



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И  
УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

## **Как сделать фотографии кожи головы для вашего медицинского сотрудника**

Эта информация поможет вам сделать фотографии  
кожи головы, чтобы показать их своему  
медицинскому сотруднику.

Отправляя четкие фотографии, вы помогаете  
медицинскому сотруднику увидеть, как заживает  
ваша рана и есть ли какие-либо проблемы в этой  
области. Возможно, вам понадобится чья-либо  
помощь, чтобы сделать эти фотографии.

### **Сделайте фотографии с 5 разных ракурсов**

Сделайте фотографии с 5 разных ракурсов, чтобы  
медицинский сотрудник мог увидеть и понять размер  
области. Соблюдайте рекомендации этого раздела,  
когда делаете фотографии.

#### **Рисунок 1**

Держите камеру или попросите кого-либо подержать ее на расстоянии примерно 2 футов (0,6 метра) от вашего лица. Смотрите прямо в камеру. Ваш медицинский сотрудник должен видеть на снимке все ваше лицо (рисунок 1).

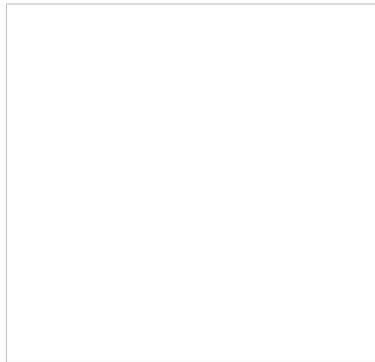


Рисунок 1.  
Фотография  
лица

---

## **Рисунок 2**

Поверните голову вниз так, чтобы вы смотрели в пол. Держите камеру или попросите кого-нибудь держать ее так, чтобы она была направлена на верхнюю часть вашей головы. Ваш медицинский сотрудник должен видеть на снимке всю верхнюю часть вашей головы (рисунок 2).

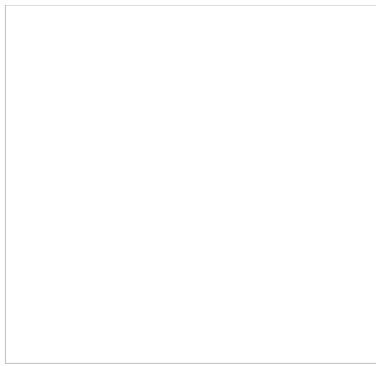


Рисунок 2.  
Фотография  
верхней части  
головы

---

### **Рисунок 3**

Поверните голову влево. Держите камеру или попросите кого-либо подержать ее на расстоянии примерно 2 футов (0,6 метра) от вашей головы. Ваш медицинский сотрудник должен видеть на снимке всю левую часть вашей головы (рисунок 3).

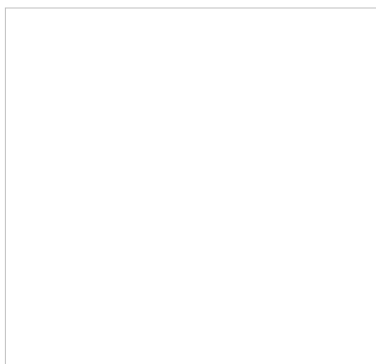


Рисунок 3.  
Фотография  
левой части  
головы

---

### **Рисунок 4**

Поверните голову вправо. Держите камеру или

попросите кого-либо подержать ее на расстоянии примерно 2 футов (0,6 метра) от вашей головы. Ваш медицинский сотрудник должен видеть на снимке всю правую часть вашей головы (рисунок 4).

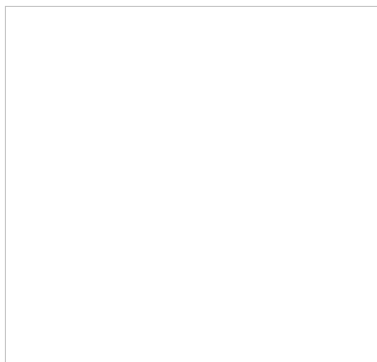


Рисунок 4.  
Фотография  
правой части  
головы

---

## **Рисунок 5**

Если вам никто не может помочь, возможно, вам придется установить штатив или подставку для камеры, чтобы сделать эту фотографию. Вам также нужно будет поставить камеру на автоспуск

Попросите кого-нибудь встать позади вас или встаньте перед штативом или подставкой для камеры, повернувшись к ней спиной. Поверните голову так, чтобы вы смотрели на потолок, и сфотографируйте заднюю часть головы. Ваш медицинский сотрудник должен видеть на снимке верхнюю и заднюю часть вашей головы (рисунок 5).

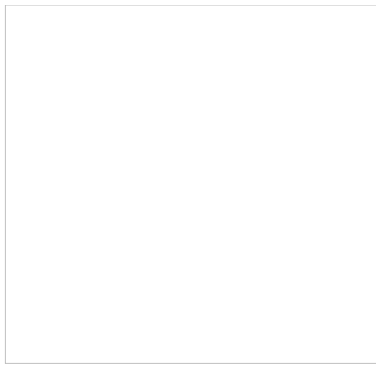


Рисунок 5.  
Фотография  
верхней части  
ГОЛОВЫ

---

## **Советы по фотосъемке**

Советы в это разделе помогут вам сделать более качественные фотографии для отправки вашему медицинскому сотруднику.

### **Подготовьте фон**

- Найдите место для съемки, чтобы на заднем плане не было беспорядка.
- Однотонный фон поможет камере сфокусироваться, чтобы фотографии получились более четкими.
  - Если у вас нет однотонного фона, вы можете повесить однотонную простынь или кусок ткани и встать перед ним.

### **Продумайте освещение**

- Установите штатив или подставку для камеры, если вы используете ее.
- Включите вспышку на камере. Вспышка обеспечит нужное вам освещение.
- Убедитесь, что свет падает прямо на область съемки. Если что-то загораживает свет, на фотографии могут появиться тени.
- Убедитесь, что вы или помогающий вам человек сможет держать камеру так, чтобы она не отбрасывала тень на область съемки.

## **Сделайте фотографию**

- Держите камеру параллельно фотографируемой области и точно наведите ее на эту область.
- Во время съемки удерживайте камеру неподвижно.
- При использовании телефона смотрите на фотографируемую область через экран. Коснитесь экрана, чтобы сфокусировать камеру.
- Когда будете готовы, сделайте фотографии. Не забудьте сфотографировать область со всех сторон, в соответствии с указаниями медицинского сотрудника.
- Просмотрите каждую фотографию и убедитесь, что они получились четкими. Если какая-то

фотография выглядит размытой или на ней не видно нужную область, сделайте новую фотографию. Не пытайтесь отредактировать фотографию.

## **Отправьте фотографии с помощью MyMSK**

Вы можете отправить фотографии своему медицинскому сотруднику с помощью MyMSK, портала для пациентов. Если у вас еще нет учетной записи на портале MyMSK, перейдите по ссылке [my.mskcc.org](https://my.mskcc.org) или позвоните по номеру 646-227-2593. Вы также можете позвонить своему врачу и получить идентификатор для регистрации. Для получения дополнительной информации посмотрите видеоролик *How to Enroll in MyMSK: Memorial Sloan Kettering's Patient Portal* (<https://sandbox18.mskcc.org/cancer-care/patient-education/video/how-enroll-mym-sk-patient-portal>).

### **Использование приложения MyMSK**

Чтобы отправить фотографии с помощью приложения MyMSK на вашем смартфоне или планшете, выполните следующее.

1. Сохраните фотографии на смартфоне или планшете.

2. Коснитесь значка приложения MyMSK. Войдите в вашу учетную запись MyMSK.
3. Коснитесь элемента «Messages» (Сообщения) в нижней части экрана.
4. Коснитесь элемента «New» (Новое) в верхнем правом углу экрана. Выберите «General Office Communication» (Связь с офисом). Если специалисты вашей медицинской бригады скажут вам использовать другой тип сообщения, воспользуйтесь их рекомендацией.
5. Коснитесь элемента «To (Office of)» (Кому (отделение)). Выберите имя вашего врача.
6. Коснитесь элемента «Subject» (Тема). Выберите «Questions about my treatment» (Вопросы о моем лечении). Если специалисты вашей медицинской бригады скажут вам указать другую тему, воспользуйтесь их рекомендацией.
7. Коснитесь значка «+» рядом с элементом «Add an Attachment» (Добавить вложение). Выберите «Photo» (Фотография). Коснитесь фотографий, чтобы приложить их к сообщению. Коснитесь элемента «Done» (Готово) в верхнем правом углу экрана.
  - С помощью MyMSK можно отправить только



определенное количество фотографий за один раз. Возможно, вам понадобится отправить несколько сообщений, чтобы переслать вашему медицинскому сотруднику все фотографии.

8. В текстовом поле введите сообщение для медицинского сотрудника. Когда сообщение будет готово, коснитесь значка в виде бумажного самолетика в правом верхнем углу экрана.

## **Использование веб-сайта MyMSK**

Чтобы отправить фотографии через портал MyMSK с помощью компьютера, сделайте следующее.

1. Сохраните фотографии на компьютере. Для этого вы можете, например, отправить электронное письмо самому себе с помощью телефона, открыть это письмо на компьютере и сохранить фотографии.
2. Откройте веб-браузер. Введите в адресной строке [my.mskcc.org](http://my.mskcc.org) и войдите в вашу учетную запись MyMSK.
3. На главной странице найдите область «Messages» (Сообщения). Щелкните «New Message» (Новое сообщение).
4. В меню «Compose New Message» (Создать новое сообщение) щелкните «Ask a general question»

(Задать общий вопрос). Если специалисты вашей медицинской бригады скажут вам использовать другой тип сообщения, воспользуйтесь их рекомендацией.

5. Щелкните «Type or select physician's name» (Ввести или выбрать имя врача). Выберите вашего медицинского сотрудника.
6. Щелкните «Subject» (Тема). Выберите «Questions about my Treatment» (Вопросы о моем лечении). Если специалисты вашей медицинской бригады скажут вам указать другую тему, воспользуйтесь их рекомендацией.
7. В текстовом поле введите сообщение для медицинского сотрудника.
8. Щелкните «Add attachment(s)» (Добавить вложения) под текстовым полем. Откройте папку с сохраненной фотографией и выберите фотографию. Затем нажмите кнопку «Open» (Открыть). Повторите этот шаг для каждой фотографии.
  - С помощью MyMSK можно отправить только определенное количество фотографий за один раз. Возможно, вам понадобится отправить несколько сообщений, чтобы переслать вашему медицинскому сотруднику все фотографии.

9. Когда сообщение будет готово, нажмите кнопку «Send» (Отправить).

Сообщения, которые вы отправляете с помощью MyMSK, шифруются. Это означает, что их не сможет увидеть никто, кроме специалистов вашей медицинской бригады центра MSK.

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.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

How to Take Pictures of Your Scalp for Your Healthcare Provider  
- Last updated on February 10, 2022

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center