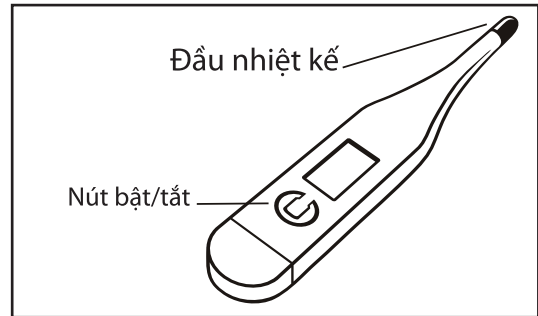


# CÁCH SỬ DỤNG NHIỆT KẾ KỸ THUẬT SỐ

Kiểm tra nhiệt độ của người có dấu hiệu bị sốt  
(lạnh run, cảm thấy rất nóng, mặt đỏ bừng, nhức đầu, cảm thấy mệt và yếu)

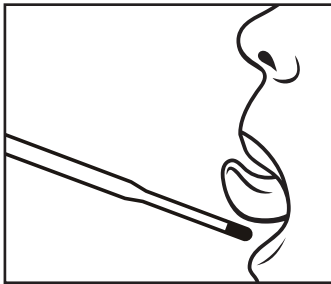
## 1) CHUẨN BỊ NHIỆT KẾ SẴN SÀNG

- Lau sạch nhiệt kế bằng xà bông và nước ấm trước và sau khi sử dụng.
- Nhấn nút để bật nhiệt kế kỹ thuật số lên.



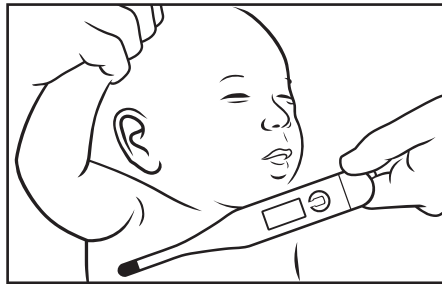
## 2) ĐẶT NHIỆT KẾ VÀO MIỆNG HOẶC DƯỚI NÁCH

Đặt vào Miệng:



- Đặt đầu nhiệt kế dưới lưỡi.
- Ngậm kín miệng và đặt đầu nhiệt kế dưới lưỡi.

Đặt dưới Nách:



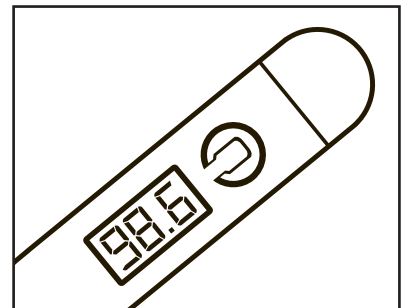
- Kẹp đầu nhiệt kế vào trong nách.



- Buông thẳng tay xuống.
- Giữ tay sát hông của người được kẹp nhiệt kế.

## 3) ĐỌC NHIỆT KẾ

- Số trên nhiệt kế sẽ nhấp nháy hoặc kêu bíp khi đã hoàn tất. Lấy nhiệt kế ra và đọc nhiệt độ hiển thị.
- Nhiệt độ bình thường khoảng: 98.6°F (đo ở miệng), hoặc 97.6°F (đo ở nách).
- Để biết chính xác nhiệt độ, không dùng thuốc giảm đau hoặc giảm sốt trước khi đo nhiệt độ.



## NẾU QUÝ VỊ BỊ SỐT

Sốt có nghĩa là cơ thể quý vị phải làm việc nhiều để chiến đấu với bệnh tật. Nghỉ ngơi và uống nhiều nước sẽ giúp cơ thể quý vị khỏe nhanh hơn. Ở nhà để tránh lây bệnh cho người khác nếu nhiệt độ của quý vị là: 100°F hoặc cao hơn (đo ở miệng) **hoặc** 99°F hoặc cao hơn (đo ở nách). Trường học và các chương trình giữ trẻ có thể có những quy định khác nhau về việc khi nào thì giữ con quý vị ở nhà. Vui lòng hỏi nhân viên tại trường hoặc chăm sóc cho con quý vị.

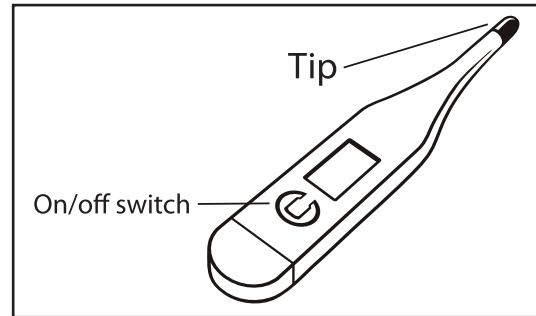
# HOW TO USE A DIGITAL THERMOMETER

Check temperature when someone has the signs of a fever

*(chills, feels very warm, flushed face, headache, feels tired and weak)*

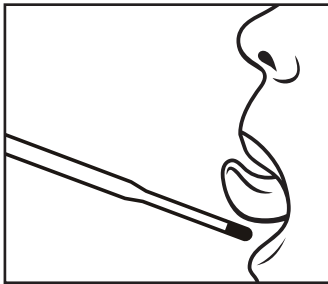
## 1) GET THE THERMOMETER READY

- Clean thermometer with soap and warm water before and after use.
- Press the button to turn digital thermometer on.



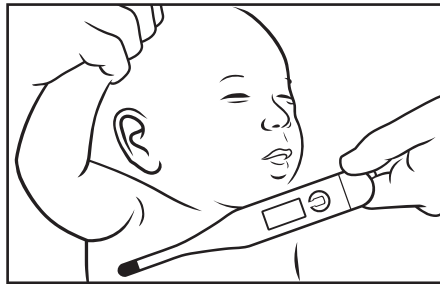
## 2) PLACE THERMOMETER IN MOUTH OR UNDER ARM

### In the Mouth:



- Place tip of thermometer under the tongue.
- Keep the mouth closed and thermometer tip under the tongue.

### Under the Arm:



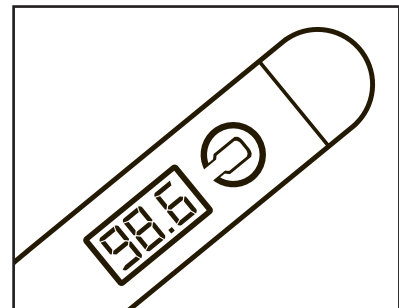
- Place the tip in the armpit.



- Bring the arm down.
- Keep the arm against the person's side.

## 3) READ THE THERMOMETER

- The numbers on thermometer will flash or it will beep when ready. Remove thermometer and read the temperature shown.
- Normal temperature is around: 98.6°F (mouth), or 97.6°F (arm).
- For correct reading, do not take pain or fever-reducing medicine before taking a temperature.



## IF YOU HAVE A FEVER

A fever means your body is working hard to fight off an illness. Rest and drink plenty of liquids to help your body get better faster. Stay home to keep your illness from spreading to others if your temperature is: 100°F or higher (*mouth*) **or** 99°F or higher (*arm*). Schools and child care programs may have different rules about when to keep your child home. Please ask staff at your child's school or child care.