

POMIARY TEMPERATURY

Temperatura ciała to **indywidualna cecha**, zależna od naszych predyspozycji, płci i innych szczególnych warunków (stres, aktywność fizyczna, dieta, emocje, itp.).

Zasadniczo **temperatura ciała powyżej 37,5°C oznacza gorączkę**.

Gorączka to dolegliwość, która jest jednocześnie potrzebnym „ostrzeżeniem”, że w naszym organizmie dzieje się coś niepokojącego.

Właściwy pomiar temperatury stanowi zatem **cenną wskazówkę dla całej rodziny** i ułatwia przeprowadzenie odpowiedniej diagnozy.

Optymalny proces pomiaru temperatury musi spełniać dwa warunki: **szybkość i dokładność**. Szybkość pomiaru zależy od użytej technologii (rtęć, technologia cyfrowa, podczerwień), podczas gdy na dokładność znaczny wpływ mają czynniki zewnętrzne, właściwe dla każdego miejsca pomiaru:

1. CZOŁO: termometr dotyka ciała lub znajduje się w odległości kilku centymetrów

Zalety: metoda nieinwazyjna, higieniczna, pomiar trwa zaledwie kilka sekund.

Wady: możliwy wpływ potu, makijażu, temperatury otoczenia lub nagłej zmiany temperatury.

2. JAMA USTNA: termometr wsuwany pod język

Zalety: wygodna, nieco inwazyjna.

Wady: niehigieniczna, trudna, zależna od oddechu, gorącego/zimnego posiłku, miejscowych stanów zapalnych.

3. OBSZAR REKTALNY: termometr wsuwany do odbytnicy.

Zalety: niewielka zależność od czynników zewnętrznych.

Wady: dyskomfort, metoda inwazyjna, niehigieniczna, ryzyko zmian patologicznych.

4. UCHO: sonda termometru wsuwana do ucha

Zalety: metoda lekko inwazyjna, higieniczna, pomiar trwa zaledwie kilka sekund

Wady: możliwy wpływ niewłaściwego umiejscowienia i (lub) skierowania sondy pomiarowej termometru.

5. OKOLICA PACHY: termometr wsuwany pod pachę

Zalety: metoda nieinwazyjna, higieniczna, łatwy dostęp po miejsca pomiaru.

Wady: powolny pomiar, dyskomfort.

