

## 怎样用手机量血压比较准-怎样量血压-股识吧

### 一、喜欢看测血压，红鸟健康云手机的监测数据准确吗？

别的我不清楚，但是我看测血压很不错，和我以前用的欧姆龙的数据几乎没有差别，我现在都不用去医院测血压了，都是直接用这款手机来测血压。

二、

### 三、怎样量血压

你在测量之前把气放净，然后将袖带缠在肘关节的上方，松紧要适度，再将听诊器放在肘上，可以听到脉搏的跳动声。

这时你可以向袖带充气，要缓慢一些，因为你不是很熟练，这个过程你应该继续听到脉搏声直到你听不到开始入气，也要缓慢，当你听到第一个声音时记下此时的数字，此为收缩压，继续放气听到声音变调了记下此时的数字，此为舒张压。

这是个需要熟练的技术，没什么太难的，量多了就熟练了。

你可以到你住处的小门诊去练习，一来有人指导，二来练的机会多。

血压正常是在140/90以下，但不同人掌握的标准会有差异，如你有糖尿病或血脂高可能就要控制得再低些，有些心脏病不能降得太低等，这里的学问太多，不是一两句话能说清楚的。

你要就具体情况和医生多沟通才是。

祝你成功。

### 四、如何下载量血压软件vo手机如何下载

借助应用宝下载手机软件就可以了。

可以稳定的将软件安装到手机上。

手机上下载应用宝还是很方便的。  
应用宝主界面上可以选择需要的软件来安装。

## 五、手机测量血压的软件哪个最好

深圳的乐心app

### 参考文档

[下载：怎样用手机量血压比较准.pdf](#)

[《拿一只股票拿多久》](#)

[《股票上市一般多久解禁》](#)

[《只要钱多久能让股票不下跌吗》](#)

[下载：怎样用手机量血压比较准.doc](#)

[更多关于《怎样用手机量血压比较准》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/book/30995613.html>