

STIMMEN DIESE AUSSAGEN ?

1. Sie finden Small Talk unglaublich schwerfällig.
2. Sie gehen auf Partys - aber nicht um Leute zu treffen. Sie möchten lieber Zeit mit Menschen verbringen, die Sie bereits kennen und sich rundum wohl fühlen.
3. Sie fühlen sich oft allein in einer Menschenmenge.
4. Durch das Networking / Small-Talk fühlen Sie sich wie ein Betrüger.
5. Sie wurden als "zu intensiv" bezeichnet.
6. Sie sind in Umgebungen mit übermäßiger Stimulation leicht abgelenkt und überwältigt.
7. Ausfallzeiten sind für Sie nicht unproduktiv.
8. Vor 500 Menschen einen Vortrag zu halten, ist weniger anstrengend, als sich danach mit diesen Menschen zu mischen.
9. Wenn Sie in die U-Bahn steigen, sitzen Sie am Ende der Bank - nicht in der Mitte.
10. Sie ziehen sich zurück., nachdem Sie zu lange aktiv waren. Wahrscheinlich, weil Sie versuchen, Energie zu sparen.
11. Sie sind in einer Beziehung mit einem Extrovertierten.

STIMMEN DIESE AUSSAGEN ?

12. Sie sind lieber ein Experte, als zu versuchen, alles zu tun.
13. Sie vermeiden aktiv Shows, an denen die Beteiligung des Publikums beteiligt ist.
14. Sie überprüfen alle Ihre Anrufe - auch von Freunden.
15. Sie bemerken Details, die andere nicht machen.
16. Sie haben einen ständig laufenden inneren Monolog.
17. Sie haben einen niedrigen Blutdruck.
18. Sie werden seit Ihren 20ern als „alte Seele“ bezeichnet.
19. Sie fühlen sich nicht begeistert von Ihrer Umgebung
20. Sie sehen das große Bild.
21. Es wurde Ihnen gesagt, dass Sie "aus Ihrer Schale herauskommen" sollten.
22. Sie sind Schriftsteller.
23. Sie wechseln zwischen Arbeits- und Einsamkeitsphasen und sozialen Aktivitätsphasen.

Pyrolurie Fragebogen

Von der Antianxiety Food Solution

- ***Von erschöpfter zu normaler gesunder Energie***
- ***Verminderte Angst***
- ***Stabilisierte Stimmung und Blutzucker***
- ***Verbessert Schlaf***
- ***Völlig frei von der Angst vor öffentlichem Reden***

Mit diesem Fragebogen können Sie feststellen, ob Sie an **Pyrolurie** leiden, einer sozialen Angststörung. Die folgenden körperlichen und emotionalen Symptome werden durch einen Mangel an Vitamin B6 und Zink verursacht. Wenn Sie unter hohem Stress leiden, werden Vitamin B6 und Zink weiter erschöpft, sodass sich Symptome und Angstzustände verschlechtern können.

1. Bevorzugung nicht frühstücken, leichte Übelkeit am Morgen erfahren oder anfällig für Reisekrankheit sein (wenig Vitamin B6)

Markieren Sie eines der folgenden Anzeichen oder Symptome, die auf Sie zutreffen:

Häufigste Anzeichen und Symptome

1. Ängstlich, schüchtern oder ängstlich zu sein oder innere Spannungen seit der Kindheit zu erleiden, diese Gefühle jedoch vor anderen zu verbergen.
2. Anfälle von Depressionen oder nervöser Erschöpfung
3. Schlechte Traumerinnerung, stressige oder bizarre Träume oder Albträume (zu wenig Vitamin B6)

Pyrolurie Fragebogen

Von der Antianxiety Food Solution

4. Übermäßige Reaktionen auf Beruhigungsmittel, Barbiturate, Alkohol oder andere Drogen, bei denen ein wenig eine starke Reaktion hervorruft (zu wenig Vitamin B6).
5. Bevorzugung nicht frühstücken, leichte Übelkeit am Morgen erfahren oder anfällig für Reisekrankheit sein (wenig Vitamin B6)
6. Weiße Flecken oder Flecken an den Fingernägeln oder blickdichten weißen oder papierdünnen Nägeln (niedriger Zinkanteil)
7. Flüssiges Zinksulfat mit mildem Geschmack oder Geschmack wie Wasser (niedriger Zinkanteil)
8. Appetitlosigkeit oder schlechter Geruchs- oder Geschmackssinn (niedriger Zinkgehalt).
9. Gelenke knallen, knacken oder schmerzen; Schmerz oder Unbehagen zwischen den Schulterblättern; oder Knorpelprobleme (niedriger Zinkgehalt)
10. Blasse oder helle Haut oder die blasseste Haut der Familie oder Sonnenbrand, jetzt oder beim Jüngeren.
11. Abneigung von Proteinen oder Vegetarier oder Vegane
12. Empfindlich gegen helles Sonnenlicht oder Geräusche
13. Unterleibsschmerzen auf der linken Seite unter den Rippen oder als Kind mit einem Stich in Ihrer Seite.

Pyrolurie Fragebogen

14. Häufige Müdigkeit

15. Neigung zu Eisenanämie oder niedrigem Ferritinwert.

16. Neigung zu kalten Händen Füße

17. Bei häufigen Erkältungen oder Infektionen oder unerklärlichen Schüttelfrost oder Fieber

18. Späteres Erreichen der Pubertät oder unregelmäßige Menstruation oder PMS.

19. Allergien, Probleme mit der Nebenniere oder Probleme mit dem Zuckerstoffwechsel

20. Mit Glutenunverträglichkeit

21. Ungleichgewichte des Neurotransmitters, insbesondere niedriges Serotonin

22. Für Frauen, die einer Familie nur aus Mädchen angehören oder gleichgesinnte Schwestern haben

23. Für Männer mit Eine Mutter aus einer Mädchenfamilie oder eine Mutter mit gleich aussehenden Schwestern oder alle Frauen in der Familie der Mutter, die sich stark ähneln.

24. Stress vermeiden, weil er Ihr emotionales Gleichgewicht stört

Pyrolurie Fragebogen

25. Neigung, von einer Person abhängig zu werden, um die du dein Leben in der Nähe baust
26. Bevorzugung der Gesellschaft von einem oder zwei engen Freunden anstelle einer Versammlung von Freunden.
27. Mit jedem Alter von 27 Jahren zu einem Einzelgänger werden.
28. Mit Fremde unbequem fühlen.
29. In einem Restaurant in der Mitte des Raums sitzen zu müssen.

Weniger häufige Anzeichen und Symptome

30. Dehnungsstreifen oder schlechte Wundheilung (niedriger Zinkanteil)
31. Überfüllte obere Vorderzähne, viele Hohlräume oder entzündetes Zahnfleisch oder Zahnsperre (niedriger Zinkanteil)
32. Mundgeruch und Körpergeruch (oder ein süßer, fruchtiger Geruch), insbesondere wenn krank oder gestresst (niedriger Zinkgehalt)
33. Neigt zu Akne, Ekzemen, Herpes oder Psoriasis
34. Reduziert die Anzahl der Haare an Kopf, Augenbrauen oder Wimpern oder vorzeitig graues Haar
35. erinnert sich schwer an vergangene Ereignisse und Personen in Ihrem Leben
36. Sich innerlich auf sich selbst und nicht auf die Außenwelt konzentrieren

Pyrolurie Fragebogen

37. Morgendliche Verstopfung haben

38. Kribbeln oder Muskelkrämpfe in den Beinen oder Armen

39. Sich gestresst fühlen durch Veränderungen in Ihrer Routine, z. B. durch Reisen oder durch Neue Situationen

40. Ihr Gesicht sieht geschwollen aus, wenn Sie unter großem Stress stehen.

41. Cluster-Kopfschmerzen oder blinde Kopfschmerzen

42. Eine oder mehrere der folgenden Krankheiten:
psychiatrische Störungen, Schizophrenie, hohes oder niedriges Histamin, Alkoholismus, Lern- und Verhaltensstörungen, Autismus oder Down-Syndrom

Wenn Sie 15 oder mehr Gegenstände abhaken, insbesondere die üblicheren, ist es sehr wahrscheinlich, dass Sie an **Pyrolurie** leiden und von der Einnahme von Zink und Vitamin B6 profitieren.

Ich möchte Sie dazu auffordern, getestet zu werden, aber wenn dies nicht möglich ist oder wenn Sie keine **Pyrolurie** haben, kann es sinnvoll sein, Zink und Vitamin B6 zuzuführen, wenn Sie viele dieser Symptome haben.

Dieser Fragebogen basiert auf der Erfahrung von Trudi Scott in der Zusammenarbeit mit vielen Kunden mit **Pyrolurie**, zusammen mit Informationen von Depression-Free Naturally (2001) von Joan Mathews

Pyrolurie Symptomen wird verschlechtert durch STRESS dazu auch Krankheit oder operation. Alles was Stress verursacht.