



Nutriline Shield 免疫力问卷

此问卷仅适用于初步了解自身的免疫能力指数。请注意，以下问卷只是作为一个参考用途，它并不适合同于替代来自专业医生的医疗建议与诊断。

用“是”或“否”回答每个问题，并在问卷结束时合计您的分数。

第 1 部分：饮食方式

		是	否
1.	您每天都有吃 3-5 份水果和蔬菜吗？	0	1
2.	您每天都至少喝 8 杯 (2L) 水吗？	0	1
3.	您是否有摄取任何可以增强免疫力相关的营养品呢？	0	1

第 2 部分：生活方式

		是	否
1.	BMI 体重指数属于正常吗？ (18.5 - 22.9 kg/m ²)	0	1
2.	您每天有睡足够 7-8 小时吗？	0	1
3.	您每周有至少锻炼或 3-5 天吗？	0	1
4.	您每天步行有至少达到 10,000 步吗？	0	1
5.	您是否过着压力大的生活方式呢？	1	0
6.	您总是觉得累吗？	1	0
7.	您抽烟吗？ *(仅限成人)	1	0
8.	您经常喝酒吗？ *(仅限成人)	1	0



第 3 部分：免疫相关症状

		是	否
1.	您是否经常眼睛/鼻子发痒?	2	0
2.	您有慢性/经常性流鼻涕或鼻塞吗?	2	0
3.	您是否经常感到口腔或喉咙发痒?	2	0
4.	您是否经常有口唇疱疹或发烧?	2	0
5.	您是否经常出现皮疹?	2	0

计算您的总分并找出您属于以下哪个类别。

计分: <6	计分: 6-10	计分: >10
培养您的免疫力	提升您的生活方式	建立防御力
建议成人服用的 Nutrilite 营养保健有:		
1. Double X 2. Daily 3. Botanical Beverage Mix Acerola with Licorice & Turmeric	1. Vitamin C Extended Release 2. Probiotics 3. Phyto powder 4. B Complex 5. Cal Mg D 6. Botanical Beverage Mix Acerola with Licorice & Turmeric	1. Immunity Pack 2. Garlic with Licorice 3. Botanical Beverage Mix Acerola with Licorice & Turmeric

请注意：纽崔莱产品并非旨在诊断治疗、治愈或预防任何疾病。

以上的问卷仅适合参考用途。