

Welches Dosha sind Sie?

Bitte nehmen Sie dieses Formular ausgefüllt zur ersten Behandlung mit.
Die Fragen beziehen sich auf den jetzigen Zustand. Sie können sämtliche Fragen ein zweites Mal ausfüllen, bezogen auf das Alter von etwa 16 Jahren.

	Vata (Luft)	Pitta (Feuer)	Kapha (Wasser)
Körpergrösse	Hochgewachsen oder sehr klein	Mittelgross	Gewöhnlich klein, manchmal aber auch gross und breit
Körperbau	Dünn, knochig Gut entwickelte Muskulatur	Durchschnittlich häufig	Gross, gut entwickelt
Gewicht	Gering, schwer zu halten	Durchschnittlich häufig	Hoch, nimmt nur mit grossen Anstrengungen ab
Färbung der Haut	Stumpf oder matt, eher dunkel	Rötlich, voller Glanz	Weiss oder blass
Beschaffenheit der Haut	Trocken, rau, dünn	Warm, ölig, fettig	Kalt, feucht, dick
Augen	Klein, nervös	Durchdringend, anfällig für Entzündungen	Gross, weiss
Haare	Trocken, dünn, gewellt	Dünn, fettig	Dick, fettig, gelockt, glänzend
Zähne	Krumm, schlecht, unregelmässig geformt	Mittelgross, Neigung zum Zahnfleisch bluten	Gross, schön geformt
Nägel	Rau, brüchig	Weich, rosig	Weich, weiss
Gelenke	Steif, knacken leicht	Locker	Fest, gross
Kreislauf	Schlecht, schwankend	Gut	mittelmässig
Appetit	Schwankend, nervös	Gross, übermässig	Mässig, aber gleich bleibend
Durst	Gering, spärlich	Gross	Mässig
Schwitzen	Wenig	Reichlich, aber nicht anhaltend	Zu Beginn wenig, später reichlich
Stuhl	Hart oder trocken	Weich, dünn	normal

	Vata (Luft)	Pitta (Feuer)	Kapha (Wasser)
Urin	Spärlich	Reichlich, gelb	Mittlere Menge, klar
Empfindlichkeit	Gegenüber Kälte, Trockenheit und Wind	Gegenüber Hitze, Feuer und Sonne	Gegenüber Kälte und Feuchtigkeit
Widerstandskraft/ Immunfunktion	Gering, schwach, schwankend	Mittelmässig, anfällig für Hitze	Hoch
Anfällig für	Schmerzen	Fieber, Entzündungen	Ödeme, Kongestionen
Krankheiten	Des Nervensystems	Des Bluts und der Leber	Der Schleimhäute und der Lunge
Aktivitätsdrang	Hoch, unruhig	Mittelmässig	Gering, langsame Bewegungen
Ausdauer	Gering, schnell erschöpft	Mittelmässig, aber konzentriert	hoch
Schlaf	Schlecht, unterbrochen	Unterschiedlich	Übermässig viel
Träume	Häufig, unterbrochen	Durchschnittlich häufig, farbig	Gelegentlich, romantisch
Gedächtnis	Schnelles Erfassen, aber fahrig bzw. geistesabwesend	Präzise, klare Erinnerungen	Langsames Erfassen, aber verlässliche Erinnerungen
Sprache	Schnelles, häufiges Sprechen	Scharfe, schneidende Stimme	Langsames Sprechen, melodiose Stimme
Temperament	Nervös, schwankend	Motiviert	Zufrieden, konservativ
Positive Emotionen	Anpassungsfähigkeit	Mut	Liebe
Negative Emotionen	Furcht, Angst	Wut, Zorn	Anhaftung, Abhängigkeit
Glaube/vertrauen	Veränderlich, unstet	Stark, fest	Konstant, verändert sich nur langsam
Summe	Vata:	Pitta:	Kapha: