

# 怎么坐起量血压比睡起量要高—量血压应该坐的还是躺的-股识吧

## 一、如何正确的使用量血压？

正确的血压测量方法应注意以下几点：1

测量前让病人安静休息片刻，以消除紧张、劳累对血压的影响；

2 被检查者手臂应与右心房同高（坐位——第4肋水平、卧位——腋中线水平）；

3 袖带放置平展，袖带下缘要距肘窝2~3cm，松紧度以插入两个手指为宜；

4 加压时应将水银柱高出基础收缩压20~30mmHg，放气要缓慢，收缩压以听到的第一声为准，舒张压以声音消失或变音为准；

5 一般连测2~3次，取其最低值做为本次血压的数据。

## 二、测量动脉血压时，为何手臂，血压计必须与心脏同高？

我不知道你是否知道压力的作用。

就像你从一桶水里接一个管子出来，如果你的管子高于水桶的话，因为压力的关系，水桶的水位和你管子水位是一样的，就不会流出来。

&nbsp;

如果你的管子低于水桶的话，同样因为压力的关系，则水会流出来。

同样的，如果你的血压计高于心脏的位置，那么你量出来的就会是低血压，如果你的血压计低于心脏的话，你量出来的血压就是高血压。

就是因为心脏和血压计里的水银位置不平的原因

## 三、怎么样可以让血压高一点

食物疗法可以多吃瘦猪肉，牛肉，鸡蛋一类的。

炒菜的时候可以放一点盐。

盐可以升高血压。

最好到医院检查一下，看有没有贫血。

如果贫血可以用的药物有【东阿阿胶】。

可以补血也可以升高血压。

## 四、血压每天该怎么量最准

每一个时间段的血压是不一样的。

每天选个固定的时间来量血压. 一般以收缩压90 ~ 139mmHg(有用KPa为单位者, 1Kpa = 7.5mmHg)、舒张压60 ~ 89mmHg、脉压30 ~ 40mmHg为正常血压。

健康人双侧肱动脉血压可不相等, 二者之差可达10 ~ 20mmHg, 一般以右上肢肱动脉血压为准。

测量血压应该在同一时间内间隔1分钟反复测量2 ~ 3次, 并取其最低值作为该时间的血压值。

正常人血压呈明显的昼夜波动性, 即夜间血压最低, 晨起活动后迅速上升, 在上午6 ~ 10点和下午4 ~ 8点各有一高峰, 继之缓慢下降。

高血压患者的血压昼夜变化情况也和正常人相似, 但总的水平较高, 波动幅度较大。

在活动、饱食、情绪激动、精神紧张或寒冷等状态下血压都会升高, 日常生活中失眠、吸烟、饮酒和饮咖啡等也都会影响血压的变化。

服药治疗的高血压患者应该监测降压药作用最弱时点的血压(如晨起后血压)、最强时点的血压(如傍晚血压)和临睡前血压, 一日多次服药者还要测量服药前的血压, 其他时间的血压可以根据需要随时测量。

血压控制平稳者最好每日监测晨起后和临睡前的血压。

## 五、躺着血压正常, 做起来很高

您好, 患者的血压很不稳定, 建议多复查几次, 一般正常人的血压低于140/90MMHG, 血压也会因为个人的情绪变化, 年龄, 饮食, 性别, 劳累等这些非致病因素而发生变化, 但是都基本在这个正常范围左右, 如果患者此次测量的血压接近临界状态, 以往没有高血压病史, 建议患者再多测量几次, 偶尔一次是无法诊断高血压病, 甚至服药治疗的。

平时注意低盐低脂清淡饮食, 合理的作息时间和休息时间, 戒烟酒。

多测量几次血压, 暂时不必服药治疗。

Ydt

## 六、爸爸今天有点不舒服，我给他量血压躺着130、80，坐着150.100.咋回事呀？哪个准？

都准！躺着和坐着血压是不一样的！躺着时血压会低一点，坐着就会高一点！你多做几次就会相信我说的话了！最好看医生，听医生的为宜！祝你爸爸身体安康，一切顺畅！

## 七、急===站起来血压高 坐着躺在血压就正常 是什么病啊

体位性高血压，和我一样！平时起床注意点就行了。  
多锻炼。  
不要吃降压药。

## 八、量血压应该坐的还是躺的

研究人员对100位年龄介于18岁至88岁的患者的血压进行了不同方式的测试(两种胳膊位置：小臂与身体形成直角和胳膊与身体平行，坐着、站着和躺着)。  
所有患者来看病的原因是因为感冒或头疼，均不是直接因为心脏问题。  
研究人员对每个患者的血压进行了六次测量，在坐着用胳膊呈直角姿势测量血压的患者中，测量结果显示有22%的人患高血压。  
而在用胳膊与身体平行姿势测量血压的患者中，结果显示患有高血压的人数为前者的一倍。  
研究人员表示，胳膊的位置对获取较为科学的血压读值很重要，但现在还很难断定哪种姿势更为正确。  
然而根据美国心脏协会的要求，患者量血压时应取胳膊与身体呈直角的姿势。

## 参考文档

[下载：怎么坐起量血压比睡起量要高.pdf](#)

[《股票卖出后多久能确认》](#)

[《股票一般多久买入卖出》](#)

[《公司上市多久股东的股票可以交易》](#)

[《股票公告减持多久可以卖》](#)

[下载：怎么坐起量血压比睡起量要高.doc](#)

[更多关于《怎么坐起量血压比睡起量要高》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/author/73097063.html>