิษทำให้ไป
รับรังตัวไปหา
หมอนแพนหอย โดย
ตาก - จะรู้ก
เขาเซตที่นั่น

๑. ยักษ์มีพิษ
มีสารพิษอย่าง
กินดิบๆ นะ
ห้ามสุกกินเด็ด

ชุก!
คือ หารกมันสำปะหลัง
ดิบกินเป็นอัน
ขาด - ลูก
กินได้
ต้มกับ
ถั่วสุก

โดยเน่าๆ เด็ด
ห้ามกินดิบๆ
เด็ดขาด - ระวัง
อย่าให้ชุกๆ
ตากสุก
ระวัง
กิน
น้ำต้ม
เป็นเรือกิน
ก็แถมของ
กินได้

๑. ระวังบ้านชุกๆ พม ชอก เขา ยักษ์มันสำปะหลัง ชุกๆ กันแต่
หรือ หัวไชเท้าดิบไม่โต เด็ดขาด ไม่ทำ สู่ เป็น หัวมันสำปะหลัง (กินเขียวสดในต้ม)
ที่ เขาปลุกเขาไปกินแปะ - หรือ มันสำปะหลัง ชุกๆ กันแต่ ที่ เขาเซต ราก มัน
นากต้มกิน - หรือ มันสำปะหลัง กับ แตง ฟันโรใหม่ - ที่ หารบ้าน เรียกว่า หัว มันนาก
เพราะเน่ามันชุก ต้มในหม้อที่ ลุก ขึ้นนะ มันหนัก ต้มในต้ม หรือ กินดิบไม่ได้ เด็ดขาด

๑. ระวังบ้านชุกๆ พม ชอก เขา ยักษ์มันสำปะหลัง ชุกๆ กันแต่ - กินหัวมันสะปะหลัง
ทุกที่นั่นๆ นะ แต่ หมอ อยากรู้ มันมีสาร ไซยาไนด์ CYANIDE ซึ่งเป็นยาพิษอย่างแรงอยู่ ควรทำให้สุกโดย
ตากกินดิบ อันตราย ตกร กินเมื่อต้มสักเล็กน้อย

เนื้อหาของการ์ตูนตามตัวอย่างจะเกี่ยวกับการป้องกันโรคในแง่ของการกินอาหาร
ที่จะต้องระมัดระวังให้มาก เช่น หน้าฝนจะมีลูกปูนามาก ชาวบ้านมักจะจับมากินกับน้ำพริก
มะขาม แต่การกินปูนานั้นควรที่จะแกะกระเพาะอาหารที่เป็นพิษของปูนาออกก่อน มิฉะนั้นเมื่อกิน
ปูนาเข้าไปจะทำให้เกิดโรคท้องร่วงหรือท้องเดินจนต้องหามส่งโรงพยาบาลได้ หรืออีกตัวอย่างหนึ่ง
ของการป้องกันโรคโดยการกินอาหารก็คือ การกินมันสำปะหลังบางชนิดกินดิบไม่ได้เด็ดขาด
เพราะที่ยอดมันสำปะหลังจะมีสารไซยาไนด์ CYANIDE ซึ่งเป็นยาพิษอย่างแรงอยู่ควรทำให้สุกโดย
การต้มก่อนไม่ควรกินดิบ

ข. ด้วยการ์ตูน

ตัวอย่าง

เรื่อง ระวังน้ำส้มคั้นจะฆ่าคุณ

ระวัง!
น้ำส้มคั้น
จะฆ่าคุณ

๑. แต่เท่าที่ฉันได้สังเกตเห็น จากส้มเขียว มาเก็บที่
 ๒. ๓. ๔. ๕. ๖. ๗. ๘. ๙. ๑๐. ๑๑. ๑๒. ๑๓. ๑๔. ๑๕. ๑๖. ๑๗. ๑๘. ๑๙. ๒๐. ๒๑. ๒๒. ๒๓. ๒๔. ๒๕. ๒๖. ๒๗. ๒๘. ๒๙. ๓๐. ๓๑. ๓๒. ๓๓. ๓๔. ๓๕. ๓๖. ๓๗. ๓๘. ๓๙. ๔๐. ๔๑. ๔๒. ๔๓. ๔๔. ๔๕. ๔๖. ๔๗. ๔๘. ๔๙. ๕๐. ๕๑. ๕๒. ๕๓. ๕๔. ๕๕. ๕๖. ๕๗. ๕๘. ๕๙. ๖๐. ๖๑. ๖๒. ๖๓. ๖๔. ๖๕. ๖๖. ๖๗. ๖๘. ๖๙. ๗๐. ๗๑. ๗๒. ๗๓. ๗๔. ๗๕. ๗๖. ๗๗. ๗๘. ๗๙. ๘๐. ๘๑. ๘๒. ๘๓. ๘๔. ๘๕. ๘๖. ๘๗. ๘๘. ๘๙. ๙๐. ๙๑. ๙๒. ๙๓. ๙๔. ๙๕. ๙๖. ๙๗. ๙๘. ๙๙. ๑๐๐.

จากตัวอย่างการป้องกันโรคด้วยการ์ตูน เนื้อหาเน้นถึงการดื่มน้ำส้มคั้นที่ไม่สะอาดโดยการที่ไม่ล้างผลส้มให้สะอาดก่อนนำมาคั้น ซึ่งเท่ากับเป็นการฆ่าคนดื่ม เพราะชาวสวนส้ม สวนมะนาวเขาใช้ยาฆ่าเพลี้ย และยาฆ่าราอย่างแรงพ่นเคลือบทั้งส้มและมะนาวไว้

ค. การกินยาและใช้ยา

ตัวอย่าง

เรื่อง ระวังยาหมดอายุ

ระวัง!
ยาหมดอายุ

■ การซื้อยาให้หมดอายุมาใช้ นอกจาก
จะเสียเงินไปเปล่าๆโดยไม่ได้ประโยชน์
แล้ว ยาบางชนิดยังเป็นยาอันตรายถึงขั้น
ฆ่าคนตายได้ถ้าใช้ผิดประเภท (ได้รู้)

“เนนี่ไปหาซื้อไม้ออกทำไม้ดี?”
“ผมก็ตอบไปว่า มียาสมิไต้ลีนหรือเปลา
“มีดี มีดี หมู ทวีได้สิน ๒ เม็ดแล้ว” ผม
ตอบไปว่า “นั่นยาแก้ไอ คุณนายของหนู
ไม่หายหรือ - ทานให้ผมยาสมิไต้ลีน
ที่ คุณนายเตรียมไว้ให้ฉันนั้น - ยานี้
ใช้ได้หรือให้แทน แล้วให้แทนนอน
นิ่งๆ เสร็จแล้วให้ หรือเปิดพัดลม
ให้” ผมรีบวิ่งมาขอคืน “ขอ
ยาแก้ไอหรือยาแก้ไอ” ผมรีบนำ
มาคืนแล้ว - แต่ นอนไม่หลับ - เพราะ
นอนหลับไม่ได้ นอนไม่หลับ - เพราะ
คุณนายหมดอายุแล้ว ทวี ยาแก้ไอ
จะไม่ช่วยชีวิตคุณนายฉันนี้ได้
อีกแล้วนี่ ผมรีบขอคืนคุณ
ที่ ผมรีบวิ่งไปฝากขายอสมิไต้ลีน
เพื่อนขายให้สมิไต้ลีนแล้วผม
แล้ว! (แต่ขายให้ไม้ออก - ไปหมด
วันเดียวปีให้หมดอายุของ
ยา - ที่คุณนายของหนู
ที่ไปฝากขายแล้ว
ชีวิตฉันได้รู้
อันนี้ฉันได้รู้

■ ในขณะนี้ เพื่อนสนิทของผม
ล้มป่วย กับผมส่งไปหลายราย -
ล้มป่วย ต่ำๆโรคเส้นเลือดสมอง
หรือโรคไตนี้ หรือเรียกกันสั้นๆ
ว่า **หัวใจวาย** ภาษาอังกฤษเรียกกัน
ว่า **โรคหัวใจตาย** แปลเป็นไทย
ที่มันใจมันมากในเส้นเลือด แล้วมัน
ก็สะสมอยู่ในผนังด้านในของเส้นเลือด
วันหนึ่งมันก็ไปอุดตันของเส้นเลือด
ไปเสียหรือไป เลือดดำไปเสียหรือไป
หรือก็หยุด!

เมื่อเขา ล้มป่วยวันวาน ผมเลี้ยงผมด้วย
กระหัดกระหยิบไหว ต่ำๆมากตามผมแต่
ได้นักกว่า ว่า “คุณขา - คุณนายของหนูเนนี่ไป”

P. P.

การกินยาและใช้ยาที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันโรคนั้นตามตัวอย่างที่ยกมากล่าว
จะเน้นให้เห็นว่าการกินยาหรือการใช้ยาควรจดวันเดือนปีที่หมดอายุของยาไว้เพื่อป้องกันและให้
ทราบการเสื่อมคุณภาพของยาก่อนที่จะใช้

เนื้อหาของตัวอย่างนี้จะกล่าวถึงความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับยาโยที่ผู้สูงอายุกินแล้วแก้ไม่ลง ซึ่งตามความเป็นจริงแล้วไม่มียาชนิดใดที่มีสรรพคุณทำให้คนแก่เป็นคนหนุ่มได้ เนื่องจากคนเราเมื่อมีอายุมากขึ้นทุกส่วนของร่างกายก็ต้องร่วงโรยไปตามวัย แต่การกินอาหารที่ครบหมวดหมู่ จะทำให้สุขภาพของร่างกายไม่ทรุดโทรมเร็วเกินควรเท่านั้น

ข้อสังเกต จากการแบ่งประเภทหมวดหมู่ของเนื้อหา ผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกต ดังนี้

1. เนื้อหาที่เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ จะเน้นเรื่องพื้นฐานในชีวิตประจำวัน เช่น การกินอาหาร การดื่มน้ำ การพักผ่อน การออกกำลังกาย ฯลฯ แสดงให้เห็นว่าการมีสุขภาพที่ดีไม่ใช่เรื่องที่ยากลำบาก แต่เป็นการใช้ชีวิตประจำวันอย่างธรรมดา ซึ่งต้องรู้หลักการในการปฏิบัติเท่านั้น
2. เนื้อหาจะแสดงให้เห็นถึงสิ่งไหนควรทำและสิ่งไหนไม่ควรทำ ตัวอย่างเช่น เรื่องออกกำลังกายยับยั้งป่วย คุณประยูร ได้เสนอแนวคิดที่ว่า ควรจะต้องออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และเรื่องโรคเอดส์ ได้เสนอแนวคิดที่ว่า เป็นโรคที่ร้ายแรงอย่าร่วมเพศติดการ อย่าร่วมเพศกับหญิงบริการ ถ้าจำเป็นต้องร่วมก็สวมถุงยางอนามัยป้องกัน
3. ความเชื่อของคุณประยูร เชื่อว่าอาหารเป็นยาอยู่แล้ว ถ้ากินอาหารให้ถูกต้องครบหมวดหมู่จะทำให้ร่างกายแข็งแรงมีภูมิป้องกันโรคได้ เช่น เรื่องกินข้าวให้เป็น
4. เนื้อหาของคุณประยูรที่นำเสนอโดยส่วนมากจะเป็นความรู้ที่ได้มาจากประสบการณ์และความสนใจในเรื่องการทำอาหารของคุณประยูรเอง เช่น เรื่องใครซื้อน้ำแข็งดองกินโปรดทราบ
5. การเลือกประเด็นของเนื้อหาที่จะนำเสนอ เนื่องจากคุณประยูรต้องเขียนเกือบทุกวัน จึงอาจใช้เกณฑ์ในการเลือกประเด็นของเนื้อหา ดังนี้

- ตามฤดูกาล (Seasonal) เช่น เรื่องเด็กดื่มน้ำอะไรดี
- กำลังเป็นที่สนใจในขณะนั้น (Hot Issues) เช่น เรื่องโรคเอดส์
- จากประสบการณ์ที่ตนเองมี เช่น เรื่องกินข้าวเข้ากันเถอะ

(2.3) เนื้อหาด้านการรักษาโรคและการฟื้นฟูสุขภาพของผู้ป่วย

ก. เนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับด้านการรักษาโรค และการฟื้นฟูสุขภาพของผู้ป่วย ส่วนมากจะเป็นโรคอาหารเป็นพิษ โรคพิษสุนัขบ้า โรคคอตีบ โรคไข้หวัด โรคท้องผูก โรคท้องเดิน โรคไอ โรคพยาธิ โรคหัวใจ โรคแผลในปาก โรคแผลในกระเพาะอาหาร โรคปากจืด โรคท้องอืด โรคปากเปื่อย โรคเบาหวาน โรคไข้เลือดออก โรคเกี่ยวกับทางเดินอาหาร โรคโปลิโอ โรคเชื้อราในร่มผ้า ซึ่งโรคต่าง ๆ ที่กล่าวมานี้เป็นโรคพื้นฐานที่ชาวบ้านส่วนมากจะเป็น

การวิเคราะห์รูปแบบและวิธีการนำเสนอการ์ตูนของคุณประยูร จรรย์วณิชที่เกี่ยวกับ "สุขภาพอนามัย"

ได้แบ่งการวิเคราะห์รูปแบบออกเป็นวิธีการนำเสนอแบบเล่าเรื่อง การวาดภาพประกอบ และการใช้ลายมือเขียน

1. วิธีการนำเสนอแบบเล่าเรื่อง (Narration)

การ์ตูนของคุณประยูร จรรย์วณิช ที่นำมาวิเคราะห์นั้น จะมีลักษณะเน้นการเล่าถึง ประสบการณ์หรือสิ่งที่คุณประยูร ได้รู้ได้เห็นมาถ่ายทอดเป็นตัวหนังสือ และรูปภาพการ์ตูน เพื่อให้ผู้อ่านหรือผู้รับสารเข้าใจได้ง่ายขึ้น ซึ่งก็คือวิธีการเล่าเรื่อง โดยจะมีส่วนประกอบที่สำคัญอยู่ 5 ส่วนคือ 1. แก่นหรือสาระ 2.เค้าโครงเรื่อง 3. ตัวละครและรูปวาด 4. การบรรยายและการใช้ภาษา (บทสนทนา) 5. ภาพประกอบและฉาก ดังตัวอย่างต่อไปนี้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

(1) แก่นหรือสาระ ของการ์ตูนแต่ละเรื่องจะบอกถึงสาเหตุหรือความเป็นมาของสิ่งนั้น ๆ ก่อน แล้วจึงบอกวิธีการแก้ไข หรือรักษาที่หลัง เช่น

เรื่อง ยาแก้โรคฟ้อ

ยาแก้โรคฟ้อ



ถึงแม้ในงานนี้ผู้ที่รวมงานจะเขียน
 ไม่มีใครรู้ว่าจริงแล้วผู้ที่ตกปลอกเกล็ดคน
 ยายไปก็จริง - แต่ เขาก็รับมันแทน
 ผู้ที่ตกปลอกเกล็ดคนตาย จะเกิดอาการ
 ทรมานขึ้นทุกส่วน สากบางน้อยบ้างไม่
 เหมือนกัน การเปลี่ยนชีวิตจากมีอาหาร
 มาเป็นปลาเป็นเศษที่ไม่ดีไม่อร่อย
 ใดๆ เหลือเศษ - จะทำให้เกิดโรค
 หรือโรคอื่นขึ้น บางส่วนเท่าที่สมควร
 เกิดด้วยอายุ เหลือมากปลอกเกล็ดคน
 เพียงไม่กี่วัน ทั้งนี้เพราะการเปลี่ยน
 สภาพชีวิต พอถูกปลอกเกล็ดเปลี่ยน
 สภาพมากจนกลายเป็นตุ๊กตา - อาการของ
 "โรคฟ้อ" ผมเคยเล่าให้ฟังแล้ว โรคนี้จะมี
 ๖ สาเหตุที่หนทางนี้ระงับรักษาได้

๑. ใต้อาหารสกปรกทุกๆปี จะมีโรค ฟ้อขึ้น
 เกิดขึ้นโรคหนึ่งคือโรค "ฟ้อ"
 หรือโรค "โรย" โรคนี้ระงับ
 รักษาที่พื้นอาหารสะอาด หรือทุก
 ปลอกเกล็ดจากงาน ในปลอกเกล็ด
 กับอาหารที่คนจะเห็นงานเสมอ
 อ้อสาเหตุหนึ่งมาจากอาหารสกปรก
 เป็นงานรับเงิน เลี้ยงสัตว์ที่
 จะพ้นจากแก๊ส ที่เคยตรึงไป
๒. รับประทานอาหารสกปรกทุกปี
 เช่นกับที่เกิด
 ๓. รับประทานอาหารสกปรกทุกปี
 เช่นกับที่เกิด
 ๔. รับประทานอาหารสกปรกทุกปี
 เช่นกับที่เกิด

๓.๓๓.๖๕
 ลม

จากตัวอย่างดังกล่าว ผู้อ่านจะเห็นรูปภาพการ์ตูนประกอบเป็นรถบรรทุกน้ำที่มีพนักงานคอยบริการนั่งอยู่ในรถและบนรถขับอยู่ในเมือง ซึ่งรูปภาพการ์ตูนประกอบนี้จะตรงกับเนื้อหาที่ว่า "...ด้วยเหตุผลอย่างว่าจึงเกิดบริษัทผลิตน้ำดื่มออกบริการประชาชนมากยิ่งขึ้น..." ส่วนรูปภาพการ์ตูนอีกรูปหนึ่งจะเป็นรูปพระกำลังต้มน้ำให้เดือด และมีแก้วน้ำดื่มถืออยู่ในมือ ซึ่งตรงกับเนื้อหาที่ว่า "... หรือกาต้มน้ำเดือดรินใส่ขวดเมื่อน้ำอุ่น น้ำดื่มเดือดจะไล่ตะกอนนอนกันอีกครั้ง เป็นน้ำดื่มที่สะอาด..."

(4) การบรรยายและการใช้ภาษา (บทสนทนา) เป็นร้อยแก้วที่ใช้ภาษาที่อ่านแล้วเข้าใจง่ายจึงทำให้ประชาชนในระดับชาวบ้านสามารถเข้าใจและนำไปใช้ปฏิบัติได้เมื่ออ่านเนื้อหา นั้นแล้ว ดังนั้นการสื่อสารโดยวิธีนี้จึงเข้าถึงผู้รับสารทั่วไป เพราะไม่มีภาษาหรือคำศัพท์ทางวิชาการในการเขียน ยกเว้นคำบางคำที่เป็นชื่อเฉพาะ เรียกได้ว่าคุณประยูรมีแนวความคิดเดียวกับ Fiske and Hartley (1978: 85-87)

สำหรับเรื่องของสื่อมวลชนสมัยใหม่ที่ได้นำหน้าที่แทนสื่อประเพณีดั้งเดิมในการสื่อสารภายในสังคม โดยทำหน้าที่แบบ "นักเล่านิทาน" (Bardic Function) ซึ่งการเป็นตัวกลางหรือสื่อทางภาษาให้กับสมาชิกในวัฒนธรรมด้วยการนำเสนอข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับพวกเขาเอง และการ "เข้ารหัส" ตัวสารแบบนี้ ได้มีการคำนึงถึง "ผู้รับ" เป็นสำคัญคือ มุ่งสร้าง "ตัวสาร" ให้เหมาะกับผู้รับนั่นเอง แสดงว่าผู้เขียนการ์ตูนนี้รู้จักผู้รับสารเขาดีว่าเป็นประชาชนในระดับชาวบ้านทั่วไป ดังนั้นการใช้ภาษาในการ์ตูนนี้จึงใช้ภาษาง่าย ๆ ไม่มีภาษาราชการหรือศัพท์ทางวิชาการ เรียกได้ว่าเป็นการสร้างสารโดยคำนึงถึงผู้รับสารเป็นหลักในการสื่อสาร เช่น

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

จากตัวอย่าง เนื้อหาจะกล่าวถึงหน้าร้อนที่จะมีโรคเกี่ยวกับทางเดินอาหารระบาดมาก ประกอบกับอุปนิสัยการกินของคนไทยทำให้เสี่ยงต่อโรคทางเดินอาหารเพราะชอบกินอาหารรสแซบหรือไม่ก็เป็นอาหารที่ยังไม่สุก จึงทำให้เป็นโรคต่าง ๆ ได้เช่น อหิวาห์ บิด ไข้รากสาด พยาธิลำไส้ทุกชนิด คุณประยูรจะสื่อให้ชาวบ้านเข้าใจได้ง่ายถึงความน่ากลัวของโรคนั้น ๆ โดยการจินตนาการตัวเชื้อโรคต่าง ๆ นั้นขึ้นมาวาดเป็นรูปการ์ตูนเพื่อให้ชาวบ้านเห็นว่ามีลักษณะเป็นตัวสัตว์ที่อยู่ในยมโลก แปลว่าน่าความตายมาให้

2. การวาดภาพประกอบ ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้นถึงลักษณะของการ์ตูนเพื่อการสอนว่า จะต้องมีการวาดภาพประกอบข้อความ เพื่อให้ผู้อ่านเข้าใจได้ง่ายมากขึ้นซึ่งถ้ามีแต่คำพูดหรือรูปภาพการ์ตูนอย่างเดียวอย่างใดอย่างหนึ่งเพียงอย่างเดียวจะทำให้ผู้อ่านเข้าใจไม่ถูกต้องได้ การ์ตูนเพื่อการสอนจะแบ่งออกได้เป็นการ์ตูนเพื่อการสอนประเภทเทคนิค และการ์ตูนเพื่อการสอนทัศนคติ ซึ่งผู้วิจัยจะกล่าวถึงรูปแบบของการ์ตูนทั้ง 2 ประเภทดังนี้

ก. การสอนประเภทเทคนิค การ์ตูนเพื่อการสอนประเภทนี้จำเป็นจะต้องใช้ภาพประกอบที่ชัดเจนโดยแสดงถึงขั้นตอน กระบวนการและเทคนิคต่าง ๆ ที่ผู้เขียนนำมาถ่ายทอดให้ผู้อ่านการ์ตูนหรือผู้รับสารเข้าใจได้ง่าย และปฏิบัติได้จริง ซึ่งการวาดภาพประกอบที่เกี่ยวกับการสอนประเภทเทคนิคของคุณประยูร นอกจากจะให้ความชัดเจนแล้วยังมีการวาดภาพประกอบให้ผู้อ่านสามารถมองเห็นภาพได้ชัดเจนขึ้นในตอนที่มีเนื้อหาสาระสำคัญเพื่อเป็นการเน้นตัวเนื้อหาตรงจุดนั้น ๆ โดยภาพประกอบนั้นจะเป็นภาพประกอบที่ดูแล้วเข้าใจได้ง่ายไม่ซับซ้อนหรือยุ่งยากต่อการปฏิบัติ เป็นภาพที่สื่อความตั้งใจของผู้เขียนที่ต้องการจะให้ตัวสารที่ส่งเข้าถึงผู้รับสารมากที่สุดเท่าที่จะทำได้เช่น

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

3. การใช้ลายมือเขียน นอกเหนือจากภาพประกอบและฉากในการเล่าเรื่องของคุณประยูร ดังที่กล่าวมาแล้วนั้น การเล่าเรื่องทุกภาพทุกตอนของเนื้อหาที่ใช้ประกอบรูปภาพการ์ตูนจะมีลักษณะเฉพาะตัวคือ เขียนเป็นลายมือเขียนของคุณประยูรเองโดยไม่ใช้พิมพ์ดีด ซึ่งนักเขียนการ์ตูนที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของสหรัฐอเมริกา ชื่อ Will Eisner (1985: 27) ได้อธิบายถึงการประดิษฐ์ตัวอักษรที่ใช้เป็นบทสนทนาในการ์ตูนว่า ลักษณะของตัวอักษรที่ประดิษฐ์ขึ้นนี้จะสะท้อนให้เห็นถึงธรรมชาติ และอารมณ์ของคำพูดในการ์ตูนนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งตัวอักษรนี้มักจะแสดงออกซึ่งบุคลิกภาพหรือ "ลีลา" (style) ของนักเขียนการ์ตูนผู้นั้นด้วย เช่นเดียวกับบุคลิกภาพของตัวละครที่เป็นผู้พูดด้วย ในบางครั้งนักเขียนการ์ตูนก็ได้พยายามที่จะ "เพิ่มศักดิ์ศรี" ให้แก่การ์ตูนของเขา ด้วยการนำตัวเรียงพิมพ์มาใช้แทนลายมือซึ่งมีความแข็งแกร่งน้อยกว่าตัวเรียงพิมพ์ ถึงแม้ว่าตัวเรียงพิมพ์จะให้ความรู้สึกที่น่าเชื่อถือมากกว่าก็ตาม แต่ก็มีผลทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็น "เครื่องยนต์กลไก" (mechanical) มากกว่าศิลปะของการเขียนด้วยลายมือ ดังนั้น การนำตัวเรียงพิมพ์มาใช้ในการ์ตูนจึงต้องระมัดระวังผลที่อาจจะเกิดต่อ "ตัวสาร" ด้วย (สุตกรัก จรรยา วงษ์, 2532: 131)

นอกเหนือจากลายมือของผู้เขียนซึ่งเป็นเอกลักษณ์ของเขาแล้วในการ์ตูน ยังพบว่ามีการเขียน "จรรยา" ของเขากำกับอยู่ที่มีรูปภาพทุกครั้ง ลายเส้นนี้จึงเป็นเอกลักษณ์อีกอย่างหนึ่งของผู้เขียน เช่นเดียวกับลายมือ ซึ่งเมื่อผู้อ่านได้เห็นก็จะจำได้ทันทีว่า เป็นผลงานของคุณประยูร จรรยา วงษ์ อันนับได้ว่าเป็นการสร้างความรู้สึกคุ้นเคยได้อย่างหนึ่ง นอกจากนั้นแล้ว การที่เขาใช้สรรพนามเรียกตนเองว่า "ผม" ตลอดมาก็ยังได้ช่วยทำให้เกิดความรู้สึกที่ใกล้ชิด เป็นกันเองได้สอดคล้องกับการใช้ลายมือเขียนของเขา ทำให้ผู้อ่านเกิดความรู้สึกเป็นกันเอง เหมือนการอ่านจดหมายของบุคคลที่รู้จัก ซึ่งแตกต่างจากการใช้ตัวเรียงพิมพ์ที่ให้ความรู้สึกเป็นทางการมากกว่า ดังนั้น การใช้ลายมือและใช้สรรพนาม "ผม" ของผู้เขียนจึงเหมาะสมกับชื่อ "การ์ตูน" เพราะโดยทั่วไปแล้ว "การ์ตูน" นั้นเป็นสื่อที่สร้างความรู้สึกที่เป็นเรื่อง "เบา" หรือเป็นเรื่องของความสนุกสนานมากกว่าจะเป็นเรื่องจริงจัง (serious)

คุณประยูร จรรยา วงษ์ ได้ให้เหตุผลในการใช้ลายมือเขียน โดยได้กล่าวว่า การเขียนด้วยลายมือของตนเองนั้น เป็นความสะดวกและเป็นความถนัดส่วนตัวของเขา อีกประการหนึ่งก็คือเป็นวิธีการที่เขาใช้มาตั้งแต่เริ่มเขียนการ์ตูนเป็นเวลานานหลายสิบปีแล้ว จึงไม่เคยคิดที่จะเปลี่ยนแปลง และสิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งก็คือ เขาเป็นผู้ที่นิยมใช้ ค คน และ ข ขวด สะกด ดังนั้นการใช้ลายมือจึงสะดวกกว่าการใช้ตัวเรียงพิมพ์ เพราะในปัจจุบันนี้ ตัวเรียงพิมพ์ก็ไม่มีอักษร ค คน และ ข ขวด ให้ใช้อีกแล้ว (สุตกรัก จรรยา วงษ์ 2532: 153)