



THE NATTIKA BEACH

AYURVEDA HOSPITAL

IX/498 (B to F), NATTIKA BEACH POST , THRISSUR- 680566, Ph: 0487 2396770 / 71 / 72

PAN : AAECN5493P GST : 32AAECN5493P2ZV

E-mail: ayurveda@thenattikabeach.com

PRAKRUTHI ANALYSIS QUESTIONNAIRE

- Kindly go through the questions and tick in front of the option which you feel appropriate.
- More than one option can be selected, if you feel it as applicable.
- If you feel any confusion in filling, you can take your doctor's help.
- Please hand over this form to doctor after proper filling.

PHYSICAL

Your usual body frame

☐

Thin and Lean

☐

Medium

☐

Well Built

Hair Type

☐

Dry with split ends

☐

Normal, Thin, More hair fall

☐

Greasy and Heavy

Color of hair

☐

Pale or Brown

☐

Red or Brown

☐

Jet Black

Skin

☐

Dry and Rough

☐

Soft , Sensitive

☐

Moist , Oily

Body Weight

☐

Low, Difficulty to Put on weight.

☐

Medium , can easily loss or gain weight

☐

Overweight, Difficult to lose weight.

Nails

☐

Blackish, Small, Brittle

☐

Reddish, Small

☐

Pinkish, Big , Smooth

PHYSIOLOGICAL

Walking Speed

☐

Quick, Fast with long steps

☐

Average , Steady

☐

Slow with short steps

Eating Habits

☐

Eat Quickly without proper chewing

☐

Eats in a moderate

☐

Eats slowly speed

Bowel Movements

☐

Dry, Hard, Irregular

☐

Soft, Loose

☐

Heavy, Regular, Normal.

Body Energy

☐

Becomes low in the evening, Fatigue after less work.

☐

Moderate, Gets tired after medium work

☐

Good energy

Performing work or any other activities

☐

Fast, Always in a hurry, Multitasking

☐

Medium speed, Energetic Perfectionistic.

☐

Slow steady, Easy going

Hunger

☐

Irregular, Any Time

☐

Sudden hunger pangs, Sharp Hunger

☐

Can skip meals easily

PSYCHOLOGICAL

Mental activity

☐

Quick, Restless

☐

Smart, Intellect, Aggressive

☐

Calm , Stable

Memory

☐

Less, Short term

☐

Good memory

☐

Better, Long term

Grasping power

☐

Learns quickly but forgets quickly

☐

Learns fast and can retain moderately

☐

Learns slowly but retains for long time.

Reaction under adverse situations

☐

Anxiety, Worry, Irritability

☐

Short tempered, Aggression

☐

Calm, Sometimes depressive.

Mood

☐

Changes quickly, Frequent mood swings

☐

Changes slowly

☐

Stable, Constant

Nature

☐

Pessimist, Jealous

☐

Egoistic, Fearless, Realist

☐

Optimist, Forgiving

Wealth and Money

☐

Spend without thinking much

☐

Saves but think and spend

☐

Prefer more saving.



THE NATTIKA BEACH

AYURVEDA HOSPITAL

IX/498 (B to F), NATTIKA BEACH POST , THRISSUR- 680566, Ph: 0487 2396770 / 71 / 72

PAN : AAECN5493P GST : 32AAECN5493P2ZV

E-mail: ayurveda@thenattikabeach.com

PRAKRUTHI ANALYSE FRAGEBOGEN

- Gehen Sie die Fragen durch und kreuzen Sie die jeweilige Option an, die auf Sie zutrifft.
- Es darf mehr als eine Option ausgewählt werden, wenn Sie diese für zutreffend halten.
- Wenn Sie beim Ausfüllen Hilfe brauchen, unsere Doktoren helfen Ihnen jederzeit.
- Bitte übergeben Sie dieses Formular (vollständig ausgefüllt) Ihrem behandelnden Arzt.

Körperbau/Anatomie

Körperbau

☐

Dünn und schlank

☐

Normal

☐

Gut gebaut/gute Statur

Haartyp

☐

Trocken mit Spliss

☐

Normal, dünn,
mehr Haarwuchs

☐

Fettiges und dickes Haar

Haarfarbe (natürlich)

☐

Blass oder Braun

☐

Rot oder Braun

☐

Schwarz

Haut

☐

Trocken und rau

☐

Weich und empfindlich

☐

Feucht und
öliges Hautbild

Körpergewicht

☐

Niedrig, schwer Gewicht
zuzulegen

☐

Mittel, einfach an Gewicht
zuzulegen oder es verlieren

☐

Übergewicht, schwer
Gewicht zu reduzieren

Nägel

☐

Schwarz, schmal und
spröde

☐

Rötlich, schmal

☐

Pink, groß & glatt

Physiologisch

Geschwindigkeit beim Laufen/Spazieren

☐

Schnell
mit langen Schritten

☐

Normale Geschwindigkeit

☐

Langsam mit kleinen
Schritten

Essensgewohnheiten

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Schnelles Essen ohne richtig zu kauen | ☐ Essen in normalem Tempo | ☐ Langsames Essen |
|--|--|--|

Stuhlgang

- | | | |
|---|---|--|
| ☐ Trocken, hart und unregelmäßig | ☐ Weich und lose | ☐ Schwerer Stuhl, regelmäßig und normal |
|---|---|--|

Körperenergie/Vitalität

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ Abends wenig Energie, Müdigkeit schon nach wenig Arbeit | ☐ Moderat, müde nach der Arbeit | ☐ Ausreichend bis viel Energie |
|--|--|---|

Arbeitsweise

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Schnell, immer beschäftigt, Multitasking | ☐ Normal, voller Energie, perfektionistisch veranlagt | ☐ Langsam, gemächlich, stetig, alles nacheinander |
|---|--|--|

Hunger

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ Unregelmäßig, nicht zeitbedingt | ☐ Plötzlicher Hunger/ Heißhungerattacken | ☐ Mahlzeiten können auch mal ausfallen |
|--|---|---|

Psychologie/Mental

Mentale Aktivität

- | | | |
|---|---|--|
| ☐ Schnell, unruhig | ☐ Schlau, intelligent, aggressiv | ☐ Ruhig, stabil |
|---|---|--|

Gedächtnis

- | | | |
|--|---------------------------------------|---|
| ☐ KurzzeitGedächtnis, | ☐ Gut, moderat | ☐ LangzeitGedächtnis |
|--|---------------------------------------|---|

Lerngeschwindigkeit/Auffassungsgabe

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Lernt schnell aber vergisst auch schnell | ☐ Lernt schnell und behält viel | ☐ Lernt sehr langsam, aber behält vieles besser |
|---|--|--|

Reaktion auf Probleme/Schicksalsschläge etc.

- | | | |
|---|---|--|
| ☐ Angst, Sorgen, Gereiztheit | ☐ Aggression, Gefühle nicht im Griff | ☐ Ruhig, manchmal depressiv |
|---|---|--|

Laune

- | | | |
|--|---|--|
| ☐ launisch, häufige Stimmungsschwankungen | ☐ Langsamer Gefühlswechsel | ☐ Konstant und stabil |
|--|---|--|

Natur

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Pessimist, Eifersucht | ☐ Egoist, Realist, Angstlos | ☐ Optimist, vergebend |
|--|--|--|

Wohlstand und Geld

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Spendabel ohne groß zu überlegen | ☐ Sparsam, kalkulierend, analytisch | ☐ Fokus auf Sparsamkeit |
|---|--|--|



THE NATTIKA BEACH

AYURVEDA HOSPITAL

IX/498 (B to F), NATTIKA BEACH POST , THRISSUR- 680566, Ph: 0487 2396770 / 71 / 72

PAN : AAECN5493P GST : 32AAECN5493P2ZV

E-mail: ayurveda@thenattikabeach.com

PRAKRUTHI ANALYSIS QUESTIONNAIRE

- Kindly go through the questions and tick in front of the option which you feel appropriate.
- Пожалуйста, просмотрите вопросы и поставьте галочку перед вариантом, который вам подходит.
- More than one option can be selected, if you feel it as applicable.
- Вы можете выбрать более одного варианта, если считаете, что это применимо.
- If you feel any confusion in filling, you can take your doctor's help.
- Если вы чувствуете какую-либо путаницу при заполнении, вы можете обратиться за помощью к врачу.
- Please hand over this form to doctor after proper filling.
- Пожалуйста, передайте эту форму врачу после надлежащего заполнения.

Physical - физическое

Your usual body frame—Ваше нормальное телосложение

☐

Стройное , худощавое

☐

среднее

☐

плотное

Hair Type - Тип волос

☐

Сухие ,
секущиеся кончики

☐

Нормальные, тонкие ,
часто выпадают

☐

жирные и густые

Color of hair - Цвет волос

☐

светлые или русые
или шатен

☐

рыжие , шатен

☐

брюнет

Skin - кожа

☐

Сухая и грубая

☐

Мягкая, чувствительная

☐

влажная, маслянистая

Body Weight - Вес тела

☐

вес небольшой,
Трудно набирать .

☐

умеренный, может легко
потерять или набрать вес

☐

Избыточный вес,
трудно похудеть

Nails—Ногти

☐

ломкие тонкие
маленькие

☐

Красно-розовые, Маленькие

☐

Розовые, Большие,
Гладкие

Physiological - физиологический

Walking Speed - Скорость ходьбы

☐

Быстро с большими
шагами

☐

средняя, стабильная

☐

Медленно с маленькими
шагами

Eating Habits – привычки питания

- | | | |
|---|---|--------------------------------------|
| ☐ Ем быстро без
надлежащего жевания | ☐ Ем с умеренной скоростью | ☐ Ем медленно |
|---|---|--------------------------------------|

Bowel Movements - Стул

- | | | |
|--|------------------------------------|---|
| ☐ Сухой, твёрдый,
нерегулярный | ☐ свободный | ☐ Тяжелый, нормальный,
регулярный |
|--|------------------------------------|---|

Body Energy - Энергия тела

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ Падает в вечернее время ,
утомляемость даже после
небольшой нагрузки | ☐ Умеренная, Утомляемость
после средней работы | ☐ Хорошая энергия |
|---|--|--|

Performing work or any other activities -

Выполнение работ или любых других видов деятельности

- | | | |
|--|---|--|
| ☐ Быстро, всегда в спешке,
многозадачность | ☐ Средняя скорость,
Энергичный Перфекционист. | ☐ Медленно двигаюсь,
спокойный |
|--|---|--|

Hunger - аппетит

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ Непостоянный,
в любое время | ☐ внезапный голод,резкий голод | ☐ Может легко пропустить
приём пищи |
|---|---|---|

Psychological - психологический

Mental activity - Умственная деятельность

- | | | |
|---|---|---|
| ☐ Стремительная неутомимая | ☐ УМНАЯ,ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНАЯ,
Агрессивная | ☐ СПОКОЙНАЯ,
СТАБИЛЬНАЯ |
|---|---|---|

Memory - Память

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ Короткая. кратковременная | ☐ Хорошая память | ☐ прекрасная
долговременная |
|--|---|---|

Grasping power - Обучаемость

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ легко учится, но быстро
забывает | ☐ Быстро учится и умеренно
удерживает знания | ☐ может учиться медленно, но
все сохраняется в течение
длительного времени. |
|--|--|--|

Reaction under adverse situations - Реакция в неблагоприятных ситуациях

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ Беспокойство, тревожность,
Раздражительность | ☐ Вспыльчивость, Агрессивность | ☐ Спокойный, иногда
подавленный |
|--|---|---|

Mood - Настроение

- | | | |
|--|--|---|
| ☐ Быстро меняется, Частые
колебания настроения | ☐ Меняется медленно | ☐ Стабильное, постоянное |
|--|--|---|

Nature—Природа эмоций

- | | | |
|--|---|--|
| ☐ Пессимист, Ревнивый | ☐ Эгоистичный, Бесстрашный,
Реалист | ☐ Оптимист, прощающий |
|--|---|--|

Wealth and Money - Богатство и деньги

- | | | |
|--|---|---|
| ☐ тратит довольно безрассудно | ☐ Экономит, но подумавши –
и тратит | ☐ Предпочитает экономить |
|--|---|---|