

QUESTIONNAIRE NEUROTRANSMETTEURS

Répondez aux questions suivantes puis calculez votre score final. Reportez ensuite votre score final dans la partie interprétation.

Lors de déficit de ces neuromédiateurs, différents symptômes apparaissent : 0 = symptômes absents ; 1 = modéré ; 2 = gênant ; 3 = très gênant

PROFIL EN DOPAMINE

Reportez-vous au lendemain ce que vous avez à faire ?	0	1	2	3
Avez-vous des difficultés à sortir du lit le matin ? Mettez-vous le rappel à votre réveil ? Êtes-vous irritable au réveil ?	0	1	2	3
Ressentez-vous une fatigue non atténuée pendant le repos ?	0	1	2	3
Avez-vous des difficultés de concentration, des troubles de la mémoire ?	0	1	2	3
Ressentez-vous une baisse de motivation ou une perte d'intérêt pour vos activités habituelles ?	0	1	2	3
Avez-vous tendance à vous replier sur vous-même ?	0	1	2	3

TOTAL

PROFIL EN NORADRÉNALINE

Ressentez-vous moins de plaisir pour des choses qui vous faisaient plaisir auparavant ?	0	1	2	3
Ressentez-vous une fatigue morale ?	0	1	2	3
Ressentez-vous un manque d'énergie ?	0	1	2	3
Manquez-vous de confiance en vous ?	0	1	2	3
Avez-vous une baisse de libido ?	0	1	2	3
Vous sentez-vous déprimé(e), d'humeur triste, avez-vous une sensibilité exacerbée ?	0	1	2	3

TOTAL

PROFIL EN SÉROTONINE

Vous sentez-vous irritable, impatient(e) ou agressif(ve) ?	0	1	2	3
Êtes-vous d'humeur changeante ?	0	1	2	3
Êtes-vous attiré(e) vers le sucré ou les féculents surtout en fin de journée ?	0	1	2	3
Avez-vous des comportements addictifs (sport intensif, tabac, grignotage, alcool...) ?	0	1	2	3
Avez-vous des difficultés à trouver le sommeil ou à vous rendormir ?	0	1	2	3
Êtes-vous stressé(e), dépassé(e) par des soucis personnels ou professionnels ?	0	1	2	3

TOTAL

PROFIL EN MÉLATONINE

Avez-vous des difficultés d'endormissement au coucher ?	0	1	2	3
Sentez-vous le besoin de faire une sieste l'après-midi ?	0	1	2	3
Vous sentez-vous fatigué(e) après le réveil ?	0	1	2	3
Vous endormez-vous après minuit ?	0	1	2	3
Avez-vous des réveils nocturnes avec difficultés de ré-endormissement ?	0	1	2	3
Prenez-vous un traitement phytothérapeutique ou/et allopathique pour vous endormir ?	0	1	2	3

TOTAL

PROFIL EN GABA

Avez-vous besoin de lire plusieurs fois un paragraphe ?	0	1	2	3
Avez-vous des difficultés de mémorisation ?	0	1	2	3
Vous sentez-vous nerveux(se) ou anxieux(se) ?	0	1	2	3
Avez-vous des difficultés à vous détendre ?	0	1	2	3
Vous aimez faire plusieurs choses à la fois, mais vous n'arrivez pas à choisir quoi faire en premier ?	0	1	2	3
Avez-vous tendance à être superactif(ve) ?	0	1	2	3

TOTAL

INTERPRÉTATION DES RÉSULTATS

Nombre de points

18	Déficit certain				
12	Signes de déficit				
6	Déficit peu probable				
0					
	DOPAMINE	NORADRÉNALINE	SÉROTONINE	MÉLATONINE	GABA

ENTRE 0 ET 6 POINTS :

Déficit peu probable.

ENTRE 7 ET 12 POINTS :

Signes de déficit à quantifier avec votre thérapeute.

ENTRE 13 ET 18 POINTS :

Déficit certain, prise en charge par votre thérapeute nécessaire pour une évaluation plus précise et la mise en route d'un traitement micronutritionnel.



LABORATOIRES
OLIGOSANTÉ

Laboratoires Oligosanté

38 rue Lantiez 75017 Paris

Tél : 01 53 06 22 41

contact@oligosante.com