

体温怎么量比较高--体温怎么量最准-股识吧

一、基础体温怎么测最准确

水银的体温计要准确一些，固定在5-7测量，测前不要说话，动，要绝对安静，放在舌下热窝处，我的医生说的，

二、如何量体温

自己在家量的话腋下就可以了，体温每日早、晚也不一样。

另外，男女之间也有差异。

正常人口腔温度为36.5 ~ 37.2 ，腋窝温度较口腔温度低。

0.3 ~ 0.6 ，直肠温度（也称肛温）较口腔温度高。

0.3 ~ 0.5 。

在一天的生物节律中，清晨2 ~ 5 时体温最低，下午5 ~ 7 时最高，但一天之内相差应小于1 。

另外，男、女的体温也有不同，女子体温一般比男子约高0.3 。

三、怎样测量体温最标准

体温计测量时间：测量体温有多种方式，测量的时间各不相同：腋下测量，测温7-10分钟取出。

正常腋下体温一般平均为36-37 。

肛门内测量，3-5分钟后取出，肛门体温的正常范围一般为36.8-37.8 。

口腔内测量，3分钟后取出，一般成人正常口腔体温在36-37 之间，小儿可高0.5

。

四、怎样在量体温时提高自己的体温

水银的体温计要准确一些，固定在5-7测量，测前不要说话，动，要绝对安静，放

在舌下热窝处，我的医生说的，

五、怎样在量体温时提高自己的体温

量之前甩一下甩到正常体温以上因为体温计示数是不会降的这样就能让体温“升高”了

六、体温怎么量最准

正常都是测腋下的也就是腋下测量法操作如下：先将体温计的水银汞柱甩到35度以下，再将体温计头端置于受测者腋窝深处，用上臂将体温计夹紧，5到10分钟后读数。

读数方法是一手拿住体温计尾部，即远离水银柱的一端，使眼与体温计保持同一水平，读出水银柱右端所对的数字。

读数时注意千万触碰不要体温计的头端，这样手会影响水银柱而造成测量不准；眼睛不要高于或低于体温计。

七、如何让体温升高？

1，去操场跑1000米，擦了汗就去测体温。

2，喝500ML热水，去测体温。

无毒无副作用。

参考文档

[下载：体温怎么量比较高.pdf](#)

[《股票tick多久一次》](#)

[《股票交易中午盘中休息一般多久》](#)

[《跌停的股票多久可以涨回》](#)

[《股票涨30%需要多久》](#)

[下载：体温怎么量比较高.doc](#)

[更多关于《体温怎么量比较高》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/read/22209372.html>