

# 早上量身高为什么比晚上高 - - 为什么早上身高比晚上高-股识吧

## 一、为什么人早上比晚上高？

人体各部分是由关节和韧带连在一起的。

经过白天的工作和学习后，全身各肌肉、关节和韧带都处于紧张和压缩状态，脊椎骨会紧靠在一起。

但通过一整夜的睡眠，椎间盘没有了压力而得到放松。

这样，脊柱就会变得稍稍长一些，关节和韧带松弛了，便出现“早高晚矮”的有趣现象。

我们在早晨确实比晚上稍高一些。

这是因为人在睡觉时，消除了重力对脊椎的挤压，26块椎骨之间的软骨便随之舒展开来。

当白天我们以直立姿式活动时，这些环状的软骨盘在重力作用下压缩，于是我们的个头在早晨就比晚上高了那么一点点。

水在椎间盘的构成中所占的比例相当高，当你躺下时，体重对脊椎的压力解除，使椎间盘得以膨大。

一旦承受你的体重时，椎间盘又被挤压而缩短。

这种早、晚之间的身高差别在年轻人尤为明显。

上了年纪的人，由于身体组织的原状恢复比较差，因此身高在白天皱缩的程度也比较轻微。

## 二、早上身高明显比中午晚上高，为什么？

我们在早晨确实比晚上稍高一些。

这是因为人在睡觉时，消除了重力对脊椎的挤压，26块椎骨之间的软骨便随之舒展开来。

当白天我们以直立姿式活动时，这些环状的软骨盘在重力作用下压缩，于是我们的个头在早晨就比晚上高了那么一点点。

“水在椎间盘的构成中所占的比例相当高，”美国脊柱按摩疗法协会的杰罗姆麦克安德鲁斯说，“当你躺下时，体重对脊椎的压力解除，使椎间盘得以膨大。

一旦承受你的体重时，椎间盘又被挤压而缩短。

”这种早、晚之间的身高差别在年轻人尤为明显。

上了年纪的人，由于身体组织的原状恢复比较差，因此身高在白天皱缩的程度也比较轻微。

### 三、为什么人早上的身高和晚上的身高不同??

身高是恒定的.但是在一日之中不同时间仔细测量，你会发现早晨起床是身高比晚上入睡前高1.25CM左右.着不是构成身高的脊椎骨或肢体骨长度有变动，而是脊椎骨见相连接的23个椎间盘有了变化.椎间盘有透明软骨板，纤维环和髓核构成.特别是髓核，被嵌在相邻的软骨板之间，是半透明乳白色的胶状物质，富有弹性，含水分80%--85%.髓核有一定的渗透能力，白天工作及身体上部的体重压力，可以使髓核内所含的液体经过软骨板被驱出外渗.夜里睡觉，这种压力消失，液体又由椎体松质骨经软骨板渗进髓核并使它充满.

### 四、为什么我早上比晚上高？

这是因为人在睡觉时，消除了重力对脊椎的挤压，26块椎骨之间的软骨便随之舒展开来。

当白天我们以直立姿式活动时，这些环状的软骨盘在重力作用下压缩，于是我们的个头在早晨就比晚上高了那么一点点。

水在椎间盘的构成中所占的比例相当高，当你躺下时，体重对脊椎的压力解除，使椎间盘得以膨大。

一旦承受你的体重时，椎间盘又被挤压而缩短。

这种早、晚之间的身高差别在年轻人尤为明显。

上了年纪的人，由于身体组织的原状恢复比较差，因此身高在白天皱缩的程度也比较轻微高是指足底到头顶的高度，它可以反映人体骨骼发育的情况。

一个人的身高在一天内会有变化.早上高，晚上矮。

测量的结果表明，人体身高早晚可相差2厘米左右。

人的身高早上略高于傍晚，是因为脊柱的椎骨之间都由椎间盘相连接，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；

除去压力时，又可恢复原状。

当人体经过一天的劳动或长时间的站立、行走、跑步之后，椎间盘会因受压而变扁，整个脊柱的长度也会缩短，身高就降低。

但是，经过卧床休息之后，椎间盘因未受压力而恢复原状，脊柱相应地也恢复到原来的长度，身高也就恢复到原来的高度。

人的身高早晚有差异，早上略高于傍晚。

## 五、早上起来量身高是不是会比下午高？

早上会高一些的。

每天睡觉的时候，由于平躺使脊椎得到舒展，所以身体会变长.而站立行走时体重会对脊椎产生压缩的作用，成年人一天之内的身高变化平均可达19毫米。

我们在早晨确实比晚上稍高一些。

这是因为人在睡觉时，消除了重力对脊椎的挤压，26块椎骨之间的软骨便随之舒展开来。

当白天我们以直立姿式活动时，这些环状的软骨盘在重力作用下压缩，于是我们的个头在早晨就比晚上高了那么一点点。

水在椎间盘的构成中所占的比例相当高，当你躺下时，体重对脊椎的压力解除，使椎间盘得以膨大。

一旦承受你的体重时，椎间盘又被挤压而缩短。

这种早、晚之间的身高差别在年轻人尤为明显。

上了年纪的人，由于身体组织的原状恢复比较差，因此身高在白天皱缩的程度也比较轻微

## 六、为什么早上身高比晚上高

下午和晚上椎间盘是椭圆的，而早上是圆的，高度是不一样的这主要是重力和人体构造的问题因为脊柱中间的那个椎间盘是有弹性的下午和晚上的时候，经过一个白天的身体直立，由于重力作用椎间盘受到挤压，就会比较矮一点，就像弹簧被压着。

早上起来，经过一个晚上水平躺着的休息，身高也就高了。

也就是说，椎间盘也就恢复了原本的形状

## 七、我早上和晚上身高差别很多 将近2-3厘米 怎么回事？

展开全部身高是指足底到头顶的高度，它可以反映人体骨骼发育的情况。

一个人的身高在一天内会有变化.早上高，晚上矮。

测量的结果表明，人体身高早晚可相差2厘米左右。

人的身高早上略高于傍晚，是因为脊柱的椎骨之间都由椎间盘相连接，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；

除去压力时，又可恢复原状。

当人体经过一天的劳动或长时间的站立、行走、跑步之后，椎间盘会因受压而变扁，整个脊柱的长度也会缩短，身高就降低。

但是，经过卧床休息之后，椎间盘因未受压力而恢复原状，脊柱相应地也恢复到原来的长度，身高也就恢复到原来的高度。

人的身高早晚有差异，早上略高于傍晚。

## 参考文档

[下载：早上量身高为什么比晚上高.pdf](#)

[《股票抛股要多久》](#)

[《小盘股票中签后多久上市》](#)

[《公司上市多久后可以股票质押融资》](#)

[下载：早上量身高为什么比晚上高.doc](#)

[更多关于《早上量身高为什么比晚上高》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/62832224.html>