

Toma Tu Temperatura (Frente)

Tal vez no te sientas bien y la única manera de saber si tienes fiebre es tomando tu temperatura con un termómetro. Una manera común de tomar tu temperatura es por medio de un termómetro digital para la frente.

Hazlo ahora. Paso 1. Lávate las manos con agua calientita y jabón antes de tomar tu temperatura. Paso 2. Prende tu termómetro para la frente. Paso 3. Coloca el sensor en medio de la frente y lentamente córrelo por la frente y hacia abajo hasta llegar al oído. Debes mantener contacto del sensor con la piel. El termómetro va a mostrar el resultado. Anota tus resultados si estás llevando un control. Para adultos, una temperatura de 100.4 grados Fahrenheit se considera como fiebre. Si tu fiebre es de 102 grados Fahrenheit o más alta y no mejora con medicina, llama a tu profesional médico.

Probemos de nuevo. Lávate bien las manos con agua y jabón. Prende el termómetro de frente. Corre tu termómetro por tu frente, y hacia la aurícula del oído. Debes mantener contacto del sensor con la piel. Anota tus resultados. Después de tomar tu temperatura, recuerda de limpiar el termómetro con agua y jabón y guardarlo en un lugar fresco y seco.

Si tienes fiebre, toma medicina para bajar tu temperatura, mantente hidratado y descansa bastante. Llama a tu profesional médico si no baja tu fiebre y sigue llevando un control de tu temperatura.