

量血压躺着为什么比坐着低一点 - - 为什么躺下血压比坐着血压低很多-股识吧

一、为什么躺下的血压和坐起来量得血压不一样呢，血压稍微有点偏高，不想吃药，有什么好偏方吗？

展开全部只要在正常范围不用治疗，平时清淡饮食，适当运动，多饮水即可。

二、血压越来越低怎么办？

要有合理的饮食 稳定的情绪

适当的运动饮食调理治疗低血压病，饮食疗法也是治疗本病的有力措施之一，可逐渐提高患者的身体素质，改善心血管功能，增加心肌收缩力，增加心脏排血量，提高动脉管壁紧张度，从而逐步使血压上升并稳定在正常水平，消除低血压带来的种种不适症状。

低血压病人的饮食选择包括下列几点：1、晕素兼吃，合理搭配饮食，保证摄入全面充足的营养物质，使体质从纤弱逐渐变得健壮。

2、如伴有红细胞过低，血红蛋白不足的贫血症，宜适当多吃富含蛋白质、铁、铜、叶酸、维生素B12、维生素C等“造血原料”的食物，诸如猪肝、蛋黄、瘦肉、斗奶、鱼虾、贝类、大豆、豆腐、红糖及新鲜蔬菜、水果。

3、莲子、桂圆、大枣、桑椹等果品，具有养心益血、健脾补脑之功效，可常食用。

4、宜适当食用能刺激食欲的食物和调味品，如姜、葱、醋、酱油、糖、胡椒、辣椒、啤酒、葡萄酒等。

5、与高血压病相反，本病宜选择适当的高钠、高胆固醇饮食。

氯化钠(即食盐)每日需摄足12~15克。

含胆固醇多的脑、肝、蛋、奶油、鱼卵、猪骨等食物，适量常吃，有利于提高血胆固醇浓度，增加动脉紧张度，使血压上升。

6、常吃生姜，能促进消化、健胃、升高血压。

可将姜末撒于菜汤中或用姜末泡水代茶。

7、少吃冬瓜、西瓜、芹菜、山楂、苦瓜、绿豆、大蒜、海带、洋葱、葵花子等具降压效应的食品。

治低血压小偏方 1.核桃仁40克，党参30克，生姜3片，水煎服，每日1次

三、高血压病人为何躺着的血压比坐着的高很多？

一个很直接的原因就是躺卧的时候可能会挤压到你的血管，尤其会压迫心脏，导致心脏压力过大。

所以才会有躺着比坐着血压高的情况。

像这种情况我推荐你抓紧治疗，不然会给患者带来很多的麻烦，单纯的降压药物不能彻底治疗高血压的。

我觉得降宁的那个药物治疗高血压挺管用的，是两种药对心脑血管同治的方法，既活脑又养心。

所以非常有效。

四、坐着和躺下血压为什么不一样？

这个解释起来很复杂。

1、因为坐着时，臀部和腿部的大腿部的压强大于躺着时，此部分血管不如正常情况饱满，血液对它的压力便会转移到全身，顾此时量血压的胳膊会比躺着时要稍高（理论上是这样的，但不会高多少的）。

2、坐着和躺着时，心脏所处的位置相对于仪器来说是不一样的，应该是坐着时的血压要稍大于躺着时。

3、两个姿势下，血液的动能和重力势能转化的程度不一样，故而对血管壁的压力也不一样。

高中时我是物理帝，所以希望我的解释能解开你的疑惑。

不谢.....还有，我现在在做五谷养生，有需要可以@我。

五、为什么躺下血压比坐着血压低很多

因为血液的主要作用是为全身各个器官输送氧气和营养的，如果血压低于正常的话，全身的氧气和营养就会供应不上，就会让身体认为氧气不够而加快呼吸来提高氧气的供应，就会出现气短、心慌。

严重时脑部供血不足就会头晕、目眩。

六、为什么我平躺测量血压和坐着测量血压值不一样，躺着正常，坐着高压140，低压90

坐着与躺着的血压即便有一点偏差，但差的不会太多的。
你这个已经是临界高血压了，所以建议你目前继续观察你的血压。
最好坐着量。
躺着呢，全身会相对比较放松，所以血压可能会比坐着偏低一些。

参考文档

[下载：量血压躺着为什么比坐着低一点.pdf](#)

[《外盘股票开户要多久才能买》](#)

[《周五股票卖出后钱多久到账》](#)

[《机构买进股票可以多久卖出》](#)

[《股票放多久才能过期》](#)

[《股票转账多久到账》](#)

[下载：量血压躺着为什么比坐着低一点.doc](#)

[更多关于《量血压躺着为什么比坐着低一点》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/book/49048672.html>