

什么时候量身高比较好：什么时间量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！-股识吧

一、一天最容易长高的时间段

睡觉的时候。

1，睡觉的时候全身负重转变，利于长骨休息生长。

2，每晚2：00-4：00是人身体生长激素最活跃的时候。

练健身的人都知道，如果晚上没有休息好，白天就白练了。

重要的原因就是晚上是生长激素最高的时候。

二、什么时间量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

在一天起床的时候！你的脊柱和韧带以及软骨、肌腱全部处于最长和放松状态！尤其是你的脊柱间韧带，最松弛！此时是身高最高的时候！回答完毕，希望你满意！谢谢你！

三、一天里什么时候量身高最准？？

早上

四、一天中的什么时候量身高才最准确？

据测定一个人早晨和晚上的身高不一样，而且总是早上刚起床时身高略高。

这与构成人体身高的关节组织和韧带的松弛有关。

脊柱的椎骨之间都由椎间盘相联结，椎间盘富有弹性，它的形态可以随所受力的变化而不同：受压时可被压扁，除去压力又可恢复原状。

由于椎间盘有上述特点，因此，当人体经过一天的劳动或长时间的站立、行走、劳动之后，椎间盘会因受压而变扁，整个脊柱的长度缩短，身高就降低。经过一整夜的睡眠，椎间盘恢复了原状，便出现了“早高晚矮”的有趣现象。最佳时间是上午9点~~11点之间

五、什么时候是长高最好

晚上十点到凌晨二点

六、什么时候量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

你的身高就是1.73.在白天工作时间段里，整个身体向下坠，疲倦，心脏不断的跳动，晚上睡觉的时候全身放松，早上起来自然就高了1公分！

七、什么时间量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

在一天起床的时候！你的脊柱和韧带以及软骨、肌腱全部处于最长和放松状态！尤其是你的脊柱间韧带，最松弛！此时是身高最高的时候！回答完毕，希望你满意！谢谢你！

参考文档

[下载：什么时候量身高比较好.pdf](#)

[《支撑股票上涨的要素上什么》](#)

[《股价跌了换手率高说明什么》](#)

[《怎么融资买入茅台股票》](#)

[《法尔胜股票为什么不开盘》](#)

[下载：什么时候量身高比较好.doc](#)

[更多关于《什么时候量身高比较好》的文档...](#)

声明：

本文来自网络，不代表

【股识吧】立场，转载请注明出处：

<https://www.gupiaozhishiba.com/read/52156107.html>