

## Измерение температуры у ребенка

Когда ребенок болен, первое, что может спросить вас врач: «Какая у него температура, и как вы ее измеряли?» Существует большое разнообразие термометров и способов измерения температуры у ребенка, поэтому важно знать, какие из них рекомендуются для каждого возраста.

Простые цифровые термометры — хороший выбор. Они точные, быстрые, простые в применении, недорогие и могут быть использованы для измерения температуры различными способами: в заднем проходе (ректально), во рту (перорально) или под мышкой. Примечание. Ректальный термометр не должен использоваться для измерения температуры другими методами.



### Дети младше 3 месяцев

Ректальный метод является наиболее надежным для младенцев. Если вашему ребенку меньше 3 месяцев и у него температура 38 °C или выше, немедленно обратитесь к врачу. Таких маленьких детей необходимо проверять на наличие инфекции или заболевания.

Для измерения ректальной температуры: помойте термометр и ополосните его холодной водой. Нанесите на кончик вазелин. Положите ребенка на спину с согнутыми коленями или на живот. Удерживая ребенка в неподвижном состоянии, вставьте термометр в задний проход на глубину 1–2 см. Оставьте его до тех пор, пока не прозвучит сигнал, после чего извлеките для считывания показаний.

### Дети младше 4 лет

Активные дети более старшего возраста могут оказывать сопротивление при измерении температуры ректальным методом. Другой способ — это измерение температуры под мышкой, но этот метод является менее точным. Температура под мышкой может быть на 2 градуса ниже, чем внутренняя ректальная температура.

Для измерения температуры под мышкой: снимите с ребенка рубашку. Убедитесь в том, что у ребенка под мышкой сухо. Прижмите кончик термометра к подмышечной впадине. Ребенок должен плотно прижимать термометр рукой. После того как прозвучит сигнал, извлеките термометр для считывания показаний.

### Дети старше 4 лет

У детей более старшего возраста измерение температуры во рту дает точные результаты, если температура измерена правильно (ребенок должен быть способен держать термометр во рту достаточно долго для получения показаний).

Для измерения оральной температуры: помойте термометр и ополосните его холодной водой. Поместите кончик под язык ребенка, ближе к задней части ротовой полости. Оставьте его до тех пор, пока не прозвучит сигнал, после чего извлеките для считывания показаний.

В случае возникновения вопросов или сомнений проконсультируйтесь с врачом.

### Другие средства для измерения температуры у ребенка

- Ушные термометры быстры и удобны, но сложны в применении.
- Инфракрасные термометры предназначены для измерения температуры на лбу. Они надежные, но более дорогие.
- Пластыри-термометры и пустышки-термометры не рекомендуются Американской академией педиатрии.