

5. Меня легко разозлить, но в то же время я быстро успокаиваюсь.
6. Я чрезмерно скрупулезен/на и организован/а в своих действиях.
7. Мои волосы рано поседали.
8. Я раздражаюсь, когда пропускаю или задерживаю прием пищи.
9. Мне нравится, когда мне бросают вызов, и я получаю то, что хочу.
10. Я не так терпим/а к разногласиям, как должно было бы быть.
11. Я критикую как других, так и себя.
12. Я опорожняю свой кишечник регулярно.
13. Я легко потею.

Тип организма Капха

0 1 2 3

1. Я могу с легкостью пропустить прием пищи без значительного дискомфорта.
2. Я очень крепко сплю.
3. Я учусь не так быстро, как другие люди; но у меня очень хорошая память
4. По мнению многих людей, я легко набираю вес и труднее его теряю.
5. У меня есть склонность проспать, я не могу проснуться утром.
6. Я говорю мягким тоном.
7. Люди говорят, что у меня спокойный, любящий и всепрощающий характер.
8. У меня замедленное пищеварение, и я чувствую тяжесть после еды.
9. У меня мягкая, влажная и гладкая кожа.
10. Я ем медленно во время еды, я медлителен/на и уравновешен/а в своих действиях.
11. Физически я сильный и жизнерадостный человек
12. Я спокойный человек, меня довольно сложно разозлить.
13. Меня беспокоит холодная и влажная погода.

Опрос Дхату (тканей) :

Пожалуйста, отметьте предложения, которые подходят Вам.

Утвердительные ответы указывают на накопление амы (токсина) в рассматриваемой ткани.

1. РАСА: кровь, сыворотка или плазма

Чрезмерно сухая кожа.....

Преждевременное поседение волос.....

Морщины на коже, в раннем возрасте.....

Хронические слизистые выделения и чрезмерная заложенность.....

Переменные уровни энергии, чувствуете слабость и усталость.....

У женщин: периодическая сухость влагалища.....

У женщин: наличие кист яичников в анамнезе (только заполненных жидкостью)

У женщин: киста молочной железы (только заполненная жидкостью).....

2. РАКТА: эритроциты и желчь

Хронические кожные заболевания - воспаление, акне, сыпь, крапивница и т.д.....

Камни в желчном пузыре, история удаления желчного пузыря.....
Геморроидальное кровотечение.....
Сильная жажда.....
У женщин: интенсивные приливы, ощущение сильного жара.....
У женщин: обильное менструальное кровотечение.....

3. МАМСА: мышцы

Хроническая мышечная усталость, боли в мышцах.....
Постоянное опухание миндалин и лимфатических узлов шеи.....
Частая закупорка ушного прохода, экзема, зуд.....
Чрезвычайно сухие и потрескавшиеся губы.....
У женщин: миома матки в анамнезе.....
У женщин: фиброзные образования или кисты в молочной железе.....

4. МЕДА: жировой, гормональный и углеводный обмен

Увеличение веса на 5 кг и более за короткий промежуток времени....
Неспособность похудеть, даже соблюдая диету.....
Высокий уровень холестерина.....
Диабет или высокий уровень сахара в крови.....
Неприятный запах пота и тела.....
Кисты на коже или под волосистой частью головы (жирный тип)
Диагностированные заболевания щитовидной железы.....
Частое ночное потение.....
У женщин: прилив жары, потливость.....
У женщин: сальные кисты в груди.....

5. АСТХИ: кости, хрящи, волосы и ногти

Остеопороз или низкая плотность костной ткани (остеопения).....
Сухость волос, отсутствие блеска, секущиеся кончики.....
Чрезмерный кариес и слабость зубов.....
Слабые ногти, надломы и трещины на ногтях.....
Хроническая боль в суставах и артрит.....
Глубокая боль в костях.....

6. МАДЖА: нервная ткань и иммунная система

Хронические инфекции, низкая резистентность.....
Сухость на верхних веках глаз.....
Чрезмерные выделения в глазах.....
Трудности с концентрацией внимания, сосредоточенностью, чувство потерянности...
Частые проблемы с сухожилиями, хронический тендинит.....
Частое головокружение и чувство слабости.....

7. ШУКРА: репродуктивные ткани (сперма, яйцеклетка и поддерживающая ткань)

Бесплодие.....

Слабое половое влечение.....

Недостаток жизненных сил, бледное и усталое лицо.....

Тусклость и неуверенность в глазах...

У женщин: повторные выкидыши.....

Сухость влагалища.....