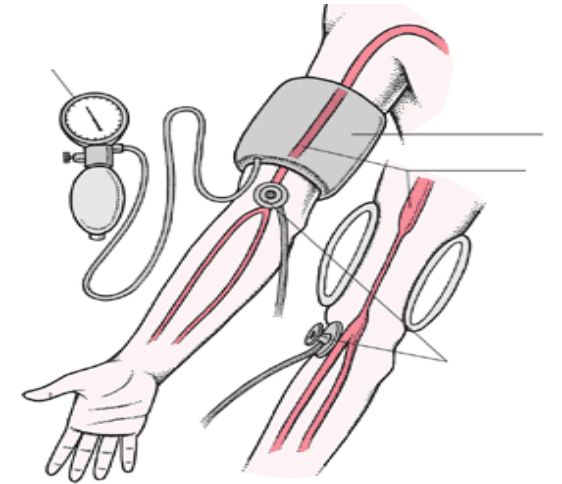
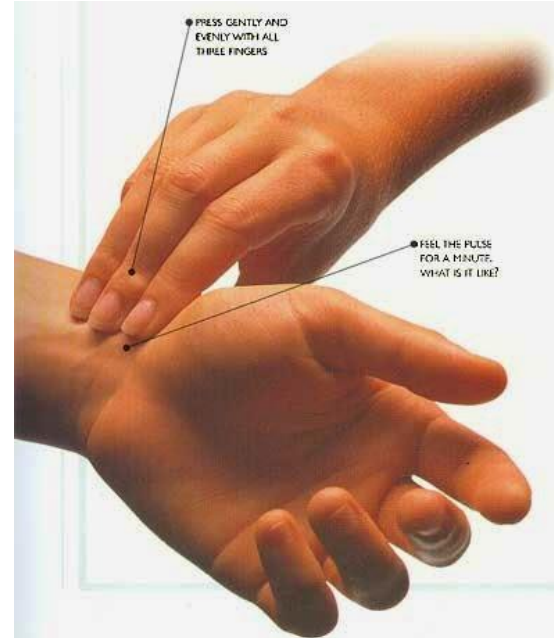
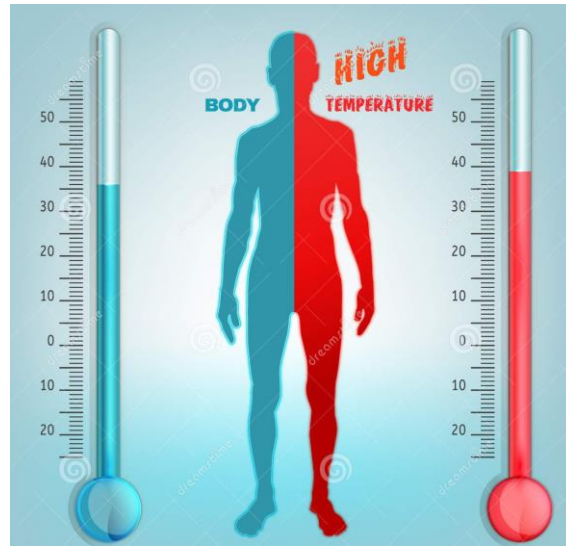
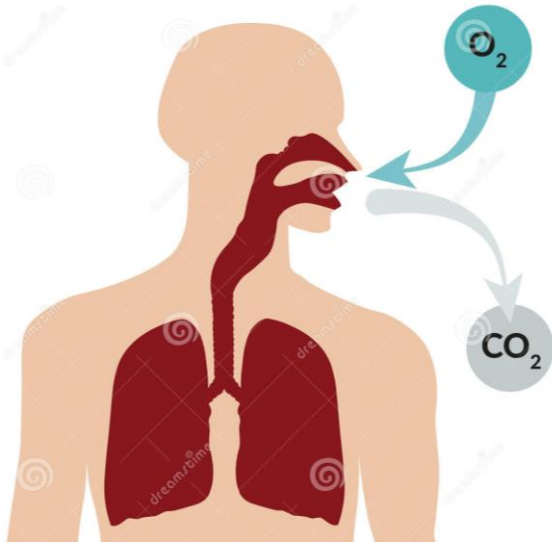




**ΖΩΤΙΚΑ  
ΣΗΜΕΙΑ**



# Ποια είναι τα ζωτικά σημεία;

---

# Ορισμός

- Τα **ζωτικά σημεία (Ζ.Σ.)** του αρρώστου αποτελούν **βασικά κριτήρια** για την **εκτίμηση** της κατάστασής του, αλλά είναι και ευαίσθητοι δείκτες που δείχνουν ακριβώς τι **συμβαίνει** ή τι **πρόκειται** να συμβεί στον άρρωστο.

Ζωτικά σημεία ονομάζονται:

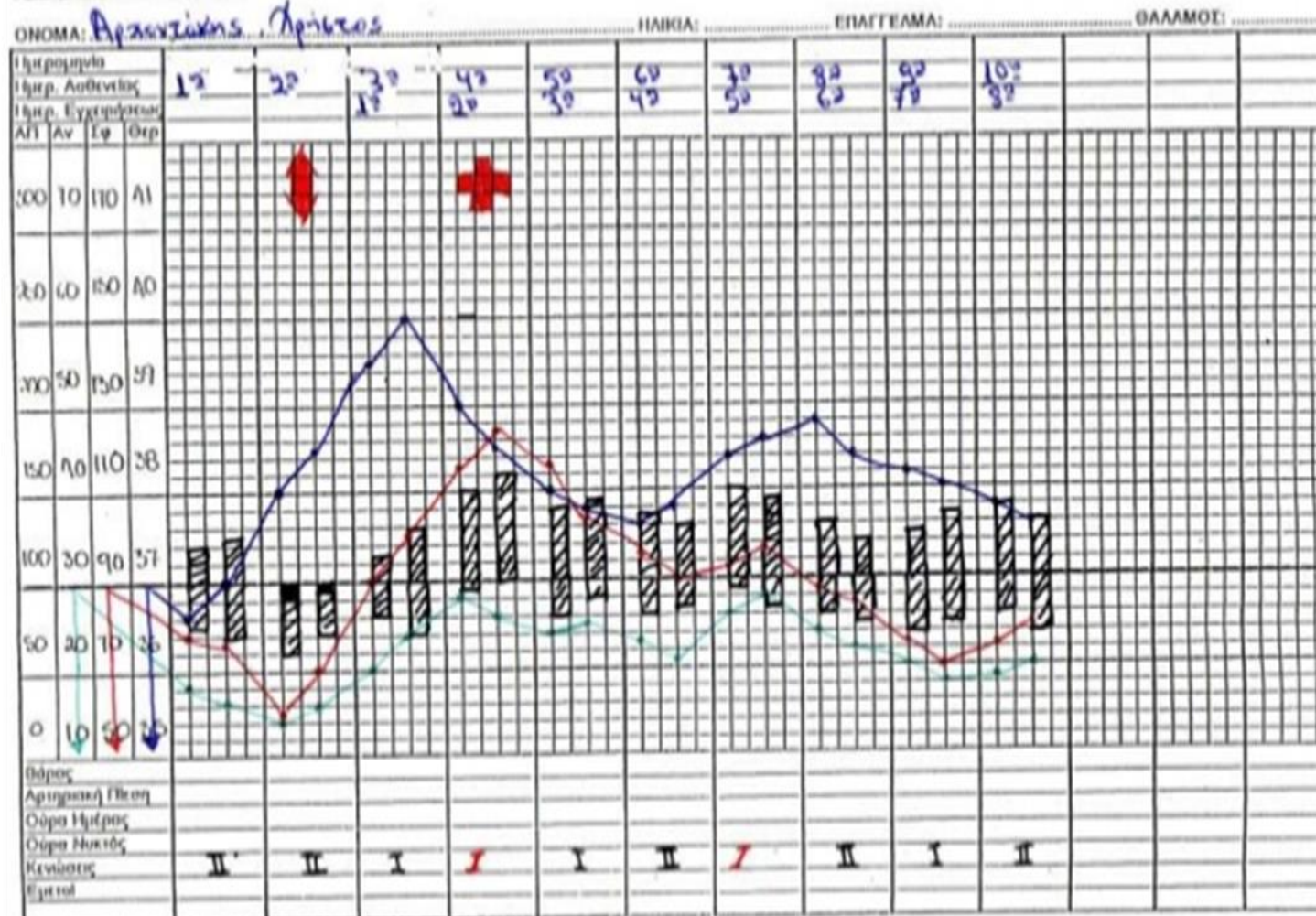
- **η θερμοκρασία**
- **ο σφυγμός**
- **η αναπνοή**
- **η αρτηριακή πίεση**



# Θερμομετρικό διάγραμμα

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ  
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ - ΠΡΟΝΟΙΑΣ  
ΠΑΓΚΡΗΤΙΟ ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ ΚΑΙ ΠΑΝΑΓΙΩΤ  
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

ΕΤΟΣ: ..... ΑΡΙΘΜ. ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ: ..... ΔΙΑΓΝΩΣΗ: .....  
ΠΑΤΡΩΣ: ..... Τόπος Διαμονής: ..... ΘΕΡΑΠΕΙΑ: .....  
ΕΚΒΑΣΗ: .....



ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΣΦΑΛΕΥΣΗΣ  
Δ.Υ.Π.Ε.  
ΓΕΝΙΚΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ  
ΚΛΙΝΙΚΗ/ΤΜΗΜΑ: Α' ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΗ

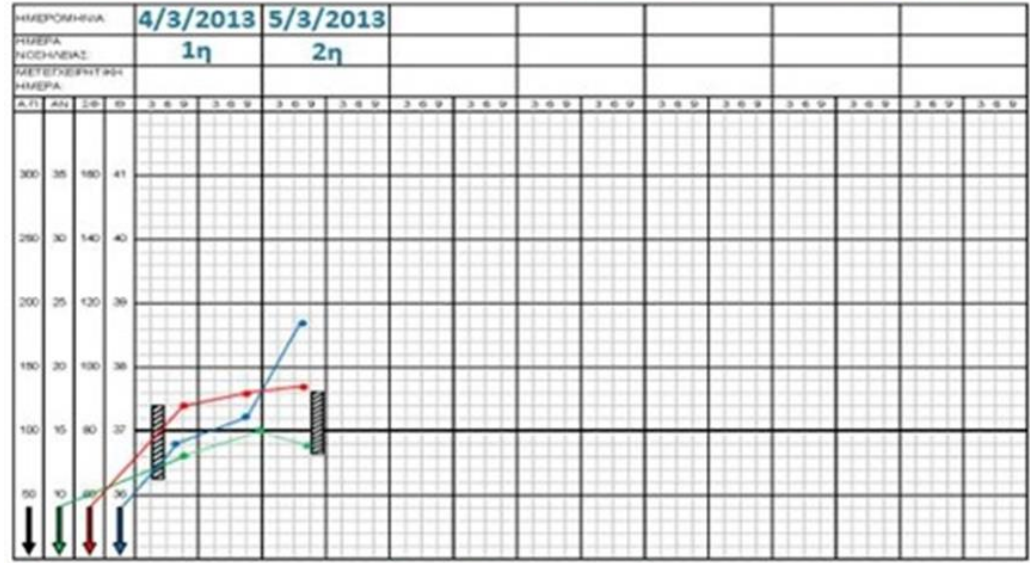
N1  
308

Αρ. Μητρ. Ασθ: 33142  
Αρ. Θεαλ: 311 Κλίνη: 4

## ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΙΚΟ ΔΙΑΓΡΑΜΜΑ

### ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΑΣΘΕΝΟΥΣ

Επώνυμο: ΚΑΛΤΣΟΥΝΗ Όνομα: ΜΑΡΙΑ Πατρώνυμο: ΓΕΩΡΓΙΟΣ



### ΤΡΙΩΡΕΣ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΗΣΕΙΣ

ΗΜ/ΝΙΑ:	4/3/13
06:00	36,7
09:00	37
12:00	36,9
15:00	37,3
18:00	38
21:00	38,1
00:00	37,9
03:00	38
ΒΑΡΟΣ ΣΩΜΑΤΟΣ:	72 Kg
ΚΕΝΩΣΕΙΣ:	0

# ΖΩΤΙΚΑ ΣΗΜΕΙΑ

---

Οι **μηχανισμοί** του ανθρώπινου σώματος που ρυθμίζουν τις ζωτικές αυτές λειτουργίες είναι πάντοτε **σταθεροί**.

---

Κάθε **παρέκκλιση** από το φυσιολογικό χαρακτηρίζεται σημείο κάποιας **νόσου** ή **νοσηρής** κατάστασης.

---

Τόσο η **διάγνωση** όσο και η **θεραπευτική** αγωγή του πάσχοντα εξαρτώνται από την **ακριβή μέτρηση**, **εκτίμηση** και **καταγραφή** των ζωτικών σημείων.

---

Ελέγχονται **καθημερινά** και **αξιολογούνται** **συγκριτικά** με τις προηγούμενες τιμές.

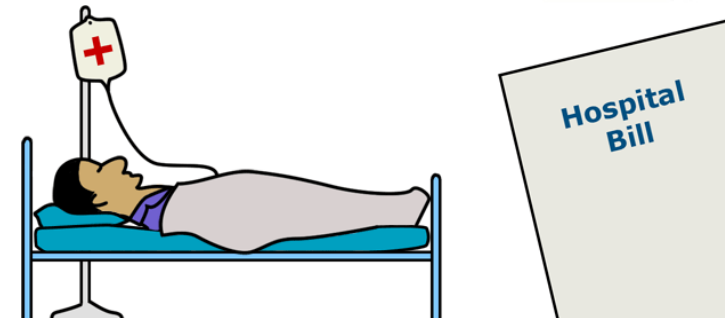
# Για τη σωστή και ακριβή λήψη, εκτίμηση και καταγραφή των Ζ.Σ. πρέπει να γνωρίζουμε:

---

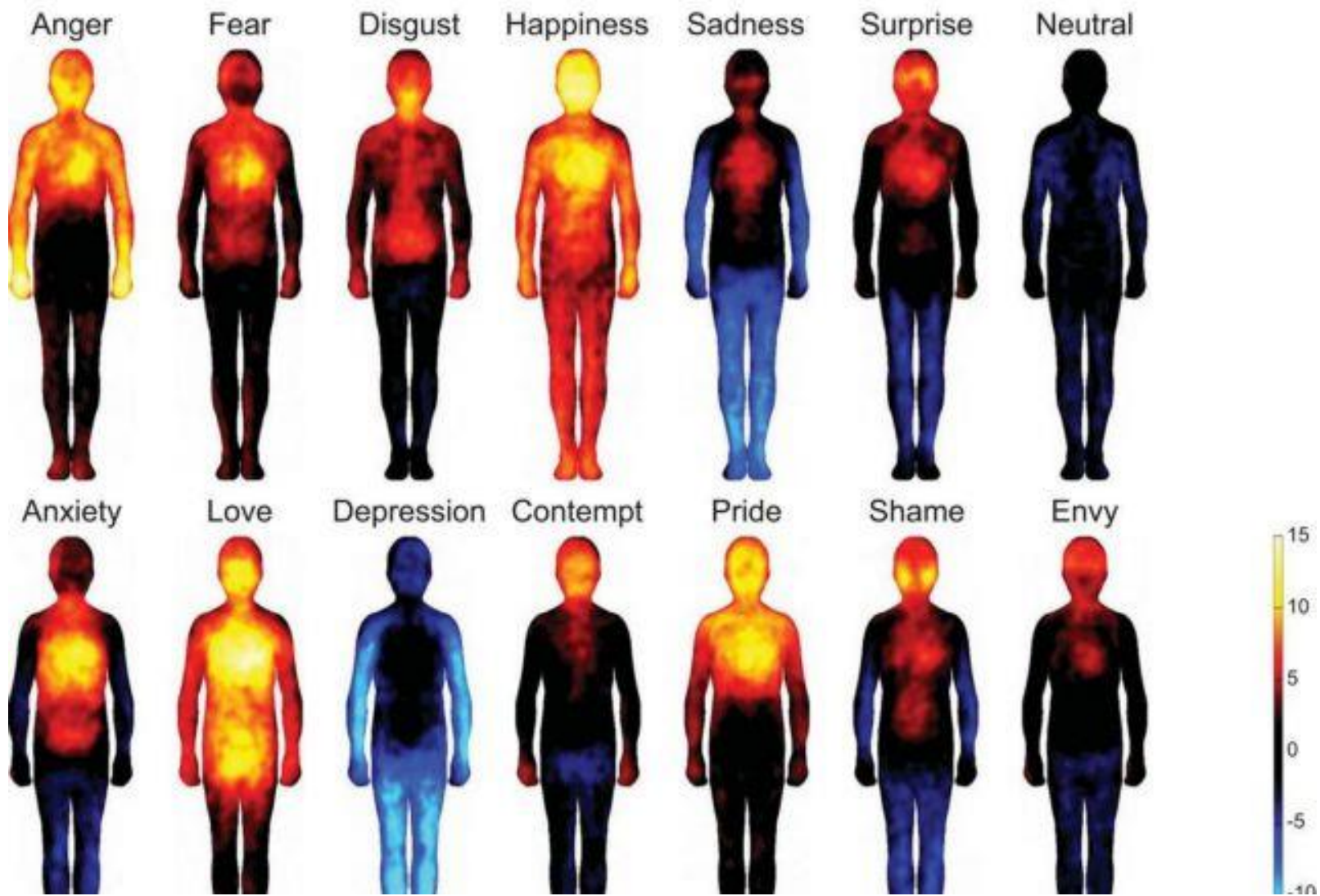
- Τον **πάσχοντα** και τη **νόσο** του.
- Τους **μηχανισμούς** κάθε **ζωτικής λειτουργίας** ώστε να μπορούμε να **ερμηνεύσουμε, εκτιμήσουμε και συσχετίσουμε** αυτούς με την κατάσταση του πάσχοντος.
- Τις **φυσιολογικές** τιμές και τις **μεθόδους** λήψεως και **καταγραφής**.
- Τους **παράγοντες** που **επηρεάζουν** τις φυσιολογικές τιμές.

# Τα ζωτικά σημεία λαμβάνονται:

1. Κατά την **είσοδο** του αρρώστου στο νοσοκομείο.
2. **Πρωί** και **απόγευμα** στη ρουτίνα του νοσηλευτικού τμήματος.
3. **Πριν, κατά** και **μετά** από **χειρουργική** ή **διαγνωστική** διαδικασία.
4. Στην περίπτωση που η **γενική** σωματική κατάσταση του αρρώστου **μεταβληθεί** απότομα.
5. Πριν και μετά από **χορήγηση φαρμάκων**, που επιδρούν στην **καρδιαγγειακή** και **αναπνευστική** λειτουργία του αρρώστου.
6. Πριν από νοσηλευτικές **παρεμβάσεις**, που μπορεί να επηρεάσουν ένα ή περισσότερα από τα ζωτικά σημεία του αρρώστου.







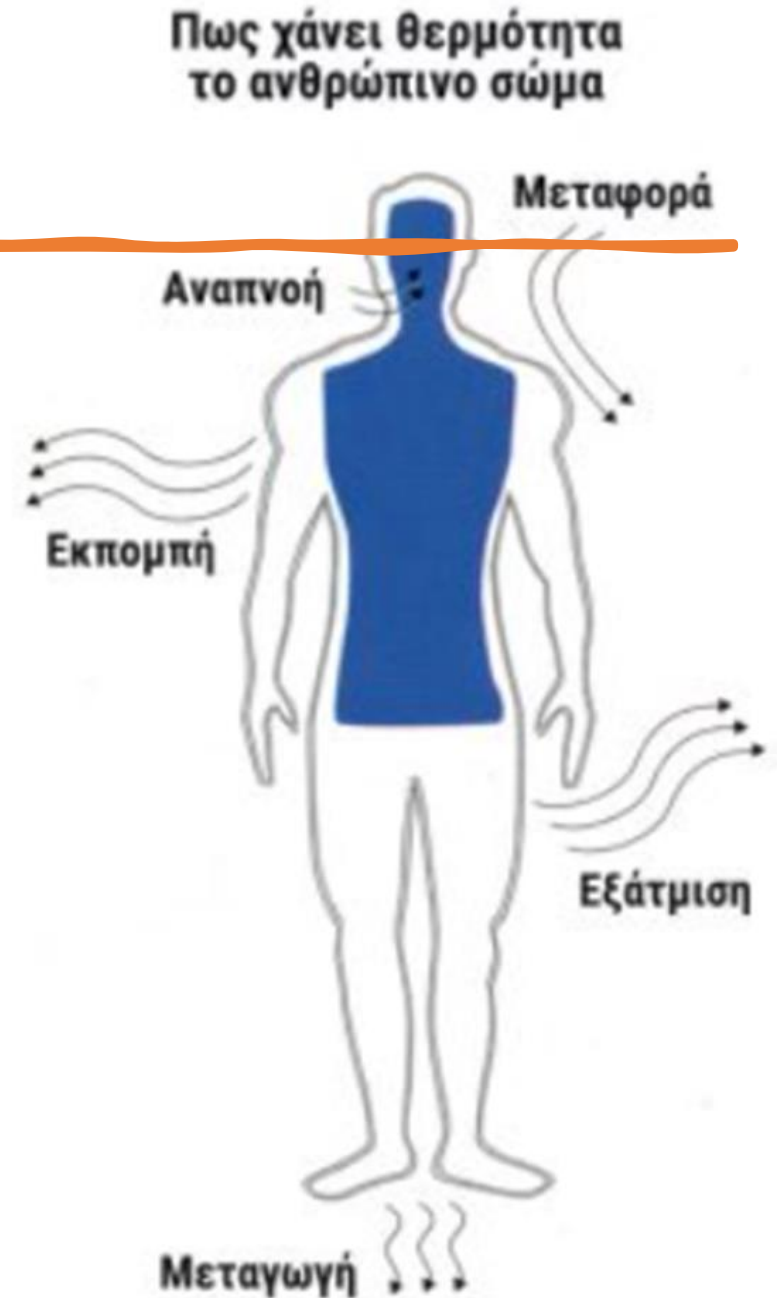
# ΘΕΡΜΟΚΡΑΣΙΑ



# Θερμοκρασία σώματος - Ορισμός

Ως θερμοκρασία νοείται ο **βαθμός** της θερμοκρασίας του σώματος και αντιπροσωπεύει την **ισορροπία μεταξύ παραγόμενης και αποβαλλόμενης** θερμότητας του σώματος.

- Η θερμοκρασία παράγεται από τις **μεταβολικές επεξεργασίες** και ιδιαίτερα από τη **μυϊκή δραστηριότητα** του ατόμου και λιγότερο από το περιβάλλον και άλλους παράγοντες.
- Αποβάλλεται από το **δέρμα** με την **εξάτμιση νερού**, την **αγωγή** και **μεταφορά** και την **ακτινοβολία**.
- Ο κύριος ρυθμιστής της είναι το **θερμορυθμιστικό κέντρο** που βρίσκεται στον **υποθάλαμο στον μέσο εγκέφαλο**.



# Θερμοκρασία σώματος



- Το ανθρώπινο σώμα διατηρεί συνεχώς σταθερή τη θερμοκρασία του, ανεξάρτητα από τη θερμοκρασία του περιβάλλοντος και το ρυθμό παραγωγής της θερμότητας στο σώμα.
- Οι διακυμάνσεις δείχνουν την κατάσταση υγείας του σώματος.
- Αν υπάρχει υπερθερμία, λόγω πυρετογόνων παραγόντων ή άλλης βλάβης, η θερμοστατική λειτουργία μπορεί να διαταραχθεί.

# Παράγοντες που επηρεάζουν τη θερμοκρασία του σώματος είναι:

η ηλικία

το περιβάλλον

το στρες

η άσκηση

το βάρος του σώματος

οι ορμονικές επιδράσεις

το κάπνισμα

ορισμένα φάρμακα (παραγωγή ανοσοσυμπλεγμάτων - υποχωρεί εντός 72 ωρών μετά τη διακοπή χορήγησης του υπεύθυνου φαρμάκου)

ασθένειες και τραύματα

# Παράγοντες που επηρεάζουν τη θερμοκρασία του σώματος

---

- **Περιβάλλον** (Η θερμοκρασία του περιβάλλοντος μπορεί να επηρεάσει κατά  $1\text{ }^{\circ}\text{C}$  περίπου σε κρύα ή ζεστή ατμόσφαιρα, σε παιδιά και ηλικιωμένους ενδέχεται να είναι περισσότερο από  $1\text{ }^{\circ}\text{C}$ ).
- **Ηλικία** (Σε νήπια λόγω αυξημένου μεταβολισμού η φυσιολογική θερμοκρασία μπορεί να είναι λίγο πάνω από  $37\text{ }^{\circ}\text{C}$ . Εμφανίζουν ευαισθησία στο κρύο διότι ο θερμορυθμιστικός μηχανισμός τους δεν είναι ανεπτυγμένος. Επίσης εμφανίζουν ευαισθησία τα ηλικιωμένα άτομα λόγω μειωμένης ικανότητας του θερμορυθμιστικού μηχανισμού).
- **Stress** (Σε περιόδους έντασης και ψυχικών καταπονήσεων αυξάνεται η νευρο-ορμονική δραστηριότητα. Παρουσιάζεται αύξηση στην έκκριση της επινεφρίνης και της νορεπινεφρίνης, με αποτέλεσμα την αύξηση της θερμοκρασίας).
- **Ορμονική επίδραση** (Αύξηση της θερμοκρασίας πριν την εμμηνορρυσία, που αποδίδεται στην αύξηση της προγεστερόλης).
- **Άσκηση** (Η μυϊκή εργασία και η άσκηση αυξάνουν την παραγωγή θερμότητας, που αποκαθίσταται στο φυσιολογικό μετά από 30' λεπτά περίπου).
- **Ύπνος** (Μειώνεται η θερμοκρασία λόγω μειωμένου μεταβολισμού και μυϊκής δραστηριότητας).
- **Άλλοι παράγοντες** (Το είδος της διατροφής κρύας ή ζεστής, τα ενδύματα, ορισμένα φάρμακα κ.ά.)



# Πυρετός

**Πυρετός** καλείται η αύξηση της θερμοκρασίας του σώματος πάνω από τα φυσιολογικά επίπεδα ( $37,2^{\circ}\text{C}$ ).

- Η αύξηση της θερμοκρασίας αποτελεί **χαρακτηριστικό πολλών ασθενειών** (λοιμώξεις, κακοήθη νεοπλάσματα, μεταβολικές διαταραχές, βλάβες του ΚΝΣ, κ.ά.) και αποδίδεται στη διαταραχή του **θερμορυθμιστικού μηχανισμού**, με τον οποίο **διατηρείται** η θερμοκρασία του σώματος **σταθερή**, με **διακυμάνσεις** κατά τη διάρκεια του 24ώρου.

Το ανθρώπινο σώμα  
σε κανονικές θερμοκρασίες

Πυρήνας  $37\text{C}^{\circ}$

Περιφέρεια  $37\text{C}^{\circ}$



Ένα υποθερμικό  
ανθρώπινο σώμα

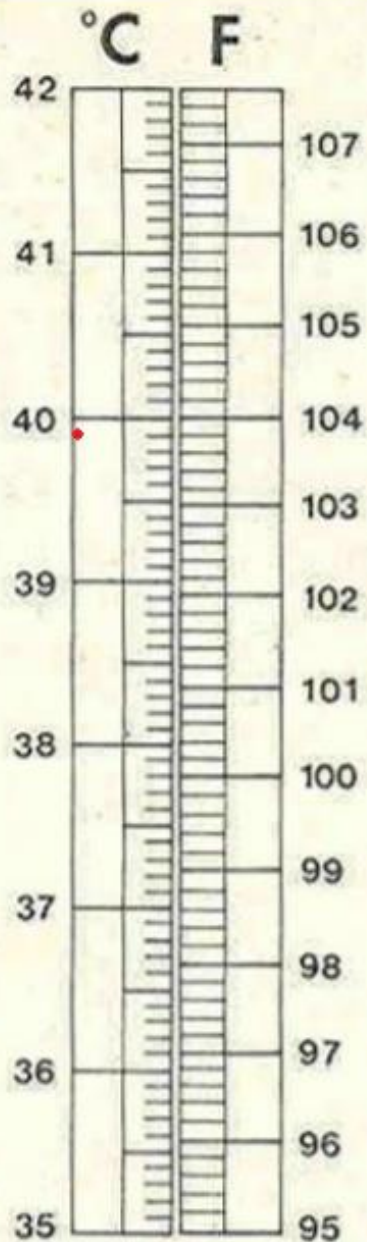
Πυρήνας 35C°



Περιφέρεια 31.1C°

## Θερμοκρασία σώματος

- Η αύξηση της θερμοκρασίας πάνω από **40° C** καλείται **υπερπυρεξία**, ενώ η πτώση της κάτω από **36° C υποθερμία**.
- Χαμηλή θερμοκρασία παρατηρείται σε χρόνιες εξαντλητικές αρρώστιες, shock, ανάρρωση από διάφορα λοιμώδη νοσήματα κ.ά.
- Η αύξηση της θερμοκρασίας συνοδεύεται από **φρίκια**.
- Πολλές φορές ο πυρετός εισβάλλει με **ρίγος**, κατά τη διάρκεια του οποίου υπάρχει έντονο το **αίσθημα του κρύου** και συνοδεύεται από **τρόμο** σε όλο το σώμα.
- Στα **παιδιά** η εισβολή του πυρετού μπορεί να συνοδεύεται από **εμέτους** και **σπασμούς**.
- Το **ρίγος** διαρκεί **10–15 λεπτά** και ακολουθεί **αίσθημα θερμότητας** και **αύξηση της θερμοκρασίας**.



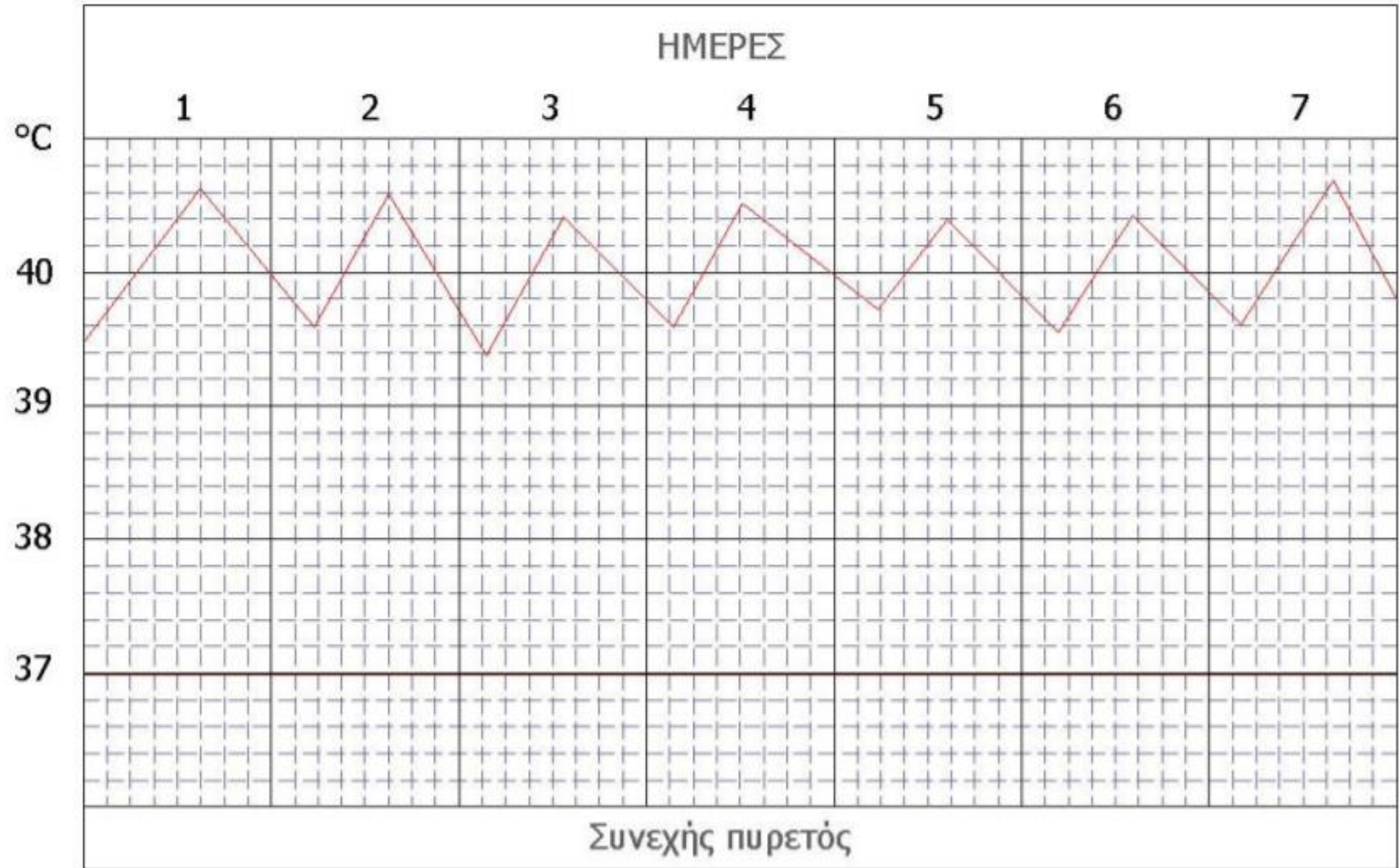
## Θερμοκρασία σώματος

---

Στη **δεκαδική πυρετική κίνηση** (δέκατα), η θερμοκρασία κυμαίνεται από **37,2° C** μέχρι **37,6° C** και συνοδεύεται από ελαφρά εφίδρωση, αδυναμία κ.ά.

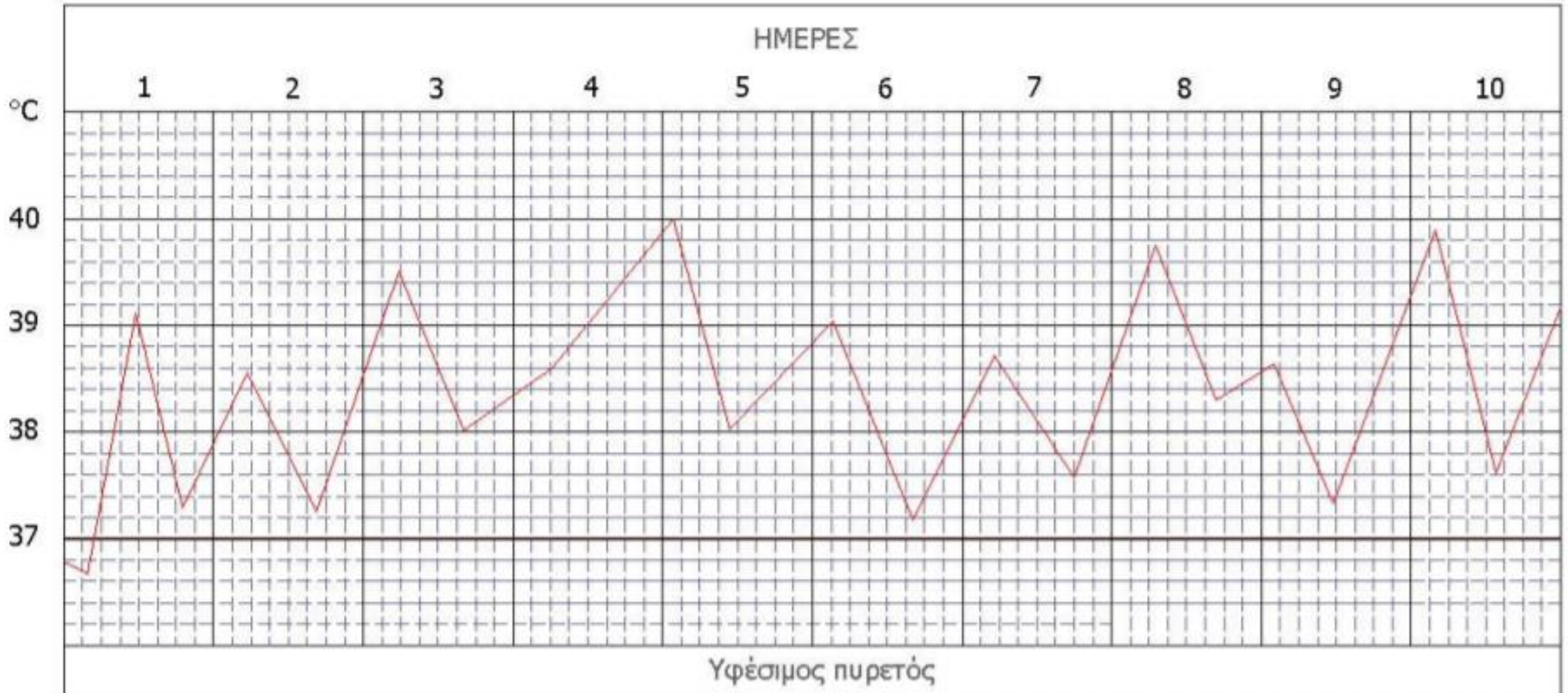
Η θερμοκρασία αυτή εμφανίζεται συνήθως κατά τις **απογευματινές ώρες**.

# Τύποι πυρετού

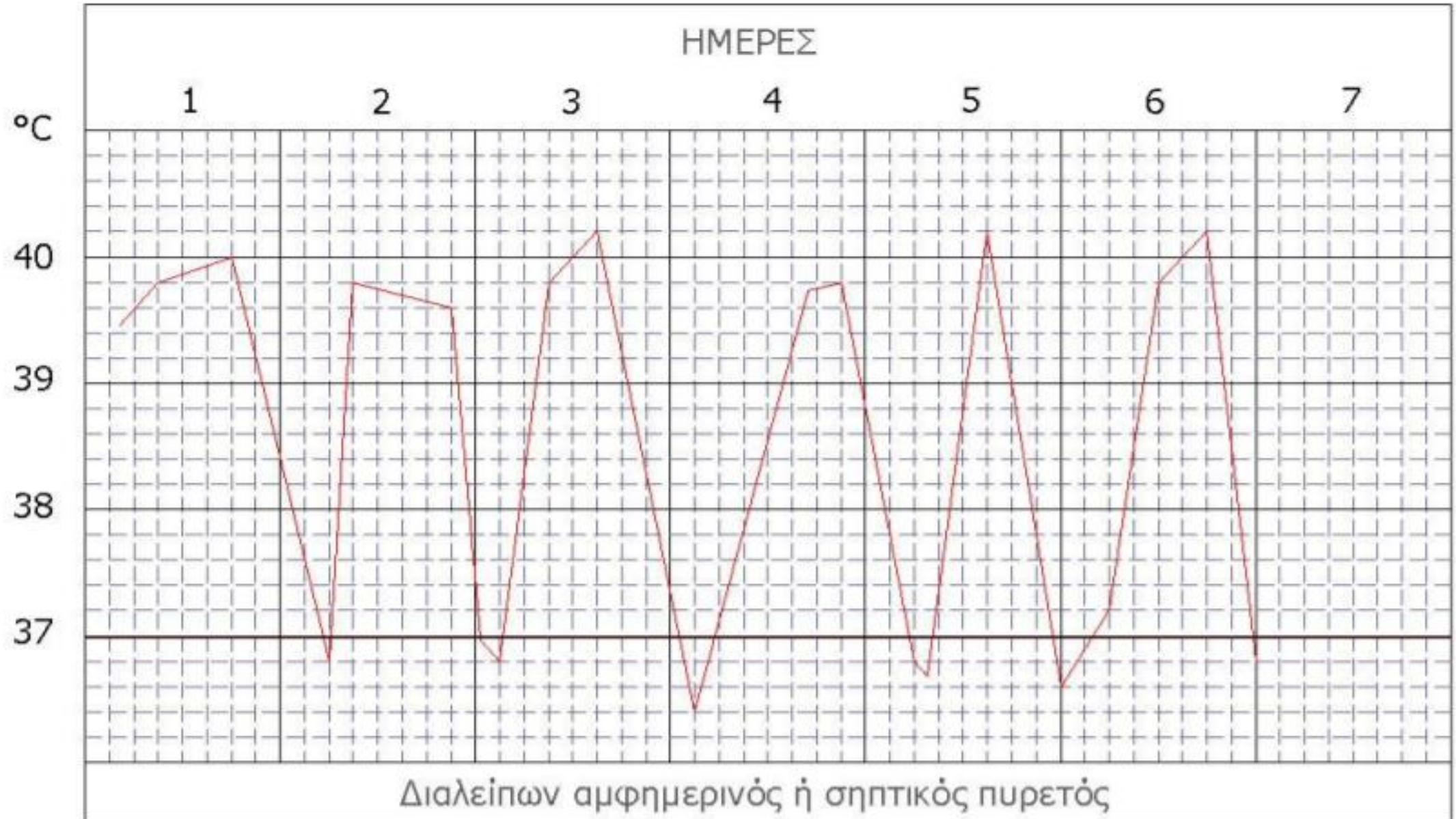




# Τύποι πυρετού

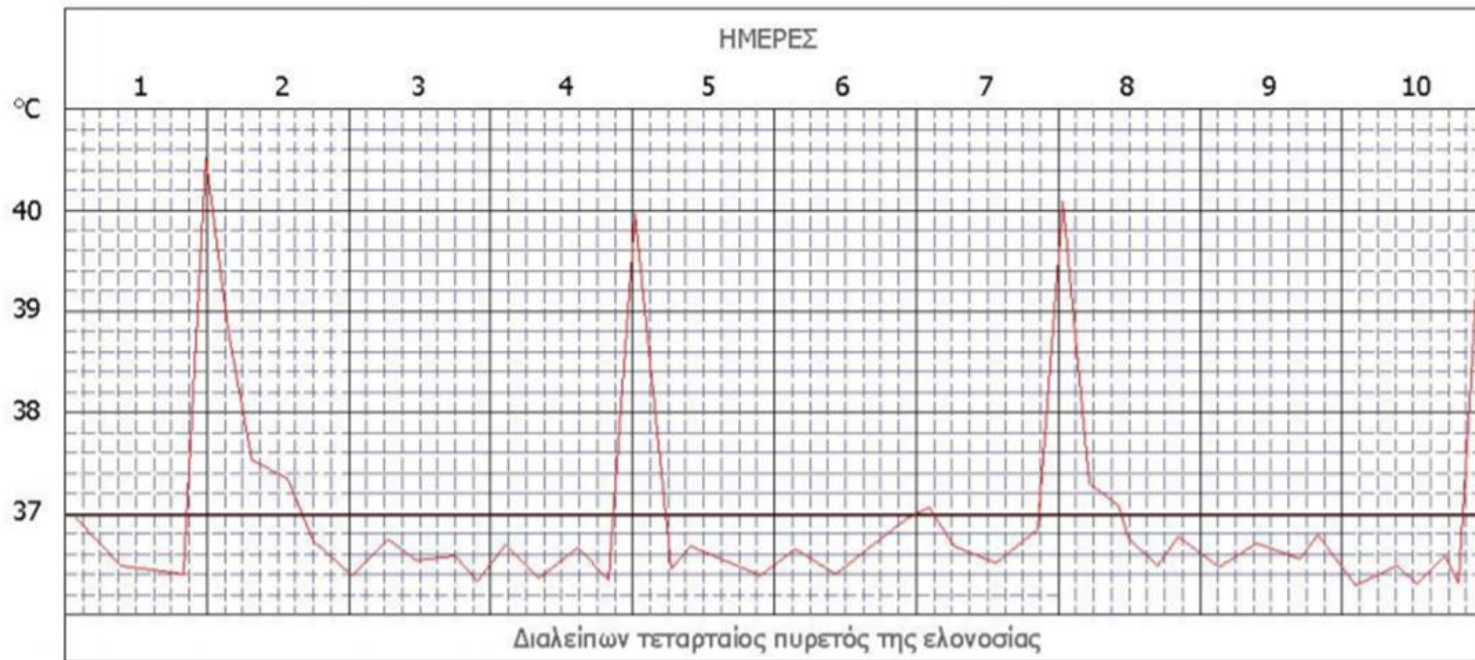
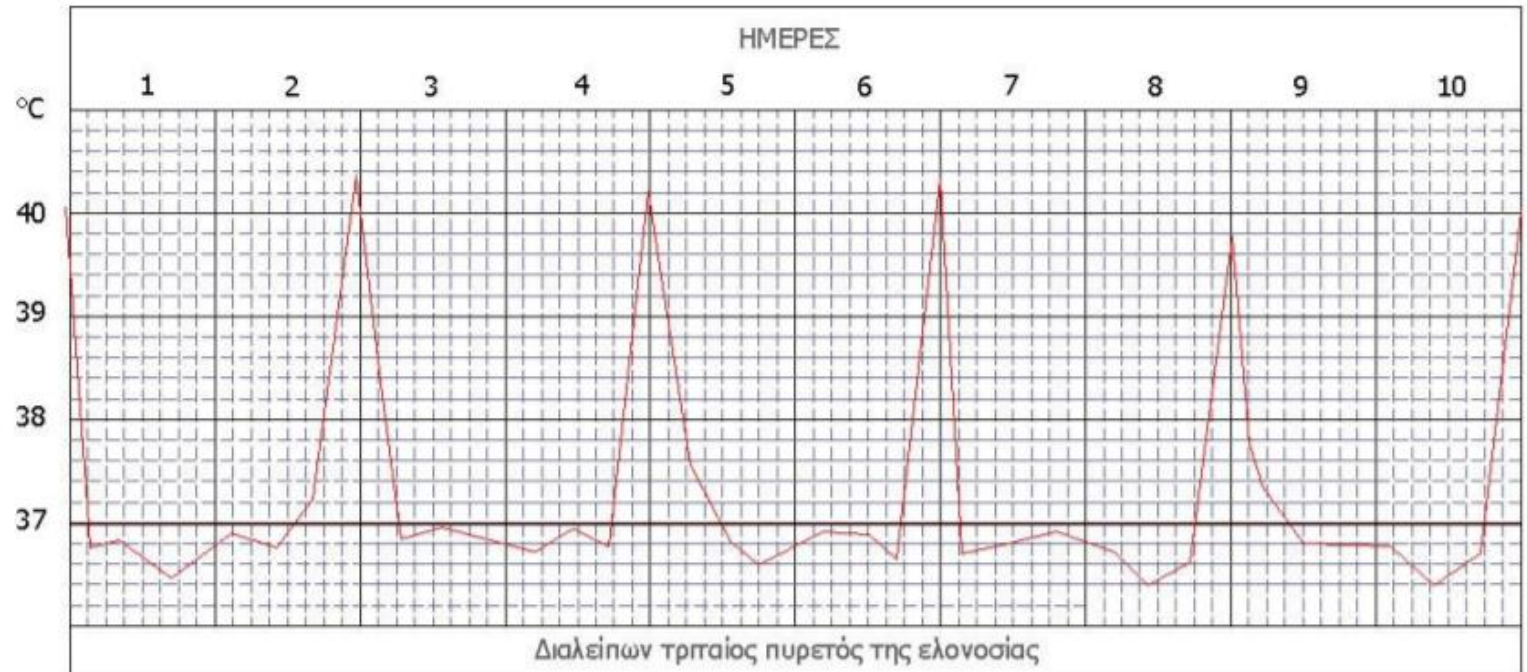


# Τύποι πυρετού

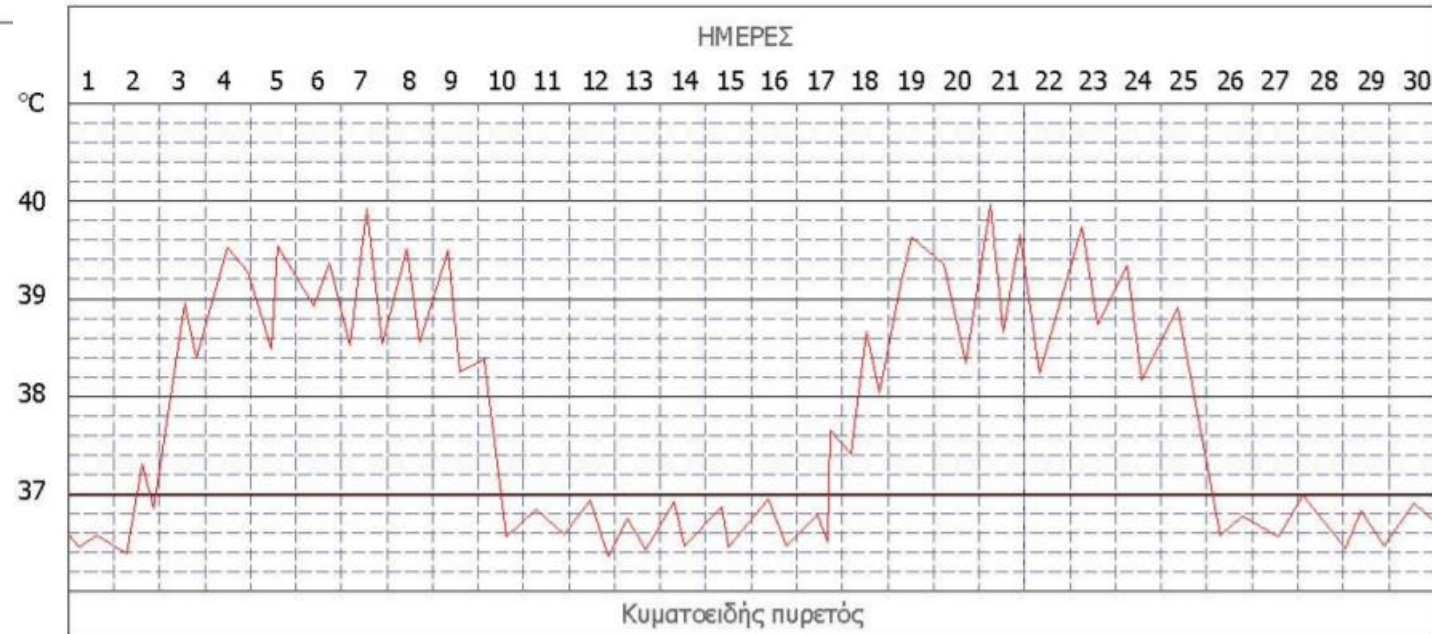
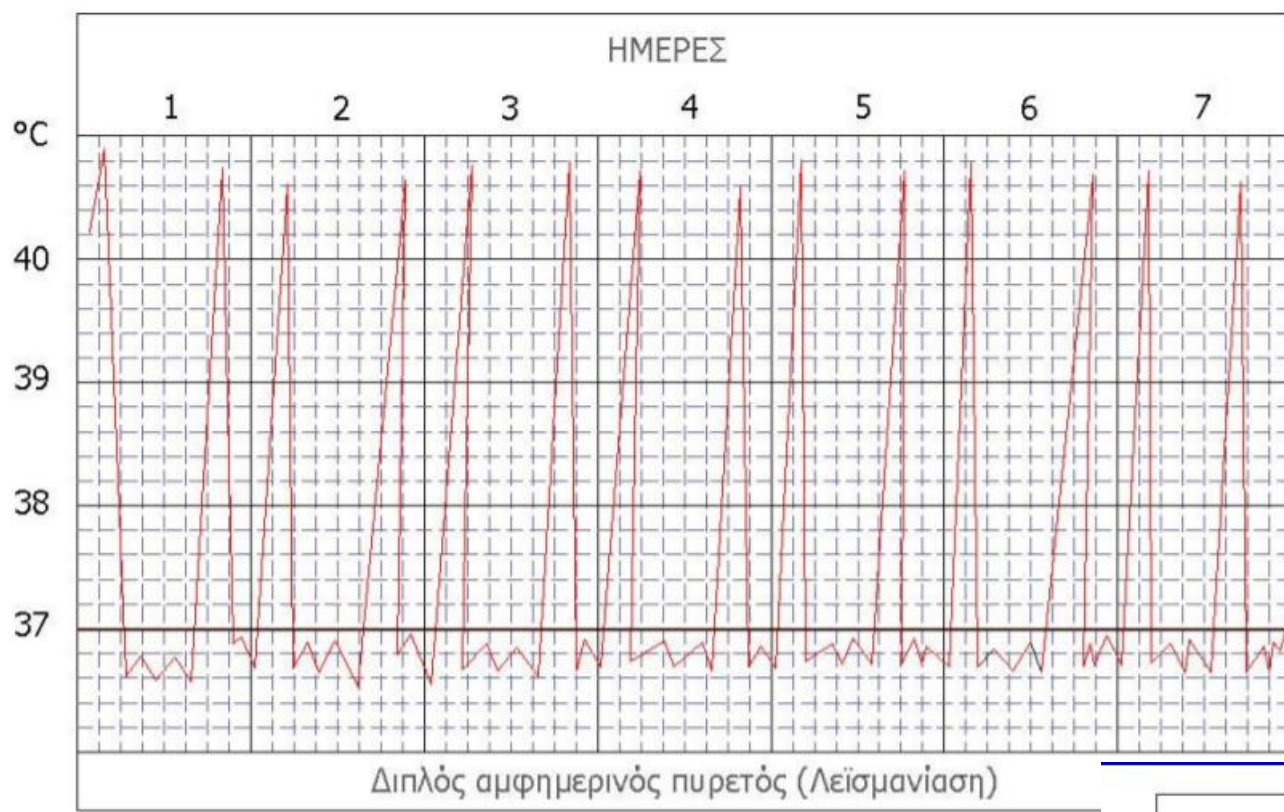




# Τύποι πυρετού

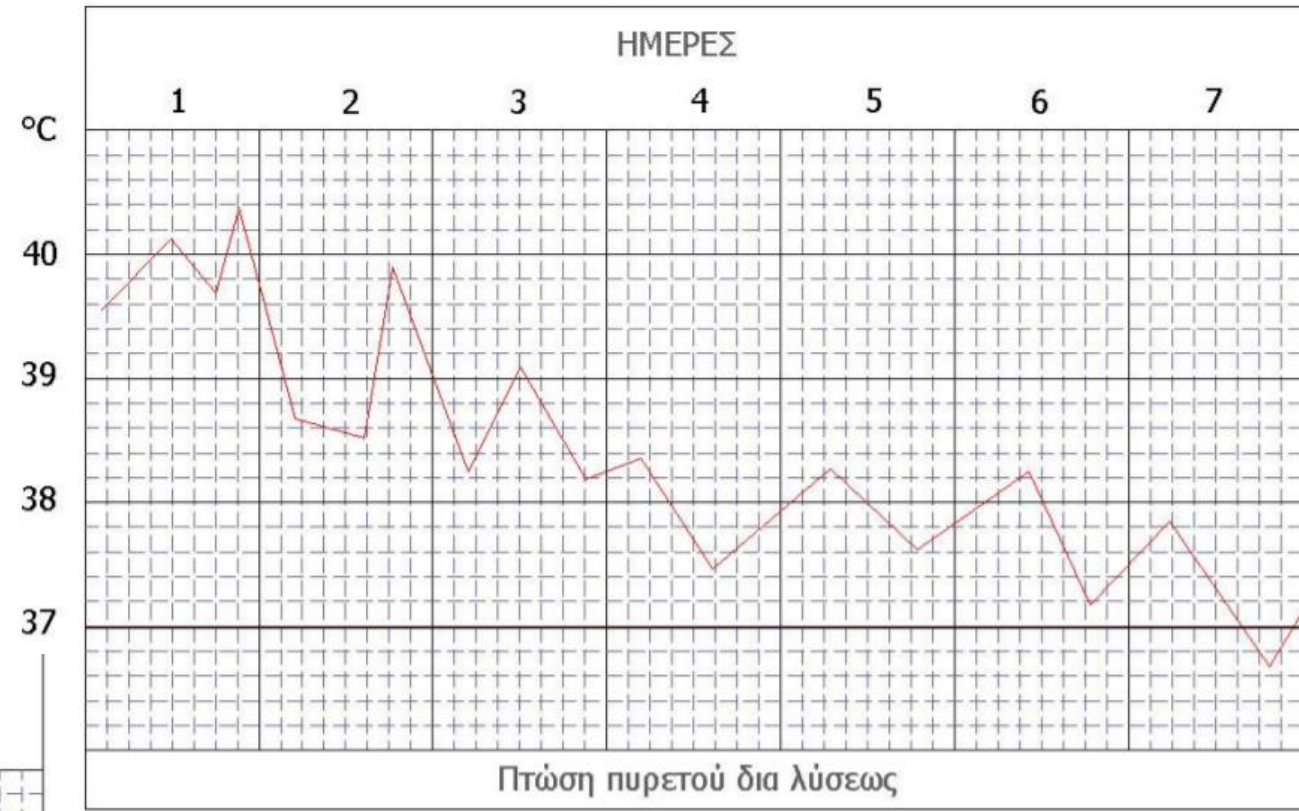
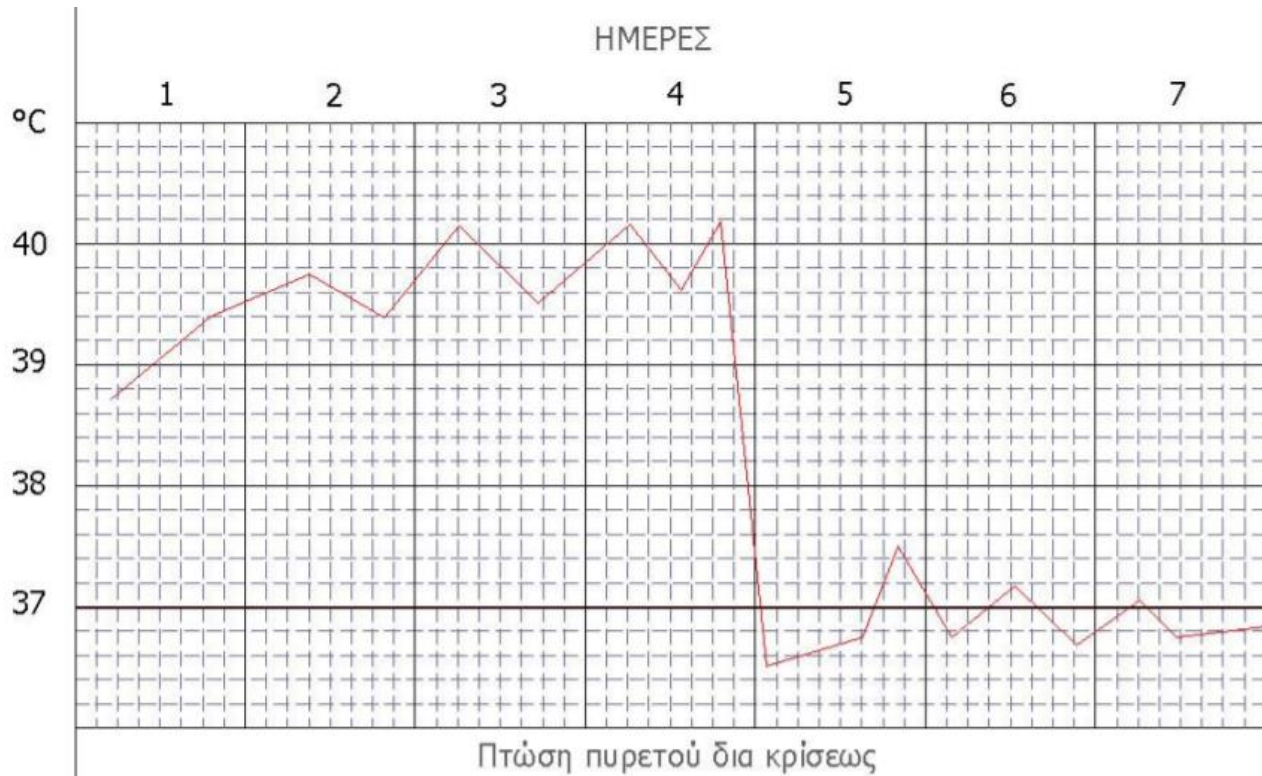


# Τύποι πυρετού





# Τύποι πυρετού



# Σημεία που λαμβάνεται η θερμοκρασία

- Από τη **μασχάλη** – Φυσιολογική τιμή:  $36^{\circ}\text{C} - 37^{\circ}\text{C}$
  - Από το **στόμα** – Φυσιολογική τιμή:  $36,2^{\circ}\text{C} - 37,2^{\circ}\text{C}$
  - Από το **ορθό** – Φυσιολογική τιμή:  $36,5^{\circ}\text{C} - 37,5^{\circ}\text{C}$
- 
- Η θερμομέτρηση από τη μασχάλη είναι ο **ευκολότερος** τρόπος, αλλά **λιγότερο ακριβής**.
  - **Μεταξύ ατόμων** παρατηρούνται **μικροδιαφορές**.
  - Η φυσιολογική θερμοκρασία **κυμαίνεται** από  **$36,1^{\circ}\text{C}$**  το πρωί μέχρι  **$37,2^{\circ}\text{C}$**  το απόγευμα.

# ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΗΣΗ

- **Πνευμονική αρτηρία:**
  - αποτελεί το πρότυπο μέτρησης, παρέχει τις πιο έγκυρες, αξιόπιστες και ακριβείς τιμές μέτρησης της κεντρικής θερμοκρασίας,
  - επιτυγχάνεται μόνο μέσω της τοποθέτησης καθετήρα **Swan-Ganz** και είναι μια έντονα επεμβατική μέθοδος που συνοδεύεται από υψηλό κίνδυνο επιπλοκών.
- **Τυμπανική μεμβράνη:**
  - αιματώνεται από τα **ίδια αγγεία με τον υποθάλαμο**,
  - χρησιμοποιούνται θερμόμετρα υπέρυθρης ακτινοβολίας που τοποθετούνται στον ακουστικό πόρο – επίσης, καθετήρες συνεχούς μέτρησης, οι οποίοι παρέχουν εγκυρότερες και συνεχείς μετρήσεις της θερμοκρασίας, αλλά ενέχουν τον κίνδυνο ρήξης της μεμβράνης, επειδή έρχονται σε άμεση επαφή με αυτή.

# ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΗΣΗ

- **Ουροδόχος κύστη:**
  - μετρήσεις μέσω **θερμίστορα** που συνδέεται στον ουροκαθετήρα και παρέχει τη δυνατότητα συνεχούς μέτρησης,
  - αν και οι μετρήσεις χαρακτηρίζονται από υψηλή εγκυρότητα, ισχύουν οι ίδιοι περιορισμοί με το ορθό,
  - επιπλέον, στους ασθενείς με shock, η μέθοδος επηρεάζεται σημαντικά από τη μείωση της νεφρικής ροής αίματος και καθίσταται αναξιόπιστη.
- **Οισοφάγος/ρινοφάρυγγας:**
  - χρησιμοποιείται καθετήρας που επιτρέπει τη συνεχή μέτρηση,
  - οι μετρήσεις **επηρεάζονται** από την παρουσία **τοπικών τραυματισμών** ή από την **εισπνοή των αναισθητικών αερίων**,
  - τις πιο αξιόπιστες μετρήσεις παρέχει η τοποθέτηση του καθετήρα στο κατώτατο τριτημόριο του οισοφάγου (τιμές πλησιέστερες στη θερμοκρασία της καρδιάς και των μεγάλων αγγείων).



# ΤΥΠΟΙ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΩΝ

ΤΥΠΟΙ	ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ	ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ	ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ
<p><u>Υδραργυρικά</u> <u>(σιγά - σιγά αποσύρονται από την αγορά)</u></p> <p>Θερμόμετρα</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Στόματος</u></li><li>• <u>Απευθυσμένου</u></li><li>• <u>Μασχάλης</u></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Η <u>θερμοκρασία διαστέλλει τον υδράργυρο</u>.</li><li>• Αποτελείται από έναν γυάλινο σωλήνα στον οποίο σφραγίζεται ένας λεπτός σωλήνας γεμάτος υδράργυρος (όταν θερμαίνεται, ο υδράργυρος διαστέλλεται και ανεβαίνει σε ένα ορισμένο επίπεδο).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Ευκολομεταχείριστο</u></li><li>• Εύκολο να <u>απολυμανθεί</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Η <u>ακρίβεια</u> του <u>κυμαίνεται</u> παρά τις προσπάθειες για σταθεροποίηση του.</li><li>• Κίνδυνος <u>σπασίματος</u> και <u>μολύνσεως</u>. Μπορεί να προκαλέσει <u>τραυματισμό</u> από θραύσματα και <u>εισπνοή</u> ατμών υδραργύρου.</li><li>• <u>Βραδεία ανύψωση</u> θερμοκρασίας σε σύγκριση με τα άλλα.</li><li>• <u>Δύσκολα διαβάζεται</u> η στήλη του υδραργύρου.</li></ul>



# ΤΥΠΟΙ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΩΝ

ΤΥΠΟΙ	ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ	ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ	ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ
<p><u>Ψηφιακό ή ηλεκτρονικό</u> θερμόμετρο</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• <u>Στόματος</u></li><li>• <u>Απευθυσμένον</u></li><li>• <u>Μασχάλης</u></li><li>• <u>Αγκώνα</u></li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Τροφοδοτείται από ενσωματωμένους <u>αισθητήρες αφής</u>.</li><li>• Όταν θερμαίνεται, το αποτέλεσμα εμφανίζεται στην <u>ψηφιακή οθόνη</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Αρκετά <u>ισχυρό</u>, δεν θα θρυμματιστεί σε κομμάτια εάν θα πέσει.</li><li>• Διαθέτει ήχο, μνήμη και χρονόμετρο.</li><li>• Ορισμένα μοντέλα διαθέτουν οπίσθιο <u>φωτισμό</u>, βολικό για τη νυχτερινή θερμομέτρηση.</li><li>• <u>Απενεργοποιείται</u> αυτόματα.</li></ul>	<p>Εμφανίζει μερικές φορές <u>ανακριβές αποτέλεσμα</u> κατά τη μέτρηση της θερμοκρασίας στη <u>μασχάλη</u> (το <u>σφάλμα</u> <u>μπορεί να είναι από 0,1 έως 0,5 °C</u>).</p>



# ΤΥΠΟΙ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΩΝ

ΤΥΠΟΙ	ΜΗΧΑΝΙΣΜΟΣ	ΠΛΕΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ	ΜΕΙΟΝΕΚΤΗΜΑΤΑ
<p><b><u>Υπέρυθρο</u></b> θερμόμετρο</p> <ul style="list-style-type: none"><li>Μετρά τη θερμοκρασία του σώματος χρησιμοποιώντας <u>υπέρυθρη ακτινοβολία</u> που προέρχεται από το άτομο.</li><li>Μπορούν γρήγορα να μετρήσουν τη θερμοκρασία <u>προσαρτώντας το στο αυτί ή στο μέτωπο</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Η συσκευή είναι εξοπλισμένη με ένα ευαίσθητο εξάρτημα που <u>καταγράφει τη φυσική ακτινοβολία του σώματος</u> και εμφανίζει πληροφορίες στην οθόνη, μετατρέποντας το αποτέλεσμα στους συνήθεις βαθμούς.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Μετρά τη θερμοκρασία <u>γρήγορα</u>.</li><li>Το θερμόμετρο είναι εξοπλισμένο με <u>αδιάβροχο περίβλημα</u>, <u>μνήμη</u> προηγούμενων μετρήσεων και οπίσθιο <u>φωτισμό</u>.</li><li>Μπορούν να χρησιμοποιηθούν ακόμη και όταν το άτομο κοιμάται ή είναι αναισθητο, καθώς <u>δεν απαιτείται άμεση επαφή με το σώμα</u>.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Το θερμόμετρο μπορεί να εμφανίσει <u>ανακριβή αποτελέσματα</u> κατά τη μέτρηση της θερμοκρασίας του σώματος στο αυτί κατά τη διάρκεια μέσης ωτίτιδας.</li><li><u>Ακόμη και μια μικρή κίνηση μπορεί να οδηγήσει σε λάθος δεδομένα</u>.</li></ul>



# ΤΥΠΟΙ ΘΕΡΜΟΜΕΤΡΩΝ

Βραχιόλια



Θερμικές ταινίες



# Αντενδείξεις για κάθε τρόπο θερμομέτρησης:

---

*Η θερμομέτρηση από το στόμα είναι καλύτερος τρόπος, με ορισμένες προϋποθέσεις.*

## Η θερμομέτρηση από το στόμα δεν γίνεται σε:

- **Χειρουργημένους** αρρώστους στο στόμα και στη μύτη, διότι παρεμποδίζεται η λειτουργία της αναπνοής.
- **Φλεγμονές** στοματικής κοιλότητας για αποφυγή ερεθισμού.
- **Μη συνεργάσιμα άτομα** (παιδιά, ηλικιωμένοι, ανήσυχτοι, ασθενείς με ρίγος), καθώς υπάρχει ο κίνδυνος ατυχήματος από σπάσιμο του θερμομέτρου.
- Μετά από πρόσφατη **λήψη ζεστού ή κρύου**.



# Αντενδείξεις για κάθε τρόπο θερμομέτρησης:

---

- Η θερμομέτρηση από το ορθό δεν γίνεται σε:
  - **Χειρουργημένους** αρρώστους στο ορθό ή το κατώτερο τμήμα του παχέος εντέρου.
  - Ασθενείς με **αιμορραγία** εντέρου, **κολίτιδα**, **διαρροϊκό** σύνδρομο για την πρόληψη ερεθισμού και τραυματισμού.
  - Μετά από **πρόσφατο υποκλυσμό**, καθώς επηρεάζεται η θερμοκρασία του εντέρου από το διάλυμα.
  - Ασθενείς με **πρόσφατο έμφραγμα μυοκαρδίου**, διότι με αυτόν το χειρισμό μπορεί να ερεθισθεί το **πνευμονογαστρικό νεύρο**, με αποτέλεσμα την **πρόκληση βραδυκαρδίας ή άλλων ανωμαλιών του καρδιακού ρυθμού**.

# Ώρες θερμομέτρησης

---

- Κατά την **εισαγωγή** του αρρώστου.
- Μία ή δύο φορές την ημέρα (**πρωί- απόγευμα**), συνήθως γίνονται σε όλους τους αρρώστους, ανάλογα με το σύστημα του νοσοκομείου.
- **Τρίωρη θερμομέτρηση** που γίνεται σε:
  - Αρρώστους **πυρέσσοντες** ή με **υποθερμία**.
  - **Χειρουργημένους** ή σε άλλες ειδικές περιπτώσεις.
  - Σε αρρώστους **υπό εντατική παρακολούθηση**, π.χ. καρδιοχειρουργημένους, όταν υπάρχει η δυνατότητα συνδέονται με **monitors** για **συνεχή έλεγχο**.

# Γενικές Αρχές Θερμομέτρησης

---

- Εξασφαλίστε, αν είναι δυνατόν, **ατομικό θερμόμετρο**. Μειώνεται ο **κόπος** και ο **χρόνος** της νοσηλείας και ασφαλίσετε τον άρρωστο από **πιθανή μόλυνση**.
- **Απολυμαίνετε** το θερμόμετρο **πριν** το χρησιμοποιήσετε σε άρρωστο και καθαρίζετε το **μετά** τη χρήση του από τα υγρά του σώματος τα οποία επηρεάζουν τον υδράργυρο.
- **Κατεβάζετε** πάντοτε τον **υδράργυρο** του θερμομέτρου πριν το βάλλετε στη θέση του.
- **Μη χρησιμοποιείτε** ποτέ θερμόμετρο στόματος για θερμομέτρηση ορθού ή μασχάλης.
- Έχετε **ατομικό δίσκο θερμομέτρησης** για αρρώστους που θερμομετρούνται από το ορθό.
- Μην αφήνετε τον άρρωστο να θερμομετρηθεί μόνος του από το ορθό για την πρόληψη τραυματισμού.
- Τοποθετείτε το θερμόμετρο με ήπιες κινήσεις, ιδιαίτερα όταν υπάρχουν **αιμορροΐδες** για την πρόληψη τοπικού ερεθισμού, πόνου, **τραυματισμού** και **αιμορραγίας**.
- Ποτέ το θερμόμετρο **δεν πλένετε με ζεστό νερό**, αλλά σαπουνίζεται με κρύο νερό και απολυμαίνεται.

## Υλικό νοσηλείας

### Δίσκος θερμομέτρησης με:

- Θερμόμετρο σε **δοχείο** με **αντισηπτική διάλυση**.
- **Τολύπια** ή τεμάχια χαρτοβάμβακα, **νεφροειδές**.
- **Διάγραμμα** αρρώστου, **στυλό**, μολύβι μπλε-κόκκινο.
- **Βαζελίνη** σε θερμομέτρηση από το ορθό.



## Ενημέρωση και προετοιμασία του αρρώστου

- **Εξηγείστε** στον άρρωστο τι πρόκειται να κάνετε.
- **Ζητείστε** τη **συνεργασία** του, συστήστε να παραμείνει **ήρεμος** και αν χρειασθεί δώστε εξηγήσεις για τον τρόπο χρήσεως του θερμομέτρου.
- **Βεβαιωθείτε** ότι **δεν υπάρχει αντένδειξη** για τον τρόπο θερμομέτρησης που θα εφαρμόσετε.



## Ετοιμασία και τοποθέτηση θερμομέτρου υδραργύρου

### Θερμομέτρηση στόματος

- Ελέγχετε την ακεραιότητα του, βεβαιωθείτε ότι ο **υδράργυρος είναι κατεβασμένος** κάτω από τους **35°C**.
- Κρατείστε το θερμόμετρο από το **αντίθετο μέρος του υδραργύρου**.
- Συστήστε στον άρρωστο να ανοίξει το στόμα του και τοποθετείστε το βολβό του υδραργύρου **αριστερά ή δεξιά στο χαλινό κάτω από τη γλώσσα**. Στη θέση αυτή εξασφαλίζεται επαφή του υδραργύρου με τα **επιπολής αιμοφόρα αγγεία** και παίρνεται η ακριβής θερμοκρασία του σώματος.
- Εξηγήστε στον άρρωστο να **κλείσει καλά τα χείλη του και όχι τα δόντια του** για να μην σπάσει το θερμόμετρο.
- **Να αποφύγει την τριβή και τη μετακίνηση του θερμομέτρου με τη γλώσσα**, διότι έτσι αυξάνεται η θερμοκρασία.
- Κρατείστε το θερμόμετρο στη θέση αυτή **για 3΄ λεπτά** και αφαιρέστε το.
- **Διαβάστε** προσεκτικά τη θερμοκρασία, καθαρίστε το θερμόμετρο από τις εκκρίσεις του στόματος με τολύπιο και απορρίψτε το στο νεφροειδές.
- **Αναγράψτε** τη θερμοκρασία με μπλε μολύβι στο θερμομετρικό διάγραμμα, καθαρά με ακρίβεια και στη σωστή ημερομηνία.
- **Ξαναδιαβάστε** τη θερμοκρασία πριν κατεβάσετε το θερμόμετρο για ασφάλεια και βάλτε το στη **θέση του**.

## Ετοιμασία και τοποθέτηση θερμομέτρου υδραργύρου

### Θερμομέτρηση μασχάλης

Εργασθείτε όπως με τη θερμομέτρηση από το στόμα με τις παρακάτω διαφορές:

- **Στεγνώστε τη μασχάλη** του αρρώστου, αν είναι ιδρωμένος, **διότι η υγρασία επηρεάζει τη θερμοκρασία.**
- Τοποθετείστε το θερμόμετρο από **το άκρο του υδραργύρου στη μασχάλη** και συστήστε στον άρρωστο να **ακινητοποιήσει το χέρι** του τοποθετώντας το στο θώρακα και **υποστηρίζοντας το βραχίονα με το άλλο χέρι.** Με τον τρόπο αυτό αποφεύγεται η τριβή, η οποία αυξάνει τη θερμοκρασία. Επιπλέον εάν δεν υπάρχει **πλήρης και σταθερή επαφή σώματος** και θερμομέτρου διέρχεται **αέρας και κατεβάζει τη θερμοκρασία.**
- Αφήστε το θερμόμετρο **5' - 10' λεπτά** περίπου, **ανάλογα με τον τύπο** του θερμομέτρου και αφαιρέστε το. Η θερμομέτρηση μασχάλης χρειάζεται περισσότερη ώρα από εκείνη του στόματος και του ορθού.
- **Καθαρίστε** το θερμόμετρο, **διαβάστε και καταγράψτε** σωστά και με ακρίβεια τη θερμοκρασία στο θερμομετρικό διάγραμμα του αρρώστου.

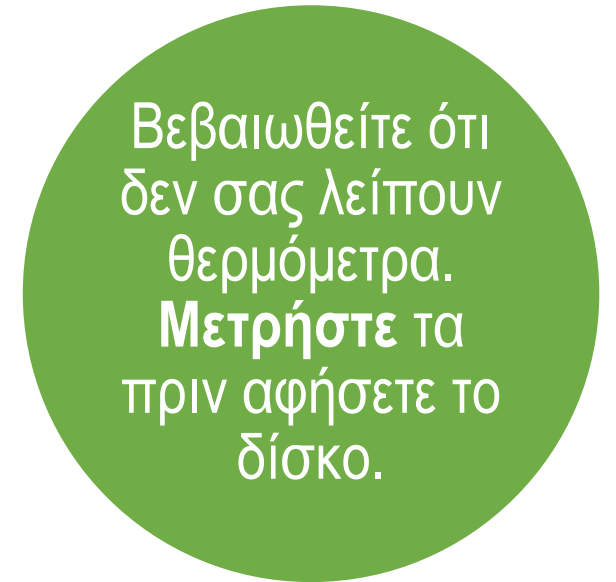
# Ετοιμασία και τοποθέτηση θερμομέτρου υδραργύρου

## Θερμομέτρηση ορθού

Εργασθείτε όπως με τη θερμομέτρηση από το στόμα με τις παρακάτω διαφορές:

- Δώστε πλάγια θέση στον άρρωστο με το επάνω πόδι σε ελαφρά κάμψη για τη χαλάρωση των μυών.
- Εξασφαλίστε μοναχικότητα (παραβάν ή κουρτίνες).
- **Αναδιπλώστε τα κλινοσκεπάσματα** και ετοιμάστε τον άρρωστο. Μη τον εκθέτετε περισσότερο από ό,τι πρέπει. Το απαιτεί ο σεβασμός της προσωπικότητάς του.
- Επαλείψτε το θερμομέτρο με **λιπαρή ουσία** για την ελάττωση της τριβής και την ευκολότερη εισαγωγή του.
- Ανασηκώστε τον επάνω γλουτό και βάλτε το θερμομέτρο με ήπιες κινήσεις σε βάθος **3-5 cm περίπου**. Κρατείστε το θερμομέτρο σταθερά στη θέση αυτή **2' - 3' λεπτά** και αφαιρέστε το.
- **Διαβάστε και σημειώστε** τη θερμοκρασία στο θερμομετρικό διάγραμμα.
- Αφήστε τον άρρωστο καθαρό και σε αναπαυτική θέση.
- Όταν πρόκειται για **μικρά παιδιά**, που συνήθως η θερμομέτρηση γίνεται από το ορθό, κρατείστε το σε **ύπτια θέση με χαλαρά ισχία ή γόνατα σε γωνία 90° προς το σώμα και ακινητοποιείστε τα πόδια του**. Εισαγωγή θερμομέτρου περίπου **1-2cm**.

# Τακτοποίηση αντικειμένων



# ΑΝΤΙΠΥΡΕΣΗ

## Φαρμακευτική αντιπύρεση:

- Ανεπιθύμητες ενέργειες: **γαστρο-, νεφρο-, ηπατοτοξικότητα.**

## Φυσική αντιπύρεση:

- Βασίζεται στην αύξηση του ρυθμού αποβολής θερμότητας από το σώμα, κυρίως μέσω του δέρματος.

## Μέθοδοι φυσικής αντιπύρεσης:

Τοποθέτηση **παγοκύστεων** σε περιοχές προσκείμενες σε μεγάλα αγγεία (τράχηλος, μασχάλη, βουβωνική χώρα), λουτρό με υγρό σπόγγο ή τοποθέτηση **υγρών υφασμάτων** στον κορμό των ασθενών, τοποθέτηση ανεμιστήρα ή κουβέρτας με κυκλοφορία ψυχρού αέρα ή νερού.

- Ανεπιθύμητες ενέργειες: θερμική **δυσφορία** ασθενών, **ρίγος, αγγειοσύσπαση**, έντονες θερμοκρασιακές διακυμάνσεις.



## Ωφελιμότητα πυρετού:

- Αποτελεί μέρος της αντίδρασης οξείας φάσης, **λειτουργεί προστατευτικά έναντι των λοιμώξεων.**
- Αύξηση θερμοκρασίας: **μείωση θνησιμότητας σε πειραματόζωα και ασθενείς.**

### Δυσμενείς συνέπειες πυρετού:

- **Αύξηση μεταβολικού ρυθμού:** σημαντική επιβάρυνση στους ασθενείς με καρδιαγγειακή ή αναπνευστική νόσο ή σήψη.
- **Αύξηση μεταβολισμού του εγκεφάλου:** επιδείνωση εγκεφαλικού οιδήματος - ιδίως στους ασθενείς με ισχαιμικές, αιμορραγικές ή τραυματικές βλάβες, ο πυρετός σχετίζεται με επιδείνωση της κλινικής πορείας και αύξηση θνησιμότητας.
- Παιδιά: **εκδήλωση σπασμών.**