



**TEST DE CARENCE EN VITAMINE B6**

Souffrez-vous de... ?	Non Jamais 0	Peu Parfois ±	Modérément Régulièrement +	Beaucoup Souvent ++	Extrême Toujours +++
1. Fissures aux coins de la bouche	0	1	2	3	4
2. Langue douloureuse, brûlante	0	1	2	3	4
3. Hyperventilation (respiration intense)	0	1	2	3	4
4. Spasmophilie (contraction douloureuse des muscles, surtout des mains)	0	1	2	3	4
5. Muscles tendus	0	1	2	3	4
Total					
TOTAL général					
Score	5 ou moins		Taux satisfaisant		
	Entre 5 et 10		Carence possible en Vitamine B6		
	11 ou plus		Carence probable en Vitamine B6		