

### Constitutievragenlijst

- Bij het beantwoorden van de vragen moet je uitgaan van een langere periode dus niet van het huidige moment alleen
- Als er meerdere antwoorden in aanmerking komen kies er dan één die het meest toepasselijk is

	<b>Vata</b>	<b>Pitta</b>	<b>Kapha</b>
Hoeveelheid haar	0 gemiddeld	0 wordt dunner	0 dik
Type haar	0 droog	0 normaal	0 vetzig
Kleur haar	0 lichtbruin, blond	0 rood, roodbruin	0 donker- bruinzwart
Huid	0 droog, ruw	0 zacht, redelijk vetzig	0 vochtig, vetzig
Gelaatskleur	0 donker	0 roze tot rood	0 bleek, wit
Ogen	0 klein	0 gemiddeld	0 groot
Oogwit	0 blauwe of bruine glans	0 geel of rood	0 wit of glanzend
Grootte van de tanden	0 erg groot of klein	0 klein of gemiddeld	0 gemiddeld tot groot
Gebit	0 donker, verkleurd	0 geelachtig	0 parelwit
Geestelijke activiteit	0 vlug van geest, rusteloos	0 scherpe geest, agressief	0 kalm, stabiel
Geheugen	0 het korte is het slechtste	0 goed algemeen geheugen	0 het lange is het beste
Dromen	0 beangstigend, vliegen en rennen	0 boos, vurig, gewelddadig	0 water, wolken, relaties
Reacties op weersgesteldheid	0 afkeer van kou	0 afkeer van hitte	0 afkeer van vochtig, fris weer
Slaap	0 onderbroken, licht	0 gezond, gem. lang	0 gezond, zwaar, lang
Reacties indien onder druk	0 zeer snel opgewonden	0 snel boos, wisselend humeur	0 niet snel geïrriteerd
Vrouw de pols	0 80- 100	0 70 – 80	0 60 – 70
Man de pols	0 70 – 90	0 60 – 70	0 50 – 60
Lichaamsgrootte	0 klein van postuur	0 gemiddeld postuur	0 groot postuur
Gewicht	0 licht, komt moeilijk aan	0 gemiddeld	0 zwaar, komt gemakkelijk aan
Uithoudingsvermogen	0 slecht	0 goed	0 zeer goed
Kracht	0 gering	0 goed	0 uitstekend
Hongergevoel	0 onregelmatig	0 scherp, moet eten	0 kan maaltijd overslaan
Voedsel en drank	0 liever warm	0 liever koud	0 Liever droog en warm
Het eten	0 snel	0 met gemiddelde snelheid	0 langzaam
Financiën	0 niet spaarzaam, snel uitgeven	0 spaart, maar geeft royaal uit	0 spaart, en vormt vermogen
Behoeftte aan seks	0 varieert, onregelmatig	0 gematigd	0 groot
Uitscheiding	0 droog hard, constipatie	0 veel, zacht tot normaal	0 zwaar, dik
Manier van lopen	0 snel, vlug	0 gemiddeld	0 langzaam en gestadig
Stem/ toonhoogte	0 hoog, snel	0 doorsnee van klank	0 laag, diep
Stemmingen	0 veranderen vlug	0 veranderen langzaam, helder	0 standvastig, onveranderlijk
<b>Totaal</b>	<b>Vata -----</b>	<b>Pitta-----</b>	<b>Kapha-----</b>