

如何在腋下测量体温

1 体温计的尖端置于您的腋窝中央。



使体温计的尖端朝上，并向上推。



2 调整体温计的角度，与您的上身保持约30度的夹角，使其牢固地夹在您的腋窝里。



让您的胳膊紧紧贴住身体，肘部紧贴腰侧，手心朝上，夹紧腋窝。同时用您的另一只手轻轻压住您的肘部，使其贴近腰侧。



3 要获得平衡温度，使用水银或者实测式体温计时，请保持静止不动至少10分钟。使用预测式体温计时，请保持静止不动直到体温计发出蜂鸣为止（平均20秒或者30秒）。

测量之前的注意事项

请勿在饮食、运动、入浴或从户外回来30分钟内测量体温。
请务必在测量之前将腋窝的汗擦拭干净。（特别对于经常出汗的小孩而言，要尤其注意这一点。）

测量时的注意事项

测量的时候，应保持身体静止不动。
如果您在测量完成之前取走体温计，则需重新测量。

测量时间

不同的体温计有不同的测量方法，测量时间取决于体温计的测量方法。
若需使用预测式体温计进行实测时，需至少10分钟来测量。