

什么时候量血压比较总...上午量血压和下午量有什么区别-股识吧

一、上午量血压和下午量有什么区别

人体血压有受昼夜影响的微小波动，一般来说清晨血压最低，然后随着时间推移逐渐上升，到傍晚时血压最高。

但如果是自己监测血压建议做到四定：定时间、定体位、定部位、定血压计。

二、何时测血压比较准确？

平静状态下，在早上七点至八点间，最好是测三次取平均值.不需要空腹.

测血压时，运动，激动，紧张，进食，药物均有可能使血压增高，应排除这些因素

三、一天中何时测量血压比较合适呢？

首先给您解释一下血压的概念 血压就是血液对血管壁的侧压力 ^ ^

您的问题是错误的问题 ^ ^ 人的血压是会有波动的，一天中夜晚睡眠时候相对较低，下午二点左右最高！而人们之所以要控制血压是因为血压太高以及波动太大会对许多人体的脏器造成不可逆的损伤，比如可以造成冠状动脉的粥样硬化（当然这和血脂等其他原因也有关系）而后可以引起冠心病。血压高还可以引起心脏代偿性肥厚，以及肾，大脑，等等都有影响 ^ ^ 所以，正确的测量血压的方法应该是多次，同一台血压仪，同一个人，可以分早，中，晚分别测量，您家里应该准备一台血压表，准确的观察到一天的血压波动情况对您的身体绝对有很大的好处，还可以做为您服用降压药的标准 ^ ^ 祝您身体健康 ^ ^

四、怎样正确测量血压，应该注意什么？

注意！要用水银柱血压计测量比较正确。

正确方法：每天早中晚各选一个时间，测量一次，做记录（2次也可以，但要过5分钟左右）用2周左右的时间，都在同一时间测量，保证相同的时间点，相同的体位，相同的情绪。

然后计算平均值。

找出你的血压在一天里高点和低点的时间及波动范围。

或做个血压曲线图，即每两小时量一次，把时间与数值做在坐标图上。

血压高峰前30分钟用降压药就可规范的治疗。

测量时间的不同、血压计不同、季节变化都能引起血压的变化。

血压是随着情绪、休息以及天气波动的。

盛夏季节血压较秋冬偏低。

高血压病人测量血压时要定时，定体位，定血压计。

这样量的血压才是最有比较性的。

（另外重复连续测量也会导致不同，一般是越测越低。

）每个人的左右手血压是有区别的。

但不是很大。

五、每天什么时间量血压最好？一天量几次？

就目前你的血压来看是属于临界高血压。

建议每天两次。

即早晚。

清晨血压不稳定。

如感到头晕头痛可随时测量。

测量血压有三定：定时间、定部位、定血压计。

如果血压仍然高的话可晚上临睡前加服降压药。

祝早日康复！查看原帖>

>

六、什么时候量血压最准

第一个高峰一般为早上6：00-9：00，第二个高峰为傍晚17：00-20：00，昼夜波动一般不超过10-20mmHg，但是部分高血压病患者血压波动较大，甚至高达40-50mmHg。

口服降压药的作用通常在服药后0.5-1小时出现，2-3小时达到最高峰。长效药物疗效的持续时间可达20-30小时，中效药物约8-10小时，短效药物约2-5小时。因此高血压病患者需在昼夜两个血压高峰前1-2小时服用降压药，这样利于药物有效地发挥疗效。

七、血压在什么时候测量最合适？

人的血压是会有波动的，一天中夜晚睡眠时候相对较低，下午二点左右最高！而人们之所以要控制血压是因为血压太高以及波动太大会对许多人体的脏器造成不可逆的损伤。

所以，正确的测量血压的方法应该是多次，同一台血压仪，同一个人，可以分早，中，晚分别测量，如果家里准备一台血压计，就可以准确的观察到一天的血压波动情况。

参考文档

[下载：什么时候量血压比较总.pdf](#)
[《股票账户办理降低佣金要多久》](#)
[《st股票最长停牌多久》](#)
[《买了8万的股票持有多久可打新》](#)
[《股票账户多久不用会失效》](#)
[下载：什么时候量血压比较总.doc](#)
[更多关于《什么时候量血压比较总》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/article/51769092.html>