

## Bestimmen Sie Ihren Hauttyp...

Haben Sie eher eine  
Vata, Pitta oder Kapha Haut?



VATA

- eher dünn
- kalt
- trocken
- kälteempfindlich
- rauh
- Mangel an Feuchtigkeit
- neigt zu Psoriasis und Ekzemen
- neigt zu dunklen Pigmentflecken



PITTA

- empfindlich
- warm
- wärmeempfindlich
- kann zu Talgüberproduktion neigen
- Couperose
- Herpes
- Sommersprossen
- fleckig



KAPHA

- eher dick
- fett
- Mitesser
- übermässige Talgproduktion
- grossporig
- Akne
- neigt zu Zysten
- neigt zu Wasserstau

Jede Charakteristik zählt 1 Punkt.

Zählen Sie die Punkte der einzelnen Spalten zusammen.

Die Spalte, in der Sie die meisten Punkte haben, zeigt Ihnen das für Ihre Haut dominierende Dosha an.

Dieser Test gibt nur eine Richtung an. In einer Beratung erhalten Sie ausführliche Informationen zu Ihrem Hauttyp und der optimalen Pflege.

*Fiora Gesundheits-Oase*

Fiora P. Baggio  
Bahnhofstr. 41a  
5605 Dottikon  
Tel 056 610 15 70 / 056 624 35 12