

## Allgemeine Angaben:

\* erforderlich

1. Geschlecht\*:

2. Alter\*:

3. Körpergröße und -gewicht oder BMI:

4. Blutdruck, falls bekannt:

5. Hauptsächliche Ernährungsform\*:

Gemischt

Vegetarisch

Vegan

Anderes (bitte kurz beschreiben)

6. Nimmst du regelmäßig Nahrungsergänzungsmittel ein? Wenn ja, welche?

7. Nimmst du Proteinpräparate ein? Wenn ja, welches Produkt bzw. Auflistung der Aminosäuren und in welcher Dosis?\*

8. Nimmst du regelmäßig Medikamente ein? Wenn ja, welche?\*

9. Leidest du unter chronischen oder wiederkehrenden Erkrankungen?\* Wenn ja, welche?

10. Seit wann lebst du dein Design?\*

11. Lebst du dein PHS? Wenn ja, seit wann und wie strikt?\*

12. Hast du in den letzten 12 Monaten ein Aminosäuren-Profil machen lassen?  ja  nein

Wenn ja, würdest du die Ergebnisse hier zur Verfügung stellen?  ja  nein

Wenn nein, würdest du ein solches machen lassen und die Ergebnisse teilen?

ja  nein

## Spezifische Fragen\*

zum Thema *Die Aminosäure Lysin und die Zusammenhänge von Aktivierungen in der Human Design Körpergrafik mit bestimmten Erkrankungsmustern*

### Welche der folgenden Aussagen treffen auf dich zu?

#### **Ich leide unter:**

(Zutreffendes bitte markieren und bei Bedarf ergänzen)

**1. Herpes und/oder Aphten:**       ja       nein

- Wenn ja, wie oft pro Jahr:     1-2x       3-4x       5x oder mehr
- Wenn nein, gab es früher einmal Zeiten, in denen diese Probleme gehäuft auftraten?  
 nein, ich bekomme fast nie Herpes oder Aphten  
 ja, aber das hat sich sehr verbessert, seit:

#### **2. Problemen mit dem Immunsystem, bes. Herpes Zoster (Gürtelrose), EBV oder anderen viralen Erkrankungen (auch Influenza- oder Covid-Infektionen), bakterielle Entzündungen:**

- ja       nein
- Wenn ja: Mehr als 1x/Jahr?       ja       nein
  - Wenn ja, wie ist der typische Verlauf?  
 leicht (wenige oder nur kurzzeitige Symptome)  
 mittelgradig (ausgeprägte Symptome und Krankheitsgefühl, Arztbesuch)  
 schwer (Krankenhausaufenthalt nötig)
  - Wenn ja, wie gut und schnell erholst du dich nach einer solchen Erkrankung in der Regel?  
 schnell und problemlos innerhalb weniger Tage  
 es dauert einige Zeit (1-3 Wochen), bis ich wieder fit bin  
 ich erhole mich kaum, bin Wochen oder Monate erschöpft und krankheitsanfällig

**3. Problemen mit dem Bindegewebe** (schwaches Bindegewebe, weiche Sehnen und Bänder; Karies, Osteoporose, Arthrose; spröde Haut, schlechte Wundheilung, frühe oder starke Faltenbildung, Cellulite, brüchige Nägel, Haarausfall):       ja       nein

Wenn ja, was genau?

**4. Energie- und Kraftlosigkeit** (Anämie, Eisenmangel, Muskelschwäche, Durchblutungsstörungen, Konzentrationsstörungen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, schlechte Regeneration nach Krankheit oder Anstrengung):  ja  nein

Wenn ja, was genau?

**5. Eigene Ergänzungen** (optional, z.B.: Kannst du einen Einfluss von Langzeittransiten in den Hexagrammen 1, 2, 8, 14 auf oben genannte Themen feststellen?)

**Vielen Dank für deine Teilnahme!**