

Carence en vitamine C? Souffrez-vous de :	Non	Peu	Modérément	Beaucoup	Extrême
	Jamais	Parfois	Régulièrement	Souvent	Toujours
	0	±	+	++	+++
Contrôle insuffisant des émotions	0	1	2	3	4
Traits psychiques paranoïdes, de suspicion	0	1	2	3	4
Sensibilité excessive à la lumière	0	1	2	3	4
Saignement des gencives (gingivite)	0	1	2	3	4
Déchaussement des dents	0	1	2	3	4
Peau facilement sujette à des ecchymoses	0	1	2	3	4
7 a Adultes : Taches de sénescence (taches de vieillesse) sur la peau	0	1	2	3	4
7 b Enfants : Formation défectueuse des dents	0	1	2	3	4
Total					
Total général					
Score	7 ou moins		Taux satisfaisant		
	Entre 7 et 14		Carence possible en vitamine C		
	15 ou plus		Carence probable en vitamine C		