

QUESTIONNAIRE SANTÉ

Bilan

Détox

Habitudes, environnement
et désordres physiques



RENSEIGNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Date :

Nom :

Prénom :

Tél :

Email :

Date de naissance :

Alimentation trop riche et chargée en résidus de produits chimiques, mode de vie sédentaire, pollution atmosphérique en constante augmentation... Le corps est de plus en plus soumis à une surabondance de toxines qui peuvent affecter les grands systèmes de l'organisme.

Le questionnaire Bilan Detox vous permettra d'évaluer votre état de santé face aux agents polluants qui nous entourent, en fonction de vos habitudes et de votre environnement.

A remettre à votre praticien santé

QUESTIONNAIRE DÉTOX

0 = jamais, 1 = rarement, 2 = parfois, 3 = souvent.

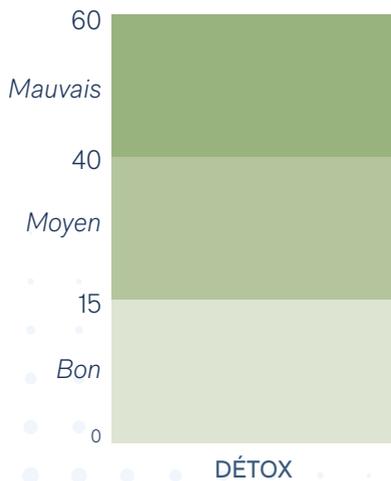
Habitudes/ environnement				
Consommez-vous des substances stimulantes (café, thé noir, cigarettes...) ?	0	1	2	3
Consommez-vous de l'alcool ?	0	1	2	3
Consommez-vous des produits sucrés (bonbons, sodas, jus de fruits, biscuits...) ?	0	1	2	3
Mangez-vous des aliments industriels (graisses staurées, sels...) ?	0	1	2	3
Mangez-vous vite ?	0	1	2	3
Êtes-vous exposé(e) à des produits toxiques sur votre lieu de travail ?	0	1	2	3
Êtes-vous exposé(e) à un environnement pollué (ex : grande ville) ?	0	1	2	3
Buvez-vous l'eau du robinet ?	0	1	2	3
Avez-vous tendance à éviter volontairement tout effort physique ?	0	1	2	3
Prenez-vous différents traitements médicamenteux ?	0	1	2	3
TOTAL				

Désordres physiques				
Souffrez-vous de maux de tête ?	0	1	2	3
Souffrez-vous fréquemment d'infections pulmonaires et/ou ORL ?	0	1	2	3
Avez-vous les yeux irrités, secs et/ou rouges ?	0	1	2	3
Souffrez-vous de troubles digestifs ?	0	1	2	3
Souffrez-vous de problèmes de peau (eczema, peau sèche...) ?	0	1	2	3
Avez-vous le teint terne et/ou des cernes sous les yeux ?	0	1	2	3
Souffrez-vous de douleurs musculaires et/ou articulaires ?	0	1	2	3
Avez-vous des troubles urinaires ?	0	1	2	3
Souffrez-vous d'une mauvaise haleine et/ou d'une forte odeur corporelle ?	0	1	2	3
Vous sentez-vous fatigué(e) ?	0	1	2	3
TOTAL				

SCORE TOTAL :

QUESTIONNAIRE DÉTOX

INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS



INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS

Détox

SCORE TOTAL ENTRE 0 ET 15

Risques faibles

Effectuez une cure de détoxification chaque année.

SCORE TOTAL ENTRE 16 ET 40

Risques moyens

Détoxifiez votre organisme à raison de 2 fois par an (automne et printemps) afin de soutenir les mécanismes physiologiques de détoxification.

SCORE TOTAL ENTRE 41 ET 60

Risques majeurs

Le processus de détoxification risque de ne plus fonctionner normalement, il doit être boosté. Il sera nécessaire de réaliser plusieurs cures de détoxification dans l'année (une à chaque changement de saison) afin de rétablir le processus et de dégraisser l'organisme.



LABORATOIRES
OLIGOSANTÉ

Laboratoires Oligosanté

38 rue Lantiez 75017 Paris

Tél : 01 53 06 22 41

Fax : 01 53 06 65 07

contact@oligosante.com