

## V 10 PLUS SEERUMI TESTI

Tarkista ihosi kunto. Jos vastauksesi on 'kyllä', laita rasti annettujen kirjainten kohdalle. Jos kysymys ei kosketa sinua, hyppää seuraavaan. Kaikkien kysymysten jälkeen laske rasti/kirjain (=seerumi). Ihosi tarvitsee niitä seerumeita, joista saat yli kolme rastia.



Nimi:

Pvm

No.	Kysymykset		A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1	Ihosi on veltostunut.	AGI										
2	Ihohuokosesi ovat suurentuneet.	AIJ										
3	Ihosi on kuiva, laikukas ja ärtynyt.	DHI										
4	Ihosi on eloton.	AGI										
5	Mikään voide ei tunnu riittävän kosteuttamaan ihoasi.	CGH										
6	Ihosi on epätasainen ja karhea.	BCG										
7	Sinulla on juonteita silmien ympärillä.	AHI										
8	Herkistyt kosmetiikkatuotteille.	F										
9	Sinulla on allerginen/herkkä iho.	FH										
10	Sinulla on punakka iho.	F										
11	Ihosi kutiaa helposti.	FH										
12	Sinulla on tulehtuneita finnejä.	FJ										
13	Sinulla on rasvainen iho.	J										
14	Sinulla on usein finnejä.	BJ										
15	Sinulla on isot isohuukokset ja mustapäitä T-alueella.	J										
16	Sinulla on aknearpia.	EJ										
17	Ihosi ei ole kirkas.	CDE										
18	Sinulla on tummia läiskiä/maksaläiskiä.	DE										
19	Sinulla on tummat silmänympärykset.	BEF										
20	Ihosi palaa helposti auringossa.	D										
21	Saat teerenpilkkuja/maksaläiskiä auringossa.	BDE										
22	Sinulla on eloton iho ja pigmenttihäiriöitä.	BDE										
23	Sinulle tulee iho-oireita ennen kuukautisia.	DE										
24	Elät epäsäännöllisesti.	BC										
25	Tunnet usein olevasi stressaantunut.	D										
26	Tupakoit.	DJ										
27	Ihosi kuivuu talvella.	CFG										
28	Syöt rasvaista ruokaa.	J										
29	Olet 20-30-vuotias.	BCG										
30	Olet yli 40-vuotias.	AGI										
YHTEENLASKETTUIEN RASTIEN LUKUMÄÄRÄ												

- A BIO CELL SEERUMI
- B A-VITAMIINI SEERUMI
- C AMINOHAPPO SEERUMI
- D PYCNOGENOL SEERUMI
- E PLACENTA SEERUMI
- F LAKRITSI SEERUMI
- G HYALURONIHAPPO SEERUMI
- H KERAMIDI SEERUMI
- I KOLLAGEENI SEERUMI
- J C-VITAMIINI SEERUMI

