

血压在什么时候量比较准确__何时测血压比较准确?-股识吧

一、血压每天该怎么量最准

每一个时间段的血压是不一样的。

每天选个固定的时间来量血压. 一般以收缩压90 ~ 139mmHg(有用KPa为单位者, 1Kpa = 7.5mmHg)、舒张压60 ~ 89mmHg、脉压30 ~ 40mmHg为正常血压。

健康人双侧肱动脉血压可不相等, 二者之差可达10 ~ 20mmHg, 一般以右上肢肱动脉血压为准。

测量血压应该在同一时间内间隔1分钟反复测量2 ~ 3次, 并取其最低值作为该时间的血压值。

正常人血压呈明显的昼夜波动性, 即夜间血压最低, 晨起活动后迅速上升, 在上午6 ~ 10点和下午4 ~ 8点各有一高峰, 继之缓慢下降。

高血压患者的血压昼夜变化情况也和正常人相似, 但总的水平较高, 波动幅度较大。

在活动、饱食、情绪激动、精神紧张或寒冷等状态下血压都会升高, 日常生活中失眠、吸烟、饮酒和饮咖啡等也都会影响血压的变化。

服药治疗的高血压患者应该监测降压药作用最弱时点的血压(如晨起后血压)、最强时点的血压(如傍晚血压)和临睡前血压, 一日多次服药者还要测量服药前的血压, 其他时间的血压可以根据需要随时测量。

血压控制平稳者最好每日监测晨起后和临睡前的血压。

二、什么时候量血压最准, 我每次早晨起床之前的血压时

严格专业的是在清晨起床后, 是最准的, 量血压前不要有大的活动, 避免活动后, 血压升高。

如果是血压不稳定时期, 建议晚上在量一次, 不要在饭后马上量, 要在晚上8点前量, 注意监测。

三、人在一天当中, 什么时间测量血压比较准?

血压因时间不同可有波动，如清晨偏低，午后可偏高，但是血压测量不论什么时间只要是安静状态下那么就是准确真实的，一般侧得血压偏高需要多次复测后平均值高于正常值才能诊断高血压。

四、一天中什么时间段测量血压最准确喃？

一般早晨血压是最接近人体的准确血压，所以如果想确定有没有高血压，建议连续三天，固定时间测量血压，超过正常值的话，就属于高血压的

五、一天中何时测量血压比较合适呢？

首先给您解释一下血压的概念 血压就是血液对血管壁的侧压力 ^ ^
您的问题是错误的问题 ^ ^ 人的血压是会有波动的，一天中夜晚睡眠时候相对较低，下午二点左右最高！而人们之所以要控制血压是因为血压太高以及波动太大会对许多人体的脏器造成不可逆的损伤，比如可以造成冠状动脉的粥样硬化（当然这和血脂等其他原因也有关系）而后可以引起冠心病。血压高还可以引起心脏代偿性肥厚，以及肾，大脑，等等都有影响 ^ ^ 所以，正确的测量血压的方法应该是多次，同一台血压仪，同一个人，可以分早，中，晚分别测量，您家里应该准备一台血压表，准确的观察到一天的血压波动情况对您的身体绝对有很大的好处，还可以做为您服用降压药的标准 ^ ^ 祝您身体健康 ^ ^

六、什么时候量血压最标准呢

人体血压通常是清晨较高，傍晚较低。
在一段时间内，每天在相对固定的时间测量血压，这样得到的一组数据，比较有意义。

七、何时测血压比较准确？

平静状态下，在早上七点至八点间，最好是测三次取平均值.不需要空腹.
测血压时，运动，激动，紧张，进食，药物均有可能使血压增高，应排除这些因素

八、血压在什么时候测量最合适？

人的血压是会有波动的，一天中夜晚睡眠时候相对较低，下午二点左右最高！而人们之所以要控制血压是因为血压太高以及波动太大会对许多人体的脏器造成不可逆的损伤。

所以，正确的测量血压的方法应该是多次，同一台血压仪，同一个人，可以分早，中，晚分别测量，如果家里准备一台血压计，就可以准确的观察到一天的血压波动情况。

参考文档

[下载：血压在什么时候量比较准确.pdf](#)

[《上市公司回购股票多久卖出》](#)

[《一只刚买的股票多久能卖》](#)

[《股票亏钱多久能结束》](#)

[《一只股票停牌多久》](#)

[下载：血压在什么时候量比较准确.doc](#)

[更多关于《血压在什么时候量比较准确》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/store/51407270.html>