

什么地方量身高比较准--用卷尺量身高准吗，还是去哪量准些-股识吧

一、如何最准确的测量自己的身高

用直角三角尺，一边依靠住墙，一边与头顶接触。
标注后离开，再用卷尺测量刚才的位置。

二、用卷尺量身高准吗，还是去哪量准些

三、用什么可以准确的量身高

量尺~！ 测量身高的方法和要求 1)测量方法：被测量者赤脚，"立正"姿势站在身高计的底板上，脚跟、骶骨部及两肩胛间紧靠身高计的立柱上。

测量者站在被测量人的左右均可，将其头部调整到耳屏上缘与眼眶下缘的最低点齐平，再移动身高计的水平板至被测量人的头顶，使其松紧度适当，即可测量出身高。

2)测量要求：每次测量身高均应赤脚，并在同一时间(早晨更准确)，用同一身高计，身体姿势前后应一致，身高计应放在地面平坦并靠墙根处。

每次测量身高最好连续测两次，间隔30秒。

两次测量的结果应大致相同。

身高计的误差不得超过0.5厘米。

3、测量上身长度的方法和要求 1)测量方法：被测量者坐在身高坐高计的坐板上，头的枕部、两肩胛间的脊部和骶部三点应贴在身高计的立柱上。

坐时头正直，眼平视，躯干挺直，两腿并拢，大小腿间保持90度的夹角，两脚踏在地面或身高计的垫板上，两臂自然垂于体侧。

测量者的站位与操作同测身高。

2)测量要求：被测量人头的枕部、两肩胛间的脊部和骶部三点应贴在身高计的立柱上。

其余与测身高相同。

4、测量下肢长度的方法和要求

1)测量方法：被测量者两脚分开与肩同宽，站在平坦的地面上。

测量左下肢股骨大转子上缘至地面的垂直距离，即是下肢的长度。

2)测量要求：测量人一定要摸准被测量者大转子骨上缘的部位。

触摸时，先将食指、中指和无名指贴在被测量人大转子骨的部位，让被测量者屈膝抬起大腿，再直腿前后摆动几次，测量人就能准确地判断大转子骨(股骨上端随动作转动处)的上缘位置。

测量的钢卷尺误差不得超过0.2厘米。

普通家庭没有身高计可用小卷尺拉直固定在门上，用书代替身高计的水平板，按操作方法测量，同样可以准确地测出身高。

前面已经讲到，身高取决于遗传和后天环境两个因素。

这两个因素中，遗传虽然起着极为重要的作用，但后天环境因素，特别是长高的两个关键时期内，保证充足而又平衡的营养和经常性的体育运动的积极作用也不可低估。

四、用卷尺怎么量身高最准？

人靠墙站立，用直尺从头顶伸到墙的一端并在墙上作好记号，然后再用卷尺量墙的高度，最出来的就是你的身高！变化是细微的，如果你想量身高准确，也许是早上吧。早上刚起床和晚上临睡前各脱鞋量一次取均值；

据测定一个人早晨和晚上的身高不一样，而且总是早上刚起床时身高略高。

这与构成人体身高的关节组织和韧带的松弛有关。

脊柱的椎骨之间都由椎间盘相连结，椎间盘富有弹性，它的形态可以随所受力的变化而不同：受压时可被压扁，除去压力又可恢复原状。

由于椎间盘有上述特点，因此，当人体经过一天的劳动或长时间的站立、行走、劳动之后，椎间盘会因受压而变扁，整个脊柱的长度缩短，身高就降低。

经过一整夜的睡眠，椎间盘恢复了原状，便出现了“早高晚矮”的有趣现象。

最佳时间是上午9点~~11点之间~望采纳，谢谢

五、哪里可以量身高，量得毕竟准确？

有的药店有医用的量体重身高的仪器，是准确的，商场里投币量体重身高的仪器也比较准确。

六、用卷尺量身高准吗，还是去哪量准些

恩恩啊 应该差不多的了也可以去外面的体重秤上面秤的了1块钱秤一下量一下身高和体重了

七、什么时候量身高最合适？

早上会高点，因为骨骼还未受到压迫，身高会高点。
到了晚上，经过一天的压迫，身高自然会矮一点。
至于最准确几时量，我想应该是正午吧。

八、怎样量身高才标准？

方法如下：1. 首先被测量者要赤脚，保持“立正”姿势站在身高计的底板上，并且脚跟、骶骨部及两肩胛间紧靠身高计的立柱上。

测量者站在被测量人的左右都可以，将其头部调整到耳屏上缘与眼眶下缘的最低点齐平，再移动身高计的水平板至被测量人的头顶，使其松紧度适当，即可测量出身高。

2. 其次每次测量身高都应该赤脚，并在同一时间，用同一身高计测量，早上测量的话更准确。

身体姿势前后应一致，身高计应放在地面平坦并靠墙根处。

每次测量身高最好连续测两次，间隔30秒。

两次测量的结果应大致相同。

身高计的误差不得超过0.5厘米。

扩展资料：人的身高早上高、晚上矮，早上起床时的身高要比晚上入睡前高出1厘米多；

不同的身高测量人，仰头看、低头看身高测量尺会有不同的结果；

不同的身高测量尺因材质、伸缩性不同也会出现偏差；

膝盖弯曲、背不直、仰头或低头等站立姿势不同，身高测量的结果也会不同。

身高是衡量青少年儿童身体健康的最重要指标之一。

身高测量不精准，就不能准确判断生长发育状况，不能为身高预测提供正确的当前身高。

由于儿童活泼好动、父母身高测量不专业，在对孩子进行身高测量时往往会有几厘米的差距。

测量不准确，使得身高预测有了错误的的数据，造成身高预测结果与终身高差距较大。
只有精准身高测量才能为身高预测提供科学的数据支持，才能准确预测未来身高。

参考文档

[下载：什么地方量身高比较准.pdf](#)

[《股票交易新股买来多久能买》](#)

[《股票打折的大宗交易多久能卖》](#)

[《30万买股票能买多久》](#)

[《股票定增多久能有结果》](#)

[下载：什么地方量身高比较准.doc](#)

[更多关于《什么地方量身高比较准》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/read/70586326.html>