

為您的嬰兒測量體溫

1. 我應該在什麼時候給嬰兒測量體溫？

- 當嬰兒的慣常行為有改變：
- 嬰兒比平常更加嗜睡，較不活躍，或肌肉張力變小。
- 嬰兒比平常更煩躁不安或更愛使性子。
- 嬰兒不餓或不如平常吃得多。
- 嬰兒的身體較平常暖或者涼。
- 嬰兒的面色呈緋紅或通紅，非常蒼白或斑駁 (看似大理石)。

2. 我應該用什麼來給嬰兒測量體溫？

使用基本的數位體溫計，這在任何藥房不用 \$10.00 就能買到，大部分都可使用於直腸，口部或腋下。絕不要使用玻璃或水銀體溫計，並應將它們妥善處置。

3. 我應該以什麼方式給嬰兒測量體溫？

- 初生至 3 個月大的嬰兒：AAP 建議測量肛溫。
- 3 個月至 3 歲大的嬰兒：可通過直腸、腋下 (手臂內側) 或耳內 (需要特別的體溫計) 測量體溫。

4. 如何給我的嬰兒測量體溫？

測量肛溫：

- 以外用酒精或肥皂和水清潔體溫計的末端，用溫水沖洗並擦乾。在末端塗抹少量的潤滑劑如凡士林。
- 讓嬰兒肚子朝下躺在您的大腿上。把您的手掌靠在嬰兒的腰背，把他抱住。或者，讓嬰兒仰臥，把他的腿彎曲至胸口。用您沒有抓東西的那隻手壓在他的大腿背面。
- 用您的另一隻手打開體溫計，插入肛門 ½ 至 1 吋 (注意不要插得太深)。用 2 根手指輕輕地握住體溫計，您的手要一直托住嬰兒屁股。當體溫計發出嗶聲，把它取出並查閱讀數。
- 重新清潔。給體溫計貼上標籤，以免不慎用於口中。

測量腋溫：

- 打開體溫計並把較小的一端放在嬰兒的腋下。確保體溫計只接觸到皮膚而非衣物。
- 輕輕按住嬰兒的手臂，直到體溫計發出嗶聲。

5. 通知嬰兒的醫療提供者，要是探得肛溫超過 100 度，腋溫超過 99.6 度，或者 97 度以下的低溫。