

# MSQ - QUESTIONNAIRE SUR LES SYMPTÔMES MÉDICAUX ET LA TOXICITÉ

NOM : \_\_\_\_\_

DATE : \_\_\_\_\_

Le questionnaire de dépistage des toxines et des symptômes permet d'identifier les symptômes qui aident à déceler les causes sous-jacentes de la maladie et à suivre les progrès réalisés au fil du temps. Évaluez chacun des symptômes suivants en fonction de votre profil de santé des 30 derniers jours. Si c'est la première fois que vous répondez à ce questionnaire, notez vos symptômes pour les 48 dernières heures SEULEMENT.

## ÉCHELLE DE POINTS

0 = Ne présente jamais ou presque jamais le symptôme

1 = Elle est occasionnelle, l'effet n'est pas grave

2 = Occasionnellement, l'effet est sévère

3 = Fréquent, sans gravité

4 = Fréquent, effet sévère

### TUBE DIGESTIF

Nausées ou vomissements -----

Diarrhée -----

Constipation -----

Sensation de ballonnement -----

Éructations ou émission de gaz -----

Brûlures d'estomac -----

Douleurs intestinales/de -----

l'estomac -----

Total \_\_\_\_\_

### OREILLES

Démangeaisons des oreilles -----

Otites, infections de l'oreille -----

Drainage de l'oreille -----

Bourdonnements d'oreille, perte -----

d'audition -----

Total \_\_\_\_\_

### EMOTIONS

Sautes d'humeur -----

Anxiété, peur ou nervosité -----

Colère, irritabilité ou agressivité -----

Dépression -----

Total \_\_\_\_\_

### ÉNERGIE/ACTIVITÉ

Fatigue, léthargie -----

Apathie, léthargie -----

Hyperactivité Agitation -----

Total \_\_\_\_\_

### YEUX

Larmolement ou démangeaisons -----

des yeux -----

Paupières gonflées, rouges ou -----

collantes -----

Cernes ou poches sous les yeux -----

Vision floue ou en tunnel (n'inclut -----

pas la myopie ou l'hypermétropie) -----

Total \_\_\_\_\_

### TÊTE

Maux de tête -----

Malaises -----

Vertiges -----

Insomnie -----

Total \_\_\_\_\_

### CŒUR

Rythme cardiaque irrégulier ou -----

sauté -----

Rythme cardiaque rapide ou -----

battant -----

Douleur thoracique -----

Total \_\_\_\_\_

### ARTICULATIONS/MUSCLES

Douleur ou douleur articulaire -----

Arthrite -----

Raideur ou limitation des mouvements -----

Douleur ou courbatures musculaires -----

Sentiment de faiblesse ou de fatigue -----

Total \_\_\_\_\_

### LUNGS

Congestion thoracique -----

Asthme, bronchite -----

Essoufflement -----

Respiration difficile -----

Total \_\_\_\_\_

### L'ESPRIT

Mauvaise mémoire -----

Confusion, mauvaise compréhension -----

Mauvaise concentration -----

Mauvaise coordination physique -----

Difficulté à prendre des décisions -----

Bégaiement ou bredouillement -----

Troubles de l'élocution -----

Troubles de l'apprentissage -----

Total \_\_\_\_\_

**BOUCHE / GORGE**

Toux chronique -----  
 Bâillonnement, besoin fréquent de se  
 racler la gorge -----  
 Mal de gorge, enrrouement, perte de  
 voix -----  
 Langue, gencives, lèvres gonflées/  
 décolorées -----  
 Aphtes -----  
 Total \_\_\_\_\_

**NEZ**

Nez bouché -----  
 Problèmes de sinus -----  
 Fièvre des foins -----  
 Crises d'éternuement -----  
 Formation excessive de mucus -----  
 Total \_\_\_\_\_

**AUTRES**

Maladie fréquente -----  
 Mictions fréquentes ou urgentes -----  
 Démangeaisons ou écoulements  
 génitaux -----  
 Total \_\_\_\_\_

**POIDS**

Excès de nourriture ou de boisson -----  
 Envie de certains aliments -----  
 Poids excessif -----  
 Alimentation compulsive -----  
 Rétention d'eau -----  
 Insuffisance pondérale -----  
 Total \_\_\_\_\_

**PEAU**

Acné -----  
 Urticaire, éruptions cutanées ou  
 peau sèche -----  
 Perte de cheveux -----  
 Bouffées de chaleur -----  
 Transpiration excessive -----  
 Total \_\_\_\_\_

**GRAND TOTAL** \_\_\_\_\_**CLÉ DU QUESTIONNAIRE**

Additionner les scores individuels et faire le total pour chaque groupe. Additionner les scores de chaque groupe et obtenir un total général.

•L'optimum est inférieur à 10 - Toxicité légère : 10-50 - Toxicité modérée : 50-100 - Toxicité sévère : plus de 100