晚上量身高比早晨量身高矮多少.问一下，身高早上量和晚上量能差多少？-股识吧

一、为什么我早上量身高和晚上量身高不对呢，（最多相差2.5厘米）补充我16岁

晚上量要矮一点，早上刚起来量要高一点。
原因很简单，因为白天忙了一天，人处于站立和坐着的姿势比较多，人体的骨骼和关节由于身体的自身重量的压迫处于收缩状态，形同弹簧受压力的作用！早上刚起来，人在头一天晚上睡眠是平躺着的，肌肉骨骼关节都处于休眠和放松状态，所以人体的骨骼和关节就象弹簧一样复位了，说百了人的骨骼就象弹簧一样，越压越短！至于这个差别是多少还没有准确的数字，根据不同的人有不同的差别！但这个数字无非是在毫厘之间，很微小，眼睛是无法估计的出来的！

二、为什么我早上量身高和晚上量身高不对呢，（最多相差2.5厘米）补充我16岁

你学点物理知识啊 地球有吸引力，你白天站着那脊椎挤压，空隙变小。
晚上躺着就恢复原形了啊！

三、为什么晚上要比早上矮几厘米？

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，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

四、早晨和晚上的身高以哪个为准？

都说过了25岁以后，我们的个子基本就不生长了，但十五就发现一个问题，如果早上起床后量身高，就会比前一天晚上睡觉前高个大约1厘米左右。
不知道大家有发现吗？难道睡一觉起来就长高了？这长高了的1厘米并不是真的骨骼长高了，而是脊椎骨间相连结的23个椎间盘有了变化。
椎间盘由透明软骨板、纤维环和髓核构成，特备是髓核，被嵌在相邻椎体的软骨板之间，是半透明乳白色的胶状物质。
这种物质富有弹性，含水分大约为80%—85%之间。
白天的工作以及身体上部的体重压力，让这种液体经过软骨板被外渗出去。
而夜里睡觉，这种压力就消失啦。
髓核就随着液体的进出而一胀一缩，因此早晨起床时个子要比晚上睡觉前高1厘米左右，不仔细测量是发觉不了的。
感觉白激动了呢，以为自己长高了，结果到晚上又回去了。
不知道大家有没有发现这个神奇的事？ 看看下面这个最受男生欢迎的女生身高图，你在第几名？敢不敢在评论里秀出来？欢迎给小编留言！

五、问一下，身高早上量和晚上量能差多少？

早上量会比晚上量高一点点，因为睡了一晚上筋骨舒展，是要高一点点。
量身高一般都脱了鞋量啊也可能跟量身高的工具有关，量身高的工具不可能完全一样

六、晚上量身高跟早上量身高有差别嗎？是多少？

晚上量要矮一点，早上刚起来量要高一点。
原因很简单，因为白天忙了一天，人处于站立和坐着的姿势比较多，人体的骨骼和关节由于身体的自身重量的压迫处于收缩状态，形同弹簧受压力的作用！早上刚起来，人在头一天晚上睡眠是平躺着的，肌肉骨骼关节都处于休眠和放松状态，所以人体的骨骼和关节就象弹簧一样复位了，说百了人的骨骼就象弹簧一样，越压越短！至于这个差别是多少还没有准确的数字，根据不同的人有不同的差别！但这个数字无非是在毫厘之间，很微小，眼睛是无法估计的出来的！

七、人的身高早晚相差多少

一天当中，人体的身高会随时间的不同而发生微小的变化，晚上的身高比早晨的身高要矮1厘米左右。
脊椎骨节之间的韧带具有缓冲作用，晚上人体处于睡眠状态时，它因吸足水分而处于膨胀状态，因此早晨起床时人们的身高要相对高一些，而经过一天的活动，脊椎骨为维持人体直立的状态，脊椎骨之间的韧带因受到挤压，再者因为地球重力的关系，韧带会发生萎缩的现象，因此到晚上人体的身高要变得相对矮一些。
由此可见，因脊椎骨之间的韧带所处的状况不同，一天当中，即使是同一个人的身高也会存在1厘米左右差异。
因此测量身高时，最好固定在某个时间段进行测量，而上午10点左右应该是测量身高的最佳时机。
另外，对于驼背、弯腰、罗圈腿的人来说，只要能矫正这些不正确的姿势，他们的身高也会得到明显的提高。
有些人会说自己在25岁以后还增高了一些，这主要归功于他们矫正了某些不正确的姿势。
这说明，身高会随着测定时间的不同而不同，又或者说，身高也会因矫正某些不正确的身姿而发生变化。
但从严格意义上讲，这些都不属于身体长高的范畴。
如果想使自己的身高真正长高，则必须在青春期通过努力使骨骼生长，从而真正达到长高的目的。

八、为什么晚上和早上量身高不一样，一般相

1. 任何一个人的身高，早晚量是不同的，这是因为在晚上睡觉，身体的各个关节放松的原因，平躺在床上，没有了压力，自然伸长。
白天通过一天的站立，各个关节部位压缩。
所以量起来就矮了点。

????

??????????????????.pdf
???08??????
??????????
???????????
??????????????
???????????
????????????????????.doc
????????????????????????...

????????????????????????????????
https://www.gupiaozhishiba.com/read/56291061.html