

# 上午11点量血压是不是比早上高些；早晨和傍晚血压高是怎么回事？-股识吧

## 一、血压几点最高？

一般来说早晨测量最好！

## 二、血压几点最高？

每天上午8——10点时血压最高，这个也叫“魔鬼时间”有心脑血管疾病的人千万不要在这个时段锻炼身体。

易出危险。

另外人在受到强烈刺激特别激动时以及剧烈运动时血压也高。

所以一定要注意奥！！

## 三、为什么短时间内反复量血压，血压越来越高？

你太紧张了，可能也太敏感。

一般的说，测量基础血压是在晨起时，即刻测量，比较有说服力。

每天测，如果持续超过140/90，有可能是高血压。

单纯一次不能诊断，再之你那个结果是自己测的，又不是专业医生测的，不能作为诊断依据。

## 四、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。

## 五、高血压一天的血压都高吗？就是说一天24小时平均值高于正常值

穆药师提醒你：对高血压患者进行的24小时动态监测发现，一天中有两个血压高峰和两个低谷。

早晨5—8点为第一个血压高峰；

8点以后开始下降，中午12—13点为第一个低谷；

然后血压开始上升，18—20点为第二个高峰，也是全天血压最高时期；

然后血压下降，到凌晨时为全天最低点，也就是第二个低谷。

接着血压逐渐上升，再进入次日的第一个高峰，按照24小时血压监测曲线图分析：

1. 约70%的患者为双高峰型。

2. 约25%的患者仅出现下午一个高峰。

3. 少数患者以早起第一个高峰最为突出，这类病人往往不易被常规检查所发现。

4. 部分高血压患者仅表现为白天血压升高，而另有部分患者白天与夜间均升高。

临床上常见到这种现象，有些病人虽然认真服药，平时效果不错，但仍然发生心脑血管急症。

主要是因为这些患者服用的药物为短效降压药，且未按血压波动规律用药。

因为短效降压药药效只能维持几个小时，到次日清晨时，血药浓度已很低甚至全无，加上不及时用药，早起时第一个血压高峰是无法得到控制的。

要使全天血压得到合理的控制，使24小时血压平稳，一定要按照血压波动规律及降压药物在体内作用时间合理用药。

一天中第一次用药时间要在早上6点起床时；

如果服用的是中效降压药，应在下午5—6点时服第二次。

对于清晨血压升高者，将清晨血压控制在正常水平以下，以减少心脑血管疾病的急性发作，选用钙拮抗剂、受体阻滞剂、血管紧张素转换酶抑制剂等降压药物。

夜间血压升高者不适合用短效药物，最好应用长效的或中效的降压药物，在睡前或午夜给病人服用降压药物，能够达到理想的效果。

另外，血压得到控制后，最好到医院用24小时动态血压监测来鉴定血压是否平稳。

## 六、上午量血压和下午量有什么区别

您好，饭后量血压和饭前是有区别的。  
最好就饭后3小时左右量，或者早上的时候量最好

## 七、早晨和傍晚血压高是怎么回事？

在未用抗高血压药情况下，收缩压  $140\text{mmHg}$ 和/或舒张压  $90\text{mmHg}$ ，高血压是一种以动脉血压持续升高为主要表现的慢性疾病，目前是无法根治的，只能说从药物稳定血压，降压药一般有尼群地平、卡托普利等，饮食低盐低脂做起，适当的运动，保持良好的生活习惯，建议在当地医生指导下口服降压平稳的药物治疗，低盐饮食，低脂肪饮食.一定要戒烟，酒，避免情绪激动，服药要坚持。

## 八、我的血压有点怪，通过早晨非同日同一时间段的测量，高压不高，低压有点偏高，多高呢？85左右，也就是说

理论上，高血压的判定是高压超过 $140\text{mmHg}$ 或低压超过 $90$ 就判断为高血压，具体分三级不赘述。

人体血压随时辰是有波动的，这很正常，但是不要超过阈值，医学上人为界定了阈值，一旦超过我们就说他是高血压了。

正常青年人的血压 $120/80\text{mmHg}$ 比较中和，如果低压接近 $90$ 或偶尔超过 $90$ ，其实已经处在边缘，建议增加锻炼，放松心情，建议先不吃药，每天监测看看。

高血压是慢性病，一旦依靠药物，可能就要长久服用了。

## 九、高血压都是有哪几方面造成的？

防范：避免生气，避免过于劳累，避免过咸饮食，减少钠，脂肪饮食，限制饮酒，定期检测血压。

。  
。

高血压慢慢养，别生气别着急能控制住的

## 参考文档

[下载：上午11点量血压是不是比早上高些.pdf](#)

[《什么是股票b浪》](#)

[《95年哪只股票最赚》](#)

[《基金定投关闭后怎么把钱取出来》](#)

[下载：上午11点量血压是不是比早上高些.doc](#)

[更多关于《上午11点量血压是不是比早上高些》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/author/29319683.html>