



患者及照护者教育

# 与医疗保健提供者分享所拍摄照片的技巧

本信息将帮助您拍摄更好的照片，以便与您的医疗保健提供者分享。

提供清晰的图片有助于您的医疗保健提供者了解您的愈合情况或该区域是否存在任何问题。您可能需要请他人帮助您拍摄照片。

有关更多信息，请阅读我们的资源 [如何为医疗保健提供者拍摄皮肤照片](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-skin-your-healthcare-provider) ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-skin-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-skin-your-healthcare-provider))和 [如何为医疗保健提供者拍摄头皮照片](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider) ([www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/how-take-pictures-your-scalp-your-healthcare-provider))。

## 1. 准备好所需用品

- 相机或带摄像头的设备，如手机。
- 三脚架或相机支架（如果您需要使用）。
- 卷尺或直尺（如果医疗保健提供者要求您测量部位）。

## 2. 设置背景

- 请找一个地方，保证拍摄的照片没有杂乱的背景。
- 纯色背景有助于相机聚焦，从而使拍摄的照片更加清晰。
  - 如果没有纯色背景，您可以挂一张纯色床单或布匹，然后您站在它的前面拍照。

## 3. 设置光线

- 设置好三脚架或相机支架（如果您使用的话）。
- 打开相机上的闪光灯。闪光将为您提供所需的光线。

- 确保光线直接照射您将要拍摄的部位。如有物体遮挡光线，可能会导致照片中出現阴影。
- 确保您或帮您拍照的人可以拿稳相机，使其不会在您将要拍摄的部位上投射出阴影。
- 如果您的医疗保健提供者要求您测量该部位尺寸，请在您将要拍摄的部位附近放置卷尺或直尺。请勿让卷尺接触将要拍摄的照片，尤其是开放性伤口或切口（手术切口）。

#### 4. 拍照

- 将相机放平，并直接对准您将要拍摄的部位。
- 拍照时请保持相机不动。
- 如果您用手机拍摄，请通过屏幕检查下将要拍摄的部位。点击屏幕使相机聚焦。
- 准备好后，即可拍下照片。请记住按照您的医疗保健提供者要求的全部视角进行拍照。
- 检查每张照片，确保其清晰。如有照片看起来模糊或未显示正确部位，请重新拍摄。请勿编辑照片。

#### 5. 使用 MyMSK 传送照片

您可以使用 MyMSK（MSK 的患者门户网站）将您拍摄的照片传送给您的医疗保健提供者。为此，请按照以下步骤操作：将照片保存到电脑中。为此，您可以将照片通过电子邮件发送给自己，打开电子邮件，然后保存照片。

- 接下来请登录您的 MyMSK 帐户。
  - 如果您没有 MyMSK 帐户，请访问 [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org)，致电 646-227-2593，或致电您的医生办公室获得注册 ID 以进行注册登记。更多信息，请观看视频 *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* ([www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal](http://www.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mysk-patient-portal))。
- 点击主页上的“消息”，然后点击“撰写新消息”。
- 在“撰写新消息”页面上，点击“通用办公室通信”。
- 键入您的医疗保健提供者的姓名并选择一个主题。
- 在文本框中，为您的医疗保健提供者写入一条消息。

- 如需附上照片，请点击文本框下方的“添加附件”。打开保存照片的文件夹，然后单击需上传的照片。然后点击“打开”按钮。对每张照片重复此步骤。
- 当您的消息准备好后，点击“发送”按钮。

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

有关更多资源，请访问 [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Tips for Taking Pictures to Share with Your Healthcare Provider - Last updated on March 19, 2020  
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利