什么时间段量身高比较准-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!-股识吧

### 一、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!

### 二、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连结,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

# 三、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!

早上会高点,因为骨骼还未受到压迫,身高会高点。 到了晚上,经过一天的压迫,身高自然会矮一点。 至于最准确几时量,我想应该是正午吧。

#### 四、一天里什么时候量身高最准??

早上

# 五、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!

# 六、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!

## 七、健身体测什么时候最准

任何时候都是准的,不分什么时候,只要去测就行了。

## 八、测量身高的时间

早上的身高是比平常时段略高的经过一夜,骨骼得到了很好的放松的缘故!觉得该 是白天的身高是准确的吧!如果是脚的话,那么下午3、4点的时候最长!

## 参考文档

下载:什么时间段量身高比较准.pdf

《长期持有股票靠什么赚钱》

《b股票是什么股票》

下载:什么时间段量身高比较准.doc

更多关于《什么时间段量身高比较准》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/69706171.html