

什么时间段量身高比较准-什么时候量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！-股识吧

一、请问是白天量的身高准确还是晚上量的身高准确

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，”美国脊柱按摩疗法协会的杰罗姆麦克安德鲁斯说，“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。

早上身高确实比晚上要要高一点！大概在2到5厘米！晚上休息了一晚上以后，身体完全放松了，脊椎上的每个关节肌肉都放松了，在这种情况下就有长高的情况！但一下地就马上量不去了！

所以象篮球职业的一些运动员都是晚上睡醒，让人背着去量身高的！

这和人还会不会长高没关系的！人长不长高和人的发育和先天加后天有关！

二、一天中的什么时候量身高才最准确？

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联结，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

三、什么时候量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

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。

四、一天里什么时候量身高最准？？

早上

五、什么时候量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

你的身高就是1.73.在白天工作时间段里，整个身体向下坠，疲倦，心脏不断的跳动，晚上睡觉的时候全身放松，早上起来自然就高了1公分！

六、什么时间量身高最准？我晚上的身高是172CM，早上身高是173CM！我的身高是多少啊？谢谢了！

在一天起床的时候！你的脊柱和韧带以及软骨、肌腱全部处于最长和放松状态！尤其是你的脊柱间韧带，最松弛！此时是身高最高的时候！回答完毕，希望你满意！谢谢你！

七、健身体测什么时候最准

任何时候都是准的，不分什么时候，只要去测就行了。

八、测量身高的时间

早上的身高是比平常时段略高的经过一夜，骨骼得到了很好的放松的缘故！觉得该是白天的身高是准确的吧！如果是脚的话，那么下午3、4点的时候最长！

参考文档

[下载：什么时间段量身高比较准.pdf](#)

[《长期持有股票靠什么赚钱》](#)

[《b股票是什么股票》](#)

[下载：什么时间段量身高比较准.doc](#)

[更多关于《什么时间段量身高比较准》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/article/69706171.html>