



LUNGOR             Slembildning eller blodstockning  
                       Astma, bronkit  
                       Andnöd  
                       Andningssvårigheter  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

MAT-  
SMÄLTNING         Illamående, kräkningar  
                       Diarré  
                       Förstoppning  
                       Känsla av uppsvälldhet  
                       Rapningar, gaser  
                       Halsbränna  
                       Tarm- magont  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

VIKT                 Överdrivet ätande/drickande  
                       Begär efter särskild mat  
                       Övervikt  
                       Tvångsätande  
                       Vätskevarhållning  
                       Undervikt  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

ENERGI /  
AKTIVITET          Trötthet, lathet  
                       Apati, letargi (dvala)  
                       Hyperaktivitet  
                       Rastlöshet  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

HJÄRNA             Dåligt minne  
                       Förvirring, dålig fattningsförmåga  
                       Dålig koncentrationsförmåga  
                       Dålig fysisk koordination  
                       Svårt att fatta beslut  
                       Stamning  
                       Otydligt tal  
                       Inlärningsproblem  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

ÖVRIGT             Ofta sjuk  
                       Behov av att urinera ofta  
                       Kliande eller avsöndrande organ  
SUMMA: \_\_\_\_\_

---

SLUTSUMMA: \_\_\_\_\_

---

Räkna ihop siffrorna under varje sektion för att få en delsumma. Lägg sedan ihop varje delsumma för att få slutsumman. Om någon delsumma visar mer än 10 poäng eller slutsumman är över 50 poäng kan du ha behov av att använda ett avgiftningsprogram. Fråga din terapeut om dina testresultat. Han eller hon kan skraddarsy ett kosttillskottsprogram och vägleda dig genom ett effektivt och vetenskapligt beprövat avgiftningsprogram samt återuppbyggnadsprogram för att optimera din hälsa. Formuläret är en översättning av MSQ - Multiple Screening Questionnaire utvecklat av Jeffrey Bland vid HealthComm, Gig Harbor, USA.