BRAUN | 博朗健康生活

南方周末

2023年新生代父母

婴幼儿体温监测认知现状蓝皮书

研究方法：定性访谈与定量问卷结合

01

1V1访谈

02

线上问卷

03

访谈对象

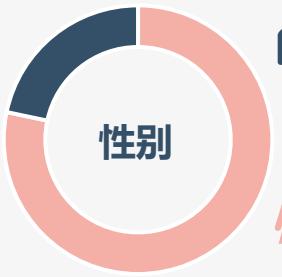
- ✓ 2 位妈妈 ，1 位爸爸
- ✓ 受访父母年龄22-35 岁
- ✓ 抚养孩子年龄 0-6 岁

04

回收2590个有效样本

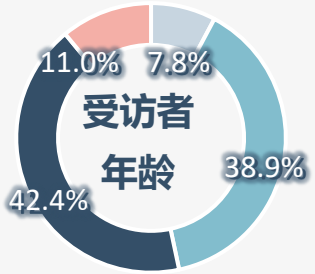
说明：本报告对问卷数据的呈现，或因数据四舍五入和保留的小数位数，导致部分加起来应当是 100% 的数据，在最终图表中可能会呈现相加出现多1%或少1%的情况

样本说明

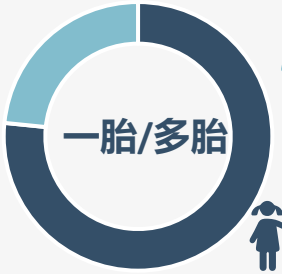


28.3%
男性受访对象

71.7%
女性受访对象

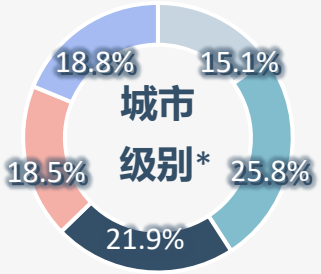


- 00后(22-23岁)
- 95后(24-28岁)
- 90后(29-33岁)
- 85后(33-35岁)

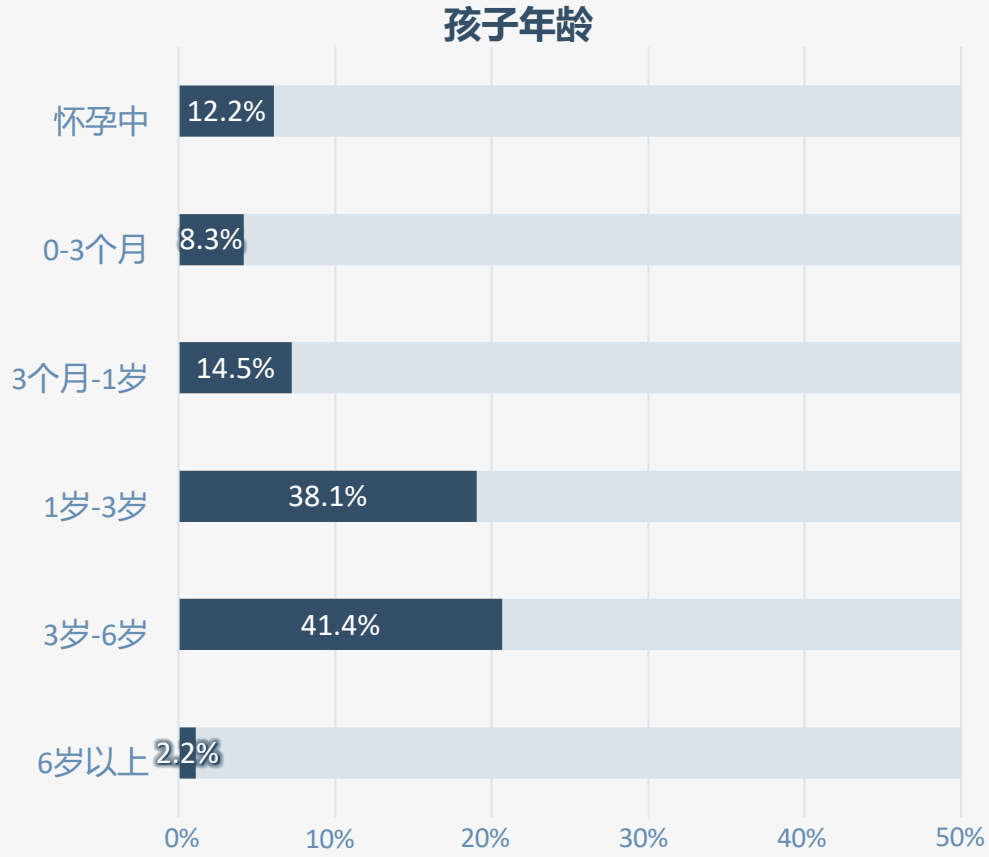


23.4%
一胎家庭

76.6%
二胎及以上



- 一线城市
- 新一线城市
- 二线城市
- 三线城市
- 四线及以下



*城市级别划分参考第一财经·新一线城市研究所《2022城市商业魅力排行榜》城市分级

重点发现

01

孩子的体温异常问题得到受访父母更多关注

根据调研，经历了新冠疫情，79%的受访父母更加关注孩子的体温异常问题，并通过多种渠道获取测温知识，最信任专业人士、社交平台和亲友。

02

测温行为前置化、日常化

四成受访父母日常测温习惯逐渐建立。多数父母较重视特殊时期测温，通常在流感季、疫苗接种前后给孩子测温，换季、出游也有不少父母会给孩子测量体温。

03

正确的测温方式有待普及，测温准确性有待提高

平均下来，每个家庭都有2种以上的体温计。71%的受访父母家中常备红外体温计，但仍有49%的受访父母还在使用水银体温计；在测温工具的选择和使用上存在的一定问题和顾虑，或影响测温的准确度和效率。

04

科学有效的婴幼儿测温照护指导仍十分必要

受访父母普遍对不同月龄的发烧定义缺乏正确认知；
91%的受访父母对测温仍有困惑，科学有效的婴幼儿测温照护指导仍十分必要。

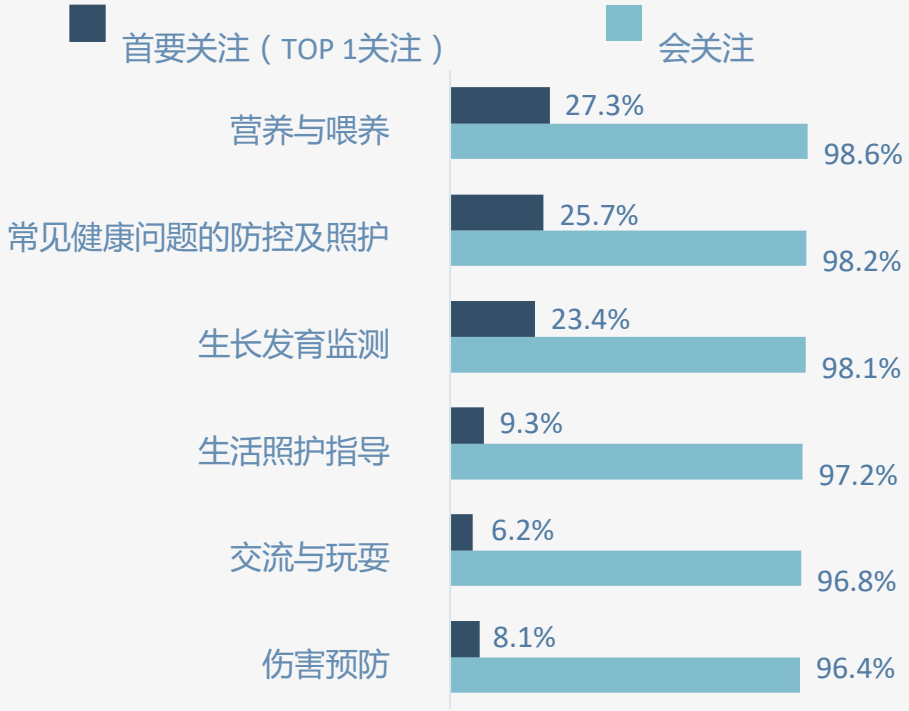
01

测温认知及行为概况

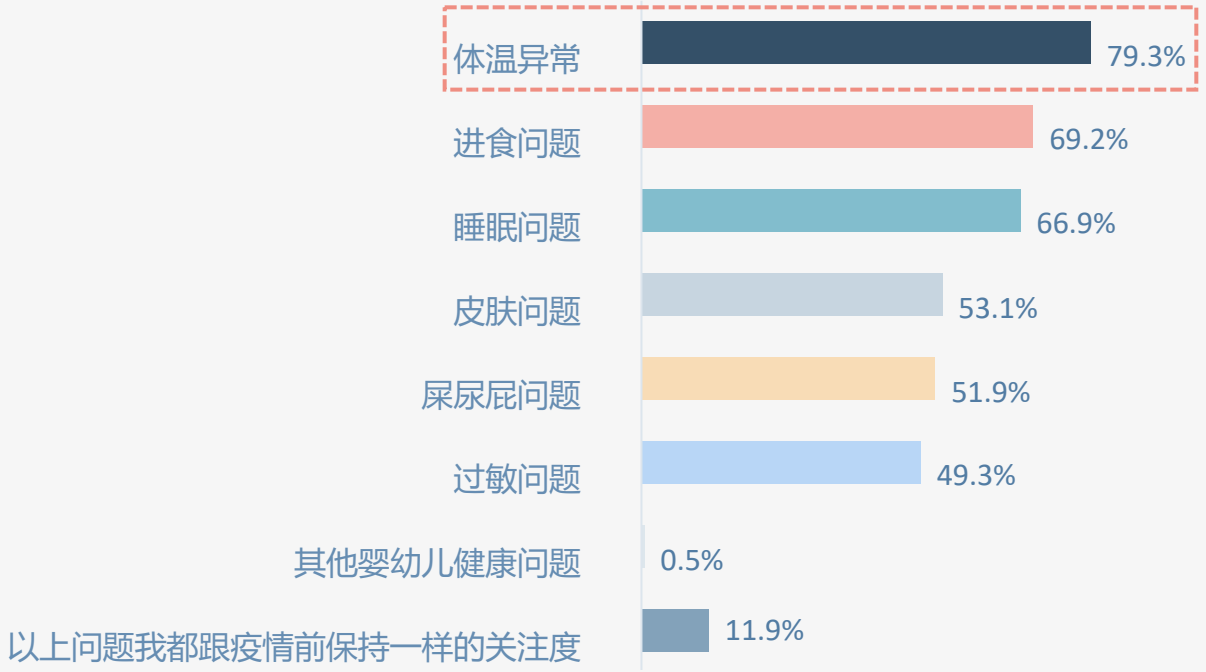
经历了新冠疫情 近八成受访父母更关注孩子的体温异常问题

营养与喂养、常见健康问题的防控及照护、生长发育是受访父母首要关注的前三话题。
79.3%的受访父母更关注孩子的体温异常问题，是对比疫情前关注比例提升最多的孩子健康问题。

新生代父母关注话题



疫情后关注增加的孩子健康问题



Q1：以下与孩子相关的话题，您关注的有哪些？（排序题）N=2590
Q2：新冠疫情后，您更加关注的孩子健康问题有？（多选）N=2590

宝宝体温知识杂学家，人均4种信息获取渠道，关键时刻看专家

有关孩子体温测温知识，受访父母信息获取渠道广泛，人均 4 种信息获取渠道。
最信赖医生及医学领域专业人士（88.0%），而社交平台（67.6%）和亲友同事（61.8%）也是重要渠道。

人均 4 种信息获取渠道

N=2590

（我关注了）一大堆自媒体……还有（品牌）企业公众号也会有一些知识。可能因为比较关注（孩子相关的话题），现在一打开小红书，（也）经常会推送小朋友相关的东西。

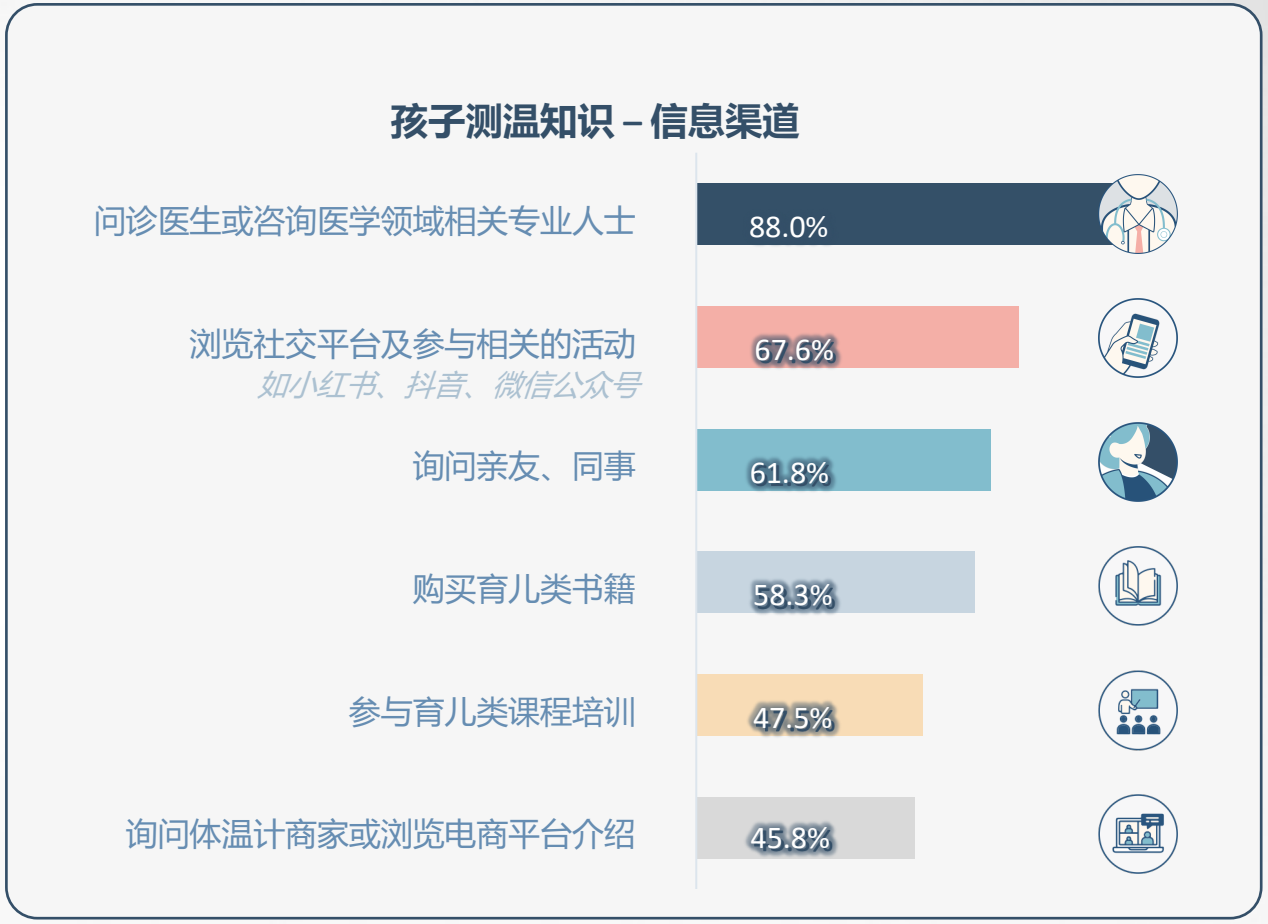
——受访妈妈A

（我）买了很多怀孕的时候比较常用的书，也买了很有名的美国儿科学会的育儿百科，丁香园里面的儿科板块（也）有很多儿科类的疾病（知识）可以学习。（来源）还是以书籍这种专业知识渠道为主。

——受访爸爸A

（我买了）一些书籍，比如说是美国儿科学会一个育儿百科……还有关注像崔玉涛、丁香医生这类的公众号。

——受访妈妈B

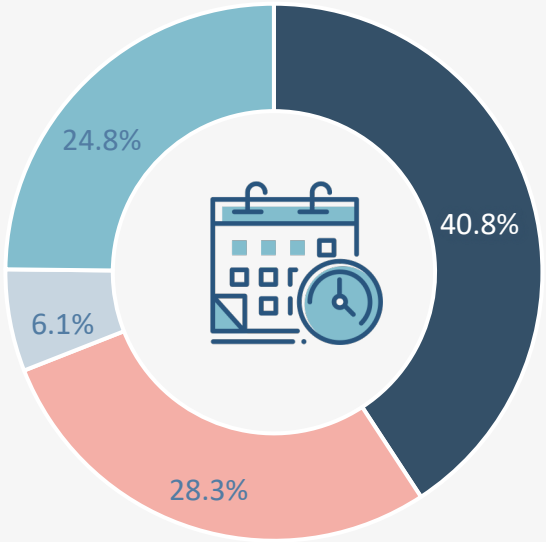


Q：有关孩子体温的知识或信息，您一般从什么地方获取？（多选）N=2590

量身高，量体重，还要量体温！

40.8%的受访父母有给孩子每天测体温的习惯。
34.4%的父母虽然有测温习惯，但测温频率低或不固定*。此外，有24.8% 的父母没有日常测温习惯。

测温频率分布



- 每天测体温
- 约每2-5天测一次体温
- 每周或更久测一次体温
- 只在特殊时期或孩子不适时测温

*有时候（小孩）**鼻炎比较严重**，或者他**有点咳嗽症状**，我会担心他，因为小朋友发烧都是夜里突然蹿上去的，这种情况下我就会比较**高频关注他的体温**，把体温计放到手边，夜里万一觉得他**翻身比较多**，或者手摸到（他）温度好像有点高，我就会给他测一下。*

——受访妈妈A

*看到他**精神状态不是特别好**，我就会去给他测体温。（不会每天测），最近**流感高发期**，还有之前的疫情会测得比较频繁。（没有固定测温的频率），**主要关注一些特殊时期，基本上就是按照自己的经验来。***

——受访妈妈B

Q：以下描述中，哪种更符合您给孩子测体温的频率? N=2590 *选择“约每2-5天测一次体温”和“每周或更久测一次体温”则视为测温频率低或不固定

仍有13%的受访父母只在孩子表达不适或生病时测温

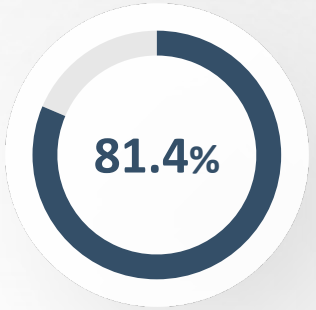
受访父母们较为重视特殊时期的测温，
通常在流感季、疫苗接种前后给孩子测温，换季、出游也有不少父母会给孩子测量体温。

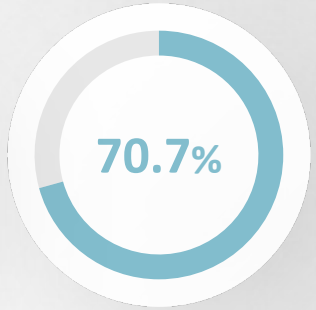
专家提示

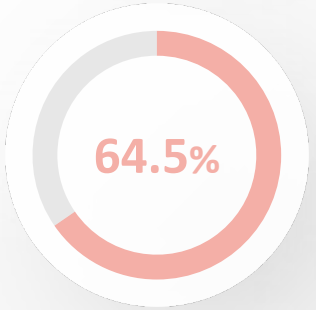
孙淑英
中国优生优育协会
婴幼儿发育专业委员会主任委员

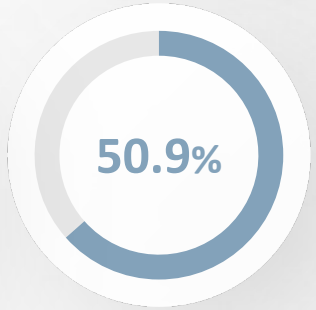
*婴儿体温调节中枢发育不完全，血液循环受环境温度的影响较大，**建议家长要及时观察婴儿的体温情况，**根据婴儿的体温情况随时给婴儿增减衣物、调节室温。*
*如果宝宝体质较弱，经常生病，**家长要注意经常给宝宝测量体温，当体温升高时，同时观察伴随症状，**比如是否有精神不好、拉肚子、咳嗽等症状，以便于及时发现宝宝的健康问题，及时检查和治疗。*

测温的特殊时期/情境







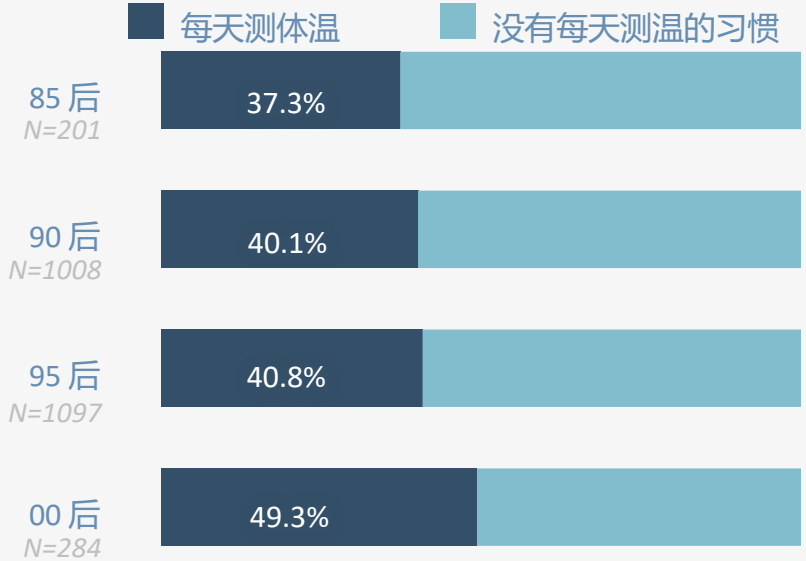


Q：您在下面哪些时期/情境会给孩子测体温？（多选）N=2590

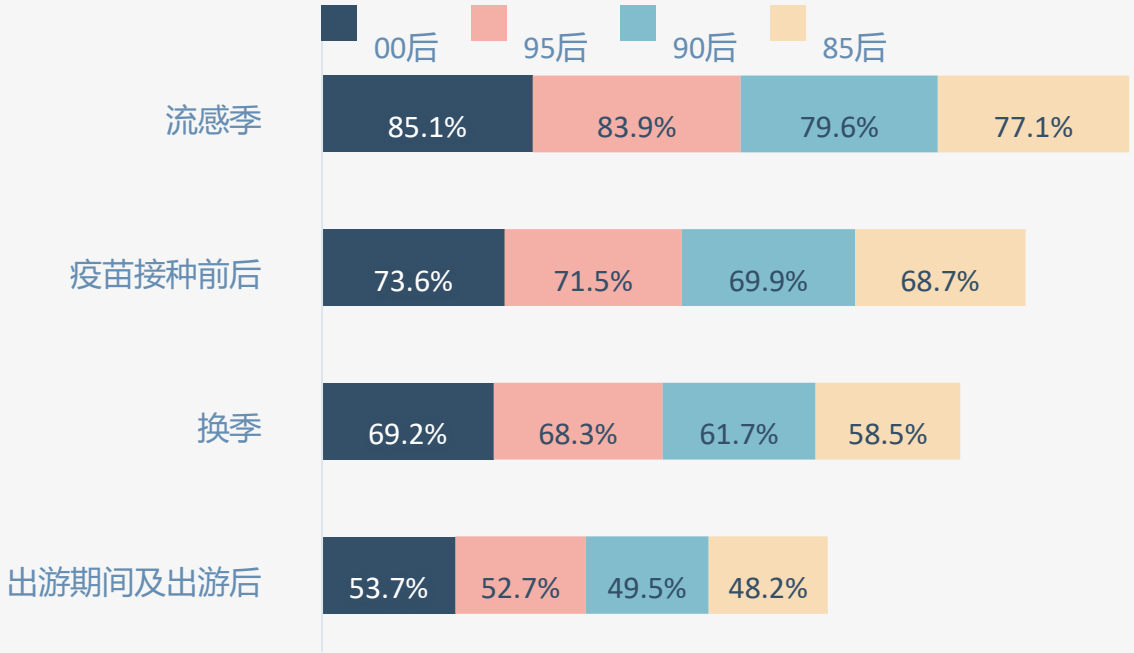
年长父母别掉队，特殊时期多注意

00后受访父母对比更年长的父母，每天给孩子测体温的频率更高*。
00后和95后受访父母，在孩子的某些特殊时期如流感季、疫苗接种前后、换季、出游会测温的比例都高于90后和85后受访父母。

测体温频率 – 分年龄段



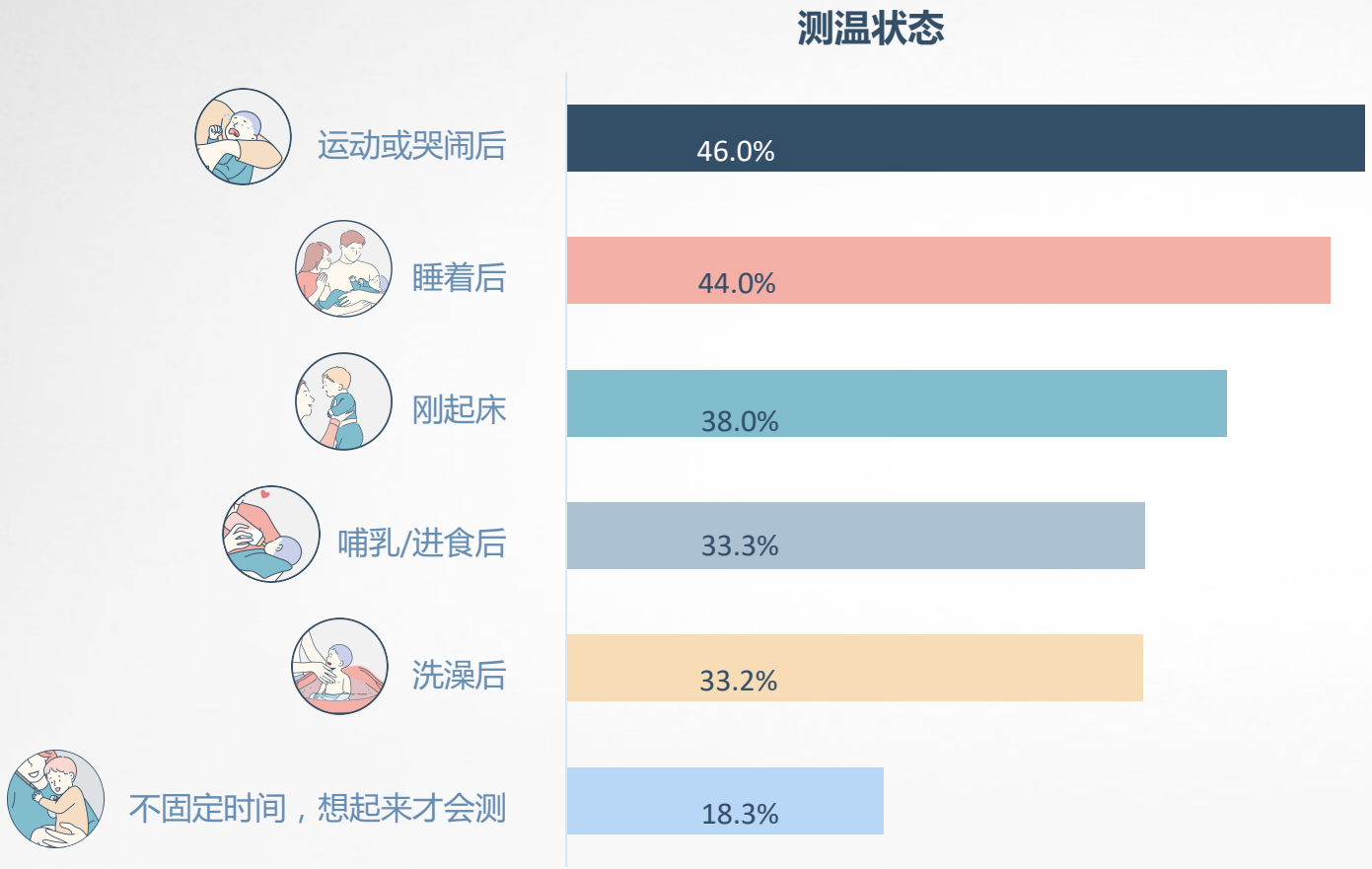
测温的特殊时期/情境 – 分年龄段



Q1：以下描述中，哪种更符合您给孩子测体温的频率? *选择除“每天测体温”之外的选项，则视为没有每天测温的习惯。
Q2：您在下面哪些时期/情境会给孩子测体温？（多选）

影响体温因素多，准确测温看状态

近半受访父母是在孩子运动或哭闹后给孩子测温（46.0%）
而孩子在此状态下容易体温较高而导致测温异常，是测温需尽量避开的状态。



Q：您通常在孩子的什么状态下给孩子测量体温？（多选）N=2590

专家提示

孙淑英

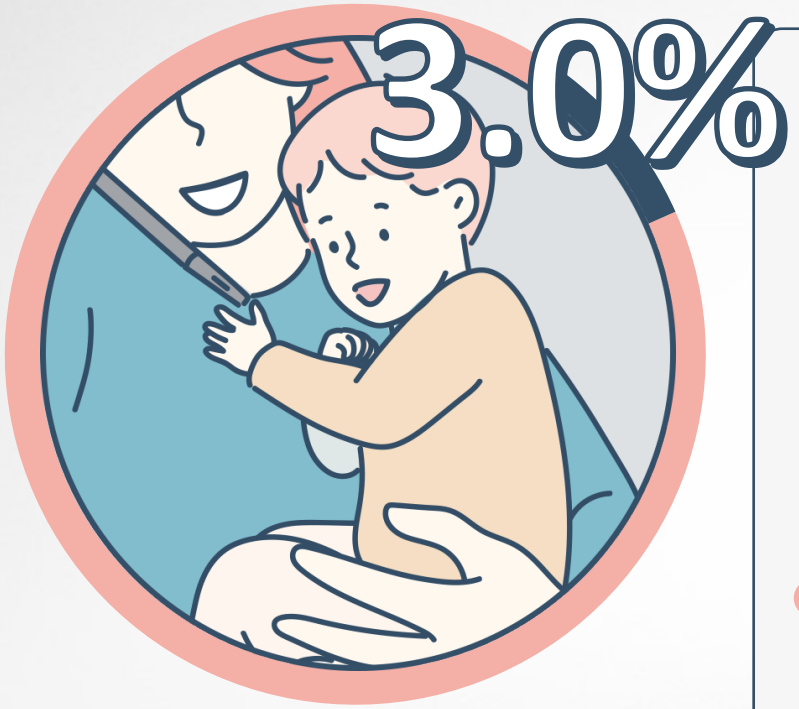
中国优生优育协会
婴幼儿发育专业委员会主任委员

测量不能反映宝宝真实体温的情况包括：

1. 喝奶、吃东西时，宝宝身体的温度会升高，这时给宝宝测量体温就会不准；
2. 宝宝洗澡、哭闹、运动等，经过很大的情绪波动或运动后，宝宝的体温会有所升高；
3. 衣被过厚、室温过高时，宝宝很有可能也会体温升高。

体温知识摸考不及格，新生代父母仍需努力

仅有3.0%的受访父母对不同月龄和不同时间段孩子的体温差异有正确认知*。
仅有29.5%的受访父母了解3岁以上的孩子发烧温度标准与成年人一致。
还有接近半数的受访父母认为，3岁以内的孩子高烧的温度标准高于成年人，也是常见的测温认知误区。



正确认知孩子体温变化

N=2590

孩子体温差异和变化 – 认知正确比例**

错误认知　正确认知

- 0-3个月的新生儿和3~36个月婴儿的发烧温度标准不同　63.3%
- 一天中不同时间段，孩子的体温有所不同，下午体温会比上午高　62.0%
- 3岁以内的孩子，体温高于成年人，因此高烧的温度标准也高于成年人　54.5%
- 3岁以上的孩子发烧温度标准与成年人一致　29.5%

Q：以下与孩子体温相关的说法中，您认为正确的有？（多选）N=2590 *正确认知，指此题选对所有正确选项，且不选错误选项； **上图正确认知选项数据为选择比例，错误认知选项数据为不选比例

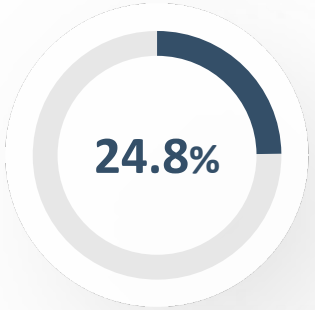
敲黑板！不同月龄，发烧标准各不同

仅有21.9%的受访父母了解38.5度是3-36个月的孩子高烧标准*
其中，抚养3个月-1岁和1-3岁孩子的受访父母在这一题的正确率皆低于25%

21.9%

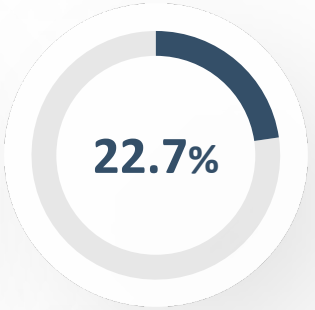
受访父母整体
选对 3-36 个月孩子的耳温高烧标准

N=2590



抚养3个月-1岁孩子的受访父母

N=375



抚养1-3岁孩子的受访父母

N=986

小贴士

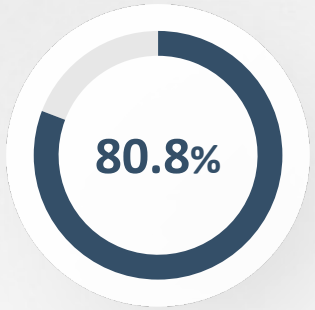
对健康个体正常体温的大型研究表明，正常体温的上限随年龄而变化。
Large studies of normal body temperature of healthy individuals indicate that the upper limits of normal vary with age.

——Herzog, Lynn, and Stephanie G. Phillips. "Addressing concerns about fever." Clinical Pediatrics

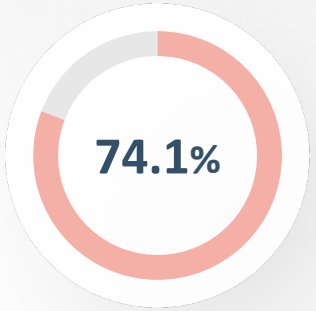
Q：当3-36个月的孩子耳温超过多少度以上时，可以认为是在高烧? N=2590 *此题选择38.5度则选对了3-36个月孩子的耳温高烧标准

受访父母缓解“体温焦虑”方法多

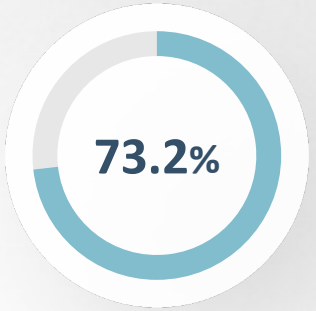
80.8%的受访父母认为，及时测温并准确掌握孩子的身体状态可以缓解孩子体温异常时的焦虑。
近六成的家长表示，测温工具如果可以根据月龄自动指示体温异常，也能缓解父母的焦虑。



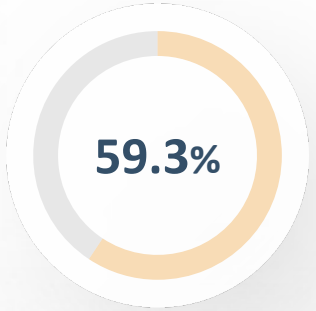
及时测温
准确掌握孩子身体状态



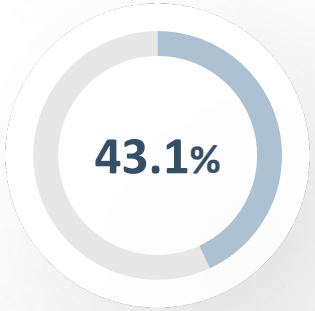
有丰富测温知识储备
了解如何选择和使用测温工具



测温工具能够
准确测量并显示孩子体温



测温工具根据孩子月龄自动指
示体温异常



孩子不抗拒测温工具，
配合测温

Q：在感觉到孩子体温异常时，以下哪些行为/情况可以缓解您的焦虑？（多选）N=2590

02

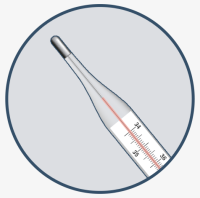
测温工具的选择及使用

测温工具多，耳温待普及

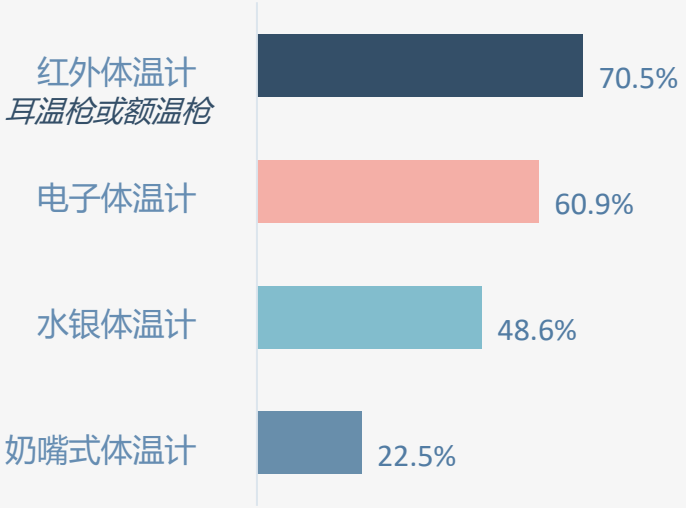
平均下来，每个家庭都有2种以上的体温计，包括红外体温计和电子体温计。
仍有48.6%的受访父母选用安全性和环保性都较差的水银体温计。
但是给孩子测温时，受访父母更习惯测腋温（73.4%），耳温枪的使用仍有待普及。

每户平均 2 种以上体温计

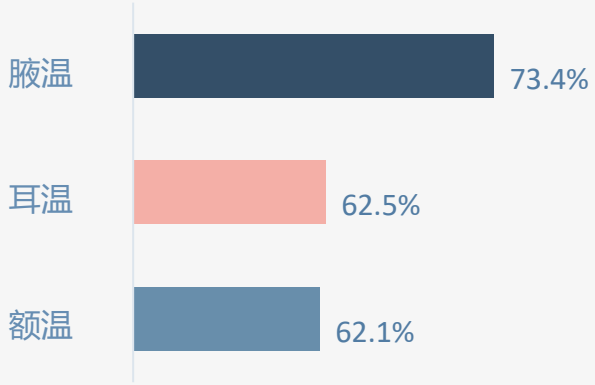
N=2590



常用体温计选择



测温部位选择



Q1：给孩子测体温时，您通常选用什么样的体温计？（多选）N=2590
Q2：给孩子测体温时，您通常测量的是孩子什么部位的温度？（多选）N=2590

小贴士

自2026年1月1日起，全面禁止生产含汞体温计和含汞血压计产品。

——《国家药监局综合司关于履行〈关于汞的水俣公约〉有关事项的通知》

受访父母选择红外体温计的原因

测温快速，省时

*因为家里面本身就**需要两个体温计**。我们因为**有时候住奶奶家，有时候住自己家**，可能经常带来带去，（所以）我再买一个就选了耳温（枪）比较方便。现在第一选择也是会用耳温枪，（测温）比较快。*

——受访妈妈A

测温准确

*用下来以后感觉耳温枪会更准一点，所以我们现在**大部分情况下会用耳温枪，**额温枪只是作为一个备用的产品放着。*

——受访爸爸A

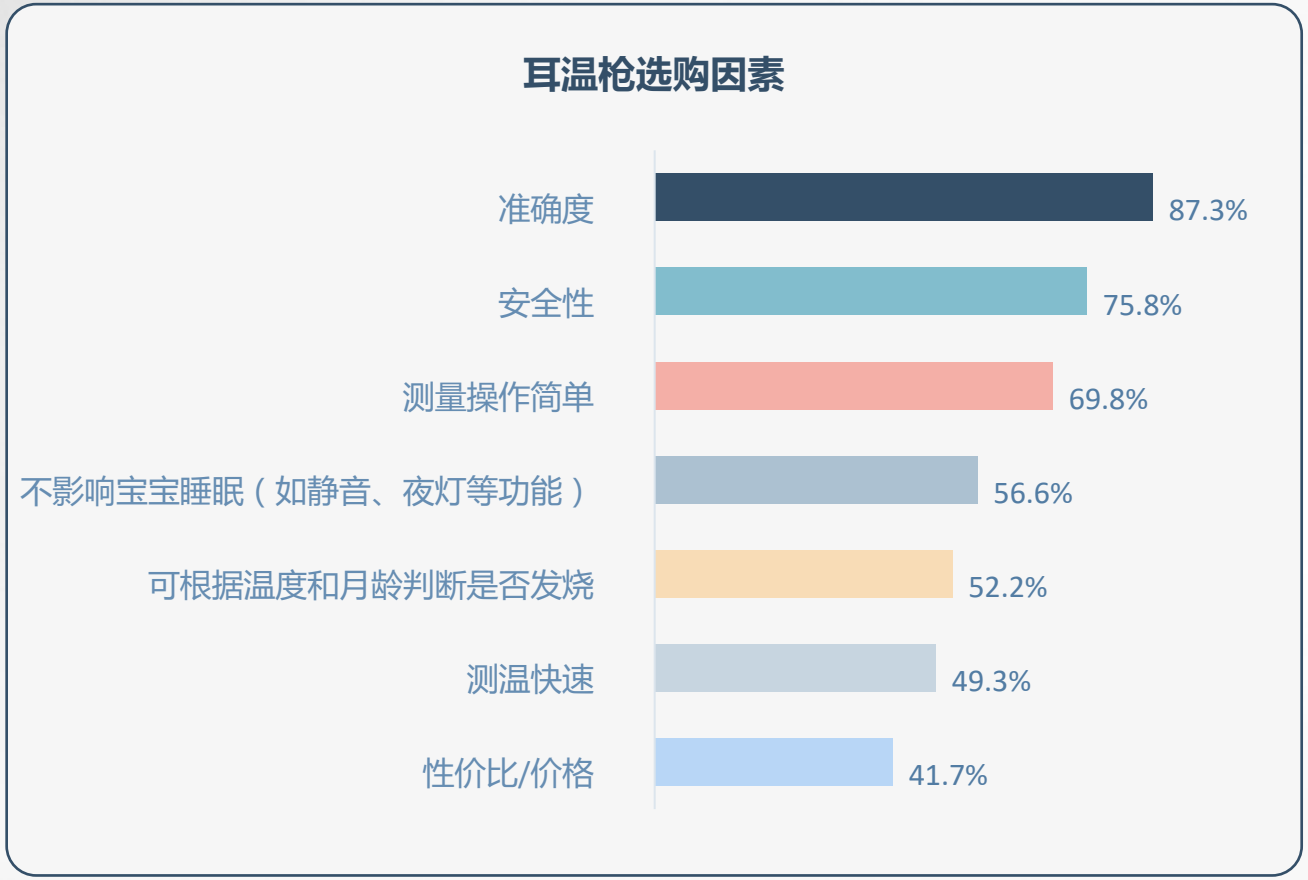
适用范围广，使用方便

用过额温枪也用过腋温枪。然后现在给孩子选的是耳温枪。
*额温枪（测的）部位偏差一下，或者冰敷过了之后，温度上下浮动会比较大。也试过腋温枪，但**腋温枪用起来麻烦，**要放在胳肢窝下持续20秒钟才会有滴滴的声音，需要小朋友20秒一直不动，冬天把它塞到腋下也是一件麻烦的事情，**测量的温度和测量手法也有很大关系**（手法不对也未必准）。*

——受访妈妈B

安全、准确，一手抓；测温实用功能，全都要！

耳温枪作为测温工具，受访父母最看重准确度、安全性和操作简单程度。
近六成父母关注耳温枪是否有不影响孩子睡眠的功能如静音、夜灯等。
半数以上父母在选购耳温枪时，希望测温工具可根据温度和月龄判断是否发烧。



Q：（如果）选购耳温枪，您会考虑以下哪些因素？（多选）N=2590

*我当时知乎小红书公众号全方位都搜一遍。比对下来，最后做决策说我要买耳温枪，**会比较稳定，比较精准一点，准确性更高一些**。*

——受访妈妈A

*因为看各个公众号，还有小红书，其实都是推荐博朗这个品牌，主要就是**温控比较准确，价格也比较合适**，而且它**晚上有一个液晶显示可以提亮，晚上你也可以看清楚**。也比较**方便**。*

*平台上有很多推荐，就是说它（可以）根据不同的年龄段，根据你的温度自动地去提示，哪个是黄色，哪个是绿色，哪个是红色，我判断发不发烧就是**按照耳温枪它提示的颜色来判断**，也**不用自己再去比对**，我觉得还是挺方便的。*

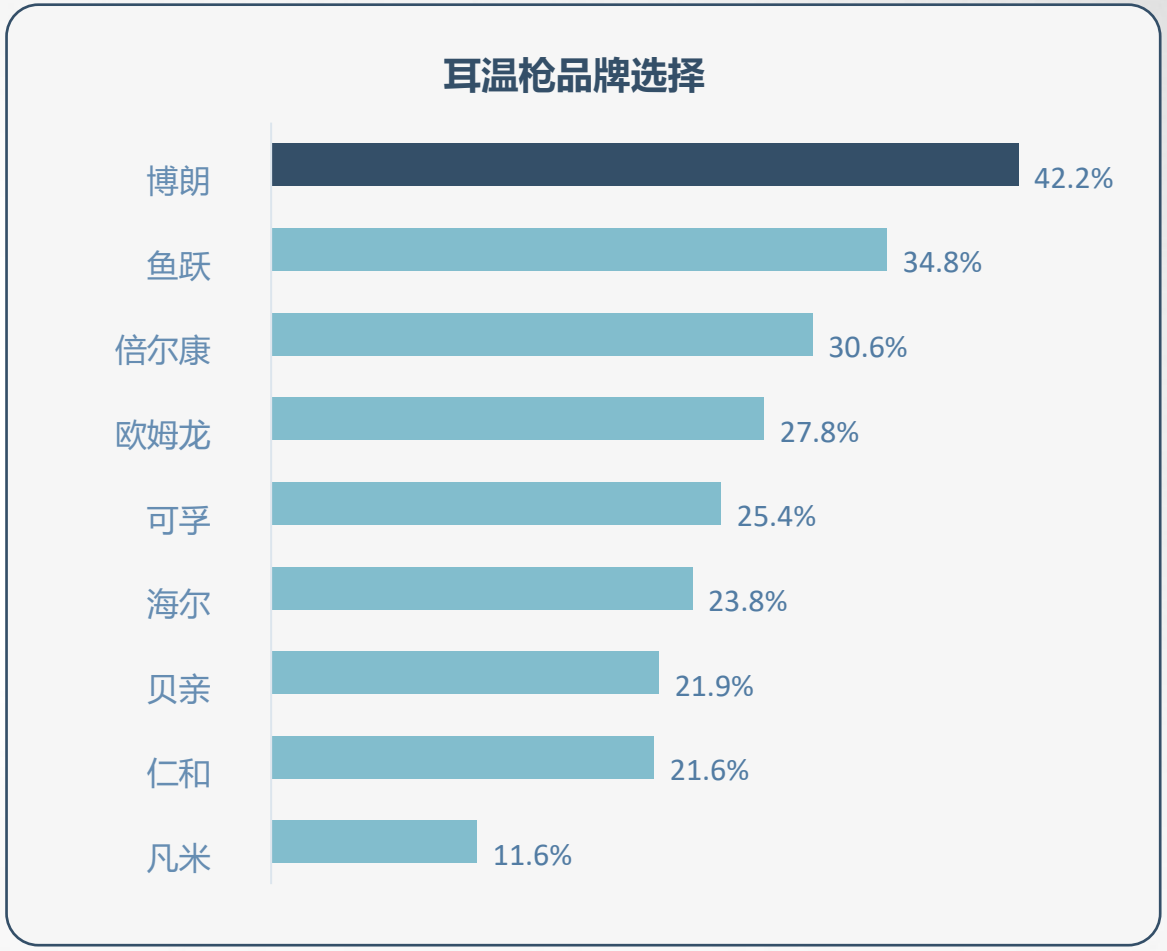
——受访妈妈B

宝妈宝爸必备：93%的受访父母购买过或使用过耳温枪

在耳温枪品牌的选择上，购买或使用过博朗品牌的受访父母人数最多，42.2%的受访父母购买/使用过博朗的耳温枪。

购买过或使用过耳温枪

N=2590



Q：您购买/使用过以下哪些品牌的耳温枪？（多选）N=2590 （此题选择具体品牌的即认为购买或使用过耳温枪，没有购买和使用过耳温枪选择比例为 6.6%）

耳温枪的使用误区多，学习测温之路长路漫漫

受访父母对耳温枪的使用方式有一定认知，但仍然存在误区。

7.2%

耳温枪使用方法认知完全正确比例*

N=2590

耳温枪使用方法 – 正确认知比例**

Q：以下使用耳温枪的做法，您认为正确的有？（多选）N=2590　*认知完全正确，指此题选对所有正确选项，且不选错误选项；**上图正确认知选项数据为选择比例，错误认知选项数据为不选比例

耳温枪使用小贴士

博朗IRT6525产品说明书

每次使用耳温计测温前，谨记要更换隔离套。耳垢积聚在隔离套上会影响测温的准确性，令测量结果产生偏差。 很多家长都不清楚每次更换隔离套的重要性，其实每次测温都使用新的隔离套能够:

- ✓ 有助测温准确
- ✓ 避免因重复使用隔离套致其表面破坏而弄伤宝宝耳道
- ✓ 减少交叉感染

美国儿科学会
American Academy of Pediatrics
<How to Take Your Child's Temperature>

（测量）准确的温度需要将耳背垂直向后轻拉。 如果孩子超过 1 岁，请将耳背向后垂直向上拉。保持耳道平直的情况下，才能使测温头能探测到鼓膜，保证测温的准确性。

A correct temperature depends on pulling the ear back. Pull the ear back and up if the child is over 1 year old. Then aim the tip of the ear probe between the opposite eye and ear.

中国 0 至 5 岁儿童
病因不明的急性发热
诊断处理指南（2016 年）

（使用）红外线体温计测耳温需要多次测量取平均值来提高测量准确性。

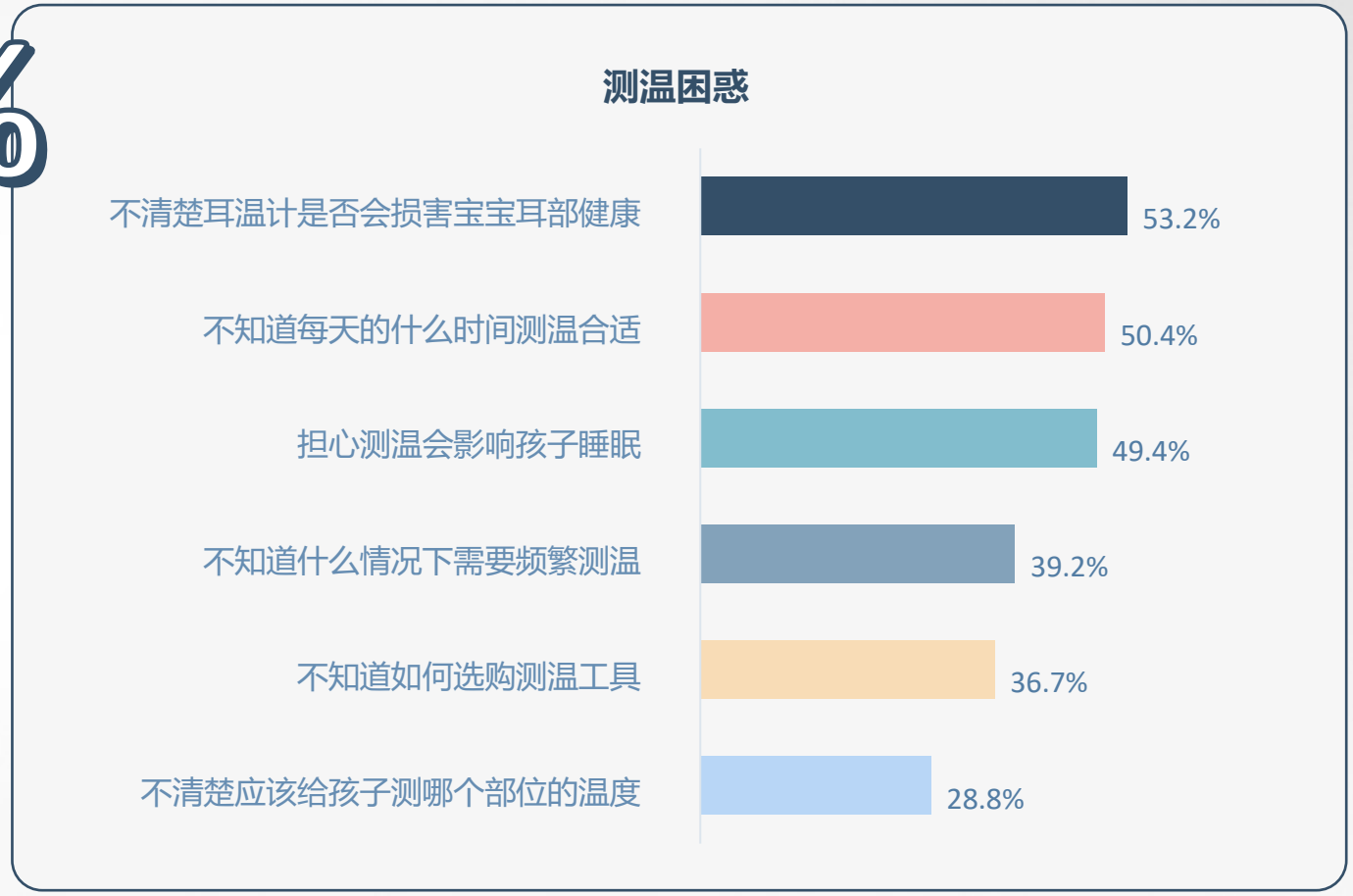
科学有效的孩子测温照护指导仍十分必要

在测温方面，91.4%的受访父母仍有不少困惑。
担忧耳温计损害孩子耳部健康、不清楚合适的测温时间、担心测温影响孩子睡眠是受访父母最普遍的三大测温困惑。

91.4%

存在测温困惑

N=2590



Q：在孩子的体温测量方面，您还有哪些困惑？（多选）N=2590

03

行业点评

专家建议

张 峰

中国优生科学协会理事、中国医师协会儿童健康专业委员会委员
首都医科大学附属北京儿童医院儿童保健中心主任医师、知名专家

如何处理宝宝发热？一些误区家长要避免：

误区1：只要发烧就吃退烧药

盲目服用退烧药容易影响医生对疾病判断的准确性。家长们需要**及时监测体温**，关键的是要在医生帮助下明确发热原因。
3月龄以下的宝宝因体温调节中枢发育尚未完善，发热时一般不建议服用退热药，可通过改变环境温度、减少穿着衣物等物理的方式帮助宝宝退热；
3月龄以上的宝宝如果**体温达38.5℃以上**，除了物理降温以外，还可以在医生的指导下服用退烧药，同时还应寻找感染灶。

误区2：没有将发烧的度数与宝宝状态结合起来看

宝宝的体温调节中枢发育不完善，体温高低不能完全直接反映疾病的轻重程度，所以**平时也要注意监测体温**。同时，家长应密切观察宝宝的精神状态。

误区3：混用退烧药

混用可使药效重叠，结果烧退得太猛太急，使得体温迅速降至36℃以下，而产生新的问题。家长应选择一种退烧药，并在医生的指导下正确使用。

当宝宝发热时，在宝宝舒适的前提下使用以下物理方法降温：

低室温法

将宝宝置于室温约为24℃的环境中使体温缓慢下降。

温水浴

适合所有发烧的宝宝。水的温度36℃比较适宜,注意洗浴的时间不要超过10分钟。

当家长认为无法自行判断宝宝的情况时，请及时带宝宝到医院就诊。

专家建议

孙淑英

中国优生优育协会婴幼儿发育专业委员会主任委员

关于宝宝体温，家长需要了解：

与成人相比
婴儿的体温要稍高一些

主要是因为以下两点：

- ✓ 首先是婴儿在迅速生长发育期间，基础代谢比较快，产生的热量也会多
- ✓ 其次是婴儿体温调节中枢发育不完全，血液循环受环境温度的影响较大

不同月龄的宝宝
发烧定义也有不同

- ✓ 0~3个月大的宝宝，当体温超过37.4℃（排除环境温度引起的发热外）时，建议及时看医生
- ✓ 3~36个月大的宝宝，体温超过38.5℃，就要及时药物降温，若3天依然不能退烧，要及时看医生
- ✓ 而对于36个月以上的宝宝，有的即使发烧到38.5℃，但依然能吃、能玩、精神好，可继续观察，不一定要吃药。但建议39.4℃以上或有明显的精神不佳等表现时一定要看医生并及时降温

如何选择耳温计？

- ✓ 在测量工具的选择上，不建议家长给宝宝用水银体温计，因为宝宝好动，很容易把体温计摔碎，对宝宝健康不利。
- ✓ 实际上，**耳温计对于宝宝来说更适宜。**耳温较少受外界温度及周围环境的影响，更接近人体的核心温度。把耳温计轻轻探入宝宝的耳内就可以测量；3秒钟就可以轻松准确地测出宝宝的温度，又快又方便。
- ✓ 耳温计不会损害宝宝的耳道健康。但家长要注意正确的使用方法：先把宝宝的耳廓外展，将耳温计放入耳道里以后根据显示灯和提示音，再拿出来看温度。如果角度不对、深度不够就会影响测量的结果。

专家建议

付小青

中国妇女儿童专家委员会专家、北京市健康协会专家委员会专家

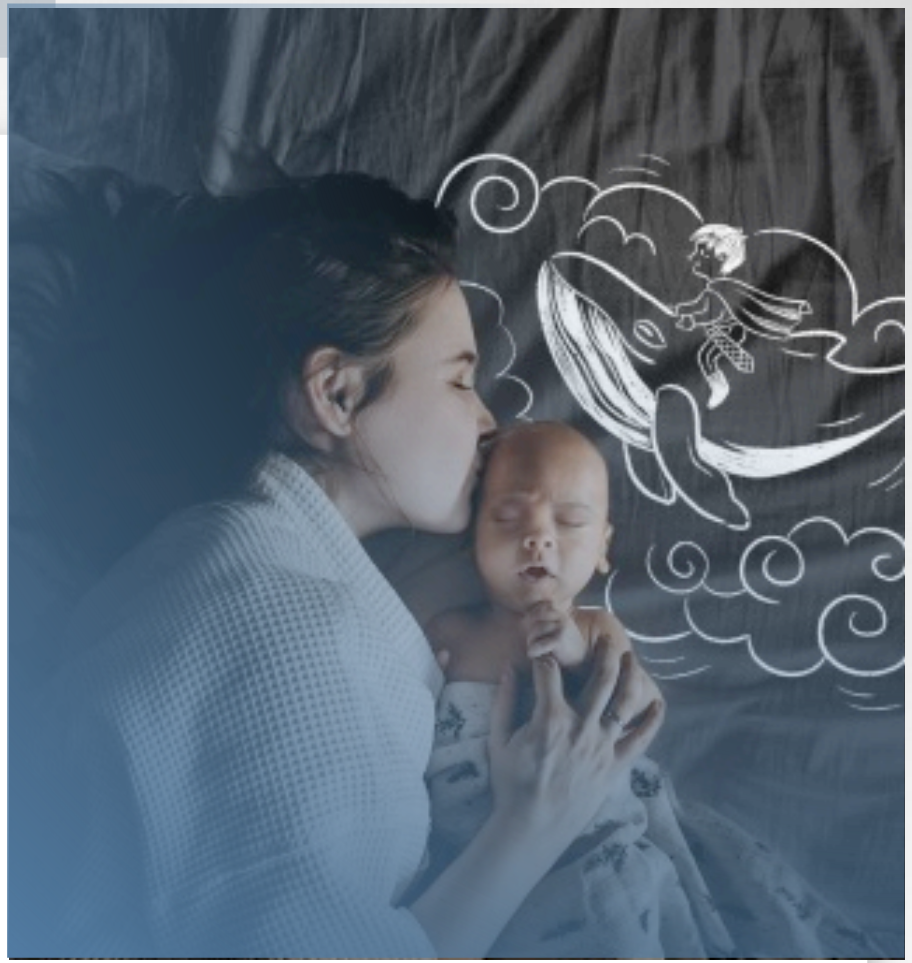
父母越来越重视下一代的健康养育问题，但对体温知识的匮乏，也暴露出父母缺乏系统的婴幼儿健康管理知识。**企业和媒体加入到相关知识科普的队列中来，能够在社会范围内推动对婴幼儿健康的关注和重视，**此次发布的《2023年新生代父母婴幼儿体温监测认知现状蓝皮书》，正是积极发挥社会主体在健康知识普及方面的作用的体现。

婴儿的皮下毛细血管丰富，体温调节中枢和血液循环调节中枢没有发育完善，因此对体温调节功能较差。在炎热的夏天，宝宝的毛细血管始终处于开放状态，受到电风扇或空调等冷风刺激，便容易患上热伤风。而天气变热后人体疲劳虚弱也容易引起体温升高，如果家长采取不科学的措施降温，也很容易引发病菌侵入。

不同时期的婴儿体温也不相同，每天监测体温最好在固定时间进行。例如在酷暑季节，同一个人在上午或中午测量体温得出的数据很可能有差异，往往中午更高，但并不一定是体温升高，而是气温升高的天气原因，因此每天固定时间测量体温更具有比较的价值。

需要注意的是，喝开水、进食、剧烈运动后要等待30分钟再测量。除此之外，在疫苗前后也可以多关注下孩子体温，每次打疫苗前两到三天也要集中测一下孩子的体温变化。

在测量工具的选择上，由于孩子好动坐不住，水银体温计夹在腋下容易掉落，所以年龄偏小的孩子不适宜采用水银体温计。而孩子出汗时用额温枪测温，结果也可能会有偏差，因此，测耳温是相对合适的。



行业点评

张 菁

南方周末综合管理中心总监

儿童健康是全民健康的重要基石。2023年，南方周末与博朗健康生活共同发布了《2023年新生代父母婴幼儿体温监测认知现状蓝皮书》，其中针对新生代父母对于婴幼儿体温监测的认知、顾虑与行为习惯等问题展开调研，并将调研结果与专家意见结合，对婴幼儿相关健康知识进行公众科普，提高对婴幼儿健康的关注和重视，助力公众树立科学的测温知识，提升婴幼儿父母对于下一代健康管理的能力，响应《健康儿童行动提升计划（2021—2025年）》中分不同阶段为儿童连续提供健康监测，提升儿童健康水平的号召，为健康中国贡献一份力量。

媒体在科普健康知识方面具有重要作用：

南方周末始终关注大健康领域发展，
探讨国民关注的生存、健康、关怀命题，
多年来，生产了众多大健康领域的深度报道。

针对大健康领域的公共性议题，南方周末也多次在专业调研的基础上，产出具有广泛影响力和公信力的报告，如《全国公众疫苗认知调研报告》《宫颈癌预防及HPV疫苗认知调研报告》《中国中老年常见感染性疾病预防行动倡议暨疾病认知调研报告》等。坚持以公正、客观、及时的反馈回应公众对健康问题的关切。

BRAUN | 博朗健康生活

THANKS

参考资料：

1.Herzog L, Phillips S G. Addressing concerns about fever[J]. Clinical Pediatrics, 2011, 50(5): 383-390.

2.国家药监局综合司关于履行《关于汞的水俣公约》有关事项的通知(药监综械注[2020]95). https://www.nmpa.gov.cn/xxgk/fgwj/gzwj/gzwjylqx/20201016150908105.html, 2020-10-16

3. Braun ThermoScan 7+ Ear Thermometer IRT6525 Manual.2021.Helen of Troy Limited.

4. 罗双红,舒敏,温杨等.中国0至5岁儿童病因不明急性发热诊断和处理若干问题循证指南(标准版)[J].中国循证儿科杂志, 2016, 11(2):16.

5. American Academy of Pediatrics.How to Take Your Child's Temperature.https://www.healthychildren.org/English/health-issues/conditions/fever/pages/How-to-Take-a-Childs-Temperature.aspx 2020-10-12