

KEUZEHULP KOORTSTHERMOMETERS

Kies de juiste thermometer

Wie koorts denkt te hebben, wil het graag zeker weten en de temperatuur goed meten. Welke thermometer kun je dan het best gebruiken? Wij geven enkele tips.

Tekst **Erik Honig**

Wie vandaag de dag zijn temperatuur wil meten, kan kiezen uit een staaf-, oor-, voorhoofd- en speenthermometer. Qua nauwkeurigheid is de gouwe ouwe staafthermometer nog steeds het best. Wel zijn de kwikthermometers in deze categorie inmiddels verboden vanwege de giftigheid van kwik. Het is vooral digitaal wat de klok slaat, met een enkele analoge versie, zonder kwik. Beide soorten staafthermometers meten vrijwel altijd nauwkeurig, en zijn vaak ook goedkoop: een goede digitale is er al voor €5. En duurder hoeft niet beter te zijn, zoals blijkt uit onze test uit 2011.

Wat onveranderd is gebleven, is de manier om de temperatuur op te nemen: dit kan nog steeds het best rectaal (in de anus). Niet iedereen vindt dat prettig, en kiest daarom voor temperaturen onder de oksel of in de mond. Toch kun je dat beter niet doen: de meting onder de oksel is niet nauwkeurig, en in de mond is de temperatuur 0,3 tot 0,5 graad lager dan de rectaal gemeten lichaamstemperatuur.

Bij de keuze van een thermometer kun je behalve op nauwkeurigheid letten op aspecten als gemak, snelheid, wel of geen eindsignaal en vervangbaarheid van de batterij. ■

1 Gebruik je de thermometer (ook) voor een baby?


JA

Een **staafthermometer** is het best. Als het lastig is, omdat de baby bijvoorbeeld niet lekker in zijn vel zit, kun je een **speenthermometer** overwegen. Die meet de temperatuur doordat de baby erop sabbelt. Dit sabbelen moet minimaal 2 minuten duren, en niet alle baby's zullen een vreemde speen accepteren.

Houd er rekening mee dat meten in de mond minder betrouwbaar is. Doe dit ook **niet** als het neusje van de baby verstopt is.

Een oorthermometer mag bij jonge baby's niet gebruikt worden.

MEER INFORMATIE

 consumentenbond.nl/koortsthermometer

STAAFHERMOMETER

- Nauwkeurig
- Goedkoop
- Relatief traag
- Schoonmaken of gebruiken met een wegwerphoesje
- Ook analoog verkrijgbaar



NEE

2 Wil je de nauwkeurigste en betrouwbaarste temperatuurmeting?

JA

Nauwkeurigheid gaat boven alles: kies een **staafthermometer** en gebruik deze rectaal. Overweeg een analoge thermometer als je geen zin hebt in gedoe met lege batterijen.

NEE

Ik kies liever voor gemak en snelheid

3 Hoe zwaar wegen gemak en snelheid?

Makkelijk en snel is minder nauwkeurig

NIET ZO ZWAAR

ZWAAR

Gemak en snelheid mogen niet ten koste gaan van nauwkeurigheid: kies een **oorthermometer**. Deze meet de temperatuur met een infraroodsensor. Dit gaat snel en betrouwbare, mits de thermometer

goed in het oor wordt ingebracht: til het oor op en trek het iets naar achteren, zodat de gehoorgang recht zit en de sensor goed naar het trommelvlies is gericht.

De temperatuur in het oor is lager dan

de rectaal gemeten lichaamstemperatuur; de oorthermometer corrigeert hier meestal voor. 'Het verschil bedraagt gemiddeld 0,22 graad', vertelt Wietze Eizenga, huisartsstafid bij het Nederlands Huisartsen Genootschap.

Overweeg een **voorhoofdthermometer**. Die werkt zeer gemakkelijk en handig, maar een meting bij het voorhoofd of de slaap is minder betrouwbaar.



VOORHOOFD-THERMOMETER

- Snel en comfortabel
- Minder betrouwbaar
- Pijzig
- Schoonmaken is niet nodig



OORTHERMOMETER

- Snel en comfortabel
- Onnauwkeurige meting indien niet juist in het oor ingebracht
- Pijzig
- Niet geschikt voor baby's
- Schoonmaken is niet nodig



SPEENTHERMOMETER

- Alternatief voor staafthermometer bij baby's
- Minimaal twee minuten sabbelen
- Niet gebruiken bij verstopte neus
- Pijzig
- Niet zo nauwkeurig

LEEF JE BEWUST EN GEZOND?

Lees de artikelen uit de Gezondgids en blijf fit en vitaal.
Kennismaken? Nu 6 nummers voor €17



NU MET
50% KORTING