

QUESTIONARIO SULLO STATO IMMUNITARIO (ISQ)

Indica con quale frequenza hai avuto i seguenti disturbi negli ultimi **12 mesi**:

	MAI	A VOLTE	REGOLARMENTE	SPESSO	(QUASI) SEMPRE
FEBBRE ALTA IMPROVVISA					
DIARREA					
MAL DI TESTA					
PROBLEMI DELLA PELLE (per esempio eczema, acne ecc)					
DOLORI MUSCOLARI E ARTICOLARI					
RAFFREDDORE					
TOSSE					

MAI = 0 punti;

A VOLTE = 1 punto;

REGOLARMENTE = 2 punti;

SPESSO = 3 punti;

(QUASI) SEMPRE = 4 punti

COME TI SENTI IN QUESTO MOMENTO?

A	Valuti la sua salute generale con il seguente punteggio (0 molto cattivo-10 molto buono)	
B	Valuti la sua funzionalità immunitaria con il seguente punteggio (0 pessimo- 10 molto buono)	
C	In questo momento ha un basso sistema immunitario?	SI	NO
D	Ha una malattia cronica? Se si, quale?	SI	NO

ISTRUZIONI PER IL PUNTEGGIO FINALE ISQ:

PUNTEGGIO INTERMEDIO	PUNTEGGIO FINALE
≥ 15	0
14	1
13	2
12, 11	3
10	4
8,9	5
7	6
6	7
5	8
4,3	9
≤2	10

Per ottenere il punteggio ISQ finale, tradurre i punteggi ISQ "intermedi".

La funzionalità immunitaria è ridotta partendo da un punteggio finale < 6 del ISQ.