

# Your Natural Beauty

## Nun erwarten Dich zunächst einmal viele Fragen.

Diese Fragen helfen uns, Deine Haut richtig einzuschätzen, um dann Deinen individuellen Hauttyp und Hautzustand zu bestimmen. Uns ist bewusst, dass auch sehr persönliche Fragen gestellt werden. Bitte beantworte die Fragen nur soweit, wie es sich auch gut für Dich anfühlt und stimmig für Dich ist.

*Hast Du oder hattest Du eine oder mehrere der folgenden Gesundheitsprobleme?*

- |  |  |   |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> Krebs               | <input type="checkbox"/> Diabetes Typ I      | <input type="checkbox"/> Diabetes Typ II        |
| <input type="checkbox"/> Herzproblem         | <input type="checkbox"/> Kreislaufproblem    | <input type="checkbox"/> Venenerkrankung        |
| <input type="checkbox"/> Hormonschwankung    | <input type="checkbox"/> Schilddrüsenproblem | <input type="checkbox"/> chronische Erkrankung  |
| <input type="checkbox"/> Autoimmunerkrankung | <input type="checkbox"/> Halswirbelproblem   | <input type="checkbox"/> Wirbelsäulenverletzung |
| <input type="checkbox"/> Phobie/Psychose     | <input type="checkbox"/> Epilepsie           | <input type="checkbox"/> Nein, keine Probleme   |

*Welche Medikamente nimmst Du regelmäßig ein?*

---

---

---

*Bist Du Raucher?*  ja  nein

*Treibst Du regelmäßig Sport?*  ja  nein

*Beträgt Dein Nachtschlaf wenigsten 6-7 Stunden?*  ja  nein

*Wie sind Deine Ernährungsgewohnheiten? (Vorlieben für welche Speisen/Getränke/Häufigkeit)*

---

---

---

---

---



Hast Du allergische Reaktionen/Unverträglichkeiten  ja  nein  
Falls ja, welche?

---

---

---

Wie viel Wasser trinkst Du pro Tag (ca. Liter)?

---

Hast Du eine der folgenden Hautbeschaffenheiten bemerkt?

- Schuppigkeit ?  Spannung nach der Reinigung ?  
 Trockenheitsgefühl ?  Fettet die Haut nach?

Hast Du mit Botox- oder Hyaluronsäure unterspritzte Areale?

---

Hattest Du schonmal eine Laserbehandlungen?  ja  nein

Kommt es bei einer der folgenden Einwirkungen zu Rötungen oder Reizungen der Haut? Ja bei:

- Kälte  Hitze  Wind  
 Stress  Alkohol  Kaffee  
 Nein, keine Rötungen oder Reizungen festgestellt.

Welche Kosmetika benutzt Du derzeit für das Gesicht?

- Seife zur Reinigung  Spezielles Reinigungsgel  Gesichtswasser  
 Feuchtigkeitscreme  Nachtcreme  Peeling  
 Spezielle Augenpflege  Spezielle Reinigungsmilch  Maske  
 Tagescreme  Sonstiges

### Spezielle Fragen an die Frauen:

Nimmst Du die Antibabypille?  ja  nein  
Falls ja, welche? Falls nein, ggf. seit wann nicht mehr

---

Bist Du schwanger?  ja  nein

Stillst Du?  ja  nein

Hast Du Hormonschwankungen und/oder wurde ein Hormonstatus gemacht?

---

---

Mit welchem Hautzustand bist Du nicht zufrieden, was würdest Du gerne verbessern?

---

---

Danke 



Zeit für  
mich

[www.silkekalenborn-khus.de](http://www.silkekalenborn-khus.de)

