

## นมวัว (Cows Milk)

ในสถานที่บางแห่ง เช่น สหรัฐอเมริกา การดื่มนมวัวเป็นเรื่องปกติ

ลองนึกดูว่า นักเรียนสามคน ได้แก่ แอนนา คริสโตเฟอร์ และแซม อยู่ที่ร้านกาแฟในสหรัฐอเมริกา เจ้าของร้านกาแฟได้ติดป้ายไว้ที่หน้าต่างซึ่งระบุว่า “หลังจากวันที่ 5 เมษายน ที่นี้จะไม่มีการใช้นมวัวอีกต่อไป แต่เราจะใช้นมที่ทำจากถั่วเหลืองแทน” แอนนา คริสโตเฟอร์ และแซม อยากรู้ว่าเพราะเหตุใดร้านกาแฟจึงเลิกใช้นมวัว แอนนาจึงใช้สมาร์ทโฟนเพื่อสืบค้นข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตเกี่ยวกับ “นมวัว” พวกเขาดูผลการสืบค้นอันดับแรก และพูดคุยกันในเรื่องนี้

### คุณค่าทางโภชนาการของนม : ประโยชน์มากล้น !

ผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม ประกอบด้วยสารอาหารสำคัญ ได้แก่ แคลเซียม โปรตีน วิตามินดี วิตามินบี 12 ไรโบฟลาวิน และโพแทสเซียม วิตามินและเกลือแร่เหล่านี้ทำให้ผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม เป็นส่วนสำคัญของมื้ออาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพการบริโภคผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม ทุกวันเป็นวิธีที่ดีที่จะมั่นใจได้ว่าคุณได้รับ วิตามินและเกลือแร่ที่จำเป็นต่อร่างกาย

การบริโภคผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม ช่วยในการลดน้ำหนักตัวให้ได้ผลดีขึ้น และควบคุม น้ำหนักให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม นมช่วยเพิ่มความแข็งแรงและความหนาแน่นของกระดูก นอกจากนี้ นมช่วยให้สุขภาพของหัวใจและหลอดเลือดดีขึ้น และยังช่วยป้องกันมะเร็ง นมหนึ่งแก้วอัดแน่นไปด้วย วิตามิน เกลือแร่ และอุดมไปด้วยประโยชน์ต่อสุขภาพ

นายแพทย์บิล เชียร์ รองศาสตราจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านกุมารเวชศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยแห่งแคลิฟอร์เนีย ทีเออร์ไวน์ กล่าวว่า นมเป็นแหล่งรวมสารอาหารที่สำคัญไว้มากมายในทีเดียว สมาคมอาหารฟาร์มโคนมสากล (IDFA) สนับสนุนแนวคิดนี้ อันที่จริง IDFA กล่าวว่า ผู้เชี่ยวชาญและกลุ่มคนทำงานด้านสุขภาพจำนวนมากก็คงจะเห็นด้วยว่า

นมมีสารอาหารครบถ้วนและเป็นสารอาหารที่จำเป็นถึง 9 ชนิด นอกจากจะเป็นแหล่งอันอุดมสมบูรณ์ของแคลเซียมและวิตามินดี นมยังเป็นแหล่งของวิตามินเอ โปรตีน และโพแทสเซียม อยู่ในปริมาณมาก ผลิตภัณฑ์จากนมจึงเป็นสิ่งที่แพทย์แนะนำ การใช้ผลิตภัณฑ์จากนมเป็นส่วนสำคัญของอาหารเพื่อสุขภาพได้รับการยอมรับมานานแล้วจากกลุ่มผู้ทำงานด้านโภชนาการและวิทยาศาสตร์ รวมถึงมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งชาติ สมาคมสัลยแพทย์ สถาบันสุขภาพแห่งชาติ องค์การด้านการแพทย์แห่ง

จากเรื่อง “นมวัว” ให้ตอบคำถามต่อไปนี้

**คำถามที่ 1 : นมวัว**

จากความเห็นของ IDFA ข้อความใดที่ผู้เชี่ยวชาญและองค์กรชั้นนำทางด้านสุขภาพมีความเห็นตรงกัน

1. การบริโภคนมและผลิตภัณฑ์จากนมเป็นเหตุให้เกิดโรคอ้วน
2. นมเป็นแหล่งอาหารที่มีวิตามินและเกลือแร่ที่จำเป็นอยู่มาก
3. นมมีวิตามินมากกว่าเกลือแร่
4. การดื่มนมเป็นสาเหตุหลักของโรคกระดูกพรุน

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 2.** นมเป็นแหล่งอาหารที่มีวิตามินและเกลือแร่ที่จำเป็นอยู่มาก

**กระบวนการอ่าน:** การมีความเข้าใจในเนื้อเรื่อง – แสดงถึงความเข้าใจในความหมายที่แท้จริงของเนื้อเรื่อง

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** แบบเลือกตอบ

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

---

**คำถามที่ 2 : นมวัว**

จุดประสงค์หลักของเนื้อเรื่องคืออะไร

1. เพื่อโต้แย้งว่าผลิตภัณฑ์นมช่วยในการลดน้ำหนักตัวได้มากขึ้น
2. เพื่อเปรียบเทียบผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม กับ ผลิตภัณฑ์นมอื่นๆ
3. เพื่อแจ้งให้สาธารณะทราบถึงความเสี่ยงที่เกี่ยวกับโรคหัวใจ
4. เพื่อสนับสนุนการใช้ผลิตภัณฑ์จาก อิมούνฟาร์มนม

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ : 4.** เพื่อสนับสนุนการใช้ผลิตภัณฑ์จาก อิมούνฟาร์มนม

**กระบวนการอ่าน:** การประเมินและสะท้อนความคิดเห็นต่อเนื้อเรื่อง – สะท้อนความคิดเห็นเกี่ยวกับ

เนื้อหาและรูปแบบ ของเรื่องที่ได้อ่านอย่างมีวิจารณญาณ

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** แบบเลือกตอบ

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

---

แอนนา คริสโตเฟอร์ และแซม กำลังพูดคุยเกี่ยวกับการตัดสินใจของเจ้าของร้านกาแฟที่เลิกจำหน่ายนมวัว แซมพูดว่า “เป็นไปได้ว่านมวัวอาจจะแพงเกินไป” คริสโตเฟอร์กำลังมองดูที่สมาร์ทโฟนของเขา แล้วพูดว่า “เป็นไปได้นะ แต่ฉันได้สืบค้นข้อมูลในเว็บเรื่องนมวัวด้วยเหมือนกัน เดียวฉันจะส่งลิงก์ของบทความใหม่ๆ ให้พวกเธอซึ่งอาจช่วยอธิบายเรื่องนี้ได้” แอนนาและแซม เปิดลิงก์ที่คริสโตเฟอร์ส่งมา และอ่านบทความเรื่อง “แค่พูดว่า “ไม่เอา” นมวัว!”

### แค่พูดว่า “ไม่เอา” นมวัว

โดย ดร.วิภาดา นีรนนท์ ผู้รายงานข่าวสุขภาพ

นมวัวเป็นส่วนสำคัญของชีวิตผู้คนจำนวนมากในสหรัฐอเมริกา เด็กทารกดูดนมวัวจากขวดนม เด็กๆ กินธัญพืชที่ราดนมวัวจนชุ่ม แม้แต่ผู้ใหญ่เองก็ยังชอบดื่มนมเย็นๆ สักแก้วเป็นบางครั้งบางคราว ใช่แล้ว นมวัวเข้ามาเป็นส่วนสำคัญมากกับอาหารการกินของมนุษย์ในหลายๆ ที่ทั่วโลก อย่างไรก็ตามงานวิจัยจำนวนมากกลับชี้ให้เห็นว่านมอาจจะไม่ได้ “ดีต่อร่างกาย” อย่างที่คำโฆษณาติดหูของชาวอเมริกันกล่าวอ้าง

กรมการเกษตรของสหรัฐอเมริกา สภาผลิตภัณฑ์นมอเมริกัน บริษัทบริหารจัดการผลิตภัณฑ์นมและองค์กรอื่นๆ ได้ทำงานอย่างหนักเพื่อส่งเสริมเรื่องนมมาเป็นเวลาหลายปี พวกเขาส่งเสริมให้ผู้ใหญ่ดื่มนมอย่างน้อยวันละสามแก้ว อย่างไรก็ตามการศึกษามากมายในทศวรรษที่ผ่านมาได้ตั้งข้อสงสัยเกี่ยวกับความสามารถของนมในการเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก และกล่าวอ้างอื่นๆ เกี่ยวกับประโยชน์ของนมที่มีต่อสุขภาพ ซึ่งผลการศึกษาเหล่านี้อาจทำให้คุณประหลาดใจ

การศึกษาเกี่ยวกับผลกระทบของการดื่มนมที่สำคัญและใหม่สุดชิ้นหนึ่งได้ถูกตีพิมพ์ในวารสาร British Medical Journal เมื่อเดือนตุลาคม ค.ศ. 2014 ผลจากการศึกษานี้นำไปสู่การยืนยันอย่างหนักแน่นเกี่ยวกับผลจากการบริโภคนม ในการศึกษาครั้งนี้ได้ติดตามคนในสวีเดนมากกว่า 100,000 คนในช่วงระยะเวลา 20-30 ปี นักวิจัยพบว่า ผู้หญิงที่ดื่มนมเป็นประจำประสบปัญหาการแตกหักของกระดูกมากขึ้น นอกจากนี้ ทั้งผู้ชายและผู้หญิงที่ดื่มนมเป็นประจำมีแนวโน้มมากขึ้นที่จะประสบปัญหาจากโรคหัวใจและโรคมะเร็ง ผลการศึกษาที่พลิกความคาดหมายเหล่านี้คล้ายคลึงกับผลจากการศึกษาอื่นๆ

คณะกรรมการด้านการแพทย์ที่รับผิดชอบทางด้านยา (PCRM) ให้ข้อคิดเห็นต่อปัญหาสุขภาพบางปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคนม PCRM กล่าวอ้างว่านมและผลิตภัณฑ์จากนม “มีประโยชน์ต่อกระดูกเพียงเล็กน้อยหรือแทบไม่มีประโยชน์เลย” PCRM ยังได้อธิบายเพิ่มเติมถึงปัญหาที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับนมไว้ว่า “โปรตีนจากนม น้ำตาลจากนม ไขมัน และไขมันอิ่มตัวในผลิตภัณฑ์จากนมก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อสุขภาพสำหรับเด็ก และกระตุ้นให้เกิดโรคอ้วน โรคเบาหวาน และโรคหัวใจ”

คำกล่าวอ้างเหล่านี้เป็นเรื่องที่รุนแรงและจำเป็นต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมเพื่อยืนยันผลการศึกษา

จากเรื่อง “แค่พูดว่าไม่เอานมวัว” ให้ตอบคำถามต่อไปนี้

**คำถามที่ 3 : นมวัว**

ข้อความต่อไปนี้แสดงถึงจุดประสงค์ของ ดร.วิภาดา ในการเขียนบทความใช่หรือไม่ ทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ใช่ หรือ ไม่ใช่ ในแต่ละข้อความ

| ข้อความต่อไปนี้แสดงถึงจุดประสงค์ของบทความใช่หรือไม่                   | ใช่ | ไม่ใช่ |
|-----------------------------------------------------------------------|-----|--------|
| เพื่อตั้งข้อสงสัยถึงประโยชน์ของผลิตภัณฑ์จากนมที่มีต่อสุขภาพโดยทั่วไป  |     |        |
| เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนเลิกดื่มนมในทันที                              |     |        |
| เพื่ออภิปรายผลการวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวกับนมวัว                         |     |        |
| เพื่อชี้ให้เห็นว่ายังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับนม และผลิตภัณฑ์อื่นๆ จากนม |     |        |

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :** ตอบถูกทั้งหมดสี่ข้อ ใช่ ไม่ใช่ ใช่ ไม่ใช่ ตามลำดับ

**กระบวนการอ่าน:** การประเมินและสะท้อนความคิดเห็นต่อเนื้อเรื่อง - สะท้อนความคิดเห็นเกี่ยวกับเนื้อหาและรูปแบบ ของเรื่องที่ได้อ่านอย่างมีวิจารณญาณ

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** เลือกตอบเชิงซ้อน

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

**คำถามที่ 4 : นมวัว**

ดร.วิภาดา นำเสนอผลการวิจัยบางเรื่องที่จะทำให้ผู้อ่าน “ประหลาดใจ”

จงระบุเหตุผลจากการวิจัยมาหนึ่งเรื่อง

.....

.....

.....

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :**

**คะแนนเต็ม**

ยกข้อความหรือถอดความผลการวิจัยเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่กล่าวไว้ในเนื้อเรื่องต่อไปนี้:

1. ผู้หญิงที่ดื่มนมเป็นประจำประสบปัญหาการแตกหักของกระดูกมากขึ้น
2. ทั้งผู้หญิงและผู้ชายที่ดื่มนมเป็นประจำมีแนวโน้มมากขึ้นที่จะประสบปัญหาจากโรคหัวใจและโรคมะเร็ง

ไม่ได้คะแนน

ไม่ได้กล่าวถึงผลการวิจัยตามคำอธิบายรหัส 1 หรือ ให้คำตอบที่ไม่ถูกต้อง กว้างเกิน หรือไม่เกี่ยวข้อง ตัวอย่างเช่น

- นมทำให้ คน/เด็ก เป็นโรคอ้วน
- นมไม่ดีต่อสุขภาพ [ไม่ได้ระบุผลการวิจัยโดยเฉพาะเจาะจง]
- คนเราไม่ควรดื่มนมวันละสามแก้ว

**กระบวนการอ่าน:** การมีความเข้าใจในเนื้อเรื่อง – แสดงถึงความเข้าใจในความหมายที่แท้จริงของเนื้อเรื่อง

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** เขียนตอบแบบเปิด

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

| อิมούνฟาร์มนม                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |           |          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|
| เกี่ยวกับเรา                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ผลิตภัณฑ์ | โภชนาการ |
| <p><b>คุณค่าทางโภชนาการของนม : ประโยชน์มากล้น !</b></p> <p>ผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม ประกอบด้วยสารอาหารสำคัญ ได้แก่ แคลเซียม โปรตีน วิตามินดี วิตามินบี 12 ไรโบฟลาวิน และโพแทสเซียม วิตามินและเกลือแร่เหล่านี้ทำให้ผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม เป็นส่วนสำคัญของมื้ออาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพการบริโภคผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์ม นม ทุกวันเป็นวิธีที่ดีที่จะมั่นใจได้ว่าคุณได้รับ วิตามินและเกลือแร่ที่จำเป็นต่อร่างกาย</p> <p>การบริโภคผลิตภัณฑ์นมจาก อิมούνฟาร์มนม ช่วยในการลดน้ำหนักตัวให้ได้ผลดีขึ้น และ ควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม นมช่วยเพิ่มความแข็งแรงและความหนาแน่นของกระดูก นอกจากนี้ นมช่วยให้สุขภาพของหัวใจและหลอดเลือดดีขึ้น และยังช่วยป้องกันมะเร็ง นมหนึ่งแก้วอัดแน่นไปด้วยวิตามิน เกลือแร่ และอุดมไปด้วยประโยชน์ต่อสุขภาพ</p> <p>นายแพทย์บิล เชียร์ รองศาสตราจารย์ผู้เชี่ยวชาญด้านกุมารเวชศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยแห่งแคลิฟอร์เนีย ทีเออร์ไวน์ กล่าวว่า นมเป็นแหล่งรวมสารอาหารที่สำคัญไว้มากมายในทีเดียว สมาคมอาหารฟาร์มโคนมสากล (IDFA) สนับสนุนแนวคิดนี้ อันที่จริง IDFA กล่าวว่า ผู้เชี่ยวชาญและกลุ่มคนทำงานด้านสุขภาพจำนวนมากก็คงจะเห็นด้วยว่า</p> <p>นมมีสารอาหารครบถ้วนและเป็นสารอาหารที่จำเป็นถึง 9 ชนิด นอกจากจะเป็นแหล่งอันอุดมสมบูรณ์ของแคลเซียมและวิตามินดี นมยังเป็นแหล่งของวิตามินเอ โปรตีน และโพแทสเซียม อยู่ในปริมาณมาก ผลิตภัณฑ์จากนมจึงเป็นสิ่งที่แพทย์แนะนำ การใช้ผลิตภัณฑ์จากนมเป็นส่วนสำคัญของอาหารเพื่อสุขภาพได้รับการยอมรับมานานแล้วจากกลุ่มผู้ที่ทำงานด้านโภชนาการและวิทยาศาสตร์ รวมถึงมูลนิธิโรคกระดูกพรุนแห่งชาติ สมาคมสัลยแพทย์ สถาบันสุขภาพแห่งชาติ องค์การด้านการแพทย์แห่งสหรัฐอเมริกา และองค์กรชั้นนำทางด้านสุขภาพจำนวนมาก</p> <p style="text-align: right;">สมาคมอาหารฟาร์มโคนมสากล วันที่ 27 กันยายน ค.ศ. 2007</p> |           |          |

จากทั้งสองแหล่งข้อมูล ให้ตอบคำถามต่อไปนี้

### คำถามที่ 5 : นมวัว

จากบทความเกี่ยวกับนมทั้งสองเนื้อเรื่อง ข้อความในตารางข้างล่างเป็นข้อเท็จจริงหรือความคิดเห็นทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง **ข้อเท็จจริง** หรือ **ความคิดเห็น** ในแต่ละข้อความ

| ข้อความต่อไปนี้แสดงถึงจุดประสงค์ของบทความใช่หรือไม่                                    | ข้อเท็จจริง | ความคิดเห็น |
|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------|
| การศึกษาล่าสุดเกี่ยวกับประโยชน์ต่อสุขภาพของนมให้ผลที่น่าประหลาดใจ                      |             |             |
| การศึกษาต่างๆ ได้แสดงให้เห็นว่า การดื่มนมมีผลกระทบที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ              |             |             |
| หลายการศึกษาได้ตั้งข้อสงสัยเกี่ยวกับความสามารถของนมในการเสริมสร้างความแข็งแรงของกระดูก |             |             |
| การดื่มนมและผลิตภัณฑ์อื่นๆ จากนมเป็นวิธีการลดน้ำหนักที่ดีที่สุด                        |             |             |

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบ:** ความคิดเห็น ข้อเท็จจริง ข้อเท็จจริง ความคิดเห็น ตามลำดับ

**กระบวนการอ่าน:** การมีความเข้าใจในเนื้อเรื่อง – บุรณาการและลงข้อสรุปจากข้อสนเทศหลาย ๆ ส่วนที่อยู่ในเนื้อเรื่อง

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** เลือกตอบเชิงซ้อน

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

### คำถามที่ 6 : นมวัว

ผู้เขียนของทั้งสองเนื้อเรื่องมีความคิดเห็นที่ไม่ตรงกันเกี่ยวกับบทบาทของนมในมื้ออาหารโดยทั่วไป

ประเด็นหลักที่ผู้เขียนทั้งสองมีความคิดเห็นไม่ตรงกันคือเรื่องใด

1. ผลกระทบของนมต่อสุขภาพและบทบาทของนมในมื้ออาหารของมนุษย์
2. จำนวนของวิตามินและเกลือแร่ที่พบในนม

3. รูปแบบที่ดีที่สุดของผลิตภัณฑ์จากนมในการบริโภคเป็นประจำ
4. องค์กรที่มีบทบาทหน้าที่หลักเกี่ยวกับนม

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :** 1. ผลกระทบของนมต่อสุขภาพและบทบาทของนมในมื้ออาหารของมนุษย์  
**กระบวนการอ่าน:** การประเมินและสะท้อนความคิดเห็นต่อเนื้อเรื่อง – ตรวจสอบข้อมูลที่ขัดแย้งกันและ  
ประเมินข้อขัดแย้งนั้น

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** แบบเลือกตอบ

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน

---

#### คำถามที่ 7 : นมวัว

แอนนา คริสโตเฟอร์ และแซม กำลังพูดคุยถึงบทความทั้งสองเนื้อเรื่อง

**คริสโตเฟอร์ :** ไม่ว่าเจ้าของร้านกาแฟจะทำอะไร ฉันก็ยังจะ ดื่มนมต่อไปทุกวัน มันดีต่อเราจริงๆ

**แอนนา :** ฉันไม่เอาด้วยหรอก ! จากนี้ไปฉันจะดื่มนมให้น้อยลงเพราะมันไม่ดีต่อเรา

**แซม :** ไม่รู้สิ ฉันคิดว่าพวกเราจำเป็นต้องรู้ข้อมูลมากกว่านี้ก่อนที่จะลงข้อสรุปนะ

นักเรียนเห็นด้วยกับใคร

1. คริสโตเฟอร์
2. แอนนา
3. แซม

จงอธิบายคำตอบของนักเรียน โดยอ้างอิงถึงข้อมูลจากเนื้อเรื่อง อย่างน้อยหนึ่งเรื่อง

---

**เฉลย/แนวคำตอบ คำตอบที่ :**

คะแนนเต็ม

เลือกหนึ่งข้อ และให้คำอธิบายที่เหมาะสมตามที่ระบุข้างล่าง ถ้าไม่มีการเลือกข้อคนไว้ คำตอบจะต้องระบุ



อย่างชัดเจนว่าเลือกคริสโตเฟอร์ แอนนา หรือ แซม และให้คำอธิบายที่เหมาะสมกับตัวเลือกนั้นโดยอ้างถึง ข้อมูลจากเนื้อเรื่องอย่างน้อยหนึ่งเรื่องเลือก “คริสโตเฟอร์” และให้คำอธิบายอย่างน้อยหนึ่งเรื่องที่ยกมาจาก เนื้อเรื่องแรก “คุณค่าทางโภชนาการของนม : ประโยชน์มากล้น!” หรือ อ้างว่าเนื้อเรื่องที่สอง “แค่พูดว่า ‘ไม่เอา’ นมวัว!” ไม่ยุติธรรมต่อนมวัว/ไม่เป็นจริง

1. นมมีสารอาหาร (สำคัญ)/วิตามินหลายชนิด/แร่ธาตุ หรือระบุชื่อวิตามินหรือแร่ธาตุที่สำคัญต่อสุขภาพตั้งแต่หนึ่งชนิดขึ้นไป (เช่น โพแทสเซียม)
2. นมช่วยในการลดน้ำหนัก/ช่วยควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม
3. นมช่วยให้สุขภาพของหัวใจและหลอดเลือดดีขึ้น
4. นมช่วยป้องกันมะเร็ง
5. เว็บไซต์ของอิมู่นฟาร์มได้รับการสนับสนุนจากแพทย์
6. เว็บไซต์ของอิมู่นฟาร์มอ้างถึงสมาคมอาหารฟาร์มโคนมสากล/อ้างข้อมูลสนับสนุนจาก IDFA
7. บทความ/เนื้อเรื่องที่สอง “แค่พูดว่า ‘ไม่เอา’ นมวัว!” ไม่ยุติธรรมต่อนมวัว/ไม่เป็นจริง หรือ ยกตัวอย่างว่านมไม่ยุติธรรมต่อนมวัวหรือไม่เป็นจริงอย่างไร

ตัวอย่างเช่น

- [คริสโตเฟอร์] แพทย์บอกว่านมมีสารอาหารที่สำคัญมากมาย [คำอธิบายที่ 1/5]
- [คริสโตเฟอร์] นมมีแร่ธาตุที่จำเป็นต่อสุขภาพ [คำอธิบายที่ 1]

**หรือ :** เลือก “แอนนา” และให้คำอธิบายอย่างน้อยหนึ่งข้อที่ยกมาจากเนื้อเรื่องที่สอง “แค่พูดว่า ‘ไม่เอา’ นมวัว!” หรือ อ้างว่าเนื้อเรื่องแรก “คุณค่าทางโภชนาการของนม: ประโยชน์มากล้น!” เอนเอียงหรือพยายามขายสินค้า

1. จากงานวิจัยใหม่ ๆ นมอาจจะไม่ค่อยดีต่อร่างกายนัก
2. นมอาจส่งผลให้กระดูกอ่อนแอลง/มีการแตกหักมากขึ้น
3. นมอาจเป็นเหตุให้เกิดโรคหัวใจ/มะเร็งมากขึ้น
4. บทความนี้ยกข้อความสนับสนุนมาจากคณะกรรมการด้านการแพทย์ที่รับผิดชอบทางด้านยา (PCRM)
5. บทความนี้กล่าวถึงข้อพิสูจน์ที่มีเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ว่านมไม่ได้ดีต่อคนเท่าที่เคยคิด
6. การศึกษาชิ้นหนึ่งในสวีเดนแสดงให้เห็นว่าคนที่ดื่มนมเป็นโรคหัวใจ และ/หรือ มะเร็ง และ/หรือ มีการแตกหักของกระดูกมากกว่า
7. “คุณค่าทางโภชนาการของนม: ประโยชน์มากล้น!” (หรืออ้างถึงว่าเป็นบทความ/เนื้อเรื่องที่หนึ่ง) หรือ อิมู่นฟาร์มนมเป็นแหล่งข้อมูลที่เอนเอียง/พยายามขายสินค้าของเขา และข้ออ้างที่ยกมาไม่ สามารถเชื่อถือได้

ตัวอย่างเช่น

- [แอนนา] พวกเขาทำการศึกษาที่สวีเดนที่แสดงว่าผู้หญิงที่ดื่มนมมีการแตกหักของกระดูก มากกว่า [คำอธิบายที่ 6]

- [แอนนา] เรื่องแรกแค่พยายามจะขายนมของเขา เราจึงไม่ควรใส่ใจ [คำอธิบายที่ 7]

**หรือ :** เลือก “แซม” และให้คำอธิบายโดยอ้างเนื้อหาหรือข้อจำกัดจากเนื้อเรื่องเพื่อสนับสนุนแนวคิดที่ว่ายังไม่สามารถบอกข้อสรุปได้ในขณะนี้ คำตอบมีคำอธิบายใดคำอธิบายหนึ่งต่อไปนี้ :

1. บทความ “แค่พูดว่า ‘ไม่เอา’ นมวัว!”/เนื้อเรื่องที่สอง ซึ่งว่ายังต้องมีการศึกษาเพิ่มเติมก่อนจึงจะ ยืนยันผลการวิจัยได้

2. มีการบริโภคนมเป็นประจำมาเป็นเวลานานแล้ว แต่งานวิจัยที่อ้างถึงในบทความที่สองเป็นเรื่องใหม่ จึงยังต้องใช้เวลาหรือทำการวิจัยเพิ่มอีกก่อนจะสร้างข้อสรุปได้

3. มีข้อมูลเพียงสองเนื้อเรื่องเท่านั้น ยังต้องมีการวิจัยเพิ่มอีกก่อนจะสามารถสรุปได้

4. น่าจะมีการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลที่พบในแต่ละบทความก่อนจะทำการสรุป

5. เนื้อเรื่องทั้งสองขัดแย้งกัน จึงไม่สามารถสรุปได้ หรือ ให้ตัวอย่างที่เฉพาะเจาะจงว่าบทความทั้งสองขัดแย้งกันอย่างไร (เนื้อเรื่องหนึ่งบอกว่าการทำให้กระดูกแข็งแรง อีกเนื้อเรื่องหนึ่งบอกว่าการทำให้ กระดูกแตกหัก) ตัวอย่างเช่น

- [แซม] แค่พูดว่าไม่เอาบอกว่ายังต้องมีการศึกษาเพิ่มอีกจึงจะบอกได้ [คำอธิบายที่ 1]

- [แซม] ฉันต้องมี'นใจก่อนว่าสิ่งที่แต่ละบทความบอกเป็นความจริงก่อนที่จะ'ฉันจะตัดสินใจ [คำอธิบายที่ 4]

**กระบวนการอ่าน:** การประเมินและสะท้อนความคิดเห็นต่อเนื้อเรื่อง – ตรวจสอบข้อมูลที่ขัดแย้งกันและประเมินข้อขัดแย้งนั้น

**สถานการณ์:** ส่วนบุคคล

**แหล่งที่มา:** หลายเรื่อง

**รูปแบบของเนื้อเรื่อง:** แบบต่อเนื่อง

**ประเภทของเนื้อเรื่อง:** การโต้แย้ง

**ลักษณะข้อสอบ:** เลือกตอบและเขียนตอบแบบเปิด

**ความสอดคล้องตัวชี้วัด:** ท 1.1, ม. 1/2: จับใจความสำคัญจากเรื่องที่อ่าน