

Temperatuur meten thuis

Met eigen thermometer

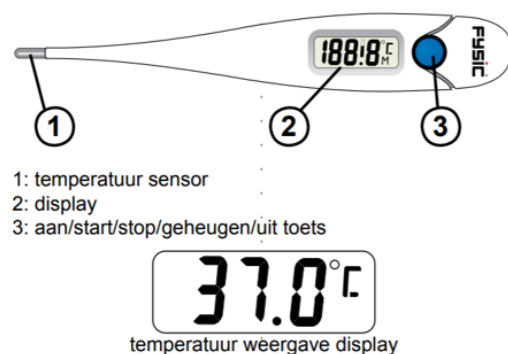
U bent gevraagd om thuis uw temperatuur te meten. Hiervoor gebruikt u een digitale koortsthermometer die u al heeft, of u schaft een nieuwe thermometer aan.

Hoe kies ik een goede thermometer?

Het is belangrijk om een betrouwbare digitale koortsthermometer te gebruiken. Gebruik daarom een thermometer

- met digitale aflezing.
- die de temperatuur weergeeft, met 1 cijfer achter de komma.
- die goed voor u af te lezen is (cijfers groot genoeg).

Wij adviseren u een standaard digitale koortsthermometer te gebruiken die de lichaamstemperatuur rectaal (in de anus, poepgaatje) kan meten. Hiernaast ziet u een voorbeeld. Kies een thermometer waarvan aangegeven wordt dat het een medisch hulpmiddel is. Koortsthermometers zijn online, bij de thuiszorgwinkel, apotheek of betere drogisterij te koop. De thuiszorgwinkel of apotheek kan hierin ook adviseren.



Voor een nauwkeurige meting gebruikt u GEEN infrarood of oorthermometer.

Wat doet een koortsthermometer?

Een thermometer wordt gebruikt om de lichaamstemperatuur te meten en is een belangrijk hulpmiddel bij het opsporen van ziektes of infecties. De temperatuur wordt weergegeven in graden Celsius.

Hoe doe ik een goede meting?

Volg de aanwijzingen van de leverancier van de thermometer op. Deze instructie is algemeen. Er kunnen verschillen zijn tussen merken van thermometers.

Vooraf

- Maak de tip van de thermometer schoon, bijvoorbeeld met een zachte doek met wat alcohol of met een doek met wat koud water met sop.

De informatie in deze folder is van algemene aard en is bedoeld om u een beeld te geven van de zorg en voorlichting die u kunt verwachten. In uw situatie kunnen andere adviezen of procedures van toepassing zijn. Deze folder is dan ook slechts een aanvulling op de specifieke (mondelinge) voorlichting van uw specialist of behandelaar.

- Dompel de thermometer niet onder water of alcohol!
- Breng eventueel een beetje vaseline aan op de bovenkant van de thermometer.

Stap1: Temperatuur meten

- Zet de thermometer aan en wacht totdat deze klaar is voor gebruik.
- Steek de thermometer ongeveer 1 centimeter in de anus (poepgaatje).
- Wacht tot de thermometer piept en verwijder de thermometer.
- Lees de temperatuur af en noteer deze met 1 cijfer achter de komma, bijvoorbeeld "37,5".

Stap 2: Reinigen

- Zet de thermometer uit.
- Maak de tip van de thermometer schoon, bijvoorbeeld met een zachte doek met wat alcohol of met een doek met wat koud water met sop.
- Dompel de thermometer niet onder water of alcohol!

Stap 3: Temperatuur doorgeven

- Na het meten van uw temperatuur is het belangrijk om de waarden door te geven via de thuismonitoring app
- U vult u temperatuur in met 1 cijfer achter de komma, bijvoorbeeld "37,5".

Help!

Ik krijg een vreemde temperatuur te zien

Probeer het volgende:

- Voer de meting nogmaals uit, zorg dat de tip van de thermometer voldoende diep zit.
- Vervang de batterijen.

Ik krijg een foutmelding

- Kijk in de gebruiksaanwijzing van de thermometer wat de oorzaak is van de foutmelding en hoe deze op te lossen.
- Neem contact op met de helpdesk van de leverancier voor hulp.

De thermometer doet het niet

Probeer het volgende:

- Vervang de batterijen.
- Vraag hulp in uw omgeving of bij de helpdesk van de leverancier.
- Als de thermometer het niet meer doet, dan koopt u zelf een nieuwe thermometer.

Wat wordt er verder verwacht?

Er wordt van u verwacht dat:

- u een goede, betrouwbare, intacte thermometer gebruikt.
- u bovenstaande aanwijzingen opvolgt.
- u de thermometer onderhoudt en schoonmaakt zoals beschreven in de gebruiksaanwijzing van de thermometer.

Bij spoed

De metingen zijn onderdeel van uw zorg: “Thuismeten”. De metingen worden niet direct gezien door uw zorgverlener. In combinatie met het gebruik van de Thuismeten app van Luscii is dit apparaat geen hulpmiddel in acute of kritieke situaties. Heeft u direct hulp nodig? Bel bij levensbedreigende situaties 112.