

患者及照护者教育

如何拍摄显示皮肤、活动范围和口腔的照片

本信息介绍了如何拍摄显示您皮肤、口腔和活动范围的照片。您的活动范围是指您可以移动身体部分的程度。还介绍了如何使用 MSK MyChart 将这些照片发送给您的医疗团队。MSK MyChart 是 MSK 的患者门户网站

请人代为拍摄这些照片会很有帮助。

拍摄照片时：

- 站在纯色背景前。
- 打开相机闪光灯。
- 将您要拍摄的身体部位置于画面中心。
- 确保相机对焦。如果您使用的是智能手机，请点击屏幕对焦。
- 如果使用的是 iPhone，请关闭实况照片功能。实况照片功能关闭时，您将看到此图标：

请阅读 [与医疗保健提供者分享所拍摄照片的技巧](http://www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider) (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/tips-taking-pictures-share-your-healthcare-provider)，了解更多信息。

如何拍摄皮肤的照片

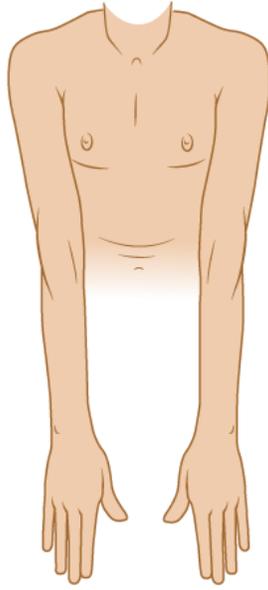
拍摄这些照片时可以穿内衣。建议穿着能尽可能少遮住皮肤的款式。

面部



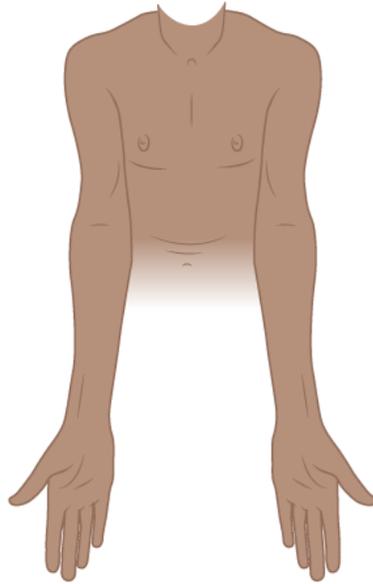
拍摄面部照片。

手臂正面和手背



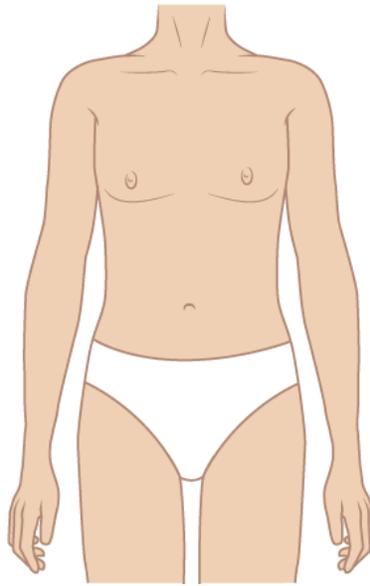
拍摄手臂正面和手背的照片。

手臂背面和手心



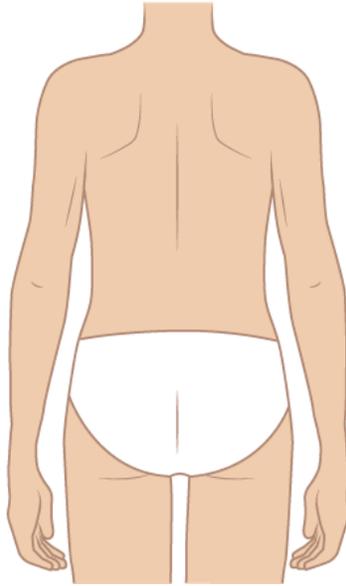
拍摄手臂背面和手心的照片。

躯干正面



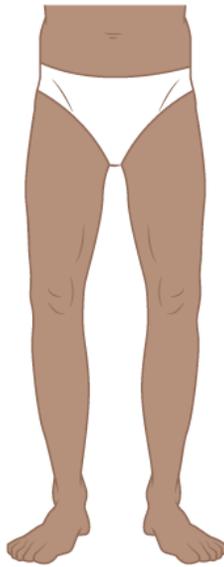
拍摄躯干正面的照片。

躯干背面



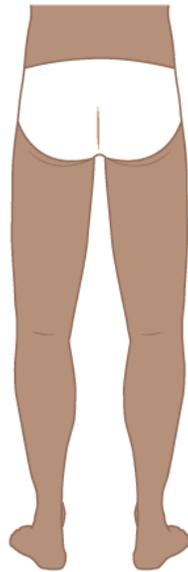
拍摄躯干背面的照片。

腿部正面



拍摄从臀部到脚部的腿部正面照片。

腿部背面

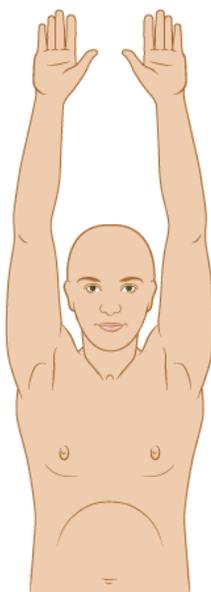


如何拍摄活动范围的照片

建议脱掉覆盖拍照部位的衣服。这有助于医疗团队更清楚地观察您的活动范围。还可以让他们检查您的皮肤。

肩部

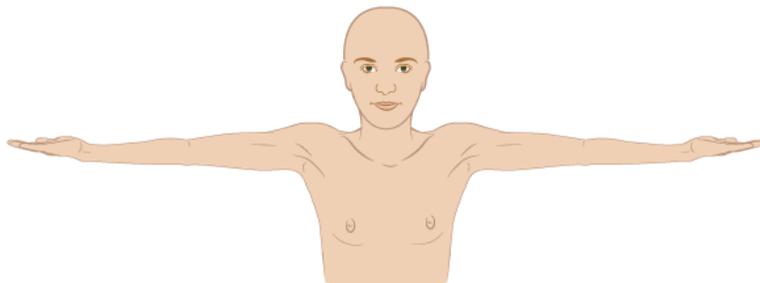
1. 将双臂举过头顶，手掌朝前。保持手肘伸直。
2. 将手臂尽量靠近耳朵。
3. 给该姿势拍照。



拍摄手臂举起程度的照片。

肘肘

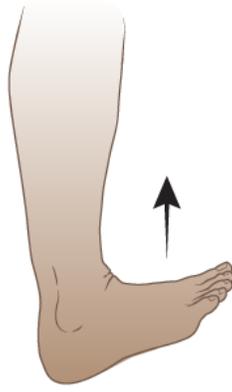
1. 双臂向两侧伸展，手掌朝上。
2. 尽可能将手肘伸直。
3. 给该姿势拍照。如果可以，请让两只手臂都入镜。



拍摄手肘伸直程度的照片。

脚踝

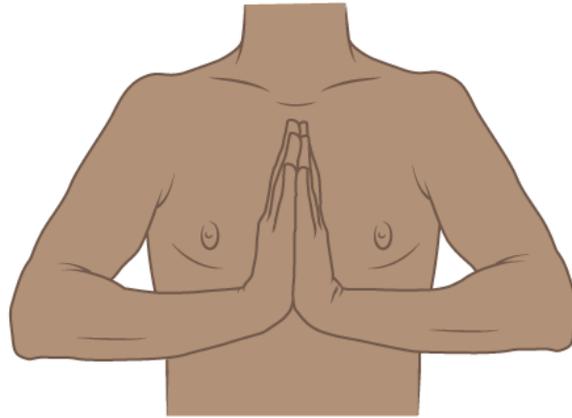
1. 脚尖指向前方。
2. 将脚部向小腿方向弯曲。
3. 给该姿势拍照。
4. 换另一只脚重复。



拍摄脚踝弯曲程度的照片。

手腕和手指

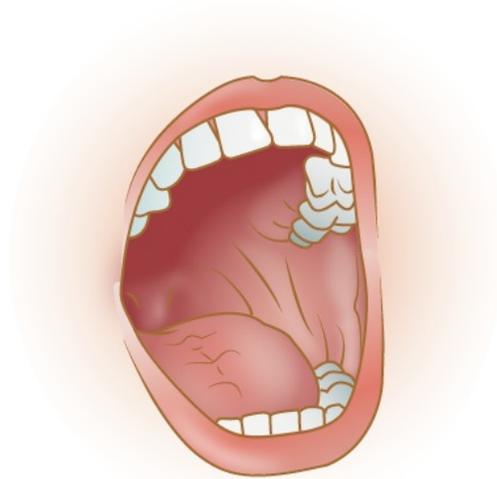
1. 将手掌合在一起。
2. 抬起手肘，直至与地面平行。手掌应尽量并拢。
3. 给该姿势拍照。



拍摄手腕弯曲程度的照片。

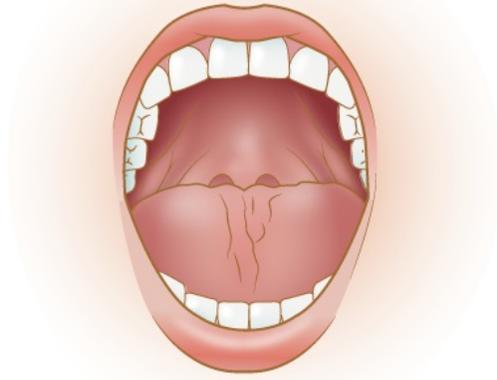
如何拍摄口腔内部的照片

口腔左侧



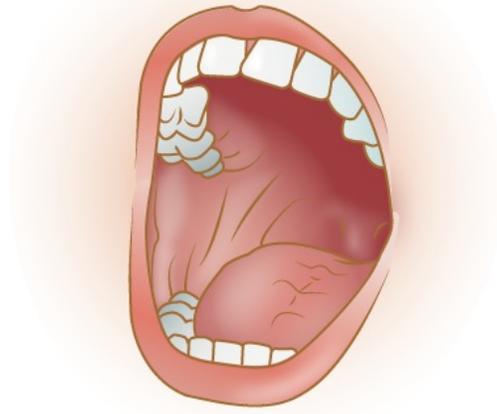
拍摄口腔内部左侧的照片。

口腔后部



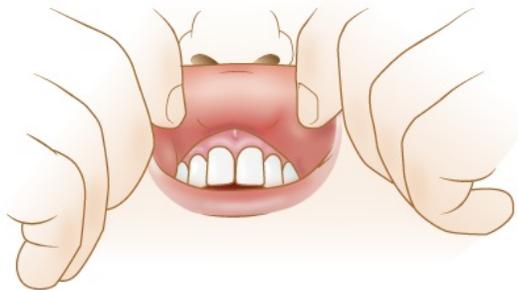
拍摄口腔后部的照片。

口腔右侧



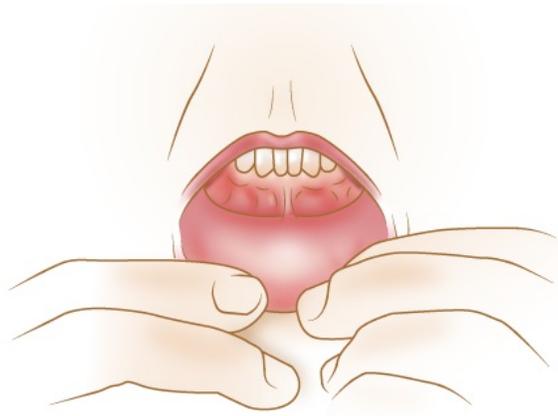
拍摄口腔内部右侧的照片。

上唇



拍摄上唇内侧的照片。

下唇



拍摄下唇内侧的照片。

如何使用 MSK MyChart 将您的照片发送给医疗保健提供者

如果您没有 MSK MyChart 帐户，请访问 mskmychart.mskcc.org，拨打 646-227-2593，或致电您的医生办公室。您也许需要传送多条消息，分享给您的医疗保健提供者。

使用 MSK MyChart 网站

使用电脑上的 MSK MyChart 发送照片：

1. 将照片保存到电脑中。为此，您可以使用您的手机将照片通过电子邮件发送给自己，在电脑上打开电子邮件，然后保存照片。
2. 打开您的浏览器。输入 mskmychart.mskcc.org 并登录您的 MSK MyChart 帐户。
3. 点击主页上的“消息”。
 - 此外，您还可以点击左上角的“菜单”。
 - 向下滚动到“通信”，然后选择“消息”。
4. 点击“发送消息”。
5. 此时将显示一个新窗口。点击“询问医疗问题”。
6. 点击“简要医疗问题”。如果医疗团队告知您要使用其他主题，请选择该主题。
7. 选择要向其发送消息的医生和医疗团队。
8. 点击“主题”，输入您发送消息的原因。
9. 点击“输入消息...”，写下给医疗团队的消息。
10. 点击“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。
 - MSK MyChart 每次只能让您传送特定数量的照片。您也许需要传送多条消息，分享给您的医疗保健提供者。
11. 当您的消息准备好后，点击“发送”按钮。

使用 MSK MyChart 应用程序

使用智能手机或平板电脑上的 MSK MyChart 应用程序发送照片：

1. 确保照片保存在您的智能手机或者平板电脑上。
2. 点击 MSK MyChart 应用程序图标。登录 MSK MyChart 帐户。
3. 点击主屏幕上的“消息”。
 - 您也可以选择左上角的“菜单”。在 MSK MyChart 手机应用程序中，左上角的三条横线图标代表“菜单”。
 - 向下滚动到“通信”，然后选择“消息”。
4. 点击“发送消息”。
5. 点击“询问医疗问题”。

6. 点击“简要医疗问题”。如果医疗团队告知您要使用其他主题，请选择该主题。
7. 选择要向其发送消息的医生和医疗团队。
8. 点击“主题”，输入您发送消息的原因。
9. 点击“输入消息…”，写下给医疗团队的消息。
10. 点击屏幕底端的“添加附件”。选择“照片”。点击要附加到您消息中的照片。点击您屏幕右上角的“完成”。
 - MSK MyChart 每次只能让您传送特定数量的照片。您也许需要传送多条消息，分享给您的医疗保健提供者。
11. 消息准备就绪后，点击屏幕右下角的“发送”。

使用 MSK MyChart 发送的消息会进行加密。这就意味着除了您的 MSK 医疗团队外，没人可以看见他们。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。医疗团队成员将在周一至周五上午 9:00 至下午 5:00 给与回复。如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。随时有值班医生或护士为您提供帮助。如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

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

How to Take Pictures Showing Your Skin, Range of Motion, and Mouth - Last updated on April 30, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利

上次更新时间

四月 30, 2026

Learn about our [Health Information Policy](#).

请告诉我们您的想法

请告诉我们您的想法

您的反馈有助于我们改进所提供的教育信息。您的医疗团队将无法看到您在本反馈表中填写的任何内容。请勿通过反馈表表达您的医疗需求。如果您对自己接受的医疗服务有任何疑问，请联系您的医疗保健提供者。

我们会阅读所有反馈，但不会回答任何问题。请勿在本反馈表中填写您的姓名或任何个人信息。

该信息是否易于理解？

- 是
- 尚可
- 否

我们应该更清楚地解释哪些方面？

请勿输入您的姓名或任何个人信息。

提交