



Аналитический тест здоровья от NSP

расшифровка

Предлагаемый тест помогает оценить состояние здоровья систем Вашего организма - выявить те системы, которые больше всего нуждаются в поддержке, а также индивидуально подобрать специалистам соответствующие препараты компании Nature's Sunshine, которые помогут укрепить Ваше здоровье.

Шаг 1 Сначала заполните таблицу, поставив «галочку» напротив каждого состояния (ощущения) если Вы его испытываете. Строки таблице описывают состояния или ощущения, которые Вы можете испытывать в той или иной мере.

Например, если Вы часто ощущаете частые стрессы, следует поставить «галочку» в пустой клетке слева.

<input type="checkbox"/>	Злоупотребление алкоголем
<input checked="" type="checkbox"/>	Частые перепады настроения
<input type="checkbox"/>	Пищевые аллергии

Шаг 2 Поставьте «крестик» во всех пустых клетках в строке (не закрашенных цветом), в которой ранее поставили «галочку». Столбцы в таблице: пронумерованные цифрами от 1 до 9, обозначают основные системы организма.

Например, если Вы часто ощущаете частые стрессы, следует поставить "крестик" в пустых клетках этой строки

<input type="checkbox"/>	Изжога и газообразование после еды																		
<input checked="" type="checkbox"/>	Частые стрессы																		
<input type="checkbox"/>	Дефекты кожи и плохой цвет лица																		

Системы организма.

- 1** Система переваривания и усвоения пищи - ферментная система, расщепляет пищу на вещества, которые могут всасываться через ворсинки кишечника в кровь. Особенно важно то, что эта система отвечает за всасывание БАД (поэтому она выделена в самостоятельную систему и поставлена на 1-е место и списке систем)
- 2** Желудочно-кишечный тракт - осуществляет транспорт пищевого комка (мо-торика кишечника) и эвакуацию шлаков и балластных веществ
- 3** Сердечно-сосудистая система осуществляет транспорт питательных веществ, кислорода и воды всем системам организма
- 4** Нервная система - обеспечивает генерацию и передачу информации, в том числе управляющую всем системам организма в оперативном режиме
- 5** Иммунная система - распознает «инородные» тела (например, вирусы, микробы) и запускает оборонительные биохимические процессы для их уничтожения
- 6** Дыхательная система - доставляет кислород, необходимый для сжигания Са-харов, обеспечивающих энергией организм, в кровь и удаляет образующийся при этом углекислый газ
- 7** Мочевыводящая система - фильтрует из крови все нежелательные соединения и удаляет их из организма
- 8** Эндокринная система - продуцирует и выделяет в кровь вещества - гормоны, осуществляющие тонкую регуляцию различных биохимических процессов (например, регуляция содержания сахара в крови) и влияющие на различные функциональные системы организма



- 9** 9. Опорно-двигательная система - служит опорой для других систем организма и помогает выдерживать нагрузки при движении

Шаг

3

Подсчитайте количество "галочек" к каждому из девяти столбцов и запишите полученные цифры в нижней строке результатов.

<input type="checkbox"/>	Малоподвижный образ жизни									
<input type="checkbox"/>	Повышенное выделение мокроты									
Результаты:		3	1	0	2	5	1	2	1	7

Шаг

4

Обработка результатов теста. Соотнесите полученные результаты с приведенными в следующей таблице.

Оценка здоровья организма	Системы организма								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9
Очень хорошо	2-0	2-0	2-0	2-0	2-0	0	0	2-0	1-0
Хорошо	4-3	4-3	3-2	5-3	4-3	1	1	5-3	3-2
Удовлетворительно	9-5	9-5	7-4	10-6	7-5	4-2	4-2	10-6	7-4
Неудовлетворительно	>10	>10	>8	>11	>8	>5	>5	>11	>8

«Очень хорошо»

Если по результатам теста работа всех систем организма получила оценку "очень хорошо" — поздравьте себя — Ваш образ жизни позволяет Вам поддерживать хорошее здоровье и отличное самочувствие.

«Неудовлетворительно»

В том случае, когда работа всех систем организма получила оценку "неудовлетворительно" — Вам необходимо незамедлительно изменить образ жизни, принципы выбор продуктов и характера питания, а также срочно избавиться от вредных привычек.

«Различные результаты»

Чаще всего получают различные результаты для различных систем организма. Это не только оценка работы отдельных систем, но и свидетельство отсутствия баланса в их совместной работе.

Шаг

5

ПОДБОР ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПРОГРАММЫ

Для восстановления Вашего здоровья, внимание необходимо обратить на те системы организма, работа которых оценивается «хорошо», «удовлетворительно» и «неудовлетворительно». Это потребует для того, чтобы подобрать сбалансированную терапевтическую программу препаратов, которые помогут Вам скорректировать работу систем организма.

Подбора терапевтических программ проводится специалистами компании Nature's Sunshine.