

## 口での検温方法

1 舌の裏の奥にあるスジのすぐ横に体温計の先端をあてます。



舌下のいちばん奥にある舌小帯の両側が正しい位置です。  
ここに体温計の先端があたるようにして差し入れ、口をしっかりと閉じます。



2 平衡温になるまでしっかりと閉じます。  
(平衡温になるまで、水銀体温計や実測式の体温計なら約5分以上、予測式なら電子音が鳴るまでじっとしています。)



- ・測温部が動かないように、体温計を指で支えてください。
- ・測定中は口を開けず、鼻で呼吸してください。(会話も避けてください)

### 測る前の注意

飲食や入浴、運動などをした後および外出後の30分間は検温に適しませんので避けてください。

### 検温中の注意

検温中は動かず、じっとしているのが基本です。

### 測定時間

体温計によって測定方式が異なるため、測定時間も違います。