

量血压什么时候比较较准确|测量血压，什么时间段比较准确。-股识吧

一、什么时间量血压最准？

血压就是人血管内的压力，因为这个血管内的压力一天24小时都存在，所以，什么时候量血压并不重要，重要的是你测量的方法和结果。首先，测需要要安静休息30分钟，保持心情平静。其次，每次量血压最好是由同一个人同一个血压计，在同一时间，同一个姿势来测量。再次，左胳膊的血管跟心脏较近，而右边则远点，所以，一般情况下左边血压会比右边高一点...最后，建议一天多次测量血压，比如，23/8日的早中晚的血压跟24/8日早中晚的血压才有可比性...

二、什么时候量血压最准，我每次早晨起床之前的血压时

严格专业的是在清晨起床后，是最准的，量血压前不要有大的活动，避免活动后，血压升高。

如果是血压不稳定时期，建议晚上在量一次，不要在饭后马上量，要在晚上8点前量，注意监测。

三、测量血压，什么时间段比较准确。

人的血压在一天时间内都在变化，一般早6-8时，和16时，血压最高；凌晨2-4时血压最低。

高血压患者测量血压最佳时间为早6-8时，和16时，只要这两个时段不高，基本上一天就能挺好。

特殊情况：有些人早4-6时特殊高，称“黎明现象”。

所以最好全天隔一小时量一次，找出自己的最高时段，然后在最高时段测量是就科学的。

四、人在一天当中，什么时间测量血压比较准？

血压因时间不同可有波动，如清晨偏低，午后可偏高，但是血压测量不论什么时间只要是安静状态下那么就是准确真实的，一般测得血压偏高需要多次复测后平均值高于正常值才能诊断高血压。

五、人体什么时候量血压最准确

人的血压在一天24小时内是波动的，它有两个高峰期，上午8-9点，下午17-18点.你可以早晚都去量，多量几天.才能确定你的血压是否正常 采纳哦

六、在上午，或中午，或晚上，哪个时间段量血压比较准

血压在早上会比较高，晚上会比较低，量血压要精准的话可以选择在饭后半小时进行，并且早晚各一次然后取平均值。

七、每天测量血压什么时候最准确

严格专业的是在清晨起床后，是最准的，量血压前不要有大的活动，避免活动后，血压升高。

如果是血压不稳定时期，建议晚上在量一次，不要在饭后马上量，要在晚上8点前量，注意监测。

八、何时测血压比较准确？

平静状态下，在早上七点至八点间，最好是测三次取平均值.不需要空腹.

测血压时，运动，激动，紧张，进食，药物均有可能使血压增高，应排除这些因素

参考文档

[下载：量血压什么时候比较较准确.pdf](#)

[《股票从业资格证需要多久》](#)

[《吉林银行股票多久上市》](#)

[《增发股票会跌多久》](#)

[《股票涨幅过大停牌核查一般要多久》](#)

[《股票多久能涨起来》](#)

[下载：量血压什么时候比较较准确.doc](#)

[更多关于《量血压什么时候比较较准确》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/read/51556529.html>