

Thân nhiệt

- Người: hằng nhiệt
 - T^* max: gan
 - T^* min: da
- Thân nhiệt ngoại vi < Thân nhiệt trung tâm

Thân nhiệt trung tâm

- @: các mô sâu
- stable
- Đo ở:
 - trực tràng:
 - $36^{\circ}\text{C} - 37.5^{\circ}\text{C}$
 - ổn định nhất
 - miệng
 - trực tràng - $0.2^{\circ}\text{C} - 0.5^{\circ}\text{C}$
 - đơn giản, thuận tiện
 - nách
 - trực tràng - $0.5^{\circ}\text{C} - 1^{\circ}\text{C}$
 - đơn giản, thuận tiện

Thân nhiệt ngoại vi

- @: da, chi
- unstable

Yếu tố ảnh hưởng thân nhiệt

- Tuổi: càng già càng lạnh
- Nhịp ngày đêm
 - min: 3-6h
 - max: 14-17h
- CKKN: nửa sau CK > nửa trước CK
- Mang thai: tháng cuối tăng t^*
- Trẻ nhỏ: điều nhiệt chưa hoàn thiện
- Vận cơ
- T^* MT
- Bệnh

Sinh nhiệt

- Chuyển hóa cơ sở: mức tiêu hao NL min trong điều kiện
 - Không tiêu hóa
 - Không vận cơ
 - Không động não (nhưng vẫn tỉnh)
 - Không điều nhiệt
- Vận cơ
 - H cơ cơ: 25%
 - 75% còn lại --> nhiệt
- Tiêu hóa
- Phát triển
 - Người trẻ
 - Mang thai

Nhiệt cơ thể sinh ra từ PUHH

Mọi việc tiêu hao NL đều tăng sinh nhiệt