

熱の測り方



子どもの身体に異常を感じた時に体温を測ることは大切なことです。ただでさえじっとしているのがむずかしい幼児が熱を出して機嫌の悪いときに体温を正確に測るのは大変です。でも病気の状態や経過を示す大切な情報ですから、出来るだけ正確に測るようにしましょう。体温計には水銀体温計、デジタル式電子体温計などがあります。計り方にも首にはさむ、腋（わきの下）、直腸（肛門）でおこなう方法があります。ご家庭ではわきの下で測るのが安全に測れますから、その方法を習慣づけていきましょう。水銀体温計は計測するのに時間がかかるので、家庭用としては電子体温計で十分でしょう。いつも使えるようにしておいてください。

わが子が元気で機嫌のよい時に体温を測って、どの範囲にあるのか知っておくことは大切なことです。機嫌のよい時練習しておけば、いざというとき困りません。