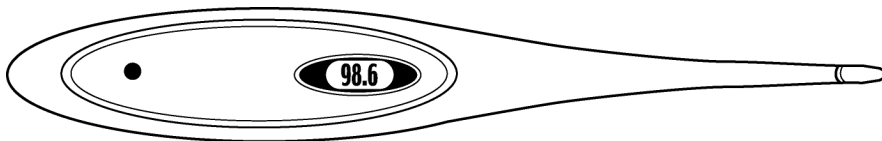


Taking a Temperature

Body heat is measured by taking a temperature with a thermometer. An increase in temperature, called a fever, may be a sign of infection.

The common scale used to measure body temperature in the United States is degrees Fahrenheit (F). Other countries use degrees Centigrade (C). Temperature is measured using a thermometer orally, by placing it in the mouth, or axillary, by placing it under the arm in the armpit. Take a baby's temperature under the arm unless directed otherwise by your doctor.

Buy a digital thermometer at your local grocery or drug store. Ask for help to find them in the store.



Taking a temperature using a digital thermometer

- **Oral or Mouth Temperature**

Do not put anything hot or cold in the mouth for 15 minutes before taking a temperature. This can affect the reading.

1. Take the thermometer out of its holder.
2. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol.
3. Turn the thermometer on and cover with a disposable cover if available.
Check that the screen is clear of any earlier readings.

체온 재기

체열은 체온계로 잽니다. 체온이 올라가면 흔히들 열이 있다고 하고, 이는 병균에 감염되었다는 징조입니다.

미국에서 체열을 재는데 흔히 사용하는 단위는 화씨(F)입니다. 그밖에 다른 나라에서는 섭씨(C)를 사용합니다. 체온은 체온계를 입에 넣어 잽 수 있고 또는 겨드랑이에 넣어 잽 수도 있습니다. 아기의 체온은 의사의 별도 지시가 없는 한 겨드랑이 체온계로 잽니다.

디지털 체온계는 근처 슈퍼마켓이나 약국에서 구입할 수 있습니다. 어디서 구입할 수 있는지 물어보십시오.



디지털 체온계로 체온을 재는 방법

- **입에 넣어 재기**
체온을 재기 전 15분 동안은 입에 뜨겁거나 찬 음식을 넣지 마십시오. 이렇게 하면 관독에 오류가 생길 수 있습니다.
 1. 체온계를 홀더에서 제거한다.
 2. 체온계를 비누와 물 또는 알코올로 씻는다.
 3. 체온계를 컨다음 일회용 커버로 덮는다(있을 경우). 화면에 이전에 관독되었던 숫자가 완전히 지워졌는가 확인한다.

4. Place the tip of the thermometer under the tongue toward the back of the mouth.
5. Close the lips gently around the thermometer. Do not bite down. It may need to be held in place with a hand.
6. Keep the thermometer in place until it beeps.
7. Remove the thermometer.
8. Read the numbers in the window. These numbers are the temperature.
Normal body temperature is 98.6 degrees F by mouth.
9. Write the temperature down if a record is to be kept.
10. Remove the plastic cover and throw it away in the trash.
11. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol.
12. Place the thermometer back in its holder.

Call your doctor:

- As you are directed.
- If your temperature is greater than 101.5 degrees F by mouth.

• **Axillary or Under the Arm Temperature**

Wait 15 minutes after exercising or bathing before checking an axillary temperature. This can affect the reading.

1. Take the thermometer out of its holder.
2. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol.
3. Turn the thermometer on and cover with a disposable cover if available.
Check that the screen is clear of any earlier readings.
4. Pat the armpit dry with a tissue or cloth. Do not rub when drying because rubbing may warm the skin.
5. Put the covered tip under the arm and rest the arm down across the body.

4. 체온계의 뽕족한 쪽을 혀 아래 입 안쪽으로 밀어 넣는다.
5. 체온계를 넣은 다음 입을 가만히 닫는다. 깨물지는 않는다. 필요하면 손으로 잡고 있다.
6. 체온계에서 “삐” 소리가 날 때까지 기다린다.
7. 체온계를 뺀다.
8. 화면에 나온 숫자를 읽는다. 그 숫자가 바로 체온이다. 입에서 체온을 측정했을 때 정상 체온은 섭씨 37 도(화씨 98.6).
9. 기록을 보관해 둘 필요가 있으면 숫자를 적어 둔다.
10. 플라스틱 커버를 베껴서 휴지통에 버린다.
11. 체온계를 비누와 물 또는 알코올로 닦는다.
12. 체온계를 홀더에 다시 집어 넣는다.

의사에게 연락:

- 지시 받은대로.
- 입에서 측정한 체온이 화씨 섭씨 38.6 도(화씨 101.5)를 초과했을 때.

• 겨드랑이 체온

운동이나 목욕 후 겨드랑이 체온을 재려면 15 분간 기다린다. 바로 재면 판독이 정확하지 않을 수도 있다.

1. 체온계를 홀더에서 제거한다.
2. 체온계를 비누와 물 또는 알코올로 씻는다.
3. 체온계의 스위치를 켜고 일회용 커버로 덮는다(있을 경우). 화면에 이전에 판독되었던 숫자가 혹시 남아 있는가 확인.
4. 티슈나 수건으로 겨드랑이의 습기를 짚어서 제거한다. 문지르면 피부의 온도가 올라가기 때문에 주의.
5. 커버를 한 체온계의 뽕족한 부분을 겨드랑이 속에 끼고 팔을 내린다.

6. Keep the thermometer in place until it beeps.
7. Remove the thermometer.
8. Read the numbers in the window. These numbers are the temperature.
Normal body temperature is 97.6 degrees F under the arm.
9. Write the temperature down if a record is to be kept.
10. Remove the plastic cover and throw it away in the trash.
11. Clean the thermometer with soap and water or rubbing alcohol.
12. Place the thermometer back in its holder.

Call your doctor:

- As you are directed.
- **If babies less than 2 months old** have a temperature greater than 99.8 degrees F under the arm.
- **If babies older than 2 months, children and adults** have a temperature greater than 100.5 degrees F under the arm.

6. 체온계에서 “삐” 소리가 날 때까지 기다린다.
7. 체온계를 뺀다.
8. 화면에 나온 숫자를 읽는다. 그 숫자가 바로 체온이다. 겨드랑이에서 체온을 측정했을 때 정상 체온은 섭씨 36.4 도(화씨 97.6).
9. 기록을 보관해 둘 필요가 있으면 숫자를 적어 둔다.
10. 플라스틱 커버를 베껴서 휴지통에 버린다.
11. 체온계를 비누와 물 또는 알코올로 닦는다.
12. 체온계를 홀더에 다시 집어 넣는다.

의사에게 연락:

- 지시 받은 대로.
- 아기가 출산 2 개월 미만이고, 겨드랑이 체온이 섭씨 37.6(화씨 99.8)를 초과했을 때.
- 출산후 2 개월 이상인 아기, 어린이 및 성인의, 겨드랑이 체온이 섭씨 38 도(화씨 100.5)를 초과했을 때.

2/2006. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

Taking a Temperature. Korean