

Como medir sua temperatura por via oral



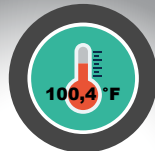
MEDIR A TEMPERATURA

1. Posicione a ponta de um termômetro limpo sob a sua língua.
2. Aguarde cerca de um minuto. Alguns termômetros emitem um bipe quando a medição está feita.
3. Anote sua temperatura.
4. Limpe o termômetro.



AGUARDAR

Meça sua temperatura no mínimo 15 minutos depois de comer ou beber.



LIGAR PARA O MÉDICO

Ligue para o seu médico se sua temperatura for de 38 °C (100,4 °F) ou mais. Você pode precisar de cuidados médicos.



LIMPAR O TERMÔMETRO

Limpe o termômetro antes e depois de usá-lo, com álcool ou água morna com sabão, e depois enxágue-o em água fria. Seque-o com um pano limpo ou deixe-o secar ao ar.



PERGUNTAR AO MÉDICO

Pergunte ao seu médico como medir a temperatura de crianças com menos de 5 anos de idade.