

Fotografierea rănii dvs.

De ce ar trebui să faceți o fotografie a rănii dvs.



Motive clinice

- **Un clinician (medic / asistent medical / cadru medical) poate solicita o fotografie** pentru a-l ajuta să evalueze mai rapid rana dvs. și să vă ofere recomandarea sau tratamentul corect / cel mai potrivit pentru dvs.
- **Este posibil să vi se ceară să faceți o serie de fotografii**, o înregistrare a modului în care evoluează rana, astfel încât să se poată monitoriza evoluția acesteia.
- **Fotografiile ajută la continuitatea îngrijirii** - în cazul în care trebuie să consultați un alt clinician.
- **O fotografie poate ajuta la monitorizare în caz de deteriorare** - prin îndrumare către persoana potrivită sau primirea unui tratament mai rapid.



Motive personale

- **Liniște sufletească** - existența unei fotografii sau a unei serii de fotografii vă poate oferi liniște sufletească.
- **Progresul rănilor** - puteți observa progresul și înțelege mai bine ce se întâmplă cu rana dumneavoastră.
- **Mai convenabil** - poate fi, de asemenea, mai convenabil, deoarece nu trebuie să vă deplasați la clinică sau la cabinetul medical.



Cum să obțineți cea mai bună fotografie posibilă

- **Asigurați-vă că expune ceea ce trebuie să vadă clinicianul** - dimensiunea rănii, unde se află, cum arată.
- **Asigurați-vă că rana se află în centrul** fotografiei.
- **Fiți atenți la fundalul pe care îl alegeți** - un fundal simplu și neutru este cea mai bună alegere.
- **Acoperiți orice zonă sensibilă** și fiți atenți la ceea ce s-ar putea afla pe fundal.
- **Folosiți lumină naturală, dacă este posibil**, încercați să evitați lumina puternică a soarelui sau luminile puternice, deoarece acestea pot crea umbre sau pot face ca rana să pară plată. Dacă aveți la dispoziție o perdea de plasă, aceasta poate fi utilă pentru a dispersa lumina.
- **Asigurați-vă că fotografia este focalizată** și că rana nu este neclară.
- **Rugați pe altcineva să o facă** dacă nu puteți singur.
- **Constanța este cheia**, dacă faceți o serie de fotografii de-a lungul timpului, încercați să folosiți aceeași sursă de lumină, în același loc și la aceeași oră în fiecare zi.



Salvarea și trimiterea fotografiilor

Trimiteți fotografiile numai așa cum v-a cerut profesionistul din domeniul sănătății, menționând data la care au fost făcute. În caz de neclarități, întrebați profesionistul care solicită fotografia.

Unele dispozitive salvează fotografiile online (în cloud). Puteți stoca fotografiile medicale separat pentru a vă proteja intimitatea.

REȚINEȚI:

Orice fotografie este mai bună decât nimic. Nu vă faceți griji dacă nu este perfectă!



Cinci sfaturi practice pentru a face o fotografie bună răii dvs.

Aruncați o privire la aceste sfaturi și sugestii pentru a vă ajuta să faceți o fotografie a răii dumneavoastră. Scopul este de a obține o fotografie clară și bine focalizată. Încercați să faceți viitoarele fotografii în aceeași cameră, cu același fundal și iluminare, pentru a putea observa mai ușor schimbările de la nivelul răii.

- 1 Păstrați fundalul ordonat**, astfel încât rana să fie clar vizibilă. Cel mai bine este să folosiți un fundal simplu, cu iluminare naturală, dacă este posibil.



- 4 Faceți fotografii din unghiuri diferite** pentru a evidenția orice zone ridicate sau adâncimea răii.



- 2 Mutați obiectele care distrag atenția** precum bijuteriile, astfel încât imaginea să se concentreze pe rana dumneavoastră.



- 5 Faceți fotografii de la distanță și apoi apropiați-vă.** În mod ideal, ar trebui să fie clar unde se află rana, în special dacă aveți mai multe răni pe corp.



- 3 Faceți fotografia de sus.**



Pentru mai multe informații, scanați acest cod QR sau vizitați nationalwoundcarestrategy.net/nwcsp-publications-and-resources

