

Jak zmierzyć temperaturę w jamie ustnej



POMIAR TEMPERATURY

1. Końcówkę czystego termometru należy umieścić pod językiem.
2. Należy zaczekać około minuty. Po zakończeniu pomiaru niektóre termometry emitują sygnał dźwiękowy.
3. Należy zapisać swoją temperaturę.
4. Termometr należy oczyścić.



NALEŻY ODCZEKAĆ

Przed zmierzeniem temperatury po jedzeniu lub piciu należy odczekać co najmniej 15 minut.



KONTAKT Z LEKARZEM

Z lekarzem należy skontaktować się w przypadku gorączki wynoszącej 38° C (100,4° F) lub wyższej. Wskazanie może być uzyskanie opieki medycznej.



OCZYSZCZANIE TERMOMETRA

Termometr należy oczyścić przed i po użyciu alkoholem lub letnią wodą z mydłem, a następnie spłukać zimną wodą. Należy go wytrzeć do sucha czystą szmatką lub pozostawić do wyschnięcia na powietrzu.



NALEŻY ZAPYTAĆ LEKARZA

Należy zapytać swojego lekarza, jak zmierzyć temperaturę u dzieci poniżej 5 roku życia.