

Dotazník: tkanivá

Zaškrtnite vždy len ten riadok, ktorý zodpovedá Vašim problémom.

1. KRVNÁ PLAZMA (RASA). Čisté sérum v krvi.

- ☐ veľmi suchá koža
- ☐ predčasné šedivenie vlasov alebo vrásky v mladom veku
- ☐ mierna a občasná suchosť vagíny
- ☐ nadbytočný hlien a zahlieňovanie v dýchacom systéme
- ☐ pocit slabosti a únavy, nedostatok energie, nerovnováha energie
- ☐ ovariálna cysta v súčasnosti alebo predtým (len naplnená tekutinou)
- ☐ cysty prsníka (len naplnená tekutinou)

☐ **SÚČET**

2. ČERVENÉ KRVINKY (RAKTA). Červené krvinky a žlč.

- ☐ silné návaly tepla alebo častý pocit nadmerných horúčav
- ☐ ťažké krvácanie
- ☐ chronické kožné vyrážky, akné, plúzgiere
- ☐ žlčové kamene teraz alebo v minulosti (alebo odstránenie žlčníka)
- ☐ krvácajúce hemoroidy
- ☐ trvalý alebo silný smäd

☐ **SÚČET**

3. SVALOVÉ TKANIVO (MAMSA).

- ☐ trvalé bolesti svalov a unavené svaly.
- ☐ chronicky opuchnuté uzliny alebo lymfatické uzliny na krku
- ☐ bolesti v ušiach alebo ekzém v ušiach alebo nadmerný kožný maz
- ☐ fibroidné útvary v maternici (teraz alebo v minulosti)
- ☐ fibroidné alebo žľázové útvary v prsnom tkanive
- ☐ suché, popraskané pery

☐ **SÚČET**

4. TUK A HORMÓNY (MEDA). Metabolizmus tuků, hormonů, sacharidů.

- ☐ nadváha (najmenej 5 kg) alebo neschopnosť schudnúť i na nízkokalorickej strave
- ☐ vysoký krvný cukor (cukrovka)
- ☐ vysoký cholesterol
- ☐ chronický alebo častý zápach tela
- ☐ cysty tukové pod pokožkou alebo vlasovou pokožkou alebo v prsnom tkanive
- ☐ choroby štítnej žľazy (diagnostikované lekárom vrátane patologických krvných testov)

☐ časté nočné potence alebo denné potenie spojené s návalmi tepla

☐ **SÚČET**

5. KOSTI (ASTHI). Kostí, chrupavka, vlasy a nechty.

- ☐ nižšia hustota kostí (osteopenia) alebo osteoporóza
- ☐ lámavosť vlasov (rozstrapkané končeky) alebo suché vlasy a strata lesku
- ☐ problémy so zubami (kazy, krehkosť)
- ☐ lámavé nechty
- ☐ trvalé bolesti kĺbov alebo artritída
- ☐ hlboké bolesti v kostiach

☐ **SÚČET**

6. KOSTNÁ DREŇ (MADŽÁ). Centrálny nervový systém a imunitný systém.

- ☐ časté alebo opakujúce sa infekcie
- ☐ zvýšená sekrécia z oka
- ☐ suchá pokožka na horných viečkach
- ☐ pocit prázdnoty, neschopnosť sa koncentrovať, nepozornosť
- ☐ bolesť v šľachách, ľahko zraniteľné šľachy alebo opakujúce sa zápaly šliach
- ☐ častý pocit na mdloby alebo závrate

☐ **SÚČET**

7. ROZMNOŽOVACIE KANIVO (ŠUKRA). Vaječníky (vajíčko) a podporné tkanivo.

- ☐ žiadné libido (sexuálna nežiadostivosť)
- ☐ silná suchosť vagíny
- ☐ sexuálna nepríťažlivosť
- ☐ tupé, nečisté oči
- ☐ viac ako jeden potrat
- ☐ neplodnosť

☐ **SÚČET**

MOČ

- ☐ časté močové infekcie
- ☐ časté pálenie pri močení
- ☐ nepríjemný pocit v močovom mechúre bez infekcií
- ☐ silný zápach moču
- ☐ tmavo žltý moč aj pri dostatočnom množstve tekutín

☐ **SÚČET**

STOLICA

- ☐ ťažká stolica, ktorá nepláva
- ☐ riedká stolica, hnačka alebo hlien v stolici
- ☐ tuhá stolica, bobkovitá, obtiažne sa vylučuje alebo nie pravidelne každý deň
- ☐ nestrávená strava viditeľná v stolici
- ☐ silný zápach stolice

☐ **SÚČET**

(Krv v stolici alebo čierna stolica vyžaduje okamžitú návštevu lekára.)

POT

- ☐ potenie dráždiace pokožku, vyvolávajúce vyrážky alebo zápal potných žliaz
- ☐ zápach potu
- ☐ nepríjemný zápach tela
- ☐ neúmerne silné potenie
- ☐ bez potenia i v horúčave

☐ **SÚČET**