**体温、脉搏、呼吸、血压的测量方法**

1. 体温测量

测量体温的方法有口测法、腋测法和肛测法，一般采用液测法(以下称“腋温”)。

1.体温正常值：健康儿童体温在36～37.4℃(腋窝)，超出该范围属发热。低热：37.5～38.0℃;中度发热：38.0～39.0℃;高热：39.1～41℃;超高热：41℃以上。正常人的体温在24小时内略有波动，一般情况下不超过1℃。生理情况下，早晨略低，下午或运动和进食后稍高。

2.测量方法:

(1)测体温时，要先把体温计上的水银柱用到35℃以下，用棉球蘸酒精擦拭消毒后再用。

(2)测腋温时，要先擦去腋窝的汗，再把体温计有水银的一头放人腋部中央夹紧，10分钟后取出。

(3)看体温计数字时，应横持体温计缓慢转动，取水平线位置观察水银柱所示温度刻度。

(4)体温计用完之后，用75％的酒精消毒。

二、脉搏测量

心脏舒缩时，动脉管壁有节奏的、周期性的起伏叫脉搏。测量脉搏通常用两

侧桡动脉。在测量脉搏时应该注意脉搏的脉率、节律、紧张度和动脉壁弹性强弱

以及波性变化。

L.儿童脉博正常值:婴幼儿130～150次/分，儿童90～120次/分。正常脉搏次数与心跳次数相一致，节律均匀，间隔相等。

2.测量方法:

(1)直接测法：最常选用桡动脉搏动处。先让儿童安静休息5～10分钟，手平放在适当位置，坐卧均可。检查者将右手食指、中指、无名指并齐按在儿童手腕段的桡动脉处，压力大小以能感到清楚的动脉搏动为宜，数半分钟的脉搏数，再乘以2即得1分钟脉博次数。

(2)桡动脉不便测脉博时也可采用以下动脉：

颈动脉:位于气管与胸锁乳突肌之间。

肱动泳:位于臂内侧肱二头肌内侧沟处。

股动脉:大腿上端，腹股沟中点稍下方的一个强大的搏动点。

三、呼吸测量

呼吸是呼吸道和肺的活动。人体通过呼吸，吸进氧气，呼出二氧化碳。呼吸

是重要的生命活动之一，一刻也不能停止，也是人体内外环境之间进行气体交换

的必要过程。

1.儿童呼吸正常值：平静呼吸时，儿童30～40次/分，儿童的呼吸频率随年龄的増长而减少，逐渐到成人的水平。呼吸次数与脉博次数的比例为1:4。正常人的呼吸节律均匀，深浅适宜。

托幼构卫生保健人员实用手

2.测量方法:

(1)呼吸计数法：呼吸的计数可观察儿童胸腹部的起伏次数，一起一伏为一次呼吸;或用棉絮放在鼻孔处观察吹动的次数，数1分钟的棉絮摆动次数是多少次即每分钟呼吸的次数。

(2)两种呼吸方式:人正常呼吸有两种方式，即胸式呼吸和腹式呼吸。以胸廓起伏运动为主的呼吸为胸式呼吸，多见于正常女性和年轻人，也可见于腹膜炎患者和一些急腹症患者；以腹部运动为主的呼吸为腹式呼吸，多见于正常男性和儿童，也可见于胸膜炎患者。

四、血压测量

1.血压正常值：正常成人的血压:收缩压为90～140毫米汞柱，舒张压为60～90毫米汞柱，脉压差为30~40毫米汞柱。40岁以上每增长10岁，收缩压增高10毫米汞柱。

不同年龄小儿血压正常值可用公式推算：

收缩压＝80+(年齡x2)，舒张压为收缩压的2/3

2～7岁儿童:收缩压为85～105毫米汞柱，舒张压为55～65毫米汞柱。

2.测量方法：

(1)一般用水银柱血压计，常在上肢肘窝的肱动脉处测量。测量前儿童应

安静休息片刻。

(2)取坐位或卧位均可，露出一臂，伸直肘部，手掌向上。

(3)放平血压计，使水银柱“0”点与肱动脉、心脏处于同一水平。排尽袖带内空气，平整地缠于上臂中部，使松紧适宜。

(4)戴好听诊器，将听诊器头放在肘窝内侧肱动脉搏动处，用手固定。另一手关紧气门，捏输气皮球打气至水银柱上升到180毫米汞柱左右，然后慢慢放开气门使水银柱缓慢下降，当从听诊器中听到第一声搏动，此时水银柱所指的刻度即为收缩压。随后搏动声继续存在并增大，当搏动声突然变弱或消失时，水银柱所指刻度为舒张压。在口述血压数值时，应先读收缩压，后读舒张压。