

## Обязательно к прочтению при покупке термометров!

Температуру тела человека можно измерять **в подмышечной впадине, в области лба, в ушном канале, во рту, в прямой кишке**. Для измерения температуры тела в разных частях тела **используются разные термометры**. Температуру тела в определенной зоне можно измерять только термометром, в инструкции к которому обозначено измерение температуры тела в этой зоне.

Температура тела человека в различных частях (зонах) может различаться. **Диапазон нормы температуры тела для различных частей тела - разный (Таблица 1)**. Это различие обусловлено физиологическими особенностями.

**!!! Нельзя сравнивать показания ртутных, электронных стержневых и инфракрасных термометров, которые проводятся в различных частях тела.**

Нормальные диапазоны температур в различных частях тела:

Таблица 1

Область измерения	Нормальный диапазон температур	Рекомендуемый термометр	Время измерения
Температура лба	35,8 - 37,6 °C	Для измерения температуры на лбу	3 - 4 секунды
Температура в ухе	36,0 - 37,8 °C	Для измерения температуры в ухе	3 - 4 секунды
Температура в ротовой полости	36,0 - 37,4 °C	Обычный термометр	от 10 секунд
Температура прямой кишки	36,3 - 37,4 °C	Обычный термометр	от 10 секунд
Температура в подмышечной впадине	35,6 - 36,9 °C	Обычный термометр	5 - 10 минут

Интерпретировать результат необходимо с учетом того, на какой части тела проводится измерение.

### Советы от Beurer:

- Во время измерения на лбу не должно быть пота, косметики и волос, которые могут повлиять на результат измерения.
- Измерение дает значение температуры тела в данный момент.
- Если возникли сомнения в толковании результатов измерения или имеют место необычные значения (например, жар), незначительные изменения температуры, когда к ним добавляются дополнительные симптомы заболевания (беспокойство, сильное потоотделение, покраснение кожных покровов, высокая частота пульса, головная боль и др.), обратитесь к лечащему врачу.

На температуру тела человека влияет множество факторов. Например:

1. Индивидуальный обмен веществ
2. Возраст (у младенцев температура выше, чем у взрослых; у детей колебания температуры происходят быстрее и чаще)
3. Температура окружающей среды
4. Время дня (утром температура тела ниже, вечером - выше)
5. Физическая активность, как и умственная деятельность, повышают температуру тела