

下午量身高比上午矮多少 - - 为什么我早晨起来和下午的身高差是5cm-股识吧

一、量身高是穿鞋还是不穿鞋???

不穿鞋

二、晚上量身高跟早上量身高有差别吗？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，说白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！

三、什么迟量身高准？

度量尺刻度都是一样的，量的高或矮取决于你量时尺子是否放好拉直。

四、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。

五、为什么我早晨起来和下午的身高差是5cm

一日之内的身高变化还是评定生理负荷大小和疲劳程度的重要方法之一。

就某一个体而言，早晨起床时最高，晚上睡觉前最矮。

身高的这种变化与职业特征有着直接的关系，那些肩担、背扛的重体力劳动者和运动员，尤其是举重运动员，一日之内的身高变化更为明显，早晨起床时要比晚上睡觉前高出2~5厘米。

这种变化的主要原因有两方面：一是脊柱椎间盘被压缩。

椎间盘是软骨组织，中间有带弹性的髓核具有缓冲作用，使脊柱有一定的伸展活动能力。

由于脊柱承受负荷致使椎间的软骨弹性暂时“减弱”而使脊柱缩短。

二是维持人体脊柱正常生理弯曲的颈、背、胸部的肌肉一天承受负荷而逐渐疲劳，脊柱的支撑力减小，弯曲度增大，随之身高亦相应降低。

脊柱这一生理增减，仅是一日之内的变化，经过一夜睡眠，肌肉得到充分休息，疲劳消除后，身高也随之恢复。

六、人的身高早上与晚上最大差距是几厘米?

身高是指足底到头顶的高度，它可以反映人体骨骼发育的情况。

一个人的身高在一天内会有变化. 早上高，晚上矮。

测量的结果表明，人体身高早晚可相差2厘米左右。

人的身高早上略高于傍晚，是因为脊柱的椎骨之间都由椎间盘相连接，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；

除去压力时，又可恢复原状。

当人体经过一天的劳动或长时间的站立、行走、跑步之后，椎间盘会因受压而变扁，整个脊柱的长度也会缩短，身高就降低。

但是，经过卧床休息之后，椎间盘因未受压力而恢复原状，脊柱相应地也恢复到原来的长度，身高也就恢复到原来的高度。

人的身高早晚有差异，早上略高于是由于人的脊柱在一天之中长度不同。

人的脊柱是由若干骨节组成的。

而连接这些骨节的是软骨，也就是结缔组织。

软骨是有弹性的，受挤压就会变形啊。

当你早上起床的时候，经过了一夜的休息，在头一天被挤压变短的软骨会恢复原状，身高就比头一天晚上高些。

当你开始了一天的活动，由于重力影响，脊柱会因为承受上体的重量而逐渐被挤压，相对的，长度就会变小。

人就变矮了。

一般说，人早上最高，中午次之，晚上最矮。

各时段的高差在0.4厘米左右，所以一个人早上会比晚上高个1公分多。

这也告诉我们：睡觉的时候多伸懒腰，平时走路挺胸抬头是会长高的。

七、上午量168cm 下午量165cm我到底是有多高？

人早上晚上身高不一样的，大约差两厘米

参考文档

[下载：下午量身高比上午矮多少.pdf](#)

[《st股票最长停牌多久》](#)

[《一只股票多久才能涨》](#)

[《股票多久能买完》](#)

[《股票多久才能反弹》](#)

[《买股票从一万到一百万需要多久》](#)

[下载：下午量身高比上午矮多少.doc](#)

[更多关于《下午量身高比上午矮多少》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/store/38487129.html>