

2

Εισαγωγή στην Κλινική Εξέταση - Ζωτικά Σημεία

Περιεχόμενα

2.1 Εισαγωγή στην κλινική εξέταση	
Χαράλαμπος Καρακάσης	45
2.2 Ζωτικά σημεία	
2.2.1 Θερμομέτρηση	
Σεραφεία Καλαμήςτσου	48
2.2.2 Σφυγμομέτρηση	
Σεραφεία Καλαμήςτσου	58
2.2.3 Μέτρηση αναπνευστικής συχνότητας	
Σεραφεία Καλαμήςτσου	64
2.2.4 Μέτρηση αρτηριακής πίεσης	
Ζωή Δωροθέα Πανά, Βασιλική Τσοτουλίδου	68

2.1 Εισαγωγή στην κλινική εξέταση

Ορισμός

Η κλινική εξέταση είναι η διαδικασία κατά την οποία ο γιατρός (εξετάζων) εξετάζει το σώμα του ασθενή (εξεταζόμενου) για να εντοπίσει κλινικά σημεία κάποιας νόσου. Αν και η τεχνική του κάθε εξεταζόντος μπορεί να διαφέρει όσον αφορά στη διαδοχική προσέγγιση των

διαφόρων τμημάτων του σώματος, συνήθως αρχίζει από την κεφαλή και ολοκληρώνεται στα άκρα. Αφού εξεταστούν τα κυρίως συστήματα (καρδιοαναπνευστικό και πεπτικό) με την επισκόπηση, την ψηλάφηση, την επίκρουση και την ακρόαση των επιμέρους οργάνων, ακολουθούν ειδικότερες δοκιμασίες (π.χ. έλεγχος του νευρικού συστήματος ή δερματολογική εξέταση). Συνήθως, η κλινική εξέταση ακολουθεί τη λήψη του ιστορικού, ώστε να υπάρξει αξιολόγηση των αναφερόμενων κλινικών συμπτωμάτων.

Επισημάνσεις

- Πρέπει πάντοτε να έχετε υπόψη σας την ασφάλεια του ασθενή και να εξηγήτε τη διαδικασία που θα ακολουθήσετε, ώστε να την κατανοήσει πλήρως και να σας δώσει τη συγκατάθεσή του.
- Η σωστή υγιεινή των χεριών είναι πολύ σημαντική, τόσο για τη δική σας ασφάλεια, όσο και για την ασφάλεια του ασθενή.
- Απαιτείται η κατάλληλη θερμοκρασία, φωτισμός, ησυχία και ιδιωτικότητα του εξεταστικού χώρου.
- Ο ασθενής πρέπει να διατηρείται ζεστός. Το ρίγος ενός ασθενή από το κρύο, για παράδειγμα, μπορεί να προκαλέσει μυϊκούς ήχους που προκαλούν σύγχυση κατά την ακρόαση. Τα χέρια του γιατρού πρέπει επίσης να είναι ζεστά. Τα κρύα χέρια του γιατρού μπορεί να αυξήσουν το γαστρεντερικό περισταλτισμό κατά την ψηλάφηση της κοιλιάς.
- Χρειάζεται να λάβουμε υπόψη κατά την εξέταση ενδεχόμενα προβλήματα υγείας του εξεταζόμενου (π.χ. ένας δυσπνοϊκός ασθενής πρέπει να εξετάζεται πάντα σε καθιστή θέση και ποτέ ξαπλωμένος).
- Η εξέταση ξεκινάει πάντα από την υγιή περιοχή/πλευρά του ασθενή για να μην καταστεί εξαρχής δυσάρεστη/επώδυνη η εξέταση και να υπάρξει για το γιατρό ένα μέτρο σύγκρισης.
- Οι περισσότερες από τις κλινικές δεξιότητες που πρόκειται να πραγματοποιηθούν είναι προτιμότερο να γίνουν από τη δεξιά πλευρά του ασθενή.
- Η άσκοπη επανάληψη των δοκιμασιών είναι κουραστική για τον εξεταζόμενο και μπορεί να γίνει επικίνδυνη, ειδικά στην περίπτωση ηλικιωμένων ή ασθενών με σοβαρό πρόβλημα υγείας.

ών με σοβαρό πρόβλημα υγείας.

- Η κλινική εξέταση ασθενών διαφορετικού φύλου από εκείνο του εξεταστή απαιτεί την παρουσία άλλου επαγγελματία υγείας του ίδιου φύλου με τον ασθενή ή σε αδυναμία εξασφάλισης της παρουσίας ενός συνεργάτη, την παρουσία ενός συνοδού, πάλη του ίδιου φύλου με τον ασθενή.



Απαραίτητες γνώσεις

Πριν από την έναρξη της κλινικής εξέτασης, να είστε σίγουροι ότι γνωρίζετε τα εξής:

- Την ορθή λήψη του ιστορικού και την αξιολόγηση των κλινικών συμπτωμάτων προκειμένου να είναι δυνατή η αναζήτηση και η αξιολόγηση των σχετικών κλινικών σημείων.
- Την οργάνωση της κλινικής εξέτασης σε τέσσερις άξονες: την επισκόπηση, την ψηλάφηση, την επίκρουση και την ακρόαση των επιμέρους οργάνων του κάθε συστήματος.
- Τα φυσιολογικά ευρήματα που αναμένονται από την εξέταση ενός υγιούς ατόμου, έτσι ώστε να είναι δυνατή η αναγνώριση των τυχόν παθολογικών ευρημάτων.
- Τη χρήση των ιατρικών εργαλείων που ενδεχόμενα θα χρησιμοποιηθούν κατά τη διάρκεια της κλινικής εξέτασης.
- Την παθοφυσιολογία των διαφόρων οργάνων και συστημάτων προκειμένου να αξιολογηθούν τα κλινικά σημεία που διαπιστώθηκαν και να συμβάλουν στην κλινική διάγνωση.

Διαδικασία

Προετοιμασία

Προετοιμάστε τον εαυτό σας

- Πλήρης προηγούμενη εκπαίδευση με κατανόηση των βασικών θεωρητικών γνώσεων.
- Πρακτική εξάσκηση, πριν την εφαρμογή σε ασθενείς, αρχικά σε συνθήκες προσομοίωσης σε υποδύομενους ασθενείς και στη συνέχεια σε υγιή άτομα με στόχο τη γνώση των φυσιολογικών ευρημάτων και των διαδοχικών βημάτων κατά την εκτέλεση των δοκιμασιών. Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζει ο εξεταστής ποιος είναι ο σκοπός της κάθε δοκιμασίας.
- Παρουσία έμπειρου συναδέλφου στην περίπτωση που ο νεαρός εξεταστής έχει αμφιβολίες για την ορθή εκτέλεση των δοκιμασιών.
- Τηρήστε κανόνες υγιεινής των χεριών πριν από οποιαδήποτε επαφή με τον ασθενή για πρόληψη λοιμώξεων.

Προετοιμάστε τον ασθενή

Εξηγήστε με λεπτομέρειες όλη τη διαδικασία στον ασθενή.

Προετοιμάστε τον απαραίτητο εξοπλισμό

Διασφαλίστε ότι ετοιμάσατε τον σωστό εξοπλισμό που θα χρησιμοποιήσετε στην εξέταση.

Απαραίτητος εξοπλισμός

- Στηθοσκόπιο
- Σφυγμομανόμετρο
- Θερμόμετρο
- Φωτεινή πηγή (φακός)
- Γλωσσοπίεστρα
- Νευρολογική σφύρα
- Καρφίδα / παραμάνα
- Διαπασών 128 Hz

- Ωτοσκόπιο
- Οφθαλμοσκόπιο
- Γάντια ελαστικά μη αποστειρωμένα
- Μεζούρα
- Υδροδιαλυτό λιπαντικό

Η περιγραφή της κλινικής εξέτασης κατά σύστημα παρουσιάζεται στα επόμενα κεφάλαια.

Μετά τη διαδικασία

- Διασφαλίστε ότι ο ασθενής αισθάνεται άνετα.
- Καταγράψτε οποιοδήποτε κλινικό σημείο διαπιστώθηκε κατά την κλινική εξέταση στο ανάλογο φύλλο κλινικής εξέτασης.
- Τηρήστε κανόνες υγιεινής των χεριών για πρόληψη των λοιμώξεων.

Αξιολόγηση

Αφού ολοκληρώσετε την κλινική εξέταση, αναλογιστείτε τις εξής ερωτήσεις:

1. Ολοκληρώθηκε σωστά η κλινική εξέταση; Υπήρξαν κάποιες δοκιμασίες τις οποίες θα έπρεπε να εξετάσετε πιο αναλυτικά λαμβάνοντας υπόψη το ιστορικό του ασθενή;
2. Πώς ένιωσε ο ασθενής; Η γλώσσα του σώματός του έδειξε κάποια δυσφορία που δεν εκφράστηκε λεκτικά;



Δυνατότητες συνεχιζόμενης μάθησης

Κάντε πρακτική στην κλινική εξέταση ακολουθώντας πρόθυμους και έμπειρους γιατρούς στις κλινικές, στα εξωτερικά ιατρεία και στο Τμήμα Επειγόντων Περιστατικών.

Κλινικά σενάρια

Σκεφτείτε τι θα κάνετε στις παρακάτω περιπτώσεις και μετά ελέγξτε τις απαντήσεις σας στο τέλος του βιβλίου.

- 1 Πώς θα αντιμετωπίσετε έναν ασθενή ο οποίος αρνείται να υποβληθεί σε μία κλινική δοκιμασία;
- 2 Εάν η κλινική εξέταση, κατά τη διάρκεια της, καταστεί επώδυνη για τον ασθενή, θα τη συνεχίσετε ή θα τη διακόψετε;

Βιβλιογραφία

- Bickley, L 2008, Bates' Guide to physical examination and history taking, 10th ed, Lippincott.
- Ford, M, Hennessey, I & Japp, A 2005, Introduction to clinical examination, 8th ed, Churchill Livingstone, Philadelphia.
- Munro, J & Edwards, C 1990, Macleod's clinical examination, 8th ed, Churchill Livingstone, Philadelphia.
- Oswald, N 1993, Teaching clinical methods to medical students, Medical Education, vol. 27, pp. 351-4.
- Σιών, Μ 2004, Συμπτώματα και σημεία κατά την κλινική εξέταση, 2η έκδοση, University Studio Press, Θεσσαλονίκη.
- Τσουρουτσόγλου, Γ 1984, Φυσικές εξεταστικές μέθοδοι, University Studio Press, Θεσσαλονίκη.

2.2 Ζωτικά σημεία

2.2.1 Θερμομέτρηση

Ορισμός

Η θερμομέτρηση αναφέρεται στη λήψη και καταγραφή της θερμοκρασίας του σώματος και μετρείται με θερμόμετρο σε διαφορετικές θέσεις όπου καταγράφονται διαφορετικές τιμές. Στον πυρήνα του σώματος η θερμοκρασία είναι περίπου 0,5°C υψηλότερη από αυτή της επιφάνειας του σώματος.

Επισημάνσεις

Κάποιοι άνθρωποι είναι περισσότερο επιρρεπείς στις μεταβολές της θερμοκρασίας του σώματός τους (ηλικιωμένοι, παιδιά).

Τα παιδιά έχουν:

- μικρό μέγεθος
- μεγάλη σχέση επιφάνειας σώματος προς βάρος σώματος
- μειωμένο υποδόριο λίπος, άρα μειωμένη μόνωση
- λίγο χαμηλότερη θερμοκρασία το πρωί και υψηλότερη το απόγευμα
- μεταβλητή θερμοκρασία με τη φυσική άσκηση

Οι ηλικιωμένοι έχουν:

- μειωμένη κυκλοφορία
- μειωμένο μεταβολικό ρυθμό
- μειωμένη απάντηση για παραγωγή θερμοκρασίας (ρίγος, αγγειοσύσπαση, εφίδρωση)
- μειωμένη αντίληψη/αναγνώριση μεταβολών της θερμοκρασίας

Άλλοι παράγοντες που επηρεάζουν τη θερμομέτρηση είναι:

- Κιρκάδιος ρυθμός - η θερμοκρασία είναι υψηλότερη αργά το απόγευμα ή νωρίς το βράδυ
- Ωοθυλακιορρηξία
- Άσκηση
- Φαγητό

Τρόποι θερμομέτρησης:

- Επεμβατικός: μέτρηση στο ορθό.
- Μη επεμβατικός: μέτρηση στη μασχάλη, στο τύμπανο του ωτός, στη στοματική κοιλότητα (υπογλωσσίως), στο μέτωπο.



Απαραίτητες γνώσεις

Πριν από την έναρξη της θερμομέτρησης, να είστε σίγουροι ότι γνωρίζετε τα εξής:

- Ανατομία και φυσιολογία του υποθαλάμου (θερμορρυθμιστικό κέντρο).
- Θερμορρυθμιστικό μηχανισμό.
- Κυτταρικό μεταβολισμό και επίδραση στη μεταβολή της θερμοκρασίας.
- Ανατομία των θέσεων θερμομέτρησης.
- Παράγοντες που μπορεί να επηρεάσουν την παραγωγή θερμοκρασίας και τη ρύθμιση της θερμοκρασίας εντός του σώματος (εγγενείς) και εξωτερικούς παράγοντες.
- Έννοιες όπως συγκατάθεση, ευθύνη, αμέλεια.

Υπόβαθρο

Ο ανθρώπινος οργανισμός μπορεί με το μηχανισμό της ομοιόστασης να διατηρεί τη θερμοκρασία του εντός φυσιολογικών ορίων όταν αλληλάζει η περιβαλλοντική θερμοκρασία. Η ισορροπία αυτή μεταξύ απώλειας και ανόδου της θερμοκρασίας του σώματος είναι απαραίτητη για τη σωστή λειτουργία των κυττάρων.

Με την άνοδο της θερμοκρασίας του πυρήνα του σώματος και μέσω του υποθαλαμικού αντανακλαστικού γίνεται περιφερική αγγειοδιαστολή (θερμό αίμα κατευθύνεται προς τα εξωτερικά στρώματα του σώματος), ώστε να αυξάνεται η απώλεια της θερμότητας μέσω της ακτινοβολίας και της επαφής. Παράλληλα μειώνεται η αρτηριακή πίεση και αυξάνεται ο καρδιακός ρυθμός. Η διέγερση των ιδρωτοποιών αδένων οδηγεί σε επιπλέον απώλεια θερμότητας μέσω της εξάτμισης του ιδρώτα. Οι τρίχες του δέρματος ενισχύουν αυτήν τη διαδικασία, επιπεδώνονται, μειώνοντας το στρώμα αέρα της δερματικής επιφάνειας. Όλα

αυτά αποτελούν σημαντικά κλινικά σημεία που πρέπει να αναγνωρίζονται και να κατανοούνται.

Σε μερικές περιπτώσεις η διαταραχή της θερμορρυθμίσεως μπορεί να οδηγήσει σε αυξημένη θερμοκρασία ή πυρετό.

Πυρετός ή υπερθερμία ή υπερπυρεξία είναι η αυξημένη θερμοκρασία του πυρήνα του σώματος ίση ή πάνω από 38°C, όπου ο υποθάλαμος θέτει παροδικά υψηλότερα το σημείο ρύθμισής του – «εσωτερικός θερμοστάτης». Συνήθως, συμβαίνει σε λοιμώξεις αλλά μπορεί να προκληθεί και από συγκεκριμένα φάρμακα, αλλεργίες, συγκεκριμένα νοσήματα, στερητικό σύνδρομο σε αλκοολικούς ή κακοήθεια.

Στον πυρετό, ο υποθάλαμος προσωρινά αυξάνει τον «εσωτερικό θερμοστάτη». Έτσι ο ασθενής, σε κανονικές θερμοκρασίες, νιώθει να κρυώνει, έχει ρίγος και αναζητά ζεστασιά. Αυτό ενεργοποιεί το μηχανισμό παραγωγής θερμότητας. Όταν η θερμοκρασία του πυρήνα του σώματος φθάσει το νέο σημείο του «θερμοστάτη», τότε ο ασθενής παύει να κρυώνει και σταματά ο παραπάνω μηχανισμός. Αυτή η άνοδος της θερμοκρασίας του σώματος αυξάνει το μεταβολικό ρυθμό και αποτελεί τρόπο αντιμετώπισης προβλημάτων υγείας όπως π.χ. η λήϊμωξη.

Υποθερμία είναι η κατάσταση όπου η θερμοκρασία του πυρήνα του σώματος είναι ίση ή κάτω από 35°C. Η υποθερμία προκαλείται από την έκθεση στο ψύχος, από συγκεκριμένα φάρμακα, σε μεταβολικές καταστάσεις, διεγχειρητικά και μπορεί να επιδεινωθεί σε καταστάσεις όπως υποσιτισμός και δηλητηρίαση από αλκοόλη.

Αν η παραγωγή θερμότητας δεν είναι ικανή να ισορροπήσει τη θερμική απώλεια του σώ-

ματος, τότε η θερμοκρασία του πυρήνα του σώματος πέφτει. Ως αποτέλεσμα, τα αγγεία του δέρματος συσπώνται, προστατεύοντας την απώλεια θερμότητας μέσω ακτινοβολίας και αγωγιμότητας/επαφής. Το αίμα ανακατανέμεται στα ζωτικά όργανα, διατηρώντας μια σταθερή θερμοκρασία. Αυτό προκαλεί μειωμένη κατανάλωση οξυγόνου, μειωμένους σφυγμούς και αυξημένη αρτηριακή πίεση. Επίσης, οι σκελετικοί μύες συσπώνται και χαλαρώνουν ακούσια – διαδικασία που ονομάζεται ρίγος – για παραγωγή θερμότητας. Το δέρμα σταματά να παράγει ιδρώτα και ενεργοποιούνται οι ορθωτήρες μύες των τριχών ώστε αυτές να ανασκωθούν δημιουργώντας ένα στρώμα αέρα γύρω από το δέρμα. Όταν η θερμοκρασία γίνει φυσιολογική, αυτοί οι μηχανισμοί αναστέλλονται.

Η μέτρηση της θερμοκρασίας μπορεί να γίνει όπως αναφέρθηκε σε διάφορα σημεία του σώματος με τη χρήση διαφορετικών ειδών θερμομέτρων (Πίν. 2.1 - Εικ. 2.1):

Πίνακας 2.1. Φυσιολογικές τιμές θερμοκρασίας ανά περιοχή θερμομέτρησης και είδος θερμομέτρου

Σημείο σώματος	Είδος θερμομέτρου	Φυσιολογική θερμοκρασία
Αυτί	Ηλεκτρονικό	37,7 °C
Μέτωπο	Ηλεκτρονικό	37,5 °C
Στόμα	Ηλεκτρονικό ή Υδραργυρικό	37,0°C
Μασχάλη	Ηλεκτρονικό ή Υδραργυρικό	36,3°C
Ορθό	Ηλεκτρονικό	37,7°C

Η θερμομέτρηση στη μασχάλη είναι η λιγότερο ακριβής, ενώ η θερμομέτρηση στο ορθό είναι η πιο ακριβής μέθοδος μέτρησης της θερμοκρασίας. Η θερμομέτρηση στο ορθό αντανακλά καλύτερα τη θερμοκρασία του πυρήνα και είναι κατά περίπου 1°C υψηλότερη από αυτήν που μετράμε από το στόμα.



Εικόνα 2.1. Είδη θερμομέτρων.

Πλαίσιο

Ενδείξεις

Η θερμομέτρηση πρέπει να γίνεται με την είσοδο του ασθενούς σε οποιαδήποτε υπηρεσία υγείας, ώστε να υπάρχει αρχική τιμή. Ανάλογα με τις διακυμάνσεις της θερμοκρασίας καθορίζεται και η συχνότητα των μετρήσεων.

Παρακάτω αναφέρονται συγκεκριμένες περιπτώσεις, όπου η θερμομέτρηση πρέπει να καταγράφεται προσεκτικά:

- Μετεχειρτητικά.
- Κατά τη διάρκεια μετάγγισης αίματος.
- Σε ασθενείς επιρρεπείς σε λοιμώξεις (π.χ. ουδετεροπενικοί, ανοσοανεπαρκείς, ασθενείς σε χημειοθεραπεία ή κορτιζονοθεραπεία).
- Σε βαρέως πάσχοντες.

Αντενδείξεις - Σημεία προσοχής

Υπάρχουν συγκεκριμένα σημεία που χρήσουν προσοχής για συγκεκριμένες μεθόδους θερμομέτρησης. Με βάση τη θέση θερμομέτρησης αυτά είναι:

Ωτικό τύμπανο:

- Θα πρέπει το θερμόμετρο να χωράει στον έξω ακουστικό πόρο.

Στοματική κοιλότητα:

- Προσοχή στη θέση (υπογλωσσίως) και στο χρόνο που χρειάζεται.
- Δυσκολία στη χρήση όταν ο ασθενής έχει στοματική αναπνοή ή χρειάζεται οξυγόνο με προσωπική μάσκα.
- Η θερμομέτρηση μπορεί να επηρεασθεί από την κατανάλωση κρύων ή ζεστών φαγητών ή ροφημάτων, την άσκηση, τον αναπνευστικό ρυθμό και το κάπνισμα.

- Πρέπει ο ασθενής να είναι πλήρως προσανατολισμένος και συνεργάσιμος.

Μασχάλη:

- Παρουσιάζει 0,5-1°C χαμηλότερη θερμοκρασία από το στόμα διότι δεν είναι κοντά σε μεγάλα αγγεία.
- Η θερμοκρασία του δέρματος επηρεάζεται εύκολα από τη θερμοκρασία του περιβάλλοντος.
- Σε παχύσαρκους, το παχύ στρώμα λίπους απομακρύνει το θερμόμετρο από το υποκείμενο αγγειακό δίκτυο.
- Σε λιπόσαρκους το θερμόμετρο μπορεί να μην εσωκλείεται σωστά στο μασχαλιαίο βόθρο.
- Δεν συστήνεται για νεογνά ηλικίας < 4 εβδομάδων.

Ορθό:

- Υπάρχει μια μικρή πιθανότητα εντερικής διατήρησης.
- Πολιτισμικά και ηθικά, κάποιοι ασθενείς δεν αποδέχονται αυτόν τον τρόπο θερμομέτρησης και αυτό πρέπει να γίνεται σεβαστό.
- Χρησιμοποιείται σε παιδιά μόνο αν είναι βαριά άρρωστα ή υποθερμικά.

Κατά τη διαδικασία της θερμομέτρησης πρέπει πάντα να μην θίγεται η αξιοπρέπεια του ασθενή.

Πότε να ζητήσετε βοήθεια

Το υδραργυρικό θερμόμετρο που πλέον έχει καταργηθεί σε πολλές κλινικές για οικολογικούς λόγους είναι λίγο δύσκολο στην ανάγνωσή του και απαιτείται εξάσκηση. Μόλις το απομακρύνετε από τη θέση θερμομέτρησης, κρατήστε το ανάμεσα στον δείκτη και τον αντίχειρα και των δύο χεριών

(πάντα φορώντας γάντια) και σκώστε το στο ύψος των ματιών. Με αργές κινήσεις κυλίστε/ρολλήστε το θερμόμετρο μεταξύ του αντίχειρα και του δείκτη κοιτώντας τους αριθμούς πάνω στο γυαλί. Μπορεί να χρειασθεί να κυλίσετε μπρος-πίσω πολλές φορές το θερμόμετρο πριν δείτε καθαρά τη στήλη του υδραργύρου. Ο αριθμός που αντιστοιχεί στο σημείο που τελειώνει η στήλη του υδραργύρου είναι η θερμοκρασία που έχετε καταγράψει. Αν παρόλα αυτά δεν μπορείτε να διαβάσετε τη μέτρηση, ζητήστε βοήθεια από κάποιον άλλο επαγγελματία υγείας.

Διαδικασία

Προετοιμασία

Προετοιμάστε τον εαυτό σας

Τηρήστε κανόνες υγιεινής των χεριών πριν από την επαφή με τον ασθενή για πρόληψη λοιμώξεων και χρησιμοποιήστε άλλοιο εξοπλισμό αν χρειασθεί.

Προετοιμάστε τον ασθενή

Εξηγήστε με λεπτομέρειες όλη τη διαδικασία στον ασθενή. Ρωτήστε για πιθανούς παράγοντες που μπορεί να επηρεάσουν τη μέτρηση.

Προετοιμάστε τον απαραίτητο εξοπλισμό

Διασφαλίστε ότι ετοιμάσατε το σωστό εξοπλισμό.

Απαραίτητος εξοπλισμός

- A. Ο απαραίτητος εξοπλισμός για τη θερμομέτρηση με θερμόμετρο αυτιού είναι:
- Θερμόμετρο αυτιού
 - Ειδική μιας χρήσεως καλύπτρα

- Το διάγραμμα του ασθενή όπου θα καταγραφεί το αποτέλεσμα, η ημερομηνία, η ώρα και ο επαγγελματίας υγείας που έκανε τη θερμομέτρηση
Σύμφωνα με τη NICE 2013 αυτός ο τρόπος δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε νεογνά < 4 εβδομάδων χωρίς επίβλεψη.

Οδηγός Βήμα – Βήμα για Θερμομέτρηση με Θερμόμετρο Αυτιού

1 Τηρήστε κανόνες υγιεινής των χεριών.

Για πρόληψη λοιμώξεων.

2 Συστηθείτε, επιβεβαιώστε την ταυτότητα του ασθενή, εξηγήστε τη διαδικασία και πάρτε τη συγκατάθεσή του.

Για ταυτοποίηση της ταυτότητας του ασθενή και διασφάλιση ότι κατανοεί τη διαδικασία και συναινεί σε αυτή.

3 Βοηθήστε τον ασθενή να παραμείνει ήσυχος, χαλαρός και ακίνητος κατά τη διαδικασία.

Για αποφυγή τραυματισμού.

4 Ενεργοποιήστε το θερμόμετρο.

Για να είναι έτοιμο για χρήση.

- 5** Εφαρμόστε στο θερμόμετρο την ειδική καλύπτρα μιας χρήσης.

Για πρόληψη λοιμώξεων.



- 6** Σταθεροποιήστε το κεφάλι του ασθενή.

Για αποφυγή τραύματος.

- 7** Τραβήξτε ελαφρά το ωτικό λοβίο προς τα κάτω ή το ωτικό πτερύγιο προς τα επάνω.

Για ευθείασμό του ακουστικού πόρου.



- 8** Κρατήστε το θερμόμετρο σταθερό για όσο χρόνο συστήνει ο κατασκευαστής.

Για να σιγουρευτείτε ότι μετρήσατε τη μέγιστη θερμοκρασία.



- 9** Απομακρύνετε τη μιας χρήσης καλύπτρα σύμφωνα με τις οδηγίες πρόληψης λοιμώξεων.

Για πρόληψη λοιμώξεων.

- 10** Καταγράψτε τη θερμοκρασία στο θερμοδιάγραμμα του ασθενή μαζί με την ώρα, την ημερομηνία και το όνομά σας.

Για ενημέρωση των επόμενων εξεταστών και πιθανή σύγκριση αποτελεσμάτων.

B. Ο απαραίτητος εξοπλισμός για τη θερμομέτρηση με θερμόμετρο στοματικής κοιλότητας είναι:

- Θερμόμετρο (υδραργυρικό, ηλεκτρονικό)
- Καθαριστικό/απολυμαντικό διάλυμα για το θερμόμετρο
- Το διάγραμμα του ασθενή για την καταγραφή

Οδηγός Βήμα – Βήμα για Θερμομέτρηση με Θερμόμετρο Στοματικής Κοιλότητας

- 1** Τηρήστε κανόνες υγιεινής των χεριών.

Για πρόληψη λοιμώξεων.

- 2** Συστηθείτε, επιβεβαιώστε την ταυτότητα του ασθενή, εξηγήστε τη διαδικασία και πάρτε τη συγκατάθεσή του.

Για ταυτοποίηση της ταυτότητας του ασθενή και διασφάλιση ότι κατανοεί τη διαδικασία και συναινεί σε αυτή.

- 3** Βοηθήστε τον ασθενή να παραμείνει ήσυχος, χαλαρός και ακίνητος κατά τη διαδικασία.

Για αποφυγή τραυματισμού.

- 4** Πλύνετε το θερμόμετρο και σκουπίστε το από το απολυμαντικό διάλυμα. Αν χρησιμοποιείτε υδραργυρικό θερμόμετρο, «τινάξτε το» για να το φέρετε στη θερμοκρασία έναρξης. Αν χρησιμοποιείτε ηλεκτρονικό θερμόμετρο, ενεργοποιήστε το.

Για αποφυγή λάθους στη θερμομέτρηση.

- 5** Τοποθετήστε το θερμόμετρο στην υπογλώσσια χώρα.

Για ακριβέστερη καταγραφή.



- 6** Συμβουλευτείτε τον ασθενή να μην μιλάει, να μην δαγκώνει, αλλά να κλείσει τα χείλη του.

Για αποφυγή τραύματος και επηρεασμού της θερμομέτρησης από τον εξωτερικό αέρα.



- 7** Αφήστε το υδραργυρικό ή το ηλεκτρονικό θερμόμετρο για όσο χρόνο συστήνει ο κατασκευαστής.

Για να σιγουρευτείτε ότι μετρήσατε τη μέγιστη θερμοκρασία.

Γ. Ο απαραίτητος εξοπλισμός για τη θερμομέτρηση με θερμόμετρο μασχάλης είναι:

- Θερμόμετρο (υδραργυρικό, ηλεκτρονικό)
- Καθαριστικό/απολυμαντικό διάλυμα για το θερμόμετρο
- Το διάγραμμα του ασθενή για την καταγραφή