

# 量血压什么时间量得比较准确...高血压病人每天在什么时间段测血压更好-股识吧

## 一、高血压病人每天在什么时间段测血压更好

一天当中最好的测血压的时间一般是早上和下午，因为这两个点是容易血压升高，当然也要根据每个人不同的情况，有的人有可能是晚上容易血压高，有的人有可能是上午血压比较高，所以人和人都不一样，要根据你自己的血压波动情况，来确定哪一种测量的时间，哪一个测量的时间段对你比较合适，那么一般的情况下早晨和下午，这两个时间段是比较合适的。

——名医在线网感觉有帮助，请采纳！

## 二、什么时候量血压最准确

早上

## 三、什么时候查血压最合适

晨起7时至到9时间，空腹时，未活动最准确！

## 四、每天什么时间量血压合适？

## 五、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

## 六、个人在家自己测量血压，最好在什么时间、什么情况下测量比较准？有什么要注意的事项？

基础血压在早晨醒来没有尿意时测量最为理想，但难以做到时，可在血压没有出现大的变化时（如避免运动、抽烟、喝酒、进食、洗澡等情况）测量。

另外，测量前请保持安静10分钟。

由于血压时刻变化，因此只测量一次难以得到正确的正常血压值。

请连续测量2-3次在测血压时要注意以下几个问题：1、测血压前，先平静坐片刻，使其精神安静下来。

2、情绪紧张和激动之后不马上测血压。

3、剧烈运动之后和劳动之后不马上测血压。

4、测量时坐正，把上衣一侧袖子脱下，不要卷起紧的衣袖，手臂平放，手心向上，上臂和心脏在同一水平位上，肌肉要放松。

如果是卧位，也要使上臂和心脏处于同一水平，不能过高或过低。

5、测血压时精神不要紧张，不要屏住呼吸，因为屏住呼吸可使血压升高。

## 七、什么时候量血压最准确

展开全部冬季血压较高，夏季较低；

一般夜间血压较低，清晨起床活动后迅速升高。

至于何时准确并没有统一标准。

不过测血压前要休息5-10分钟，情绪要放松，受测部位位于心脏保持在一个水平，这样相对准确一些！求采纳

## 八、每天什么时间量血压合适？

早上起来7-9点 或者晚上休息前20-22点

## 九、每天测量血压什么时候最准确

每天早晨没有剧烈运动，没有进食时量血压值比较准确。

## 参考文档

[#!NwL!#下载：量血压什么时间量得比较准确.pdf](#)

[《股票增持新进多久出公告》](#)

[《股票亏钱多久能结束》](#)

[《股票账户多久不用会失效》](#)

[《股票转让后多久有消息》](#)

[下载：量血压什么时间量得比较准确.doc](#)

[更多关于《量血压什么时间量得比较准确》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/72741001.html>