ФИО, возраст: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

| ПРИЗНАК КОНСТИТУЦИИ | ВАТА | ПИТТА | КАПХА |
| --- | --- | --- | --- |
| Телосложение | Тонкое | Среднее | Плотное |
| Вес тела | Малый | Средний | Чрезмерный |
| Кожа | Сухая, грубая, холодная, коричневая, черная | Мягкая, маслянистая, теплая, светлая, красная, желтая | Толстая, маслянистая, холодная, бледная, белая |
| Волосы | Черные, сухие, курчавые | Мягкие, маслянистые, рыжие или коричневые | Густые, маслянистые, волнистые, темные или светлые |
| Зубы | Выступающие, большие, кривые, десны тонкие | Средних размеров, десны мягкие, цвет зубов желтоватый | Крепкие, белые |
| Глаза | Маленькие, тусклые, сухие. Коричневые, черные | Проницательные, острые, зеленые, серые, желтые | Большие, привлекательные, голубые, ресницы густые |
| Аппетит | Изменчивый, недостаточный | Хороший, избыточный, невыносимый | Медленно возникающий, но устойчивый |
| Вкусовые склонности | Сладкое, кислое, соленое | Сладкое, горькое, вяжущее | Острое, горькое, вяжущее |
| Жажда | Непостоянная | Чрезмерная | Незначительная |
| Отходы | Сухие, выходящие с трудом, запоры | Мягкие, маслянистые, выходящие свободно | Обильные, маслянистые, медленно выходящие |
| Физическая активность | Очень активны | Умеренно активны | Апатичны |
| Ум | Беспокойный, деятельный | Агрессивный, интеллигентный | Спокойный, заторможенный |
| Темперамент | Боязливый, нерешительный, непредсказуемый | Агрессивный, раздражительный, завистливый | Спокойный, со склонностью к жадности и привязчивости |
| Вера | Меняющаяся | Фанатичная | Твердая |
| Память | Хорошая о недавнем, плохая о прошедшем | Острая | Замедленная, но длительная |
| Картины сновидений | Страхи, полеты, прыжки, бег | Огонь, гнев, насилие, война | Вода, река, океан, озеро, плавание, романтика |
| Качество сна | Недостаточный, прерывистый | Короткий, но глубокий | Тяжелый, продолжительный |
| Речь | Быстрая | Острая, язвительная | Медленная, монотонная |
| Финансовое положение | Бедны, быстро тратят деньги на пустяки | Средний достаток, тратятся на роскошь | Богаты, экономны, тратятся на пищу |
| Пульс | Нитевидный, слабый, движение змеи | Умеренный, скачущий, как лягушка | Широкий, медленный, движение лебедя |

**\*соответствующее Вашему состоянию, нужно выделить красным!**