

什么时候量身高体重比较准确、一天里什么时候量身高最准??-股识吧

一、什么时候称体重最准？

早上啦，每一次都是早上称比较准的，因为早上基本上穿的都是内衣，变化不大，而且一定要是在吃早饭前。

二、什么时候称体重最准确

一般在傍晚比较准确。

三、什么时间段是测量身高的最佳时间？

是睡醒后的8-15个小时

四、一天里什么时候量身高最准??

早上

五、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。

六、一天中什么时候称量体重最准确？

据科学证明：人体在上起床梳洗过后最轻，因为休息一夜，体内水分，养分均被吸收，所以理当是最轻的时候。

体内水分的变化使体重在一天中有1~3公斤的增减幅度。

所以每天固定在早晨刚起床后尚未进食时测出的体重是比较准确的。

最重的当然是晚上，这与一天的进食，饮水是脱不了关系的。

所以人说健康的时候，“早上吃饱，中午吃好，晚上吃少”就是这个道理

参考文档

[下载：什么时候量身高体重比较准确.pdf](#)

[《买了8万的股票持有多久可打新》](#)

[《股票停牌重组要多久》](#)

[《股票多久才能反弹》](#)

[《股票账户多久不用会失效》](#)

[下载：什么时候量身高体重比较准确.doc](#)

[更多关于《什么时候量身高体重比较准确》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/subject/51785930.html>