

## MEASURING A BABY'S TEMPERATURE

### बच्चे का तापमान मापना

Translation directly from [hopkinsmedicine.org](https://www.hopkinsmedicine.org):

<https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/measuring-a-babys-temperature>

#### Where should a baby's temperature be taken?

Today's digital thermometers make taking a baby's temperature simple with quick results. For best results in babies and toddlers up to 3 years of age, the American Academy of Pediatrics recommends taking the temperature rectally, by placing a thermometer in the baby's anus. This method is accurate and gives a quick reading of the baby's internal temperature. A newer method to measure temperature called temporal artery thermometry is also considered very accurate. It causes less discomfort than a rectal thermometer and is less disturbing to a newborn. It measures the temperature of the blood flowing through the temporal artery, on the forehead.

Taking the temperature under the arm (in the armpit) is called axillary measurement. It may be used to "screen" or get an idea about whether or not any child has a fever. If it shows a fever, the temperature should be rechecked by a more accurate method. Other types of thermometers, such as tympanic (ear) type thermometers, may not be accurate for newborns and need to be carefully positioned to get a precise reading. Skin strips that are pressed on the skin to measure temperature are not recommended for babies. Touching a baby's skin can let you know if he or she is warm or cool, but you can't measure body temperature simply by touch.

Always use a digital thermometer to check your child's temperature. Never use a mercury thermometer. For infants and toddlers, be sure to use a rectal thermometer correctly. A rectal thermometer may accidentally poke a hole in (perforate) the rectum. It may also pass on germs from the stool. Always follow

#### बच्चे का तापमान कहाँ से लेना चाहिए?

आज के डिजिटल थर्मामीटर जल्द परिणामों के साथ बच्चे का तापमान लेना आसान बना देते हैं। 3 साल तक के बच्चों में सर्वोत्तम परिणामों के लिए, अमेरिकन एकेडमी ऑफ पीडियाट्रिक्स, 3 साल तक के बच्चों के लिए बेस्ट परिणाम पाने के लिए रेक्टल थर्मामीटर लगा कर सही तापमान लेने की सलाह देता है। यह विधि सटीक है और बच्चे के आंतरिक तापमान की जल्द रीडिंग देती है। तापमान मापने की एक नई विधि जिसे टेम्पोरल आर्टरी थर्मोमेट्री कहा जाता है, को भी बहुत सटीक माना जाता है। यह एक रेक्टल थर्मामीटर की तुलना में कम परेशानी का कारण बनता है और नवजात शिशु को कम परेशान करता है। यह माथे पर अस्थायी धमनी के माध्यम से बहने वाले रक्त के तापमान को मापता है।

बांह के नीचे (बगल में) तापमान लेना एक्सिलरी माप कहलाता है। इसका उपयोग "स्क्रीन" करने या किसी बच्चे को बुखार होने या न होने का अंदाजा लगाने के लिए किया जा सकता है। यदि यह बुखार दिखाता है, तो तापमान को अधिक सटीक तरीके से दोबारा जांचना चाहिए। अन्य प्रकार के थर्मामीटर, जैसे कि टाइम्पेनिक (कान) प्रकार के थर्मामीटर, नवजात शिशुओं के लिए सटीक नहीं हो सकते हैं और सटीक रीडिंग प्राप्त करने के लिए सावधानी बरतने की आवश्यकता होती है। तापमान मापने के लिए त्वचा पर दबाने वाली त्वचा की पट्टियों की सिफारिश शिशुओं के लिए नहीं की जाती है। शिशु की त्वचा को छूने से आपको पता चल सकता है कि वह गर्म है या ठंडा, लेकिन आप शरीर के तापमान को केवल स्पर्श से नहीं माप सकते।

अपने बच्चे के तापमान की जांच के लिए हमेशा डिजिटल थर्मामीटर का उपयोग करें। कभी भी पारा थर्मामीटर का प्रयोग न करें। शिशुओं और बच्चों के लिए, एक रेक्टल थर्मामीटर का सही ढंग से उपयोग करना सुनिश्चित करें। एक रेक्टल थर्मामीटर गलती से मलाशय में (छिद्रित) छेद कर सकता है। यह मल से

the product maker's directions for proper use. If you don't feel comfortable taking a rectal temperature, use another method. When you talk to your child's healthcare provider, tell him or her which method you used to take your child's temperature.

कीटाणुओं को भी पार कर सकता है। उचित उपयोग के लिए हमेशा उत्पाद निर्माता के निर्देशों का पालन करें। यदि आप मलाशय का तापमान लेने में सहज महसूस नहीं करते हैं, तो दूसरी विधि का उपयोग करें। जब आप अपने बच्चे के स्वास्थ्य सेवा प्रदाता से बात करें, तो उसे बताएं कि आप अपने बच्चे का तापमान किस तरीके से लेते थे। अपने बच्चे की अस्थायी धमनी का तापमान लेने के लिए थर्मामीटर सेंसर को बच्चे के माथे के बीच में रखें।

Taking your baby's temporal artery temperature

थर्मामीटर सेंसर को बच्चे के माथे के बीच में रखें।

Place the thermometer sensor in the middle of the baby's forehead.

स्कैन बटन को दबाकर रखें।

Press and hold the scan button.

थर्मामीटर को धीरे-धीरे माथे के आर-पार बच्चे के कान के ऊपर की ओर ले जाएं।

Slowly move the thermometer across the forehead toward the top of the baby's ear. Make sure it always touches the skin.

सुनिश्चित करें कि यह हमेशा त्वचा को छूता है।

Stop at the hairline and release the scan button.

हेयरलाइन पर रुकें और स्कैन बटन को छोड़ दें।

Remove the thermometer and read the temperature.

थर्मामीटर हटाए और तापमान पढ़ें।

If a baby's rectal or temporal artery temperature is 38°C or higher, call your baby's healthcare provider.

यदि बच्चे के मलाशय या अस्थायी धमनी का तापमान 38°C यानी 100.4 फारेनहाइट या अधिक है, तो अपने बच्चे के डॉक्टर को कॉल करें।