

量身高什么时间比较准确几时量身高才是最准确的？刚起床？中午？还是晚上？还是？？-股识吧

一、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！

二、身高什么时候量最准？

一般情况下早晨的身高是最正常的，当你睡了一晚上觉后，由于没有重力的作用，椎间隙变宽了所以早晨高些。

到中午以及晚上椎体之间会有一定压缩，椎间隙变窄所以矮点，

三、要量身高~最好在什么时候量？

想量高一点就到早晨

四、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！

五、几时量身高才是最准确的？刚起床？中午？还是晚上？还是？？

应该是早上最准确，一整夜的休息，使脊柱得到放松和恢复，相反的，只要我们站立或坐立的时候，脊柱就要在重力的作用下受到挤压，从而使量得的身高偏小。

六、请问是白天量的身高准确还是晚上量的身高准确

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。

早上身高确实比晚上要要高一点！大概在2到5厘米！晚上休息了一晚上以后，身体完全放松了，脊椎上的每个关节肌肉都放松了，在这种情况下就有长高的情况！但一下地就马上量不去了！

所以象篮球职业的一些运动员都是晚上睡醒，让人背着去量身高的！

这和人还会不会长高没关系的！人长不长高和人的发育和先天加后天有关！

七、一天里什么时候量身高最准??

早上

八、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

参考文档

[下载：量身高什么时间比较准确.pdf](#)

[《美元加息为什么不会造成a股下跌》](#)

[《基金赚钱是看股票还是什么》](#)

[《基金分红后钱多了吗》](#)

[下载：量身高什么时间比较准确.doc](#)

[更多关于《量身高什么时间比较准确》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/66424567.html>