

تعليم المريض / مقدم الرعاية

# كيف تلتقط الصور لجلدك لإرسالها إلى مقدم الرعاية الصحية

تساعدك هذه المعلومات في التقاط الصور لجلدك أو الجرح أو الخال أو الشق الجراحي. وهي توضح كيفية إرسالها إلى مقدم الرعاية الصحية.

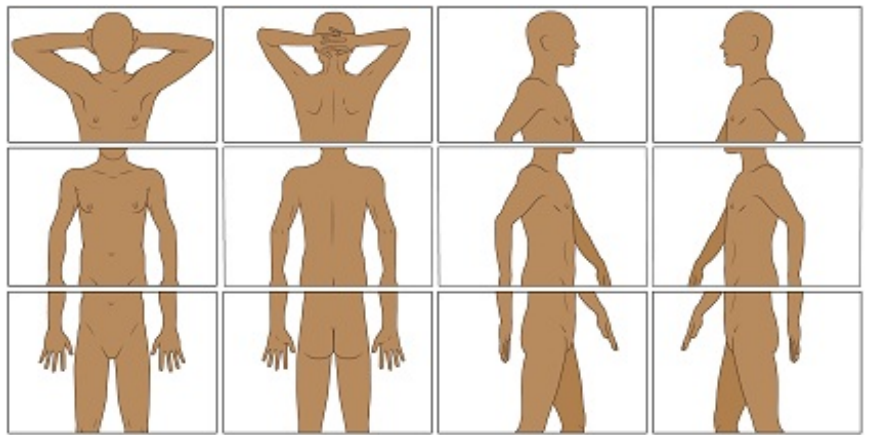
حيث إن إرسال صور واضحة يساعد مقدم الرعاية الصحية في التعرف على مستوى تعافيك. وستوضح كذلك ما إذا كانت هناك أي مشكلات في هذا الموضوع. قد تحتاج إلى شخص لمساعدتك في التقاط هذه الصور.

## التقاط الصور من 3 زوايا مختلفة

التقط الصور من 3 زوايا مختلفة. حيث يساعد ذلك مقدم الرعاية الصحية على رؤية ومعرفة حجم الجزء.

### الصورة 1

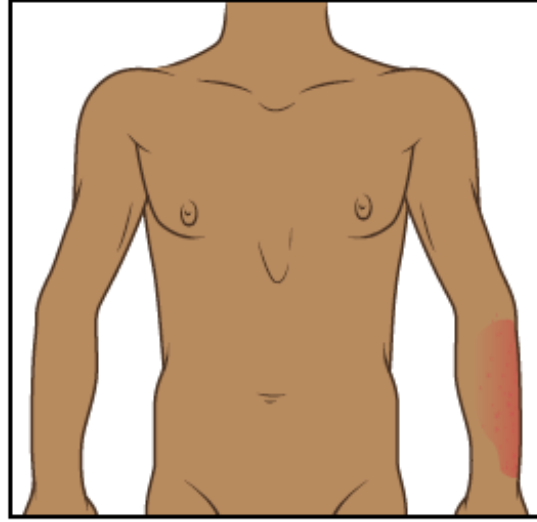
بالنسبة للصورة الأولى، قم بإعداد الكاميرا أو اطلب من شخص آخر حمل الكاميرا على مسافة 4 أقدام تقريبًا (1.2 متر) منك. يجب أن يتمكن مقدم الرعاية الصحية من رؤية الجزء من الجسم الذي تلتقط له صورة كالملا.



الشكل 1. أمثلة على صور تم التقاطها من مسافة 4 أقدام

فيمًا يلي بعض الأمثلة على الشكل الذي تبدو عليه الصورة حسب الجزء من الجسم الذي يتم تصويره (انظر الشكل 1).

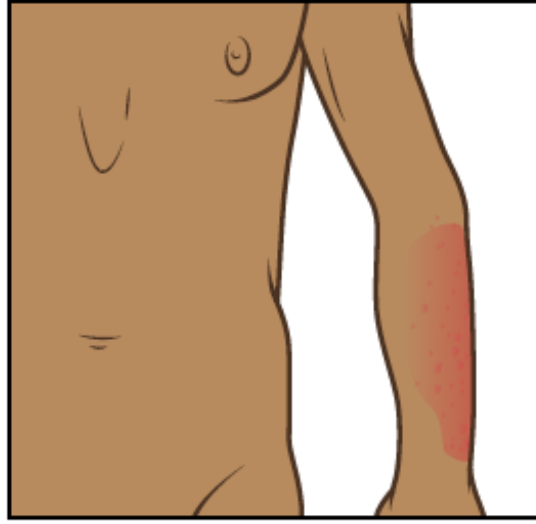
على سبيل المثال، إذا كنت ترغب في إظهار الطفح الجلدي على ساعدك لمقدم الرعاية الصحية، فالتقط صورة للجزء العلوي من جسمك بالكامل (انظر الشكل 2).



الشكل 2. صورة للجزء العلوي من الجسم من مسافة 4 أقدام

## الصورة 2

بالنسبة لهذه الصورة، قم بإعداد الكاميرا أو اطلب من شخص آخر حمل الكاميرا على مسافة قدمين (0.6 متر) تقريبًا منك. يجب أن يتمكن مقدم الرعاية الصحية من رؤية الجزء من الجسم الذي تلتقط له صورة كالمثل ولكن من مسافة أقرب. على سبيل المثال، إذا كان الطفح الجلدي موجودًا على ساعدك، فيجب أن تُظهر الصورة ساعدك ورسغك (انظر الشكل 3).



الشكل 3. صورة للجزء العلوي من الجسم من مسافة قدمين

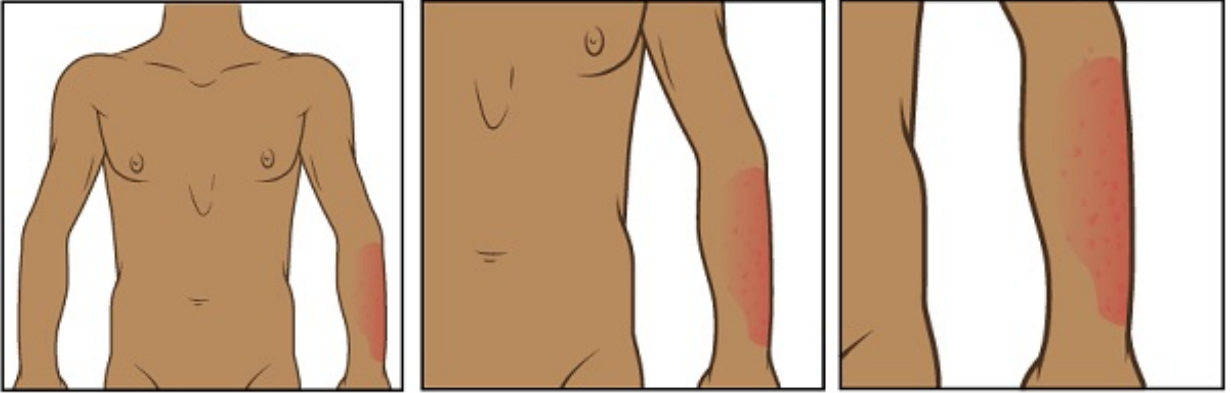
### الصورة 3

بالنسبة للصورة الأخيرة، قم بإعداد الكاميرا أو اطلب من شخص آخر حمل الكاميرا على مسافة 1.5 قدم (نصف متر) تقريبًا منك. يجب التقاط هذه الصورة من أقرب مسافة ممكنة إلى الجزء المعني. ومع ذلك ينبغي التركيز عليه حتى يتسنى لمقدم الرعاية الصحية رؤية نسيج المنطقة (انظر الشكل 4). إذا كنت تلتقط الصور بهاتف ذي شاشة لمس، فقد يكون من المفيد النقر على الشاشة لضبط بؤرة الكاميرا.



الشكل 4. صورة للجزء العلوي من الجسم من مسافة 1.5 قدم

بعد الانتهاء من ذلك، يجب عليك التقاط الصور من 3 زوايا مختلفة وإرسالها إلى مقدم الرعاية الصحية (انظر الشكل 5).



الشكل 5. الصور من 3 زوايا مختلفة

## نصائح لالتقاط الصور

تساعدك النصائح الواردة في هذا القسم في التقاط صور أفضل لإرسالها إلى مقدم الرعاية الصحية.

## إعداد الخلفية

- اختر مكانًا لالتقاط الصورة يخلو من أي عناصر تشويش أو فوضى.
- تساعد الخلفية ذات اللون الواحد على ضبط بؤرة الكاميرا حتى تكون الصور واضحة.
- وإذا لم تكن لديك خلفية ذات لون واحد، فيمكنك تعليق ملاءة سرير أو قطعة قماش ذات لون واحد والوقوف أمامها.

## التخطيط للإضاءة

- قم بإعداد الحامل الثلاثي أو حامل الكاميرا إذا كنت تستخدمه.
- قم بتشغيل فلاش الكاميرا. حيث يعطيك الفلاش الإضاءة المطلوبة.
- تأكد أن الإضاءة تسطع مباشرةً على الجزء الذي تلتقط له الصورة. إذا أعاق أي جسم الضوء الصادر، فقد يسبب ذلك ظهور الظلال في الصورة.
- احرص أنت أو الشخص الذي يساعدك على حمل الكاميرا، بحيث لا تلقي بظلالها على الجزء الذي تلتقط له الصورة.
- إذا طلب منك مقدم الرعاية الصحية قياس الجزء، فضع شريط قياس أو مسطرة بالقرب من الجزء الذي تلتقط الصورة له. ولا تدع شريط القياس يلمس هذا الجزء، لا سيما إذا كان جرحًا أو شقًا جراحيًا مفتوحًا.

## التقاط الصورة

- احمِل الكاميرا بشكل مسطح وقم بتوجيهها مباشرةً على الجزء الذي ترغب في التقاط الصورة له.
- ثبتت الكاميرا أثناء التقاط الصورة.
- إذا كنت تستخدم هاتفك، فانظر إلى الجزء الذي تلتقط الصورة له على الشاشة. انقر على الشاشة لضبط البؤرة.

- التقط الصور عندما تكون مستعدًا. تذكر التقاط الصور من جميع الزوايا التي طلبها مقدم الرعاية الصحية.
- افحص كل صورة للتحقق من وضوحها. إذا كانت أي صورة تبدو مشوشة أو لا تعرض الجزء المقصود، فأعد التقاط الصورة. لا تحاول تعديل الصورة.

## إرسال الصور باستخدام MSK MyChart

إذا لم يكن لديك حساب على MSK MyChart، فيرجى زيارة [mskmychart.mskcc.org](http://mskmychart.mskcc.org)، أو الاتصال على رقم 2593-227-646، أو الاتصال بعيادة طبيبك. وقد تحتاج لإرسال أكثر من رسالة لمشاركة الصور مع جميع مقدمي الرعاية الصحية لطفلك.

### استخدام موقع MSK MyChart

إرسال الصور باستخدام موقع MSK MyChart على الكمبيوتر:

1. احفظ صورك على جهاز الكمبيوتر الخاص بك. ويمكن القيام بذلك عن طريق استخدام هاتفك لإرسال الصور بالبريد الإلكتروني إلى حسابك، وفتح البريد الإلكتروني على جهاز الكمبيوتر، ثم حفظ الصور.
2. افتح متصفح الإنترنت. اكتب [mskmychart.mskcc.org](http://mskmychart.mskcc.org) وسجّل الدخول إلى حسابك على MSK MyChart.
3. انقر فوق "Messages" (الرسائل) في الصفحة الرئيسية.
  - ويمكنك أيضًا النقر فوق "Menu" (القائمة) أعلى اليسار.
  - مرر للأسفل إلى Communication (التواصل) وحدد "Messages" (الرسائل).
4. انقر فوق "Send a message" (إرسال رسالة).

5. ستظهر نافذة جديدة. انقر فوق "Ask a medical question" (توجيه سؤال طبي).
6. انقر فوق "Brief medical question" (سؤال طبي موجز). إذا طلب منك فريق الرعاية الصحية استخدام موضوع مختلف، فاختر ذلك الموضوع.
7. اختر الطبيب وفريق الرعاية اللذين تريد إرسال الرسالة إليهم.
8. انقر فوق "Subject" (الموضوع) وأدخل سبب إرسال الرسالة.
9. انقر فوق "Enter your message..." (أدخل رسالتك...) واكتب رسالة إلى فريق الرعاية الصحية الخاص بك.
10. انقر فوق "Attach" (إرفاق). افتح المجلد، حيث تم حفظ صورك وانقر فوق صورتك. ثم انقر فوق زر "Open" (فتح). كرر هذه الخطوة لكل صورة.
- تتيح لك بوابة MSK MyChart فقط إرسال عدد معين من الصور في كل مرة. وقد تحتاج لإرسال أكثر من رسالة لمشاركة الصور مع جميع موفري الرعاية الصحية لك.
11. عندما تكون رسالتك جاهزة، انقر فوق زر "Send" (إرسال).

## استخدام تطبيق MSK MyChart

لإرسال الصور باستخدام تطبيق MSK MyChart على الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي:

1. تأكد من حفظ الصور على هاتفك الذكي أو جهازك اللوحي.
2. اضغط على رمز تطبيق MSK MyChart. سجّل الدخول إلى حسابك على MSK MyChart.
3. اضغط على "Messages" (الرسائل) في الشاشة الرئيسية.

○ ويمكنك أيضًا تحديد "Menu" (القائمة) أعلى اليسار. في تطبيق MSK MyChart للأجهزة المحمولة، تظهر "Menu" (القائمة) على هيئة 3 خطوط أعلى يسار الشاشة.

○ مرر للأسفل إلى Communication (التواصل) وحدد "Messages" (الرسائل).

4. اضغط على "Send a message" (إرسال رسالة).

5. اضغط على "Ask a medical question" (توجيه سؤال طبي).

6. اضغط على "Brief medical question" (سؤال طبي موجز). إذا طلب منك فريق الرعاية الصحية استخدام موضوع مختلف، فاختر ذلك الموضوع.

7. اختر الطبيب وفريق الرعاية اللذين تريد إرسال الرسالة إليهم.

8. اضغط على "Subject" (الموضوع) وأدخل سبب إرسال الرسالة.

9. اضغط على "Enter your message..." (أدخل رسالتك...) واكتب رسالة إلى فريق الرعاية الصحية الخاص بك.

10. اضغط على "Attach" (إرفاق) أسفل الشاشة. اختر "Photo" (صورة).

اضغط على الصور لإرفاقها بالرسالة. اضغط على "Done" (تم) في الركن العلوي الأيمن من الشاشة.

○ تتيح لك بوابة MSK MyChart فقط إرسال عدد معين من الصور في كل مرة. وقد تحتاج لإرسال أكثر من رسالة لمشاركة الصور مع جميع موفري الرعاية الصحية لك.

1. عندما تكون الرسالة جاهزة، اضغط على "Send" (إرسال) في الركن العلوي الأيمن من الشاشة.

يتم تشفير الرسائل التي تُرسلها عن طريق حساب MSK MyChart. وهذا يعني أنه لن يكون بوسع أي شخص رؤيتها إلا فريق الرعاية في مركز ميموريال سلون كيترينج (MSK).

إذا كانت لديك أسئلة أو شواغل، فاتصل بمقدم الرعاية الصحية الخاص بك. سيرد عليك أحد أعضاء فريق الرعاية الصحية الخاص بك أيام الاثنين إلى الجمعة من الساعة 9 صباحًا حتى الساعة 5 مساءً وبخلاف هذه الأوقات، يمكنك ترك رسالة أو التحدث مع أحد مقدمي الرعاية الآخرين في مركز MSK. يتواجد دومًا طبيب مُناوب أو ممرضة مُناوبة. إذا لم تكن متأكدًا بشأن كيفية الوصول إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك، فاتصل بهاتف رقم 2000-639-212.

لمزيد من الموارد، يُرجى زيارة الموقع الإلكتروني [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe) للبحث في مكتبتنا الإلكترونية.

How to Take Pictures of Your Skin for Your Healthcare Provider - Last updated on April 28, 2026

جميع الحقوق مملوكة ومحفوظة لمركز Memorial Sloan Kettering لعلاج السرطان