

## Fragebogen zur Ermittlung des zugrunde liegenden TCM-Musters

**Welche der folgenden Aussagen trifft auf Sie zu?**

birnenförmiges Übergewicht mit geschwollenem Gewebe ab der Taille abwärts oder am ganzen Körper	1 - 2 schwach 3 - 4 mittel > 4 stark	<b>Feuchtigkeit - Ursache für Übergewicht</b>	<b>Milz-Qi-Aufbau und Feuchtigkeit ausleiten - Für alle mit Übergewicht</b>
Wasseransammlungen			
Cellulitis, Orangerhaut			
morgens geschwollenes Gesicht und Hände			
Schweregefühl, insbesondere schwere Gliedmaßen			
sehr wenig Durst			
geistige Müdigkeit, Niedergeschlagenheit			
Blähungen, Völlegefühl	1 - 3 schwach 4 - 6 mittel > 6 stark	<b>Milz-Qi-Mangel</b>	<b>Milz-Qi-Aufbau und Feuchtigkeit ausleiten - Für alle mit Übergewicht</b>
weiche, breiige Stühle mit Nahrungsresten			
Appetitlosigkeit, häufig morgens			
schlechte Verträglichkeit von Rohkost			
Müdigkeit, vor allem nach dem Essen			
kalte Hände und Füße			
schwaches Bindegewebe, Cellulite			
starke Süßgelüste	1 - 2 schwach 3 - 4 mittel > 4 stark	<b>Milz-Yang-Mangel</b>	<b>Milz-Yang- und Nieren-Yang-Aufbau</b>
Konzentrationsschwäche, Grübeln			
alle der 9 vorangegangenen Beschwerden verstärkt			
mehrmals täglich Stuhlgang oder Durchfälle, geruchsarm			
Durchfälle oder starke Blähungen auf Obst, Rohkost, Fruchtsäfte oder Milchprodukte			
krampfartige Blähungen, starkes Völlegefühl			
kalte Gliedmaßen, kalter Bauch			
starke Müdigkeit	1 - 2 schwach 3 - 4 mittel > 4 stark	<b>Nieren-Yang-Mangel</b>	<b>Milz-Yang- und Nieren-Yang-Aufbau</b>
Harninkontinenz			
Rückensteifigkeit nach dem Aufstehen			
Kälteempfindlichkeit, kalte Füße und Beine, kalter Po und Rücken			
starkes Bedürfnis nach anregenden Getränken wie Kaffee, Cola			
schwache Libido			
Erschöpfung, Antriebsmangel			
schafskopftiger Stuhl mit Verstopfung	1 - 3 schwach 4 - 6 mittel > 6 stark	<b>Leber-Qi-Stagnation Leber attackiert die Milz</b>	<b>Leber-Qi-Stagnation Lösen und Hitze Vermeiden</b>
Kloßgefühl im Hals			
bei Frauen vor der Periode Brustspannen und Wassereinlagerung rund um die Taille			
innere Anspannung, Ärger, Groll, Reizbarkeit, Frustration			
Perfektionismus: Ich muss mich sehr anstrengen			
Appetitlosigkeit, Aufstoßen			
starke Blähungen und Völlegefühl			
Durchfall und Verstopfung im Wechsel			

Abneigung oder Ekel gegenüber Fett	1 - 3 schwach 4 - 6 mittel > 6 stark	<b>Feuchte Hitze</b>	<b>Feuchte Hitze und Magen-Schleimfeuer</b>
Übelkeit durch fette Speisen			
Völlegefühl			
Appetitlosigkeit			
bitterer Mundgeschmack			
übelriechender, weicher Stuhl und Durchfälle			
dunkler Urin			
Brennen am Anus			
Übergewicht, evtl. vorwiegend am Rumpf, mit vorgewölbtem Bauch			
Bedrücktheit, Reizbarkeit			
Sodbrennen	1 - 4 schwach 5 - 8 mittel > 8 stark	<b>Magenschleimfeuer</b>	<b>Feuchte Hitze und Magen-Schleimfeuer</b>
saures Aufstoßen			
brennender Magenschmerz			
ständiger Hunger, Heißhungerattacken			
viel Durst und Verlangen nach kalten Getränken			
Schmerz und Blutung des Zahnfleischs			
Mundgeruch			
Übelkeit und Erbrechen nach dem Essen			
Verstopfung			
Übergewicht, evtl. vorwiegend am Rumpf, mit vorgewölbtem Bauch			
innerer Druck und Unruhe, emotionale Schwankungen, Reizbarkeit	1 - 2 schwach 3 - 4 mittel > 4 stark	<b>Leere-Hitze des Herzens</b>	<b>Leere-Hitze des Herzens</b>
Ärger schlägt auf den Magen (Leber-Qi-Stagnation)			
Schlafstörungen: nachts oder morgens zu früh aufwachen			
traumgestörter Schlaf			
Nachtschweiß			
heiße Füße in der Nacht			
Hitzegefühl am Nachmittag			
trotz Durst kein Verlangen nach Getränken			
trockener Mund			
Brennen beim Wasserlassen ohne bakteriellen Befund			
ängstliche oder nervöse Unruhe, zu viele Gedanken im Kopf, Rastlosigkeit, hektische Gereiztheit, Vergesslichkeit.			