



Hyperventilatie (Nijmeegse vragenlijst)

Datum:

Naam:

Geslacht:

Leeftijd:

Kruis voor elke vraag aan of u deze klachten nooit, zelden, soms, vaak of zeer vaak hebt gehad.

Nooit Zelden Soms Vaak Heel vaak

Pijnlijke steken in de borst					
Gespannenheid					
Een waas voor de ogen					
Duizeligheid					
In de war zijn, of het gevoel hebben het normale contact met de omgeving te verliezen					
Een snellere of diepere ademhaling					
Benauwd voelen in of rond de borst					
Opgeblazen gevoel in de buik					
Tintelingen in de vingers					
Niet voldoende diep kunnen ademen					
Stijfheid van de vingers of armen					
Stijfheid rond de mond					
Koude handen of voeten					
Bonzen van het hart					
Angstig gevoel					
Ademnood					
Subtotalen	0x	1x	2x	3x	4x
Totaal					

Vanaf 23 punten is hyperventilatie voor 80% zeker.