

人工智能 基礎應用課程

Lesson 2

課堂大綱

- 好的提示詞構成
- 追問及修正的技巧
- 數字轉換
- 提取文字重點
- Create Bot
- 翻譯文字
- 利用 Poe 解釋

好的提示詞構成

好的提示詞構成

1. 人工智能的角色
2. 你的角色
3. 生成要求
4. 輸出結果及格式

好的提示詞構成

你是 _____ 的專家

我是 _____ 的 + _____ （角色）

請詳細 / 簡短地生成 _____

以 _____ 格式輸出

提示詞例子

你有營養學專業知識，我在研究比較Omega系列。請以表格形式列出 Omega-3, Omega-6, Omega-7, Omega-9 的分別比較，共 6 欄：名稱、特點、學名、英文縮寫、健康資訊、煮食加熱後對營養的保留與破壞情況。

追問及修正的技巧

追問及修正的技巧

1. 發現剛剛的問題未夠描述精準（修正）
2. 想繼續追加內容（追問）

追問

整個修正

設定格式輸出

設定格式輸出

- 不注明
- 以表格輸出
- 以列點輸出
- 以列點輸出，並每點上 Emoji 表情圖形
- 以 Markdown 輸出

例子：
以表格形式列出 Omega-3, Omega-6, Omega-7, Omega-9 的分別及特點

切記
盡信 Bot 不如無 Bot

Gemini Pro :

<https://poe.com/s/2RSMOn0zUO1DL1wF7e6B>

ChatGPT 3.5 :

<https://poe.com/s/PW9tQq.yjtEgq0vCRRvTg>

Claude 3 Haiku :

<https://poe.com/s/3ZbPZt9ldQqqwCCs4O8x>

ChatGPT 4:

<https://poe.com/s/oytHKzzld5HcuS8Vv8Dg>

“請進一步列出學名及英文縮寫”

<https://poe.com/s/s8hhlfJvhVa2v4vPiDbV>

“重新以表格生成以上所有資料”

<https://poe.com/s/mcp7gBKHKatlBF6k634B>

“加上健康資訊，以表格重新生成。”

<https://poe.com/s/pPqaTMsqtRW2pbvwAlZT>

ChatGPT 4 的追問效果示例

<https://poe.com/s/kILr7EWYrJ6MmvmmdEnKc>

整個提示詞修正

以表格形式列出 Omega-3, Omega-6, Omega-7, Omega-9 的分別共 6 欄：名稱、特點、學名、英文縮寫、健康資訊、煮食加熱後對營養的保留與破壞情況。

ChatGPT 3.5:

https://poe.com/s/vYTiYsC4mMYclATDvnaQ_

Gemini Pro:

<https://poe.com/s/YGBtOs2n55OaUQbDPDUf>

Claude 3 Haiku:

<https://poe.com/s/AYYQ6OilyQ8NQ3JoIJnF>

ChatGPT 4:

<https://poe.com/s/EltjeK6zR5uA8EEUVHSv>

你有營養學專業知識，我在研究比較Omega系列。請以表格形式列出 Omega-3, Omega-6, Omega-7, Omega-9 的分別比較，共 6 欄：名稱、特點、學名、英文縮寫、健康資訊、煮食加熱後對營養的保留與破壞情況。列出資料來源。

Claude 3 Opus:

<https://poe.com/s/EwARkJfNqiNra78kZFyL>

記得 Fact Check

▼ 抗發炎：斷開百病最強絕招_池谷敏郎 (Iketani Toshiro)

三種不飽和脂肪酸，只有兩種和發炎有關

另一方面，「不飽和脂肪酸」又可因化學結構的差異，進一步分成三種：

- ◎Omega-3脂肪酸。
- ◎Omega-6脂肪酸。
- ◎Omega-9脂肪酸。

Omega-3脂肪酸的代表是EPA、DHA和次亞麻油酸（ α -Linolenic Acid）。多含於魚油、紫蘇油、亞麻籽油、奇亞籽油、核桃等。

Omega-6脂肪酸的代表是亞麻油酸。多含於紅花籽油（紅花油）、玉米油、大豆油、葵花籽油等，經常用來當成炸油或沙拉油的食用油。

Omega-9脂肪酸的代表是油酸（Oleic Acid）。多含於橄欖油或部分品種改良的紅花籽油、葵花籽油等食用油。

突然又出現一堆陌生的字眼了，大家是不是眼花了呢？總而言之，Omega-3脂肪酸之一的次亞麻油酸，約有五%左右會在體內轉換成EPA或DHA；Omega-6脂肪酸之一的亞麻油酸，則會在體內被轉換成花生四烯酸。

結論就是：

- ◎Omega-3脂肪酸可變成EPA或DHA，抑制發炎。
- ◎Omega-6脂肪酸會變成花生四烯酸，一旦攝取過量，就會促進發炎。
- ◎Omega-9脂肪酸不會和Omega-3或Omega-6相互競爭，與發炎幾乎無關。

+

-

↔

🔄

🔍

113 / 160

🔍

記得 Fact Check (2)

▽ 抗發炎：斷開百病最強絕招_池谷敏郎 (Iketani Toshiro)

然而，Omega-3脂肪酸的食用油有兩項缺點：

◎容易氧化。

◎加熱後，次亞麻油酸容易遭到破壞。

因此，其保存的方式與攝取方法都必須多加留意。首先，在防止氧化這方面，不可將Omega-3食用油放置在溫度較高或陽光直射的場所，建議放進冰箱保存。

接著，**開封後應盡快使用完畢**。Omega-3食用油一旦氧化，味道、營養價值都會改變，因此，**請以一個月為目標，盡早使用完畢**。

最後，在不耐高溫這部分，由於次亞麻油酸受熱後容易流失，因此**Omega-3食用油不適合加熱烹調**。

我個人比較建議建議大家**以低溫或是生食的方式攝取Omega-3油脂**。例如和鹽巴、胡椒、醬油或柚子醋混合後，用來取代沙拉醬，當作納豆或冷豆腐的淋醬，或是混進優格食用。由於Omega-3油脂的味道通常比較淡，所以和各種不同的料理搭配都很適合。

另一方面，雖然Omega-3食用油不耐高溫，不過，如果**先把溫熱的湯汁盛到小碗裡面，然後再把一小茶匙的油加進去，就不會有問題了**。所以，本題的答案是（1）**用來淋在生菜上吃，取代沙拉醬**，和（2）**加進味噌湯或其他湯品裡**。

話雖如此，和亞麻籽油、紫蘇油相比，**綠色堅果油比較不容易氧化**，所以如果是五～十分鐘左右的短時間烹調，仍可以用於加熱烹調。

此外，我每天都自己榨果汁，並加上一小茶匙亞麻籽油。把胡蘿蔔、蘋果和檸檬放進果汁機攪拌，倒進杯子裡，再加入亞麻籽油即可，這是我每天早上必喝的保養聖品。

數字轉換

接龍轉換 例子 1

請將以下接龍轉換成表格，三欄：index、姓名、數量

【星期三：健康1點】～快啲約朋友嚟午餐啦

大家食得開心又健康：蒜香蕃茄肉丸意粉

日期：4月10日

時間：下午1:00-2:30

名額：20名**!!**

費用：MOP\$35/位

寧x2

Samson

Cathyx3

Ken

Thomas Mak

Ian x2

Candy x3

Laura x2

Anthony

雪 · 2

名額已滿

接龍轉換 例子 1

請將以下接龍轉換成表格，三欄：index、姓名、數量

<https://poe.com/s/WMI9ILU8xFinAF4EJYnn>

接龍轉換 例子 2

<https://poe.com/s/dLOfih33nJC2nXEApXrl>

從文章提取數字

從文章提取數字

2024年2月旅行團及酒店入住率

<https://www.gcs.gov.mo/news/detail/zh-hant/N24CaOs9YM>

從文章提取數字

你是世界頂尖專業數據分析師

我是研究澳門旅遊的學生，正在做論文報告

請抽取以下文字中的數據，分析按年比較

以表格格式輸出

從文章提取數字

你是世界頂尖專業數據分析師

我是研究澳門旅遊的學生，正在做論文報告

請抽取以下文字中的數據，分析按年比較

以表格格式輸出

<https://poe.com/s/WWeB4x7pSMWPidqiLHut>

提取文字重點

提取文字重點

《澳門研究》第109期經已出版

<https://www.gcs.gov.mo/news/detail/zh-hant/N24DCiJEaQ>

提取文字重點

GPT 4:

<https://poe.com/s/KHRuOgCBPyrfwwmZnGe3>

Claude 3 Haiku:

<https://poe.com/s/l5vjkpCxjPC5zXZ36U6o>

Gemini Pro:

<https://poe.com/s/Lrlpqeprk9LCHnYPFOdg>

提取文字重點 + 追問

Gemini Pro:

<https://poe.com/s/3NrkgIVwgAtgiKCKKV Ae>

Gemini 1.5 Pro:

<https://poe.com/s/XgAJkyTJ5b5dizbMndAj>

你對澳門新聞很有研究，且能將文字精簡提取重點。請總結以下新聞文章主旨，重點資訊。最後將每段變成列點，且每個列點開頭使用與內文相關的Emoji：

《澳門研究》第109期經已出版

由澳門大學澳門研究中心組稿編輯的《澳門研究》第109期經已由澳門基金會出版。《澳門研究》以“研究澳門，服務社會”為宗旨，透過選編、刊登海內外人文社會科學的研究論文，薈萃各家學術思想，是推動和深化“澳門學”建設的重要陣地，深受學界關注。

該期的論文欄目分為“歷史研究”、“法律研究”、“語言學研究”、“經濟社會建設”四部分。“歷史研究”有徐靜瓊、吳宏岐的〈明崇禎年間廣東引進、仿鑄澳葡火器及其海防應用探析〉，該文梳理明末廣東從“原無大銃”到“以火器為長技”的變化過程，並在此基礎上對西洋槍炮在廣東海防應用中的實際情況作進一步的分析討論；沈曉鳴的〈清前中期香山縣丞的裁汰、再設與印信變化〉比勘分析不同時期地方文書中的香山縣丞印信，探討清廷重設縣丞後，其隸屬、職掌及印信的演進過程；丁帥東〈獵雀：晚近澳門葡人入粵狩獵研究（1893－1937）〉考察1893－1937年間澳門葡人入粵狩獵相關問題，找尋澳門葡人狩獵者信息，還原澳門狩獵者群體面貌；李業飛的〈近代澳門填海造地的若干問題〉認為澳葡政府自19世紀中葉起透過多個港口整治計劃填海拓陸，以實現其殖民擴張的意圖。

“法律研究”中有何志輝的〈澳門金融法之現代變遷（1976－1999）〉，該文論述現代澳門金融法律體系變遷的相關研究狀況、發展狀況、現代轉型過程，明晰了由於立法會與澳督各自行使立法權而使現代澳門金融法律制度變得錯綜複雜的發展軌跡。“語言學研究”則有黃文輝的〈“博彩”與“幸運博彩”溯源——兼論澳門旅遊娛樂業現代轉型〉，該文認為“博彩”一詞並非澳門獨創，到1960年代已普遍應用於港澳報章，1961年澳葡政府華務科翻譯員把葡萄牙法律中的Jogos de Fortuna ou Azar意譯為“幸運博彩”，以一個文雅吉利的詞組代替“賭博”的負面意義，首創先河。

在“經濟社會建設”中，婁世艷、張俊彬和朱文翰的〈澳門高等教育和經濟增長的互動性研究〉進行實證研究，Granger因果檢驗發現澳門經濟增長是高等教育發展的原因，而高等教育發展並不是經濟增長的原因；陳僑予的〈從競合博弈到功能性合作——澳門與橫琴區域一體化整合的歷史脈絡與理論邏輯〉以新功能主義的“功能溢出”等視角對澳門與橫琴整合歷程和效果進行解析，再從政治功能的雙向“擴溢”探究橫琴與澳門區域一體化建設的未來路徑。

“學術筆記”有張廷茂和彭凱的〈近代澳門經濟史研究資料的若干問題〉，“書評”有葉農和韓天歌〈以小見大，見微知著：讀金國平《“中國大帆船”與“絲銀之路”——“Parián”研究》〉。此外，本期亦刊出〈《澳門研究》2023年總目錄〉。

第109期《澳門研究》定價80澳門元，現於全澳各大書店均有代售，該期的電子檔亦已同時上載至澳門基金會澳門虛擬圖書館網站 (<http://www.macaudata.mo>)，歡迎讀者查閱。

Create Bot

SummarizeKun

<https://poe.com/SummarizeKun>

SummarizeKun 例子

<https://poe.com/s/zMUhxMgImZKQ3o8QKPkk>

SummarizeKun 例子2

https://poe.com/s/_yPr5mjDIkVDdHPskmDV8

SummarizeKun 例子3

<https://poe.com/s/JDdmBbTWwsrQF9It5Pnz>

SummarizeKun 例子4: PDF

<https://poe.com/s/VlbjkRcF942bfxLMSRlu>

SummarizeKun 例子4: PDF

Gemini 1.5 Pro

<https://poe.com/s/nTK8J6JXeFzsGDMI7Y0v>

翻譯文字及解釋

請解釋什麼是_____

<https://poe.com/s/IWCKG8hH2WUDQLCz6g8n>