



実証・虚証チェックシート

どちらが多いかで判定します。より多く当てはまる方が、今の体質です。

もし両方に当てはまるようなら、チェックをしないでください。これは中間証と言われ、実証でも虚証でもありません。7歳以上（大型犬は5歳以上）になると、虚証がより多くなる傾向にありますが、その時点の健康状態によって、この実証、虚証は変化します。

	実証	虚証
体重	○ 正常	○ やせ型、肥満型
皮下筋肉	○ 正常、弾力がある	○ 厚い、薄い、弾力がない
皮下脂肪	○ 皮下脂肪が厚い	○ 皮下脂肪が薄い
顔貌	○ 快活	○ かなしげ
皮膚	○ 艶や光沢あり	○ 乾燥肌
活動性	○ 積極的、疲れにくい	○ 消極的、疲れやすい
鳴き声	○ 大きい、力強い	○ か弱い、弱々しい
吠え方	○ よく吠える	○ あまり(まったく)吠えない
性格	○ 威嚇する、よく怒る	○ 人なつこい
食欲	○ 食べるのが早く、量が多い	○ 食べるのが遅く、量が少ない
水の飲み方	○ 普通に飲む	○ あまり飲まない、よく飲む
排便回数	○ 1-2.5回	○ 便秘ぎみ、3-4回以上の便秘
排便	○ 太くて硬い	○ 軟便から下痢ぎみ、便秘便